

HEZKUNTZA ETA KIROL FAKULTATEA
Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietako Gradua
Ikasturtea: 2019-2020

**HEZIKETA FISIKOA ETA EUSKARAREN ARTEKO ELKARREKINTZA: BIGARREN
HEZKUNTZARAKO PROPOSAMEN DIDAKTIKO BAT**

EGILEA: Unai Irastortza Jauregi

ZUZENDARIA: Luis Maria Zulaika Isasti

Data, 2020ko maiatzaren 11a

AURKIBIDEA

SARRERA.....	3
MARKO TEORIKOA	5
EAE-KO HAUR ETA GAZTEEN EUSKARAREN EZAGUTZA MAILA.....	5
EAE-KO HAUR ETA GAZTEEN EUSKARAREN ERABILERA.....	5
HEZIKETA FISIKOA ETA HIZKUNTZAREN ARTIKULAZIOA	8
AURREKO IKERKETA ENPIRIKOEN ERREBISIOA.....	10
IKERKETA ENPIRIKOEN SINTESIA	14
HEZIKETA FISIKOAREN ALDERDI MOTIBAZIONALA	17
PROPOSAMEN DIDAKTIKOA.....	18
PROPOSAMEN DIDAKTIKOAREN JUSTIFIKAZIOA.....	18
PROPOSAMEN DIDAKTIKOAREN ESTRATEGIAK	19
PROPOSAMEN DIDAKTIKOAREN ESTRATEGIEN SINTESIA.....	28
UNITATE DIDAKTIKOA	29
AURRERA BEGIRAKO GOGOETA.....	43
ERREFERENTZIAK.....	45

TAULEN AURKIBIDEA

Taula 1: Ikasleei gustukoak zaizkien jakintza arloak	4
Taula 2: Ikasleentzako gustukoak ez diren jakintza arloak	4
Taula 3: Ikerketa enpirikoen sintesia.....	14
Taula 4: Ikerketa enpirikoen sintesia.....	15
Taula 5: Ikerketa enpirikoen sintesia.....	16
Taula 6: Proposamen didaktikoaren estrategien sintesia	28

SARRERA

Heziketa Fisikoa ikasgaia Hezkuntza Sistemako funtsezko diziplinetako bat da, eta gizabanakoon garapen integral eta globala eskuratzeko bitarteko garrantzitsua dela esan beharra dago. Zeregin horretan, ezinbestekoa zaio irakasleari praktika pedagogiko zehatzak inplementatzea, ikasleen alderdi fisiko, psikologiko, sozial nahiz intelektuala bermatzeko. Beraz, ikaslea jarduera eta jolas motorraren bitartez estimulatu behar da, gaitasun motor eta kognitiboak hobetze aldera. Antunesek (2004) zera dio: ikasleen alderdi fisiko, psikologiko eta sozialak hobetu nahi badira, euren beharrak aseko dituen eta ondo egituratuta egongo den heziketa bermatu behar da.

Esandako alderdiak modu globalean bete ahal izateko, komunikazioa oso garrantzitsua da, hauxe baita ikasleen behar psikologiko eta sozialak betetzeko baliabide eraginkorrenetako bat, eraginkorrena ez bada. Hortaz, Heziketa Fisikoko klaseetan jarduera fisikoa egin ez ezik, hizkuntzaren lanketak ere zer esan handia izan dezake heziketa integralagoa eskuratzeko orduan.

Era berean, Gorputz Hezkuntzako saioetan hizkuntzari garrantzia handiagoa emateak, hizkuntza beraren atxikimenduan eragin dezake, jakina baita ikasleei oro har ez zaizkiela hizkuntzen inguruko ikasgaiak gustatzen, hala ikusi bainuen nire Magisteritzako Gradu Amaierako lanean.

Lan horretan pasatako galdetegieta galderetako bi izan ziren: ea zein ikasgai zituzten gustukoen, eta zeintzuk gutxien gustatzen zitzaizkien. Beheko taula horietan ikus daitekeen bezala, aitortu zuten Heziketa Fisikoa edo Gorputz Hezkuntza (SO), zalantzarik gabe, zela gehien gustatzen zitzaien jakintza-arloa; eta gutxien: Matematikak, Natura, Gizarte Zientziak eta hizkuntzak (IN, GAZ, EU).

Hala ere, deigarria egin zitzaidan (galdetegiak pasatako ikastetxe guztiak D eredukoak izanik), zenbat ikaslek agertu zuten euskararekiko (EU) balorazio eskasa.

GUSTUKO IKASGAIK	A IKASTETXEA	B IKASTETXEA	C IKASTETXEA	D IKASTETXEA	E IKASTETXEA	F IKASTETXEA	GUZTIRA
SO	87	18	67	63	20	59	314
MS	29	5	23	23	6	15	101
PS	62	36	55	40	1	63	257
MT	43	13	9	30	3	13	111
IN	9	13	6	7	0	7	42
NZ	24	15	5	12	0	15	71
GZ	16	0	0	10	0	1	27
EU	10	0	11	5	0	12	38
GAZ	6	2	15	3	0	4	30

Taula 1: Ikasleei gustukoen zaizkien jakintza arloak

GUSTUKOAK EZ DIRENAK	A IKASTETXEA	B IKASTETXEA	C IKASTETXEA	D IKASTETXEA	E IKASTETXEA	F IKASTETXEA	GUZTIRA
SO	0	1	1	0	0	3	5
MS	10	18	15	5	2	23	73
PS	1	0	1	0	0	3	5
MT	38	15	39	22	10	58	182
IN	64	19	32	36	0	43	194
NZ	45	8	33	31	0	12	129
GZ	71	1	0	54	0	0	126
EU	24	22	16	17	0	12	91
GAZ	62	26	17	37	0	45	187

Taula 2: Ikasleentzako gustukoena ez diren jakintza arloak

Hezkuntza sistemak, oro har, ez ditu euskalduntzen bertako haur eta gaztetxoak (ezta D ereduak ere), ez behintzat, eskolaz kanpo euskaraz era espontaneoan aritzeko adina. Gainera, badirudi haur eta gaztetxo askorentzat eskola dela espazio bakarra euskara ikasi eta erabiltzeko eta, horrek, noski, zaildu egiten du ikasleen euskalduntzea.

Horregatik, euskaraz aritzeko espazio esanguratsuagoak behar dira, eta Heziketa Fisikoa ikasle gehienek gustukoa eta motibagarria denez, aitzakia ona izan liteke jarduera fisikoa baliatzea euskarazko komunikazioa garatzeko.

Esandakoak kontuan hartuta, nire lanaren bidez lortu nahi dudana helburu nagusia hau da: Bigarren Hezkuntzako 2. ziklokorako proposamen didaktiko bat egitea Heziketa Fisikotik abiatuta euskarazko gaitasun komunikatiboa garatzeko eta, bide batez, Heziketa Fisikoari ere ekarpen bat egiteko.

MARKO TEORIKOA

EAE-KO HAUR ETA GAZTEEN EUSKARAREN EZAGUTZA MAILA

Eusko Jaurlaritzaren (2017:35-36 eta 158 or.) arabera, hamar gaztetik zazpik adierazi dute euskaraz ondo edo nahiko ondo dakitela hitz egiten (% 69). Baina euskararen ezagutza-mailaren inguruan alde nabarmenak ikus daitezke hiru probintzien artean. Araban, gazteen % 51k diote ondo edo nahiko ondo dakitela euskaraz; Bizkaian, % 68k; eta Gipuzkoan daude zifra altuenak, alegia, % 79k. Gainera, Gipuzkoan euskaraz oso ondo hitz egiten dakitenek gehiengoa osatzen dute, beste bi lurraldeetan ez bezala. Aurreko urteetako datuekin konparatuz gero, ikusten da gazteek euskara hitz egiteko duten ezagutzak edo gaitasunak gora egin duela. Euskara ondo edo nahiko ondo dakitenen ehunekoa % 48 zen 2000. urtean, % 56ra igo zen 2004an eta 2008an; % 62ra igo zen 2012an; eta % 69ra, berriz, 2016an.

EAE-KO HAUR ETA GAZTEEN EUSKARAREN ERABILERA

Euskararen ezagutza edo gaitasunak gora egiten duen bitartean, batez ere eskolaren bitartez, erabilerak nekez egiten du gora, Soziolinguistika Klusterrak egindako Hizkuntzen Erabileraren VII. Kale Neurketaren arabera:

Bost urtean behin egindako galdeketen arabera, 2006ra arte igoera izan zen euskararen erabileran, oro har, baina egoera aldatu egin da, lurralderik lurraldera egoera ezberdina bada ere: Bizkaian (% 8,8), Gipuzkoan (% 31,1) eta Ipar Euskal Herrian (% 5,3) euskararen erabilera apaldu egin da, eta Araban (% 4,6) eta Nafarroan (% 6,7), aldiz, aurreko neurketetan baino euskara gehiago entzun da. (Sozilinguistika Klusterra, 2017, in eitb.eus, 2017)

Joera hori adin-tarte guztietan antzeman da, baita gazteen adin-tartean ere, ezagutza maila, haurren adin tratrearekin batera, handiena den adin-tartean, hain zuzen ere.

Gazteen guztizkoari erreparatzen badiogu, ikus daiteke gazteen % 15ek euskaraz hitz egiteko joera duela, eta egunerokotasunean euskara erabiltzen dutela gaztelania baino maizago. Bi

hizkuntzak aldi berean eta maila berdinean hitz egiten dutenak gazteen % 8 dira; beraz, argiro ikus daiteke gazteen %23k, (ia laurdenak) euskara gaztelania bezain beste edo gehiago erabiltzen dutela etxean. Datu hori kontuan izanda, esan beharra dago 16 urtetik gorako pertsonen batez bestekoaren gaineratik (%19) dagoela (Eusko Jaurlaritza, 2017). Eskola giroko EAEko LHko 4. mailako eta DBHko 2. mailako ikasleen erabileraren inguruko ikerketari erreparatzen badiogu, ondokoak dira ikaskideen arteko euskararen erabilera emaitzak (Arrue, 2017:54):

Euren ikaskideekin gela barruan ari direnean ere, euskara da nagusi LMH4ko ikasleen artean eta joera nagusitasun hori handitzen joatea da: %45,7k diote beti euskaraz aritzen direla (9,3 puntuko igoera lau urteetan) eta %20,3k euskara gehiago erabiltzen dutela gaztelania baino (3,5eko jaitsiera denbora tarte berdinean). Bestelako egoera antzematen da DBH2an. 14 urte inguruko nerabeek gela barruan ikaskideekin izaten dituzten harremanetan gaztelania da nagusi eta joera euskararen presentzia handitzea baldin bada ere, joera hori apalagoa da LHn baino.

Bestalde, hauek dira ikaskideen artean jolaslekuan Arrue ikerketak (2017:56) erakusten dituen erabileraren emaitzak:

Gela barrutik jolaslekura ateratzen direnean, EAEko haur eta nerabeak orokorrean hartuta, gaztelaniaren erabilerak gora egiten du euren arteko harremanetan eta behera euskararenak. LMH4n eta DBH2n bilakaera ezberdina izan da ordea.

LHko 4. mailako ikasleen kasuan beti edo gehienetan gaztelaniaz aritzen direnak gutxitzen joaten badira ere, gaztelaniaz aritzen diren DBHko 2. mailako ikasleen kopurua zertxobait gehitu egiten da.

Nabarmena da ikasleak haur izatetik nerabe izatera pasatzen direnean euskararekiko atxikimenduak behera egiten duela. Olasagarre, Ramos eta Vilches-ek (2019) aditzera eman dutenez, haurtzaroa bukatzean euskararekiko lotura oztopatu egiten da etxean nahiz eskolan. Ikasleak handitzen doazen heinean, elementu sinbolikoen gutxitzea edo desagertzeaz pentsatu behar da. Elementu horien murrizketa, faktore natural batengatik izan daiteke, izan ere, familia

eta eskolaren denbora zati bat lagunek betetzen baitute; baina, esan beharra dago, lagunek hartzen duten denbora zati horrek ez duela hizkuntzarekiko lotura indartzen.

Hori horrela, neska-mutil askok barneko hizkuntza gatazka bizi dute. Sentimendu anibalenteak edota kontrajarriak etengabe aipatzen dituzte, maitasun-gorrito anibalentzia agerikoa da. Maite dute hizkuntza baina triste daude ez dutelako behar adina erabiltzen. Tipologia hauetako ikasleentzat hizkuntzarekiko harremana zama da (Olasagarre, Ramos eta Vilches, 2019:56)

Horregatik, nahitaezkoa da euskararen irakaskuntzan oreka bilatzea egokitasuna eta zuzentasunaren artean. Ikasle bakoitzaren hizkuntza mailara moldatzea ezinbestekoa da, haien egoera soziolinguistikoa kontuan hartuz, ikasleak izan ditzaken gatazka edo oztopoei aurre egin ahal izateko.

Agerikoa da, gaur gaurkoz, EAEko gazte gehienek euskara badakitela neurri batean edo bestean, baina, gehienek eskolak bakarrik ematen dien euskara badute, edozein hizkuntzatan beharrezkoa den naturaltasunik eta jariotasunik jasotzen ez badute, erosoan arituko diren hizkuntza hautatuko dute; eta gurean, noski, gaztelania aukeratzen dute gehienek. Eta gehienek, euskara eskolako hizkuntzarekin lotzen dute, ez besterekin; egoera formalerako euskara, egoera informalerako gaztelania. Beraz, egoera hori gaingaitzen ez bada, zail izango da euskarara atxikitzea, Ortega et al.-ek (2016:255) dioten moduan:

Gure ikerketa honek, agerian jarri du hezkuntza-sistema ez dela aski. Euskara biziberritzeko prozesuen plangintzak garrantzi handia ematen dio hiztun kopurua handitzeari. Eta, ez bairik gabe, garrantzitsua da, baina, egiaztatu dugunez, horrek ez du bermatzen erabiltzeko jautzia egingo dutenik: murgiltze osoko ikastetxeetan, ume eta gazte guztiek dakite euskaraz, baina, ikusi dugunez, askok ez dute euskara lagunekiko komunikaziora ekarri. Beste zerbait behar da: batetik, gaitasunari dagokionez, lagunekin erabiltzeko erregistro informala ("etxeko" hiztunek familian jasotzen dutena) (Altuna, 2008), eta bestetik, euskararekiko lotura eta funtzioei dagokionez, euskara eskolako hizkuntza eta eskolarako hizkuntza ideia gaingaitzea.

Pentsatu behar da eskolara datozen ikasle asko eta askoren testuinguru hurbileko hizkuntza ez dela euskara eta eskola dela beraietzat erreferentzia bakarra normalean. Beraz, espazio berriak eman beharko zaizkie euskara erabiltzeko, izan ere, Joly-k (2007:2) dioen bezala, hizkuntza ezin liteke barneratu erabiltzen ez bada:

(...)Baldintza horiek kontutan hartuta euskararen erabilera bultzatzeko euskarari erabilera eremu berri batzuk eman beharko zaizkio, eta hori arrazoi askorengatik. Hasteko haurren eta gazteen gaitasuna osatzeko, izan ere, teoriko askoren ustez, hizkuntza bat erabili barik ez baita berau ezagutzerik.

Baldintza horietan ez da erraza hizkuntza batetiko atxikimendu sendoa izatea, testuinguruak asko baldintzatzen baitu, aurrez esan bezala, gurea bezalako egoera eleanitzetan euskara egoera formalean bakarrik ikasten bada, Ortegak et al.-ek (2016:251) adierazten duten bezala:

Euskara ikasteak ez dakar halabeharrez hizkuntzarekiko identifikazioa ezta konpromisoa ere: batzuetan bai eta beste batzuetan ez. Ikasle batzuek beste edozein hizkuntza balitz moduan ikasi dute euskara, euskarari baliorik erantsi gabe.

Labur esanda, haur eta gazteen euskararen erabilera handitu nahi bada, euskararen gaitasuna handitu beharko da; eta horretarako, euskara erabiltzeko eremu gehiago eskaini beharko dizkiegu, Lionel Jolyk zion bezala, hizkuntza ezin baita barneratu erabiltzen ez bada.

HEZIKETA FISIKOA ETA HIZKUNTZAREN ARTIKULAZIOA

Gizartean Heziketa Fisikoa jarduera fisikoarekin eta mugitzearekin erlazionatu izan da. Haur eta gaztetxoek behar fisikoak asebetetzeko gunetzat soilik jotzen da gehienetan, neska-mutikoen aisialdi hutsera bideratua. Jakin badakigu testuinguru eta baldintza paregabeak ematen dituela Hezkuntza Fisikoko klaseak ikaskuntza motorra errazteko eta garatzeko orduan. Izan ere, ikaskuntza motorra ahalbidetuko duen abilezia edo trebetasun instrumentala garatzeko aukera ematen du Heziketa Fisikoak, mugimendua eta hobekuntza motorra perfektionatu edo hobetuko dituenak (Cerezo et al, 2008). Halere, Heziketa Fisikoak ez luke soilik alderdi motorra bete beharko, Txileko Hezkuntza Ministerioak (2005) esaten duen bezala, jakintza arlo hau ez

litzateke soilik garapen fisikoarekin erlazionatu behar; garapen afektibo, sozial, moral eta espiritualak ere kontuan hartu beharko lirateke, horrela garapen integrala bultzatuko bailitzateke. Era berean, Heziberri (2019:103) programak honela definitzen du konpetentzia motorra: “ Autonomiaz, izaera kritikoz, sormenez eta adierazkortasunez lantzea, norberaren gainerako pertsonen eta ingurune fisiko eta kulturalen jardun-eremu motorreko egoerak, eta jokabide motorra lantzen laguntzen duten jakintzak, prozedurak eta jarrerak barneratzea, jarduera fisikoa eta kirola egiteko ohiturak hartu eta, bizimodu osasungarri batean oinarrituta, ongizate osoa lortzen laguntzeko”.

Hori horrela, baieztatu daiteke garapen integrala ez dela mugimendu hutsarekin lortzen. Praxiologia Motorraren ikuspegiak dioenez, garapen integrala bereganatzeko bide horretan, oinarritzko eta ezinbesteko gaitasuna da jokabide motorra lantzea (Parlebas, 2008). Hau da, ikasleei proposatzen zaizkien ekintza motor arbitrario horiei zentzua eta nahitasun espezifikoko batekin jokatzeko gaitasuna lortzea, alegia.

Argiro baieztatu daiteke jokabide motor ororen bitarteko nagusietako bat hizkuntza dela, ahozko hizkuntzak motrizitatean erregulazio-funtzioa egiten baitu eta jarduera fisiko kolektiboetan sortzen diren negoziazio prozesuetarako ere funtsezkoa baita (LLeixá, 2007). Vaca Escribanok (2008) dioen bezala, Heziketa Fisikoko saioetan nahitaezkoak dira hitz egitea, entzutea eta elkarrizketak izatea. Beraz, Heziketa Fisikoko saioetan gaitasun linguistikoak lantzeko eta bereganatzeko aukera bermatzen du eta hizkuntza bat modu espontaneo edo naturalean hitz egiteko abagunea ematen digu.

Hori dela eta, Heziketa Fisikoko saioak arrakastatsuak izan daitezkeen hizkuntzari ezinbestean erreparatu behar zaio. Coelho-ren (2004) esanetan, jakintza arlo bakoitzak, bere hiztegi propioa du eta hiztegi espezifikoko hori bereganatzea ezinbestekoa da jakintza horretako edukiak bere egiteko prozesuan. Haatik, jakintza arlo ororen barruan, diziplinartekotasuna lantzeko aukera

gara daiteke, hizkuntza eta jakintza arloak banaezinak baitira (Jaubert eta Rébère, 2000). Ildo beretik, Sainz Osinagak, Azpeitiak, Garrok eta Sagastak (2011:17) zera diote:

Eskolako ezagutzak (jakintzak) eraikitzeko, ezinbestekoa da, beste hainbat gauzaren artean, diziplina bakoitzaren berariazko hizkuntzaren ahozko eta idatzizko gaitasunak garatzea.

AURREKO IKERKETA ENPIRIKOEN ERREBISIOA

Heziketa Fisikoaren eta bertan gertatzen den ahozko hizkuntzaren trataeran inguruko ikerketei dagokienean, esan beharra dago lan edo ikerketa kopurua nahiko murrizta dela. Hala ere, hona hemen esanguratsuak diren hainbat autoreen ikerketak.

Lehenik eta behin, kontuan hartu beharrekoa da Ron-en (2003 in Goicoechea 2015) ahozko komunikazioari buruzko ikerketa. Autore honek dioena da Heziketa Fisikoko edozein praktika egiterako garaian, bi elementu nagusi bereizten direla: alde batetik, azalpena, ekintzaren, keinuaren edota egoeran azalpena, hain zuzen; eta bestetik, azalpen horri lagunduko dion eta osagarria den demostrazioa (partziala, erabatekoa edo globala). Bi elementu horiek, egin behar denaren erreferentzia izango dira eta errealitatea aztertzeko balioko dute.

Ried-ek (2010, in Goicoechea 2015) Heziketa Fisikoko irakaslearen hizkuntzaren trataera ikertu du. Irakaslearen ahozko mintzairaren esku hartzea eta azterketa egin du, Heziketa Fisikoak dituen ezaugarri espezifiketatik abiatuz (ikas tokiaren egoera eta ikasleek duten mugimenduarekiko askatasun handiagoa). Bere esanetan, Heziketa Fisikoan erabiltzen den ahozko hizkuntzak, hitzekoa ez den mintzairak baino pisu handiagoa du, hau da, Heziketa Fisikoan gorputz hizkuntzak indar handiagoa du hitzeko hizkuntzak baino. Hala ere, ahozko hizkuntzak berebiziko garrantzia duela azpimarratzen du. Izan ere, dimentsio propiozeptiboa jakintza arlo honetan bakarrik gertatzen da eta ikasleak beraien erara adierazteko behar-beharrezkoa da baliabide egokiak ematea.

Heziketa Fisikoko saioetan, beste diziplina gehienetan kontutan hartzen ez diren elementuak agertzen dira, elementu propiozeptiboak, hain zuzen. Ikasleen kontzientzia maila altuagoa lortzea nahi bada, (ez dago gaitasun motorrarekin erlazionatuta egon beharrik derrigorrez), egiten diren ekintzen gaineko hausnarketa kritikoa egin behar da, eta ahozko komunikazioa ordezkazina da zeregin horretan.

Ried (2010, in Goicoechea 2015) Jakobsonen ikerketan oinarritzen da zera esaterakoan: hizkuntzaren erabilera ezin da mugatu informazio erreferentzialak soilik ematera. Hizkuntza berbalak hainbat alderdi eskaintzen ditu eta irakaslea alderdi horietaz konturatzen bada, hizkuntzak ematen dituen ahalmen espresiboak hobeto erabiltzeko gaitasuna izango du.

Ikerlari horren datuen sistematizazioari erreparatzen badiogu, ondorioztatzen da Heziketa Fisikoko irakasleen parte-hartzea, feedback-arekin eta transferentzia positiboarekin daudela erlazionatuta; baina, aitortzen du ikerlariak ez dela erregistratu ikasleen hitzeko azalpenik eta gogoetarik egin beharreko ariketa edo mugimenduaren inguruan. Hortaz, Heziketa Fisikoa arloko hainbat helburu eskuratzeko gabezia sumatzen da. Hezkuntza eta Kultura Zuzendaritzan (2011:40) ere hauxe irakur daiteke:

Se hace necesario propiciar la comprensión acerca del hacer corporal y motriz en vinculación con diversos factores que han condicionado las prácticas corporales y motrices a lo largo del tiempo. Por tanto, es necesario proponer que en las prácticas motrices los estudiantes den explicaciones de lo que perciben, ven o entienden para poder comunicar esas sensaciones, percepciones, interpretaciones y conceptualizaciones de manera oral o escrita.

Ried-ek (2010, in Goicoechea, 2015) aitortzen du momentu bakoitzak hizkuntzaren egokitzapena eskatzen duela: erregistro arrunta libertimenduzko jolasetarako, erregistro formala kontzentrazioa eta arrazoiketa eskatzen duten ariketetarako eta terminologia teknikoa ariketen erregela edo arauak ezartzeko. Beraz, bere ustetan, Heziketa Fisikoko irakaslea ezin da informazio tekniko edo aginduak ematera mugatu.

Bestalde, Dubrovsky, Iglesias, Farías, Martín eta Saucedok (2001, in Goicoechea 2015) irakasle-ikaslearen interakzioa aztertu dute. Bertan, irakasleak ezagutza ezberdinak transmititzeko eta eraikitzeko erabiltzen dituen prozedurak azaltzen dira. Zehazki esateko, ikasleei eskaintzen zaizkien laguntza mota ezberdinetan oinarritzen dira. Laguntza mota horiek honakoak dira:

- Ikasleei pistak edo laguntza txikiak ematea galdera sinpleen bitartez. Laguntza hauen helburua da ikasleak zuzentzea edo bideratzea, erdietsi nahi den informazioa lortze aldera.
- Galderak egiten dituzten ikasleak bideratzea, beraien galderen inguruan hausnartu eta erantzuna bilatzeko. Interakzio mota honetan, kontragalderak egitea estrategia posible bat izan daiteke.
- Ikasleak emandako erantzunaren baieztapena. Atal honetan, klasean egin denaren eta esan denaren laburbilketa egiten da.
- Ikasleak burutu behar duten zereginaren adierazpen garbia eta zehatza egitea.
- Burutu behar diren ekintzen sekuentziak modu esplizituan adieraztea.

Jakina da edozein jakintza arloren oinarrian dagoena komunikazio hizkuntzaren kompetentzia dela, beraz, Heziketa Fiskoa arloaren ardatz nagusia ere bada. Baina, horretarako hizkuntza erabiltzeaz gain, ondo erabiltzen ikasi behar da, edo beste era batean esanda, testuinguru desberdinetan hizkuntzaren bidez elkar eragiten ikasi behar da behar pertsonalak, profesionalak eta sozialak asetzeko. (Alías Gallego, 2011)

Jarduera motorea erabiltzen denean beste ikasgai batzuk ikasteko, ikasgaia eta haurraren arteko elkar ekintza osoagoa izango da eta inplikazioa ere handitu egiten da. Errazago ikasten da ekintzaren bitartez eta horrek eragin dezake heziketa fisikoko irakasleen eta gainerako irakasleen arteko lotura areagotzea, batez ere kontzeptu akademiko konplexuei aurre egiterakoan. (Alías Gallego, 2011)

Hainbat estrategia erabil daitezke hizkuntza komunikazioaren kompetentzia hobetzeko Heziketa Fisikoko arloan. Hauek Mendez-Gimenez eta lag.ek (2009) proposatzen dituztenak:

- Nabarmendu ahozko zein idatzizko edukiak jarduera eta jolasen bidez
- Jolasean oinarritutako hizkuntza errelatoak sortzea
- Idatzizko lanak edo muralen erakusketa egin eta azaldu
- Irakurketa osagarriak egin ikasgaiarekin lotutako hainbat gairen gogoeta bultzatzeko: dopina, ezgaitasuna, kirola, lehiaketa, joko arauak,...
- Idatzizko baliabide anitzak erabili: apunteak, posterrak, kartelak, aurkezpenak, eskemak...
- Klaseko ekintzei buruzko txosten periodistikoak egin
- Elkarrizketa bat egin epaileren bati, kirolari bati, kirolari ohi bati...

IKERKETA ENPIRIKOEN SINTESIA

Egileak: Goicoechea, Maria Victoria	
Urtea: 2015	
Tokia: San Carlos de Bariloche, Patagonia, Argentina	
Helburua	Ondorioak
Lan honek Heziketa Fisikoko irakasleen hizkuntza erabilera aztertzen du, ahozko komunikazioa oinarri izanik. Horretarako, klaseetan ematen diren ahozko interakzioak biltzen dituen analisisa egiten da.	<p>Artikulu honetan ondorioztatzen da, heziketa fisikoko irakaslearen komunikatzeko moduak, izugarri baldintzatzen duela ikaslearen egin beharrekoa. Hori kontuan izanda, hezitzaile askok jarduera edo ariketa bat azaltzerakoan, ahozko komunikazioa akzio motorrarengatik ordezkutzen dute. Autore honen ustetan, hezitzaile fisikoko irakasleak, demostrazio motorra egin aurretik, egin beharrekoa azaltzeko alderdi teorikoa menderatu behar duela azpimarratzen du.</p> <p>Bestalde, ikasleek izan ditzaketen pertzepzio, zailtasun edo sentimenduen gaineko datu-bilketarik egiten ez dela adierazten du, eta horrek zaildu egiten du haur eta gazteen garapena.</p>

Taula 3: Ikerketa enpirikoen sintesia

Egileak: Alias Gallego, Diego	
Urtea: 2011	
Tokia: Extremadura, Espainia	
Helburua	Ondorioak
<p>Lan honek Heziketa Fisikoa ikasgaia oinarri izanik, Hezkuntza sistemako oinarrizko kompetentziak erdiesteko estrategiak eskaintzen ditu.</p> <p>Artikulu honetan kompetentzia linguistikoa eta motorra dira aztergai nagusiak.</p> <p>Horrez gain, oinarrizko kompetentziak modu globalean eskuratzeko, ikasgaien arteko lan interdiziplinarra beharrezkoa dela azpimarratzen da.</p>	<p>Alias Gallegok dio komunikazioa eta sorkuntza (egitea) Heziketa Fisikoa arloko bi alderdi garrantzitsuenetakoak direla. Ahozko eta idatzizko hizkuntzak, beste lengoia espresiboekin batera (korporala, plastikoa, musikala), arlo honetako komunikazio tresna gisa erabiltzen dira eta beraz, ikasgai honek kompetentzia honen garapean lagundu beharko luke.</p> <p>Egiteko horretan, jolasa eta ipuin motorra baliabide paregabeak dira, ikasleen interes eta motibazioa pizteko bai eta irakurketa eta hizkuntzarekiko gogoia sustatzeko ere.</p> <p>Horrez gain, Alias Gallegok zera dio oinarrizko kompetentzien inguruan: “Las competencias básicas no son patrimonio exclusivo de una materia del currículo sino de todas de manera compartida e integrada”. Hori horrela, ikasgaien arteko dinamika indibidualista moztu behar dela dio Aliasek eta lan interdiziplinarra oinarri izango den proiektu berrien beharra azaltzen du.</p>

Taula 4: Ikerketa enpirikoen sintesia

Egileak: Méndez Giménez, Antonio; López-Téllez, Gloria; Sierra eta Arizmendiarieta, Beatriz	
Urtea: 2009	
Tokia: Oviedo, Espainia	
Helburua	Ondorioak
Lan honek Heziketa Fisikoa ikasgaia eta oinarrizko kompetentzietako edukiak artikulatzeko eredu eta estrategiak plazaratzen ditu, irakaskuntza interdiziplina ahalbidetuko duen proposamena eskainiz.	<p>Heziketa Fisikoa ikasgaiak desabantaila ugari ditu oinarrizko kompetentziak modu globalean biltzeko, alde batetik, ikasgai honek hezkuntza mailan duen garrantzia eskasa kontuan hartuta, eta beste aldetik, ikasgai honi astero eskaintzen zaizkion ordu kopuruari erreparatzen badiogu. Hala ere, Heziketa Fisikoa ikasgaiak lan interdiziplinarra modu planifikatuago batean prestatzea ahalbidetu dezake, indarrean dagoen legediak askatasun handiagoa ematen baitio Heziketa Fisikoari eduki ezberdinak planifikatzerako garaian.</p> <p>Bukatzeko, autore hauek sintesi gisa zera azpimarratzen dute: oinarrizko kompetentziak bilduko dituen lan interdiziplinarra egiteko, denbora eta planifikazio zorrotza egitea beharrezkoa dela. Modu interdiziplinarrean lan egitean, galdera askori erantzuna eman beharko diete, esaterako: unitate ezberdinak nola eta noiz implementatu, zer eduki integratu, nondik jaso informazio eta baliabideak...</p>

Taula 5: Ikerketa enpirikoen sintesia

HEZIKETA FISIKOAREN ALDERDI MOTIBAZIONALA

Baina, zergatik saiatu euskara bezalako hizkuntza gutxitua eta Heziketa Fisikoa ikasgaia artikulatzen? Bada, Heziketa Fisikoak ikasleen motibazioan eragina duten hiru behar unibertsalak (autonomia, kompetentzia eta harremanak) betetzeko askatasun handiagoa ematen baitu beste ikasgai askorekin konparatuz gero, eta ikasleen euskalduntze prozesurako onuragarria izan daiteke bai eta ikasgai beraren edukiak hobeto barneratzeko ere.

Motibazioaren inguruan, Deci eta Ryan (2000) ikerlariak aipatutako hiru behar psikologikoen gaineko ikerketa aztertu behar da, "autodeterminazioaren teoria" deritzona. Teoria honek zera dio: giza portaera hiru behar psikologiko unibertsal zein primarioen asebetetzeak motibatzen duela: autonomia, kompetentzia eta besteekiko harremanak, hain zuzen ere (Deci & Ryan, 2000). Behar hauek bitarteko psikologikotzat jotzen dira eta eragin zuzena izango dute motibazio mota ezberdinetan bai eta gizabanakoaren izaeran, aspektu afektiboetan etab. Deci eta Ryanek (1991) hiru behar psikologiko horiek aditzera ematen dituzte eta bakoitzaren inguruko esanahi eta kontzeptualizazioa egiten dute. Autonomiaren baitan, banako oro ekintza burutzen duen eragile izateko esfortzua hartzen da kontutan, pertsona beraren ekintzen jatorri edo abiapuntu sentituz eta norberaren izaera eta portaera determinatzeko beharrezkoa den indarra izanez. Kompetentziaz hitz egiten denean, erantzun ezberdinak kontrolatzean eta efikazia edo eraginkortasuna esperimendatzea esan nahi du. Eta azkenik, besteekiko harremanak, erlazionatzeko edo harremanak izateko esfortzuari eta besteenganako ardurari egiten dio erreferentzia, eta aldi berean, gainontzeko ikasleek pertsona horrekin izan dezaketen harremana egiazkoa edo benetakoa dela sentitzea, mundu sozialaren inguruko satisfakzioa esperimendatuz.

Oinarrizko behar psikologiko bakoitzak ezinbesteko eginkizuna du banako oroaren garapenean eta esperientzia optimoan, baita egunerokotasuneko ongizatean ere (Ryan & Deci, 2000); beraz, behar psikologiko hauetako bat zapuztuta badago, hauteman daiteke ondorio negatiboak izango

direla. Zentzu honetan, hainbat ikerketa burutu dira Hezkuntza eremuan (e.g., Barkoukis, Hagger, Lambropoulos, & Tsorbatzoudis, 2010; Méndez-Giménez, Fernández-Río, & Cecchini-Estrada, 2013) non behar psikologikoen satisfazioaren garrantzia plazaratzen den eta honek Heziketa Fisikoa arloan duen indar motibazionala goraipatzen duten. Moreno, Lopez de San Román, Martínez Galindo, Alonso eta González-Cutre-k (2000:1) zera diote:

Divertirse y moverse son necesidades inherentes a todo ser humano que se convierten en motivos de carácter intrínseco que suscitan sentimientos de interés y de aptitud hacia la actividad física.

Beraz, euskara bezalako hizkuntza gutxitu batentzat, Heziketa Fisikoko saioak euskararen gaitasun linguistikoak eta komunikazioa bultzatzeko espazio paregabeak izan daitezke, ikasleen motibazio intrintseko hori erabil baitaiteke hizkuntzaren mesedetan. Eta hori gutxi balitz, Heziketa Fisikoa arloan hizkuntzaren trataera bultzatuz, jakintza arlo honen edukien barneratzea esanguratsuagoa izan daiteke.

PROPOSAMEN DIDAKTIKOA

Heziketa Fisikoa jakintza arlotik abiatuta, DBHko 1. zikloko ikasleen euskararen gaitasunean eta erabileran eragiteko eta, bide batez, Heziketa Fisikoari garrantzia handiagoa emateko, proposamen didaktiko bat gauzatuko dut. Lehenik eta behin, proposamen didaktikoa justifikatuko dut; ondoren, proposamen didaktikoaren diseinua egingo dut; amaitzeko, proposamen didaktikoa bera aurkeztuko dut.

PROPOSAMEN DIDAKTIKOAREN JUSTIFIKAZIOA

HEZIBERRIko (2020:103), Oinarrizko Hezkuntza Curriculumean zera irakur dezakegu:

Autonomiaz, izaera kritikoz, sormenez eta adierazkortasunez lantzea norberaren, gainerako pertsonen eta ingurune fisiko eta kulturalaren jardun-eremu motorreko egoerak, eta jokabide motorra lantzen laguntzen duten jakintzak, prozedurak eta jarrerak barneratzea, jarduera fisikoa eta kirola egiteko ohiturak hartu eta, bizimodu

osasungarri batean oinarrituta, gorputzaren eta norberaren alderdi fisiko eta emozionalen ongizatea lortzen laguntzeko.

Hori da, hain zuzen ere, konpetentzia motorrari buruzko ikuspegi orokorra. Beraz argi eta garbi ikus dezakegu, Heziketa Fiskoa jakintza gaia ez dela mugatzen ekintzak egitera, baizik eta, zeharka beste hainbat jakintza arlo eta konpetentziarekin elkarloturik doala.

Horrela, bada, asmoa ez da proiektu honetan Heziketa Fisikoko jarduera soilak proposatzea; baizik eta, Heziketa Fisikoko saioen bitartez, ikasleen konpetentzia komunikatibo-linguistikoa indartzea. Heziketa Fisikoaren bitartez konpetentzia komunikatibo-linguistikoari egingo zaion ekarpena nabarmena izango da, izan ere, hitz egitea, entzutea, sentsazioak eta sentimenduak adierazteko jardutea, harremanak sendotzea, izandako esperientziak partekatzea, gatazken irtenbideak topatzea, norberaren iritzia ematea eta entzutea... Heziketa Fisikoaren saioetako elementu gakoak dira (Escribano, 2008). Eta abagune hori aprobetxatzea interesgarria izan liteke Heziketa Fiskoa arloa sendotzeaz gain, arlo horren bitartez ikasleen euskararen gaitasuna eta erabilera handitzeko ekarpena egiteko.

Bestalde, arestian aipatu den bezala, eta hainbat datu soziolinguistikok hori diote, euskara nahiz eta pertsona gehiagok jakin, nahi baino askoz gutxiago erabiltzen dela gizarteko eremu guztietan, baita eskola bezalako (nagusiki) eremu formaletan ere. Beraz, HF jakintza arloak eskolan duen izaera ez-formala eta era berean, saio horietan hizkuntza eta komunikazioari garrantzia handiagoa emateak, hizkuntza beraren atxikimenduan eragin dezake.

PROPOSAMEN DIDAKTIKOAREN ESTRATEGIAK

Diziplinen arteko proiektu bat garatzea Hezkuntza Fisikotik abiatuta.

Heziketa-proiektu bat da testuinguru jakin batean prestakuntza eta ikaskuntza helburu batzuk lortu nahi dituen proposamena. Beraz, proiektu bat ez da ekintza, jarduera edo aktibitate solteez osatutako multzo edo unitate bat. Hori baino gehiago da. Proiektu batek galdera bat izan dezake abiapuntu edo, egoera baten inguruko iritzi bat edo, kirolari buruz entzundako baieztapen

deigarri bat... eta galdera horren inguruko erantzun posibleak aurkitzea da helburu nagusia. Horregatik, egiten diren jarduerak eta ekintzek zentzua izan behar dute, egunerokotasuneko gertaerekin zerikusia izan behar dute, ikaskuntza esanguratsua izango bada.

Hainbat estrategia hizkuntza komunikazioa hobetzeko

Gureak bezalako hizkuntza gutxituak, gutxitu ez izateko, hutsune asko bete behar ditu. Oinarri teorikoan aipatzen den bezala, gaztetxoek euskaraz jakin arren, ez dute behar beste erabiltzen. Horrelako proiektuen bidez aprobetxatu beharko litzateke espazio esanguratsuagoak eskaintzeko euskara erabiltzeko eta euskararen gaitasuna handitzeko. Horregatik, hainbat estrategia erabil ditzakegu hizkuntza komunikazioa hobetzeko. Hauek estrategia proposamen batzuk:

- **Nabarmendu ahozko zein idatzizko edukiak jarduera eta jolasen bidez.**

Jolasa ikasteko berezkoa dugun baliabide garrantzitsuenetako bat da (garrantzitsuena ez bada), inguratzen gaituenaz jabetzeko eta esperimintatzeko gaitasuna ematen digu, eta hori guztia, modu atsegina eta dinamikoan. Beraz, ikaskuntza esanguratsua eskuratzeko jolasa erabiltzea egokia izan daiteke, jolas guztietan bezala, motibazioak, desioak, erronkak, sormena, trikimailuak agertzen baitira.

Fernandezek (1997) dioen bezala: "La psicología cognitiva insiste en el papel del juego en el desarrollo del niño, tanto desde el punto de vista psicomotor, como afectivo, social, cognitivo y lingüístico".

Hizkuntzaren ezagupen eta erabilpenerako bitarteko eraginkorra da jolasa, estrategia ugari eskaintzen eta baimentzen baititu. Ondorengoak izan daitezke ekarpenetako batzuk:

- Lagungarriak dira familiartasun, kiroltasun, erlaxazio edota dibertsiozko giroak sortzeko, bai eta inhibiziorik gabe adierazteko ere.

- Jolasak hizkuntza modu dibertigarri eta modu askotarikoan erabiltzeko aukera ematen du.
- Sormena pizten dute proposatzen diren egoerak konpontzeko, eta horrela, hizkuntzaren ikaskuntzaren alderdi sortzaileari balioa ematen zaio.
- Aktibo egotea eta norberaren ikaskuntzari buruzko arduraren eragiten du.
- Adierazle linguistikoak barneratzeko behar den errepikapena ahalbidetzen dute. Esan bezala, adierazle ezberdinak barneratzen eta erabiltzen laguntzen dute, motibazio eta desinhibizio handiagoa sortu ez ezik, jolasetan mekanismo kognitibo eta sentsorial anitzek esku hartzen dutelako.
- Jolasen bitartez irudimena piztu dezakegu, eta irudimen hori erabili daiteke beste arlo, egoera edo testuinguruak simulatzeko.
- Benetako komunikazio-interakzioa garatzeko oinarrizko baldintzak betetzen dira. Jokoetan, normalean, ezagutzen ez den zerbait aurkitu, bilatu edo asmatu behar da; horretarako, nahitaezkoa da kasu bakoitzean jolasak eskatzen dituen datuak/informazioa eskatu eta ematea, eta jolasa jarraitzeko eta helburua lortzeko nahikoak diren ala ez baloratzea.
- **Kirolean oinarritutako hizkuntza kontakizuna sortzea ahoz zein idatziz, eta horien inguruko eztabaidak eta elkarrizketak sustatzea.**

Ahozko komunikazioa garatzeko, komunikazio espontaneo eta arbitrarioa ez da nahikoa (bat-batekoa eta helburu zehatzik ez duena). Ahozko gaitasun konplexuak garatu behar dira, eta ikasleek ez dute ia aukerarik eguneroko hartu-emanaren bidez, konbentzio sozialek egituratzen dituzten komunikazio formak menderatzeko. Konbentzio sozial horien artean leudeke, elkarrizketa, hitzaldia, kontakizuna eta debatea (Dolz, 1994). Konbentzio hauek, ezinbestekoak izango dira ikasleen egunerokotasunerako eta bizitza sozialerako, bai eta gure gizartearen funtzionamendu sozial eta demokratikoa bermatzeko.

Bourdieu-ren (2016) ustetan, ikasle askorentzat, bigarren sozializazioa (hau da, eskola bidezko sozializazioa) izan daiteke aukera bakarra gaitasun linguistiko horiek eskuratzeko. Are gehiago, Dolz, De Pietro eta Schneuly (1997) ikerlariek zera diote mintzaira eta eskola porrotaren

inguruan: “Badirudi eskola porrotean dauden ikasleen portaerak lotura daukala, batetik, ahozko mintzaira eta mintzaria idatzia objektibizatzeko zailtasunarekin, eta bestetik, mintzaira ikasgarria den objektu bezala ikusteko beharrezkoa den distantzia hartzeko zailtasunarekin”.

- **Kirol jarduerak aurkeztea, jarduera bitartean egindakoez gogoeta egitea, ondo egindakoei eta hobetu beharrekoei buruz hitz egitea, emozioen gaineko hausnarketa egitea...**

Gorputz Hezkuntza da Hezkuntza Sistemako ikasgai bakarra non giza gorputzaren eta bere mugimenduaren tratamendu pedagogikoa egiten den. Baina, arraroa badirudi ere, gaur egun Heziketa Fisikoko saio askotan (bai eta beste ikasgaietan ere), gorputzaren beraren hainbat alderdi ukatzen dira, historikoki barneratua izan baita gorputzaren ikuspegi dualista (arima eta gorputz fisikoaren banaketa). Hori horrela, Merleau-Ponty (2000 in Soto eta Vegas 2019:414) ikerlariak gorputzaren ikuspegi monista azpimarratu nahi du:

Percibir la realidad es tornar presente cualquier cosa con la ayuda del cuerpo. No estamos delante del cuerpo, sino en él: somos nuestro cuerpo. Nacemos con un cuerpo que se transforma, se adapta y conforma una corporeidad a través de la experiencia incluyendo la acción, las emociones, los pensamientos y la percepción sensorial. Este proceso se desarrolla a lo largo de toda la vida y termina con la muerte, cuando se abandona la corporeidad para acabar siendo simplemente cuerpo.

Hori kontuan izanda, Gorputz Hezkuntzaren bitartez giza gorputza hezten ari al gara egiatan? Paradoxikoa da Heziketa Fisikoko saioetan giza gorputzaren esentzia alienatzen aritzea, baina, betidanik oinarritu izan da Heziketa Fisikoa teknika eta trebetasun fisiko espezifikokoak transmititzera, giza gorputza makina bat izango balitz bezala tratatzera (Fernández-Balboa & Prados, 2014; Wright, 2000), hezkuntza-ikuskeraz zabalago batek eskatzen dituen hainbat dimentsio alde batera utziz (Devis & Peiró, 2011), esaterako, alderdi espresiboa, emozionala, sortzailea edo erlazionala (Grasso & Erraumospe, 2005).

- **Irakurketa osagarriak egitea ikasgaiarekin lotutako hainbat gairen gogoeta bultzatzeko: dopina, ezgaitasuna, kirola, lehiaketa, joko arauak...**

Irakurketa gizabanako ororen ikaskuntza prozesuko baliabiderik garrantzitsuenetakoa da. Irakurketaren bidez jakintza teorikoak barneratu ez ezik, baliagarria da errealitate ezberdinak ikusteko eta kontuan hartzeko, pentsamendu logikoa zein sormenezko pentsamendua areagotzeko edota adierazteko gaitasuna hobetzeko.

Beraz, irakurketa tresna pedagogiko ukaezina da, pertsona ororen gaitasun intelektuala garatzeko, eta orokorrean, pertsona independente eta kritikoak sortzeko. Haatik, Heziketa Fisikoko saioetan ere irakurketa osagarriak eta gogoetak egitea estrategia interesgarriak izan daitezke, ikasgaiak bete behar dituen eskakizunak modu integralean lantzeko, eta goiko atalean aipatu dugun gorputzaren ikuspegi dualista alde batera uzteko.

- **Idatzizko lanak edo muralen erakusketak eta aurkezpenak egitea (gaiaren teatralizazioak eginez, muralean proposatzen dena akziora eramanez...)**

Ikasleak produzitzen edo egiten duena, egunerokotasunean edo gizartean baliagarria izango zaiola esperimintatu behar du, hau da, egiten ditugun jarduerak zerbaitetarako balioko digutela ikusi eta sentitu behar dugu; esaterako, kalkulu matematikoetan trebatzea merkatura/dendara joan eta dirua kontatzen jakiteko, entrenamendu saio gogorrek egitea lasterketa batean marka konkretu bat gainditzeko...

Ez bada eraginkortasunik esperimintatzen, jarduera hori egiteko motibazioa zapuzten da (Decy eta Ryan, 2000). Hori horrela, "a priori" aspergarriak izan daitezkeen gaiak interesgarri egin nahi badira; esaterako, euskararen lexikoa handitzea, irakurketaz gozatzea, ahozkotasuna garatzea... Beraz, estrategia motibagarrien eta eraginkorren beharra oso garrantzitsua da egiten denari esanahi handiagoa emateko.

Estrategia konkretu honekin, ikasleak ez du soilik idatzizko gaitasuna garatzen berari gustatzen zaion gaia paper edo mural baten gainean irudikatuz, baizik eta gainontzeko ikaskideek egindako lana baloratzeko, ebaluatzeko eta aintzat hartzeko balio du, bai eta idatzizko hizkuntzaren alderdi komunikatiboa balioan jartzeko ere. Eta horri guztiari, mugimendua edo ariketa fisikoa gehitzen bazaio, (pertsonek berezko jardura motibagarria) teatralizazioen bitartez edo jardura fisiko ezberdinen bitartez, are eta esanguratsuagoa izan daiteke hizkuntza baten ikaskuntza eta erabilera.

- **Elkarrizketak egitea epaile, kirolari, kirolari ohi, kirol esatari, kirol mediku, fisioterapeutei... kirolari buruzko ikuspegi ezberdinez jabetzeko eta giza balioak sustatzeko.**

Estrategia honen bitartez ahozko eta hitzezko komunikazioa garatzeaz aparte, jardura fisikoak gure bizitzan duen garrantziaz jabetzeko balio dezake. Halaber, curriculumeko Hizkuntza eta Literatura jakintza arloko beste eduki bat barneratzen lagun dezakegu; alegia, elkarrizketa bezalako testu-generoa.

Bestalde, edozein haur edo gazteren kirol-erreferenteen aurrez aurreko solasaldiak oso motibagarriak eta esanguratsuak izan daitezke jardura fisiko eta kirola praktikatzeko eta, agian, hain gustuko ez duten ikasleentzat ere erreferentziako pertsona horien esanak erakargarriak suerta dakieke jardura fisiko eta kirola aurrerantzean beste ikuspegi batekin jokatzeko.

Halaber, horrelako pertsona erreferenteei egindako elkarrizketen bitartez, kirolak, gizartean oso barneratuta dauden balio konpetitiboak bultzatzeaz gain, beste giza balio batzuk transmititzeko balio dezakeela ikus dezakete: lankidetzak, esfortzua, dedikazioa, gozamina, arauetiko errespetua, gorputzaren zainketa, higiena, jan ohiturak. Hauxe da hain zuzen ere, Amat eta Batallak (2000:2) esaten dutena:

Desde nuestro punto de vista hay muchos valores que pueden trabajarse mediante la práctica deportiva. Sin ánimo de ser exhaustivos, podemos hablar de valores utilitarios o ligados a la organización del trabajo (el esfuerzo, la dedicación, la entrega, etc.), de valores relacionados con la salud (el cuidado del cuerpo, la consolidación de hábitos alimentarios o higiénicos correctos, etc.) y de valores morales (la cooperación, el respeto de las normas, etc.).

- **Ikastetxeko blogean, klaseko jardueri buruzko txosten periodistikoak egitea, jardueren nondik norakoak azalduz, emozio eta sentimenduak txertatuz...**

Estrategia honek bi helburu nagusi ditu: batetik, ikasleek Heziketa Fisikoa ikasgaiaren bitartez hizkuntza erregistro ezberdinak garatzen ikastea, eta bestetik, irakaslearentzako baliagarria izan daitekeen feedbackaren erregistroa egitea.

Heziketa Fisikoko ikasle bakoitzak, bere gaitasun motorraz eta gaitasun potentzialaz ohartu behar du, hau da, egin dezakeenaren eta egitera irits daitekeenaren erreferentzia izan behar du, aspektu kuantitatibo, kualitatibo, tekniko zein taktikoen inguruan (Fernandez, 2002). Egiteko horretan, feedbacka da erreferentzia gisa erabiltzen den baliabideetako bat. Feedbackaren bidez, ikasle bakoitzaren konpetentzia motorea optimizatu daiteke eta ikaslearen ikaskuntzan eragin handia izan dezake. Beraz, Heziketa Fisikoko irakasleak feedback egokia inplementatu behar du. Fernandez (2002:1) ikerlariaren ustetan:

La misión del feedback es aumentar el nivel de habilidad consciente del sujeto. La habilidad consciente podríamos conceptualizarla como la capacidad de autoestablecer objetivos alcanzables y reales. Si un sujeto pudiera realizar en cualquier momento un gesto técnico, una habilidad especializada, o una destreza, sin una intención previa, sin una lógica motriz, sin una decisión inicial, realmente dicha competencia motriz no está afianzada en el acervo motor, en el repertorio del sujeto.

Egiteko horretan, ikasleen jarrera banan-banan behatzea eta erregistratzea ia ezinezkoa egiten zaio irakasleari ohiko saio batean. Fenomeno horren zergatia hainbat arrazoiengatik izan daiteke: gertaeren azkartasunarengatik, gertaerak ulertzeko zailtasunarengatik, jarrera erregistratzeko erabiltzen den tresnaren konplexutasunarengatik...

Feedback pertsonalizatu eta zehatza egin nahi bada, gertaeren erregistroan lagunduko duten eta jarrera/gertaerak aldatuko ez dituzten tresnak behar dira, behaketa hutsean oinarritzen diren erregistroen errore eta akatsak saihesteko (Fernandez, 2002).

Horretarako, behaketa zuzena erabili ez ezik, etengabeko behaketa erregistroaren garrantzia azpimarratzen du Fernandezek (2002), non teknologia berriak (bideo-grabaketak, informatika bidezko iritziak, biofeedbackak...) aukera paregabea ematen diguten erregistratu gabeko ekintza edo iritziak kontua hartzeko.

- **Heziketa Fisikoaren bidez euskaraz adierazten den kultura (musika, bertsolaritza, dantza, antzerkia, herri-kirolak...) gehiago ezagutzea eta praktikatzea.**

Edozein hizkuntzaz jabetzeko ez da nahikoa hizkuntza horren gramatika, lexikoa, hizkuntza arauak... menderatzea. Edozein hizkuntza ikasteko ezinbestekoa da erabiltzea. Horrekin batera, kultura bada hizkuntza horretan adierazten den adierazpide oro (dantza, antzerkia, zinea, musika, bertsolaritza...), zalantzarik gabe hizkuntza eta kultura elkarrekin joan beharko dira.

Adierazgarriak dira, esate baterako, Miren Artetxe bertsolari eta EHUko ikerlariak esandako hitzak Euskalerrria irratiak (2020) antolatutako hitzaldian:

Bertso-eskoletan, bertsotan aritzeko biltzen dira gazteak, besteak beste. Baina, jarduera honen aitzakian, eta elkarrekiko identifikazioaren bidez, gazteek haien gazte- eta hizkuntza-identitateak ere garatzen dituzte bertan. Euskararen erabileraren, gazte identitatearen eta bertsolaritzaren artean dagoen elkarreragina ezagutzea da nire ikerketaren helburua.

Argi eta garbi ikusten da, beraz, hizkuntza ez dela tresna hutsa, hizkuntza erabiltzeko dela, hizkuntza erabilera eremuak baliatu eta sortu behar direla.

- **Heziketa Fisikoa arloa eta beste ikaskuntza arlo batzuen arteko diziplinartekotasuna bultzatzea.**

Zergatik da garrantzitsua arloen arteko diziplinartekotasuna? Bada, jakintzak beste zentzu bat hartzen duelako, jakintza-arloak ez direlako modu isolatuan agertzen errealitatean, baizik eta elkarrekin uztarturik. Bestalde, modu horretan ikaskuntzak barneratzeak, ikaskuntza hori esanguratsuagoa egingo du, eta ikasleentzako ikaskuntza esanguratsua bada, ikasteko motibazioan ere eragina izango du. Van der Lindek (2007:11) esaten duen bezala:

La interdisciplinariedad puede verse como una estrategia pedagógica que implica la interacción de varias disciplinas, entendida como el diálogo y la colaboración de éstas para lograr la meta de un nuevo conocimiento.

Horregatik, Heziketa Fisikoa arloa beste jakintza arlo batzuekin uztartuz gero, Heziketa Fisikoari garrantzia handiagoa emateaz gain, beste arloek ere beste sendotasun bat lortuko dute, eta ikasleei hain erakargarri egiten zaien Heziketa Fisikoa arlotik abiatuta, gainontzeko jakintza-arloak ere sendotu daitezke.

PROPOSAMEN DIDAKTIKOAREN ESTRATEGIEN SINTESIA

Estrategia	Laburpena
Jolasa, inguratzen gaituenaz jabetzeko eta esperimintatzeko.	<i>La psicología cognitiva insiste en el papel del juego en el desarrollo del niño, tanto desde el punto de vista psicomotor, como afectivo, social, cognitivo y lingüístico (Fernandez, 1997).</i>
Kirolean oinarritutako hizkuntza kontakizuna sortzea ahoz zein idatziz.	<i>Ahozko gaitasun konplexuak garatu behar dira, eta ikasleek ez dute ia aukerarik eguneroko harremanaren bidez, konbentzio sozialek egituratzen dituzten komunikazio formak menderatzeko (Dolz, 1994).</i>
Kirol jardueren inguruko gogoeta egitea.	<i>...betidanik oinarritu izan da Heziketa Fisikoa teknika eta trebetasun fisiko espezifikoak transmititzera, giza gorputza makina bat izango balitz bezala tratatzera (Fernández-Balboa & Prados, 2014; Wright, 2000), alderdi espresiboa, emozionala, sortzailea edo erlazionala albo batera utzita (Grasso & Erraumaspe, 2005).</i>
Kirolarekin lotutako gaien inguruko irakurgaiak bultzatzea.	Heziketa Fisikoko saioetan ere irakurketa osagarriak eta gogoetak egitea estrategia interesgarriak izan daitezke, ikasgaiak bete behar dituen eskakizunak modu integralean lantzeko.
Ikasleak ekoizten dituen idatzizko testuen aurkezpenak egin eta entzun.	Ikasleak ez du soilik idatzizko gaitasuna garatzen berari gustatzen zaion gaia paper edo mural baten gainean irudikatuz, baizik eta gainerako ikaskideek egindako lana baloratzeko, ebaluatzeko eta aintzat hartzeko balio du, bai eta idatzizko hizkuntzaren alderdi komunikatiboa balioan jartzeko ere.
Kirol munduarekin harremana duten pertsonekin elkarriketak.	Kirolarekin lotura duten pertsona erreferenteei egindako elkarriketen bitartez, kirolak, gizartean oso barneratuta dauden balio konpetitiboez gain, beste giza balio batzuk transmititu ditzake.
Ikastetxeko baliabide teknologikoak erabiltzea gertaera, iritzi, ekintzak... erregistratzeko.	Behaketa zuzena erabili ez ezik, etengabeko behaketa erregistroaren garrantzia azpimarratzen du Fernandezek (2002), non teknologia berriek egiteko horretan aukera paregabea ematen diguten.
Heziketa fisikoaren bidez euskal kulturako adierazpideak ezagutzea.	Edozein hizkuntza ikasteko ezinbestekoa da erabiltzea. Horrekin batera, kultura bada hizkuntza horretan adierazten den adierazpide oro (dantza, musika, bertsolaritza...), hizkuntza eta kultura elkarrekin joan beharko dira.
Diziplinartekotasuna bultzatzea.	Heziketa Fisikoa arloa beste jakintza arlo batzuekin uztartuz gero, arloek sendotasun handiagoa lortuko dute, eta ikasleei hain erakargarri egiten zaien Heziketa Fisikoa arlotik abiatuta, gainerako jakintza-arloak ere sendotu daitezke.

Taula 6: Proposamen didaktikoaren estrategien sintesia

UNITATE DIDAKTIKOA

Euskal pilota oinarri gisa hartuta, Heziketa Fisikoa arlotik abiatu eta ikasleen euskararen gaitasunean eta erabileran eragiteko proposamen didaktiko bat aurkeztuko da lan honetan. Proposamena DBHko Lehenengo zikloko ikasleentzat izango da eta proiektuaren izenburua, hauxe: *Izango badu segida, has dadila partida!*

Motibazio estrategia moduan, goiko baieztapena egiteak, egingo dugun horren inguruko gogoeta bultzatzea eramango gaitu. Eta konturatuko gara, Heziketa Fisikoa ez dela eragiketa motorra soilik, beste edozein jakintza arlok adina garrantzia duela edo izan beharko lukeela. Ez dela batzuetan ikusarazi nahi zaigun bezala, arlo "leun" bat, gogoetarako balio ez duena, ekintza soila dena, ikaskuntzan eragin handiegirik ez duena. Ikaslearen sozializazioan, nortasunean, eremu psikologikoan zeresan handia duela. Noski, irakaslearen ikuspegian datza bide bat ala beste bat hartu, baina, zalantzarik ez dago, horrelako proposamenek, arloari beste sakontasun eta prestigioa emango diotela.

Heziketa Fisikorako proiektua: "Izango badu segida, has dadila partida!"


Esku pilotako jarduera fisikoak izango dira proposatuko ditudan ekintzen oinarri, baina, kirol munduko pertsona entzutetsu eta erreferenteak direnen bueltan osatuko dut proiektua. Arestian esan dugu estrategikoa izan daitekeela kirolarekin lotura duten pertsona erreferenteei (epaileak, kirol esatariak, kirolariak, kirolari ohiak...) egindako elkarrizketen bitartez, kirolak, gizartean oso barneratuta dauden balio konpetitiboez gain, beste giza balio batzuez jabetzeko, kirola egiteak duen onuraz konturatzeko, kirola egitea bultzatzeko...

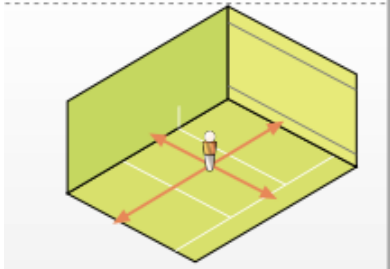
HELBURUAK

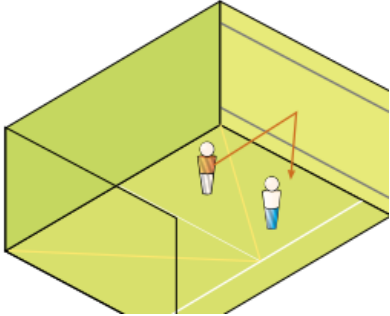
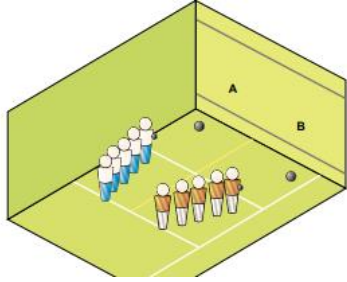
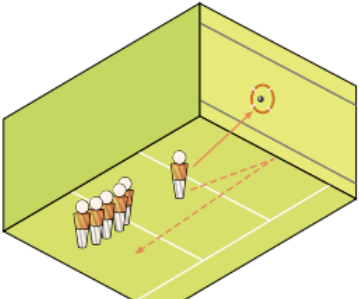

Unitate didaktikoa gauzatzeko zenbait helburu nagusi formulatu dira HEZIBERRI curriculum proiektuan oinarrituta. HEZIBERRI proiektuan ikaskuntza arlo bakoitzarentzako helburu

propioak proposatzen badira ere, hizkuntza komunikazioari eta heziketa fisikoari dagozkien helburuak uztartu egin ditut. Ondokoak dira helburuak:

- Heziketa Fisikoa arloaren erabilera eremuan sortutako ahozko, idatzizko eta ikus-entzunezko diskurtsoak ulertzea, bai eta haien edukia nahiz forma modu kritikoa interpretatzea ere, zenbait motako komunikazio-egoerei aurre egiteko.
- Bai ahoz eta bai idatziz, modu txukun, koherente eta zuzenean adieraztea eta elkarri eragitea, eta horretan, errespetua, kooperazioa eta izaera kritikoa hartzea oinarri, Heziketa Fisikoa arloko zenbait komunikazio-premiari modu eraginkorrean erantzuteko.
- Norberaren ikaskuntza-prozesuez gogoeta egitea, beste ikasgaietan eskuratutako komunikazio ezaguerak eta estrategiak transferitzeko.
- Jolasak, jarduera fisikoa eta kirol jarduerak egitean balio pertsonal eta sozial jakin batzuk erakustea, oinarri dutenak errespetua, pentsamendu autonomoa, sortzailea eta ulerkorra, erantzukizuna, ahalegina, parte-hartzea, eta ingurune fisikoarekiko eta kulturalarekiko sentsibiltatea, agerian jarriz herrialdeko balioekin bat datorren mugimenduaren kultura bat.
- Gorputza ezagutzea eta ulertzea, alderdi biologikoan, sortzailean, komunikatiboan eta emozionalean, banaka nahiz taldean banakako eta taldeko jolas-jarduerak aztertuz eta esperimendatuz, pertsonaren kompetentzia sozioemozionala eta garapen integrala bideratze aldera.
- Norberaren sentimenduak eta emozioak identifikatzea, interpretatzea, erregulatzea eta komunikatzea, modu kontzientean, aldi berean besteen sentimenduak eta emozioak bereiziz, interpretatuz eta ulertuz, harremanetarako gaitasunak, komunikatzeko trebetasunak eta gaitasun afektiboak ahalik eta hobekien garatzeko, eta horrela bizikidetzarako jarraibide jakin batzuk nork bere egiteko.

<p>UNITATE DIDAKTIKOA: <i>Izango badu segida, has dadila partida!</i></p> <p>AZALPENA: Pilotaren bidez, heziketa fisikoa eta euskararen elkarrekintza bultzatu nahi da. Gainera, hiru-hilabete honetan Euskara eta Literatura ikasgaien, bertsolaritza gaia lantzen ari dira. Beraz, Bi ikasgaien arteko hartu-emanak bultzatu nahi da, ikaskuntza esanguratsuagoa izateko</p> <p>AZKEN EKOIZPENA: Pilotaren inguruko irratsaioa.</p> <p>HELBURU DIDAKTIKOAK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Heziketa fisikoaren eta euskararen arteko elkarrekintza bultzatzea pilotaren bidez. • Pilotaren zenbait alderdi tekniko eta taktiko barneratzea. • Heziketa Fisikoa arloko zenbait komunikazio-premiari modu eraginkorrean erantzutea. • Jolasak, jarduera fisikoa eta kirol jarduerak egitean balio pertsonal eta sozial jakin batzuk erakustea. <p>KONPETENTZIAK:</p> <p>Oinarrizko zehar konpetentziak:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Hitzez, hitzik gabe eta modu digitalean komunikatzeko konpetentzia ➤ Izaten ikasteko konpetentzia ➤ Ikasten eta pentsatzen ikasteko konpetentzia <p>Diziplina barruko konpetentziak</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Hizkuntza- eta literatura-komunikaziorako konpetentzia ➤ Konpetentzia motorra 		<p>1.</p> <p>saioa</p>
<p>BALIABIDEAK: Pilotak, baloiak.</p>		<p>Iraupena: 1h</p>
<p>JARDUERAK</p>		<p>ANTOLAKETA</p>
<p>GIROTZE ZATIA</p>	<p>-Girotzeko galderak egingo dira zein aurre-ezagutza dituzten antzemateko:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Zer dakit pilotari buruz? ✓ Nola jolasten da? ✓ Zer ikasi nahi dut? <p>-Proiektuaren inguruko azalpenak emango dira, proiektuak izango dituen ezaugarri ezberdinak adieraziz:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Kirol hau progresiboki lantzeko ariketak proposatuko dira: autoezagutzakoak, lankidetzakoak, aurkaritzakoak eta lankidetzeta-aurkaritzakoak. ✓ Ariketa horietako batzuk, Euskara eta Literaturako ikasgaien lantzen ari diren bertsolaritzako atalarekin lotuko dira. ✓ Gainera, kirol honen lexiko espezifikoa landuko da: punpa-lasterra, hormabikoa, frontisa, txapa... ✓ Azken ekoizpenaren nondik norakoak azalduko dira, ikasleak ideia bat egin dezaten proiektuaren inguruan 	

ZATI NAGUSIA	<p>Lehenengo saio hau, ikasleek pilotaren hiztegi espezifikoak barneratzen hasteko erabiliko da, bai eta kirolaren beraren alderdi tekniko taktikoak garatzeko ere.</p> <p>1. JARDUERA</p> <p>Proiektuaren sarrera txiki bat egin ondoren, autoezagutzako jolasak egingo ditugu. Ariketa honetarako, ikasle bakoitzeko pilota bat izatea komeni da. Kirol honen tresna ezberdinekin esperimintatzea da hasierako pausua. Horregatik, ikasle bakoitzak pilota hartuko du eta berau manipulatzeko hasiko da. Pilota eskuetan sentituz, boteak emanez, jaurtiketa txikiak eginez...</p>	
---------------------	--	---

ZATI NAGUSIA	<p>2. JARDUERA</p> <p>Bakarkako espermentazioa eta gero, ariketa konplexuagoekin hasiko gara, eta lankidetzazko jarduerak egingo dira, bikoteka. Irakasleak jarraibide ezberdinak emango ditu:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bata bestearengandik distantzia nahikoarekin, paseak egingo dira lurra ukitu gabe eta pilota kolpatu gabe. 2. Ondoren, paseak egingo dira lurra ukitu gabe baina kasu honetan pilota kolpatuz 3. Paseak egingo dira "atxiki" deituriko kolpaketaren bidez 4. Jarduerarekin amaitzeko, bikoteak peloteo txiki bat egiten saiatuko dira <p>Jarduera amaitutakoan, ikasleek egin dituzten edo oro har egin ditzaketen kolpaketa moduez hitz egingo da: punpala, lasterra, botibolea, atxikia, ñakua...</p> <p>3. JARDUERA</p> <p>Oraingoan, talde osoak lerro zuzen bat osatuko du frontisaren parean. Ariketa honetan, aurreko ariketako peloteoa simulatu beharko dute. Puntu bat lortu ahal izateko, talde guztiak peloteoa jarraitu beharko du. Bote bakarra eman ahaliko du pilotak ikasle bakoitzeko. Bi modutara segi daiteke peloteoa (ikasle bakoitzaren mailaren arabera, teknika bat edo bestea erabiliko dute): bata, eskuarekin kolpatuz eta bestea, pilota eskuarekin eutsiz eta jaurtiz.</p> <p>4. JARDUERA</p> <p>Atal honetako azken jarduerarako aurkaritzako ariketa bat proposatzen da, lehiakortasunaren bitartez ikasleen motibazioak gora egiteko.</p> <p>Jolas honen izena, "petanka pilota" da. Taldea bi zatitan banatuko da eta talde bakoitzak frontisean bere tokia izango du. Bi eremutan jolas bera izango da. Ikasle bakoitzak baloi bat eta pilota bat izango ditu. Lehenik eta behin, ikasleak baloia jaurti beharko du, bere eremuko edozein tokitara. Ondoren, sake baten bidez, pilota hormara jaurtiko du eta baloitik ahalik eta gertuen utzi beharko du.</p> <p>Gertuen uzten duenak puntu bat lortuko du taldearentzat, eta ilarara itzuliko da.</p>	  
LASAITZE ZATIA	<p>Lasaitze unean, ikasle guztiak bilduko dira, eta gihar-atal nagusien luzaketa ariketak egingo dira. Bitartean, saioaren inguruko gogoeta bat egingo da, bakoitzaren sententzio eta pertzepzioak azaltzeko aukera izango dute eta pelotarekin zerikusia duen hiztegia errepasatuko da.</p>	

<p>UNITATE DIDAKTIKOA: <i>Izango badu segida, has dadila partida!</i></p> <p>AZALPENA: Pilotaren bidez, heziketa fisikoa eta euskararen elkarrekintza bultzatu nahi da. Gainera, hiru-hilabete honetan Euskara eta Literatura ikasgaien, bertsolaritza gaia lantzen ari dira. Beraz, Bi ikasgaien arteko hartu-emanak bultzatu nahi da, ikaskuntza esanguratsuagoa izateko</p> <p>AZKEN EKOIZPENA: Pilotaren inguruko irratsaioa.</p> <p>HELBURU DIDAKTIKOAK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Heziketa fisikoaren eta euskararen arteko elkarrekintza bultzatzea pilotaren bidez. • Pilotaren zenbait alderdi tekniko eta taktiko barneratzea. • Heziketa Fisikoa arloko zenbait komunikazio-premiari modu eraginkorren erantzutea. • Jolasak, jarduera fisikoa eta kirol jarduerak egitean balio pertsonal eta sozial jakin batzuk erakustea. <p>KONPETENTZIAK:</p> <p>Oinarrizko zehar konpetentziak:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Hitzez, hitzik gabe eta modu digitalean komunikatzeko konpetentzia ➤ Izaten ikasteko konpetentzia ➤ Ikasten eta pentsatzen ikasteko konpetentzia <p>Diziplina barruko konpetentziak</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Hizkuntza- eta literatura-komunikaziorako konpetentzia ➤ Konpetentzia motorra 	<p>2.</p> <p>saioa</p>
--	--------------------------------------

JARDUERAK

ANTOLAKETA

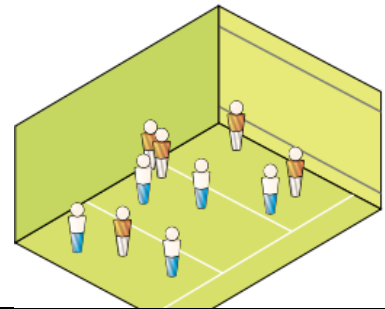
GIROTZE ZATIA

Aurreko saioan egindakoa gogora ekarriko da. Saio honek bi helburu nagusi izango ditu: aurreko saioko kolpaketa moduak sakontasun handiagoarekin ikastea, eta sake-errestoan trebatzea.

Zati nagusiarekin hasi aurretik, beroketa jolas bat egingo da:

Ikasleak bi taldetan banatuko dira. Batzuk poliziak izango dira eta besteak, lapurrak. Poliziek lapurrak harrapatu beharko dituzte. Lapurrak kartzelara joan ahala, kate bat osatu beharko dute. Lapurrak libratzeko aukera izango dute, taldekideren batek ilarako azkeneko kideari eskua ukituz.

Denak harrapatutakoan, poliziak lapur bihurtuko dira, eta lapurrak polizia.



ZATI NAGUSIA

Zati nagusi honetan, pilotaren kolpaketa mota ohikoenak praktikan jarriko dituzte. Aurreko saioa esperimentaziozko saioa izanenez, ez zen kolpaketa espezifikorik landu.

1. JARDUERA

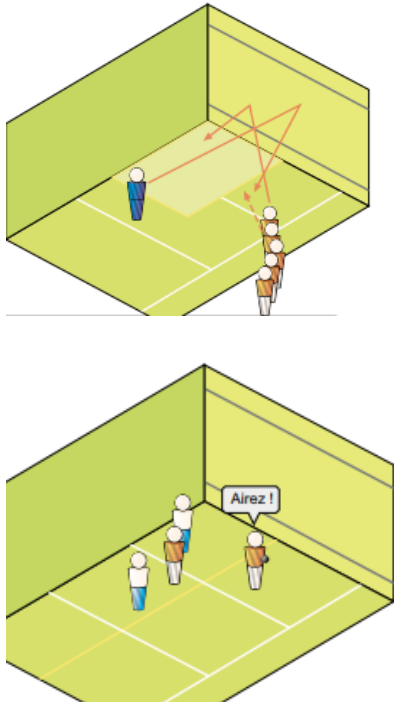

Beraz, kolpaketa teknikak errebasatuko dira eta horietatik hiru landuko dira: atzetik aurrerako kolpaketa, ñakua (dejada), eta botibolea.

Teknika bakoitza azalduko da:

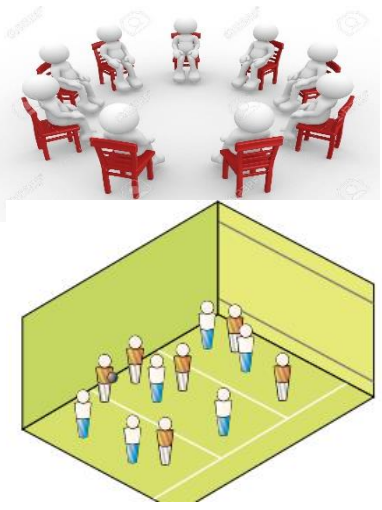
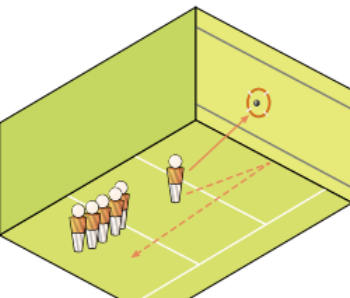
- ✓ Zertan datza?
- ✓ Zeintzuk dira abantailak, eta zeintzuk desabantailak
- ✓ Zer egoeratan erabili?
- ✓ ...

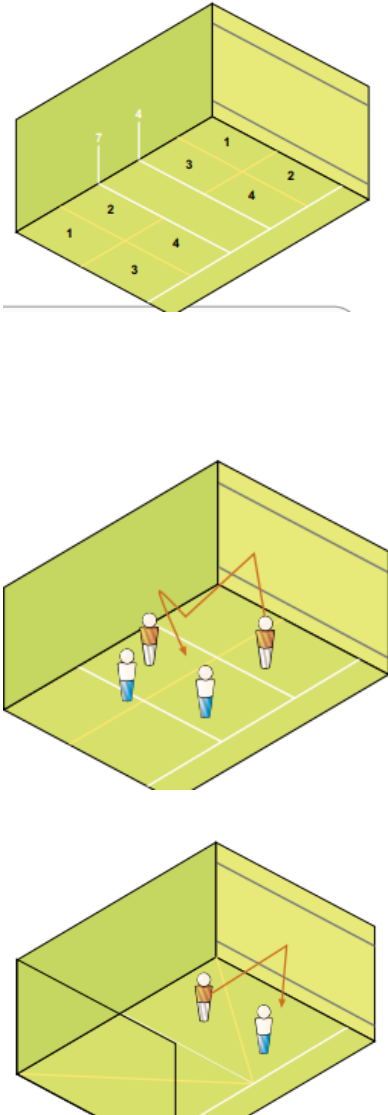

Ondoren, bikoteka teknika bakoitza praktikatu dute denbora tarte batean.




	<p>2. JARDUERA</p> <p>Jarduera honetarako ikasleak kontrakantxan jarriko dira. Irakasleak sake baten bidez, pilota kantxako eskumako aldean utziko du. Lerroko lehenengoak, pilota jo eta eremuan sartu beharko du.</p> <p>Aldaerak: aurreko jardueran ikasitako kolpaketa teknika ezberdinak erabili.</p> <p>3. JARDUERA</p> <p>Azken jarduerarako aurkaritzako jolas bat proposatuko zaie. Bikoteak egingo dira eta jolas eremuan zehar banatuko dira. Bata bestearen aurka arituko dira, eta partida txikiak jokatu dituzte. Aldaera bakarra hauxe izango da: erabili behar duten kolpaketa teknika oihukatu beharko dute tantoa egin ahal izateko. Esaterako, ikasleren batek "ñaku!" esaten badu, dejada baten bidez egin beharko du tanto.</p>	
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">LASAITZE ZATIA</p>	<p>Lasaitze unean, ikasle guztiak bilduko dira, eta gihar-atal nagusien luzaketa ariketak egingo dira. Bitartean, saioko gogoeta bat egingo da, non bakoitzaren sentsazio eta pertzepzioak azaltzeko aukera izango dute eta praktikaturako teknika ezberdinak errepasatuko dira.</p> <p>Horrez gain, hurrengo saioan pilota eta bertsolaritza uztartuko direla esango zaie, Artola pelotari eta bertsolaria etortzekoa baita.</p>	



<p>UNITATE DIDAKTIKOA: <i>Izango badu segida, has dadila partida!</i></p> <p>AZALPENA: Pilotaren bidez, heziketa fisikoa eta euskararen elkarrekintza bultzatu nahi da. Gainera, hiru-hilabete honetan Euskara eta Literatura ikasgaietan, bertsolaritza gaia lantzen ari dira. Beraz, Bi ikasgaien arteko hartu-emana bultzatu nahi da, ikaskuntza esanguratsuagoa izateko</p> <p>AZKEN EKOIZPENA: Pilotaren inguruko irratsaioa.</p> <p>HELBURU DIDAKTIKOKAK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Heziketa fisikoaren eta euskararen arteko elkarrekintza bultzatzea pilotaren bidez. • Pilotaren zenbait alderdi tekniko eta taktiko barneratzea. • Heziketa Fisikoa arloko zenbait komunikazio-premiari modu eraginkorrean erantzutea. • Jolasak, jarduera fisikoa eta kirol jarduerak egitean balio pertsonal eta sozial jakin batzuk erakustea. <p>KONPETENTZIAK:</p> <p>Oinarrizko zehar kompetentziak:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Hitzez, hitzik gabe eta modu digitalean komunikatzeko kompetentzia ➤ Izaten ikasteko kompetentzia 	<p style="text-align: center;">3.</p> <p style="text-align: center;">saioa</p>
--	--

<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ikasten eta pentsatzen ikasteko kompetentzia Diziplina barruko kompetentziak <ul style="list-style-type: none"> ➤ Hizkuntza- eta literatura-komunikaziorako kompetentzia ➤ Kompetentzia motorra 		
BALIABIDEAK: Pilotak, petoak, baloiak		Iraupena: 1h
JARDUERAK		ANTOLAKETA
GIROTZE ZATIA	<p>Aurreko saioan ikasitakoa gogora ekarriko da.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Errepasoa egin ondoren, saioan landuko denaren inguruan hitz egingo da. - Saio honetan, alderdi teknikoaz jabetzen hasi direnez, jarduera fisikoa eta bertsoa uztartzea da helburu nagusia. <p>Ondoren, beroketa jolas bat egingo da:</p> <p>Bi talde banatuko dira, bat baloiarekin harrapatzen eta bestea baloirik gabe ihesi. Baloidun taldeak, beste taldeko partaideak kanporatu behar ditu paseak eginez. Baloia duenak ezin du pausurik eman, eta baloia ezingo du jaurti. Beste taldea kaleratzean, baloidun taldea iheslari izatera pasatuko dira. Baloi-ehiztaria izenez ere ezaguna den jolasa da.</p>	
ZATI NAGUSIA	<p>Atal nagusian, esku-pilota eta bertsolaritza uztartuko dituen ariketak egingo dira. Jolas hauen bidez, bertsolaritzan hain garrantzitsua den errimatze gaitasuna landuko dute eta jarduera fisikoa hizkuntzarekin nola artikulatu daitekeen azalduko zaie.</p> <p style="text-align: center;">1. JARDUERA</p> <p>Lauko taldeak sortuko dira eta talde bakoitzak frontoiko eremu bat hartuko du. Jolasaren helburua peloteoa jarraitzea da, baina zailtasun gehigarria izango dute ikasleek. Irakasleak euskarazko hitz solteak esango ditu behinik behin. Hitz horiek guztiek hiru bukaera espezifiko izango dituzte, esaterako: -ena, -asun eta -aka.</p>	

<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">ZATI NAGUSIA</p>	<p>Bukaera horietako bat aipatzen badu, kolpaketa mota aldatu beharko dute.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ena: ezkerreko eskuarekin kolpatu behar da - Asun: eskubiko eskuarekin kolpatu behar da - Aka: atxiki bidezko kolpaketa egin behar da <p>2. JARDUERA</p> <p>Taldea frontisetik metro gutxitara jarriko da eta ilara bat osatuko dute, bigarren koadroan, esaterako. Jolas honetan, frontoiko zorua lau zati imajinariotan banatuko da (argazkian bezala). Ikasleak sake baten bidez lau zati horietako batera jaurti beharko du pilota. Segun eta zein zatitan pilota erori den, bukaera espezifikoa duen hitz bat asmatu beharko du. Adibidez:</p> <p>Pilota 1. eremu imajinarioan eroriz gero, -arra bukaera duen hitz bat esan beharko du ikasleak. Adarra, esate baterako.</p> <p>3. JARDUERA</p> <p>Jolas honetan, bosteko taldeak egingo dira. Aurkaritzan oinarritzen den jolasa praktikatuko dute ikasleek, "kaletara" izenekoa. Ariketa hau kanporaketa-jolasa da, non ikasleren batek kale eginez gero, kanporatua izango den. Kaleratua izan den ikasleari, taldean adostutako hitz bat esango zaio, eta bere egitekoa errima duen beste hitz bat asmatzea izango da, berriro ere jolasean parte hartu nahi badu.</p> <p>4. JARDUERA</p> <p>Azkeneko jarduera honetan, bikoteak osatuko dira eta bata bestearen kontra lehiatuko dira. Sakatzen duen ikaslearen helburua tanto egitea da, eta erretoan dagoenak, eutsi besterik ez du egin behar. Erretoan dagoenak tanto egin nahi badu, zera egin behar du: sakatu behar duen ikasleak hitz bat esango dio, eta errima bereko bi hitz gehiago asmatu beharko ditu partidan zehar.</p>	
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">LASAITZE ZATIA</p>	<p>Lasaitze unean, ikasle guztiak bilduko dira, eta gihar-atal nagusien luzaketa ariketak egingo dira. Bitartean, saioko gogoeta bat egingo da, non bakoitzaren sentrazio eta pertzepzioak azaltzeko aukera izango duten.</p> <p>Hurrengo saioan Artola pilotaria etorriko denez, Euskara eta Literatura ikasgaien elkarrizketa generoa landuko dute. Horrez gain, galdera batzuk asmatuko dituzte pilotariari egiteko.</p> <p>Gainera, bertso txiki bat asmatuko dute, pilotariari eskerrak emanez.</p>	

<p>UNITATE DIDAKTIKOA: <i>Izango badu segida, has dadila partida!</i></p> <p>AZALPENA: Pilotaren bidez, heziketa fisikoa eta euskararen elkarrekintza bultzatu nahi da. Gainera, hiru-hilabete honetan Euskara eta Literatura ikasgaien, bertsolaritza gaia lantzen ari dira. Beraz, Bi ikasgaien arteko hartu-emana bultzatu nahi da, ikaskuntza esanguratsuagoa izateko</p> <p>AZKEN EKOIZPENA: Pilotaren inguruko irratsaioa.</p> <p>HELBURU DIDAKTIKOKAK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Heziketa fisikoaren eta euskararen arteko elkarrekintza bultzatzea pilotaren bidez. • Pilotaren zenbait alderdi tekniko eta taktiko barneratzea. • Heziketa Fisikoa arloko zenbait komunikazio-premiari modu eraginkorrean erantzutea. • Jolasak, jarduera fisikoa eta kirol jarduerak egitean balio pertsonal eta sozial jakin batzuk erakustea. <p>KONPETENTZIAK:</p> <p>Oinarrizko zehar kompetentziak:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Hitzez, hitzik gabe eta modu digitalean komunikatzeko kompetentzia ➤ Izaten ikasteko kompetentzia ➤ Ikasten eta pentsatzen ikasteko kompetentzia <p>Diziplina barruko kompetentziak</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Hizkuntza- eta literatura-komunikaziorako kompetentzia ➤ Kompetentzia motorra 	<p>4.</p> <p>saioa</p>
---	--------------------------------------

<p>BALIABIDEAK: Pilotak, bolaluma, orri txuriak</p>		<p>Iraupena: 1h</p>
<p>JARDUERAK</p>		<p>ANTOLAKETA</p>
<p>GIROTZE ZATIA</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Aurreko saioan ikasitakoa gogora ekarriko da. - Errepasoa egin ondoren, saioan landuko denaren inguruan hitz egingo da. 	

ZATI NAGUSIA	<p>Artola pilotari eta bertsolariari elkarriketa egingo zaio, eta galderen erantzunak orri batean idatziko dira, proiektu honen azken ekoizpenerako baliagarriak izango direnak.</p> <p>Elkarriketa amaitutakoan, pare bat jarduera egingo dira pilotariarekin, Heziketa Fisikoko saioak alderdi motorra bete dezan.</p> <p>Jarduera horiek aurreko saioetan egindakoak izan daitezke, pilotariak proposatutakoak, ikasleei gustukoak zaizkienak</p>	
LASAITZE ZATIA	<p>Lasaitze unean, ikasle guztiak bilduko dira, eta gihar-atal nagusien luzaketa ariketak egingo dira. Bitartean, saioaren inguruko gogoeta bat egingo da, non bakoitzaren sentrazio eta pertzepzioak azaltzeko aukera izango duten</p> <p>Horrez gain, ikasle bakoitzari eskolako web orrian iritzi-artikulu txiki bat egiteko proposatuko zaio, ea Artola pilotariarekin izandako elkarriketa baliagarria izan den azaltzeko.</p>	

<p>UNITATE DIDAKTIKOA: <i>Izango badu segida, has dadila partida!</i></p> <p>AZALPENA: Pilotaren bidez, heziketa fisikoa eta euskararen elkarrekintza bultzatu nahi da. Gainera, hiru-hilabete honetan Euskara eta Literatura ikasgaietan, bertsolaritza gaia lantzen ari dira. Beraz, Bi ikasgaien arteko hartu-emana bultzatu nahi da, ikaskuntza esanguratsuagoa izateko</p> <p>AZKEN EKOIZPENA: Pilotaren inguruko irratsaioa.</p> <p>HELBURU DIDAKTIKOAK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Heziketa fisikoaren eta euskararen arteko elkarrekintza bultzatzea pilotaren bidez. • Pilotaren zenbait alderdi tekniko eta taktiko barneratzea. • Heziketa Fisikoa arloko zenbait komunikazio-premiari modu eraginkorrean erantzutea. • Jolasak, jarduera fisikoa eta kirol jarduerak egitean balio pertsonal eta sozial jakin batzuk erakustea. <p>KONPETENTZIAK:</p> <p>Oinarrizko zehar kompetentziak:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Hitzez, hitzik gabe eta modu digitalean komunikatzeko kompetentzia ➤ Izaten ikasteko kompetentzia ➤ Ikasten eta pentsatzen ikasteko kompetentzia <p>Diziplina barruko kompetentziak</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Hizkuntza- eta literatura-komunikaziorako kompetentzia ➤ Kompetentzia motorra 	<p style="text-align: center;">5.</p> <p style="text-align: center;">saioa</p>
--	--

BALIABIDEAK: Pilotak, petoak, baloiak

Iraupena: 1h

JARDUERAK

ANTOLAKETA

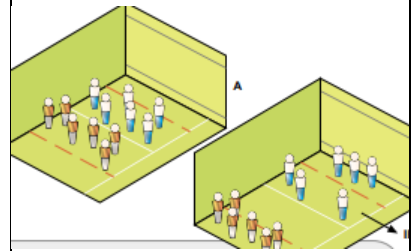
GIOTZE ZATIA

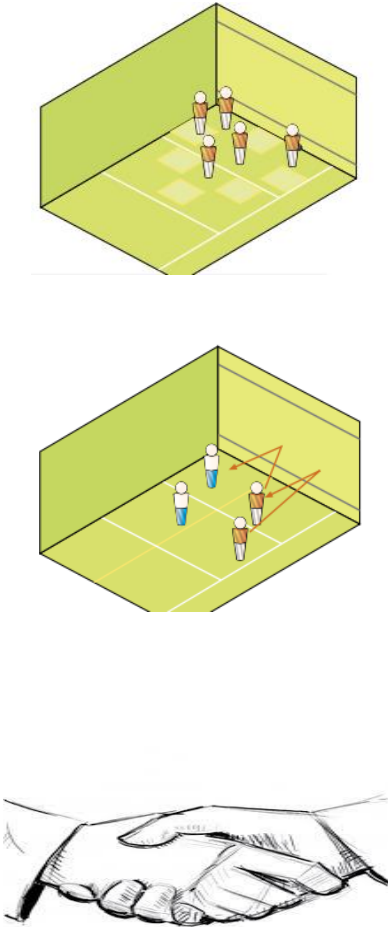

- Aurreko saioan ikasitakoa gogora ekarriko da.

- Errepasoa egin ondoren, saioan landuko denaren inguruan hitz egingo da. Azkeneko saio honetan lankidetzaz aurkaritzako jolasak egingo dira. Horrez gain euskal kirolean oso tradizionala den apustua landuko da.

Beroketa jolasa:

Ikasleak bi taldetan banatuko dira. Jolas-eremua bi azpi eremuz osatuko da. Jolasaren hasieran ikasleak aurreko eremuan jarriko dira. Atzeko eremua kartzela izango da, eta taldeko batek baloia jaurtiz beste taldeko partaide bati gorputz atalen batean ematen badio, atzeko azpi eremura joan beharko da. Kartzelatik libratzeko, azpi eremuan dagoen jokalariek aurreko eremuko jokalariren bati jo beharko dio baloiarekin. Beste taldeko partaide guztiak atzeko azpi-eremura bidaltzen dituenak irabaziko du.



<p style="text-align: center;">ZATI NAGUSIA</p>	<p>1. JARDUERA</p> <p>Lauko taldetxoak egingo dira, eta talde bakoitza bikotea jarriko da. Hasiera batean, peloteo txiki bat egin beharko dute. Peloteoan bikoteak eskutik emanda arituko dira, eta aldiko pilotakada bana eman beharko dute.</p> <p>2. JARDUERA</p> <p>Oraingoan, bikoteak bata bestearen kontra arituko dira, eta partida txikiak egingo dituzte. Bikote bakoitza eskua emanda arituko da.</p> <p>Aldaera: jolas eremuko zati batzuetan botea ematea debekatuko da. Botea eremu horietan emanez gero, tantoa lortuko du beste bikoteak</p> <p>3. JARDUERA</p> <p>Jarduera honekin hasi aurretik, apustuak euskal kirolean izan duen garrantziaz hitz egingo da:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Nondik dator ohitura hau? ✓ Zergatik zaletasun hori? ✓ ... <p>Ondoren, apustu bidezko lehia txikiak egingo dituzte.</p> <p>Beraz, partidak jokatu aurretik, bi bikoteak apustu horren nondik norakoak zehaztu beharko dituzte. Adibidez, ezkerreko eskuarekin bakarrik jolastea, dejadarik gabe tanto egitea...</p> <p>Bi bikoteak adostasun batetara iritsitakoan hasiko da lehiaketa. Horretarako, debate txikiak sortuko dituzte, bikote bakoitzaren nahiak bete daitezzen.</p>	
<p style="text-align: center;">LASAITZE ZATIA</p>	<p>Lasaitze unean, ikasle guztiak bilduko dira, eta gihar-atal nagusien luzaketa ariketak egingo dira. Bitartean, saioko gogoeta bat egingo da, non bakoitzaren sentsazio eta pertzepzioak azaltzeko aukera izango duten</p> <p>Horrez gain, Euskara eta Literaturan irratsaiorako atalak ezberdinak landuko dituzte. Horretarako, Heziketa Fisikoan landutako hiztegia, Artola pilotariarekin egindako elkarrizketa... erabil ditzakete irratsaioko saioa betetzeko.</p>	
<p style="text-align: center;">LASAITZE ZATIA</p>	<p>Hauk izan daitezke irratsaioko gai posibleak:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Bingo bat sortzea, zenbakien ordeztu, pilotarekin zerikusia duten hitzak jarritz. ✓ Artolarekin izandako elkarrizketatik gai interesgarrienak berreskuratzea ✓ Bertso bat asmatzea pilotaren inguruan ✓ Pilotaren hiztegi espezifiko erabili asmakizunak egiteko. Esaterako: ¿Zer esan nahi du “ñaku” hitzak? ✓ ... 	

AURRERA BEGIRAKO GOGOETA

Lan honen xede nagusia bete ahal izateko, hau da, gazteen euskara maila (ezagutza eta erabilpena) eta heziketa fisikoa bultzatzeko, proposamen didaktiko hau eskoletan inplementatzea izango litzateke hurrengo pausua, formulatutako helburua errealitatean bideragarria den behatu behar baita. Era berean, didaktifikazio honek zer nolako eraginkortasuna izan dezakeen baieztatzeak, ondorio garbiagoak ateratzeko abagunea emango digu.

Bestalde, proposamen honekin ikasgai ezberdinen arteko elkarrekintza eta ebaluatzeko artikulazioa bultzatu nahi da, eta egiteko horretan diziplinartekotasunak eskaini ditzakeen abantaila pedagogikoez baliatzea interesgarria izan daiteke. Van der Linderen (2007:11) hitzak ekarrita, *“La interdisciplinariedad puede verse como una estrategia pedagógica que implica la interacción de varias disciplinas, entendida como el diálogo y la colaboración de éstas para lograr la meta de un nuevo conocimiento”*. Beraz, ikasgai ezberdinak eskaintzen dituzten alderdiak lotzen saiatzen bagara, zentzu integralagoa eta esanguratsuagoa izango du irakaskuntza-ikaskuntza prozesuak.

Gainera, elkarrekintzaren bitartez, Heziketa Fisikoak Hezkuntza Sistemari izan beharko lukeen pisua azalerraten lagundu dezake. Arraroa egiten zait, oro har ikasleei gehien gustatzen zaien ikasgaia Heziketa Fisikoa izanik, zeinen estima gutxi ematen zaion ikasgaiari. Aldiz, ikerketa askok aditzera ematen dute (bai eta HEZIBERRIk ere) jarduera fisikoa ez dela osasuntsu eta bizi kalitate hobea izateko praktika soila, baizik eta gizabanako ororen alderdi kognitibo, emozional eta soziala garatzeko ere ezinbesteko jarduera badela. Moreno, Lopez de San Román, Martínez Galindo, Alonso eta González-Cutre-k (2000:1) zera diote: *Divertirse y moverse son necesidades inherentes a todo ser humano que se convierten en motivos de carácter intrínseco que suscitan sentimientos de interés y de aptitud hacia la actividad física.*

Hortaz, zergatik mugatzen zaie gaur egungo ikasleei mugitzeko aukera hori? Zergatik ez erabili Heziketa Fisikoak eskaini dezakeen alderdi motibazionala beste ikaste arloekin batera pentsamendua eta kognizioa lantzeko?

Bada garaia giza gorputzaren ikuspegi dualista alde batera utzi, eta gizakia den bezalakoa onartzeko, hau da, garuna eta gorputza atal banaezinak izaki, batak bestearen beharra duela ohartzeko, eta garapen oro bien arteko etengabeko artikulazioan oinarritzen dela jabetzeko.

Hasierako kezka berrartuz eta gazteen euskararen erabilerari buruz esandakoak kontuan hartuta, nago horrelako proposamenek euskara erabiltzeko aukera emateaz gain, euskararen jabekuntzan aurrerapausoak emateko baliagarri izan daitekeela. Caballero eta Cuadrado (2008) dioten bezala: "Testuinguru naturalean formal edo instituzionalean baino errazago eskuratzen dira hizkuntzak, hizlarien arteko elkarrekintzaren emaitza baitira, batetik; eta bestetik hizkuntza horretako hizlarien arteko behaketatik bestetik. Testuinguru formaletan aldiz, instrukzio batzuk jasotzera mugatzen dira". Hori horrela, Heziketa Fisikoan ematen den testuinguru informala eta ikasleengan duen motibazioak, euskararen atxikimenduan eragin dezakeela uste dut. Haatik, Heziketa Fisikoa eta hizkuntzen didaktika eta metodologia berritzaileak uztartzeko beharra azpimarratu nahi da lan honetan, ikasle euskaldunen arteko mezu-trukea hobetzeko eta hizkuntzarekiko atxikimendu eta garrantzia handitzeko.

"Ez ditzala haizeak euskal hitzak eraman, erabil ditzagun erakutsiz haien xarma".

ERREFERENTZIAK

- Amat, M., & Batalla, A. (2000). Deporte y educación en valores. *Aula de innovación educativa, 91*, 10-13.
- Bourdieu, P. (2016). *State nobility: grandes écoles and esprit de corps*. Midnight.
- Caballero, M. eta Cuadrado, I., (2007). La sociolingüística y la enseñanza de la lengua y la cultura de origen. *Revista de Educación, 342*, 503-527
- Cerezo, C. R., Gutiérrez, C. J. L., Jiménez, V. R., Cortés, A. J. P., & Medina, V. T. (2008). La educación física y la organización de la clase: Aprendiendo a enseñar. Consideraciones previas. *Publicaciones, 38*, 163-182.
- Coehlo, E., (2004). *Adding English: A guide to teaching multilingual classrooms*. Pippin Publishing Corporation.
- Devís, J. & Peiró, C. (2011). Sobre el valor educativo de los contenidos de la educación física. *Tándem. Didáctica de la educación física, 35*, 68-74.
- Dolz, J. (1994). La interacción de las actividades orales y escritas en la enseñanza de la argumentación. *Comunicación, lenguaje y educación, 6(3)*, 17-27.
- Dolz, J., Schneuwly, B., & De Pietro, JF (1998). *For oral teaching: introduction to formal genres at school*. Paris: ESF.
- Dubrovsky, S., Iglesias, A., Farias, P., Martín, M.E., y Saucedo, E. (2001). La interacción docente-alumno en los procesos de aprendizaje escolar. *Anuario número 6 Facultad de Ciencias Humanas- UNL-Pam, 6*, 305-308.
- Escribano, M. J. V., & Ferreras, M. S. V. (2008). *Motricidad y aprendizaje: El tratamiento pedagógico del ámbito corporal (3-6)(Vol. 25)*. Graó.

- Eusko Jaurlaritz (2017). Euskadi.net [linean]. [Kontsulta 2020-03-03] Berreskuratua: <https://www.eitb.eus/eu/albisteak/gizartea/osoak/4963929/euskararen-erabilerak-egin-du-euskal-herriko-kaleetan-2017ko-datuak/>.
- Eusko Jaurlaritz (2017). *Euskadiko Gazteak 2016*. Vitoria-Gasteiz: Enplegu eta Gizarte Politiketako Saila.
- Eusko Jaurlaritz (2017). *EAEko Ikasleen euskararen erabilera eskola-giroan, 2011-2015*. Vitoria-Gasteiz: Hezkuntza Saila.
- Fernández-Balboa, J.M. & Prados, E. (2014). The conscious system for the movement technique: an ontological and holistic alternative for (Spanish) physical education in troubled times. *Sport, Education and Society*, 19(8), 1089-1106
- Fernandez, J. (2002). El tratamiento de la información. La necesidad del feedback. Buenos Aires: *Efdeportes*. Berreskuratua: <https://www.efdeportes.com/efd50/info.htm>.
- Fernández, S. (1997). Aprender como juego. Juegos para aprender español. *Carabela*, Segunda etapa, 7-22.
- Gallego, D. (2011). La competencia en comunicación lingüística desde el área de educación física. *Puertas a la lectura*, (23), 68-90.
- Goicoechea, M. V. (2014). *Las interacciones verbales y las consignas de tareas en Educación Física: análisis realizado en San Carlos de Bariloche-Patagonia-Argentina*. Doktore tesia. Universidad de La Rioja.
- Grasso, A. & Erramouspe, B. (2005). *Construyendo identidad corporal: la corporeidad escuchada*. Buenos Aires: Novedades Educativas.
- Jaubert, M., & Rebière, M. (2000). *Observe the language activity of science students*. Aster.

- Joly, L. (2007). Beste adin taldeek ere plangintza behar dute. *Larrun*, 106, 6-7. or.
- Lleixá, T. (2007). Educación física y competencias básicas. Contribución del área a la adquisición de las competencias básicas del currículo. *Tándem. Didáctica de la Educación Física*, 23, 31-37.
- Méndez-Giménez, A., Fernández-Río, J., Cecchini Estrada, J. A., & González González de Mesa, C. (2013). Perfiles motivacionales y sus consecuencias en educación física. Un estudio complementario de metas de logro 2x2 y autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(1), 29-38.
- Méndez-Giménez, A., López-Téllez, G., & Sierra, B. (2009). Competencias básicas: sobre la exclusión de la competencia motriz y las aportaciones desde la Educación Física. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (16), 51-57.
- Merleau-Ponty, M. (2000). *Fenomenología de la percepción*. Barcelona: Península
- Ministerio de Educación de Chile (2005). *Currículum de la educación media: Objetivos fundamentales y Contenidos Mínimos Obligatorios para la asignatura de Educación Física*. Santiago de Chile: Ministerio de Educación de Chile.
- Moreno, J. A., de San Román, M. L., Galindo, C. M., Alonso, N., & González-Cutre, D. (2008). Peers' influence on exercise enjoyment: A self-determination theory approach. *Journal of sports science & medicine*, 7(1), 23.
- Ortega, A; Amorrortu, E; Goirigolzarri, J; Urla, J. (2016). Euskal hiltun berriak: esperientziak, jarrerak eta identitateak. *Bizkailab*.
- Olasagarre, Y; Ramos, R. eta Vilches, C. (2019). *DBHko ikasleen hizkuntza atxikimendua hobetzeko ikerketa eta esku hartzea*. Iruña: Nafarroako Gobernua / Hezkuntza departamentua

- Parlebas, P. (2008). *Juegos, deporte y sociedades. Léxico de praxeología motriz (Vol. 36)*. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Ried, B. (2010). O professor de Educação física “fala bem”. A linguagem verbal usada pelo professor na aula de Educação Física e sua adequação a especificidades das situações. *Expediente de Revista Pulsar*. 13208, 39.
- Ron, O. (2003). El campo de la Educación Física: constitución, saber, rasgos. En V. Bracht y R. Crisorio (Eds.), *La Educación Física en Argentina y en Brasil* (pp. 59-73). La Plata: Al Margen.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 55(1), 68.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Publications.
- Sainz Osinaga, M., Azpeitia, A., & Garro, E. O. A., & Sagasta, P (2011). *Nola artikulatu jakintzarloa eta hizkuntza? Zenbait lanabes eskolan erabiltzeko*. Andoain: Euskararen Gizarte Erakundearen Kontseilua.
- Soto, C. Á., & Vargas, J. J. L. (2019). Cuerpo, corporeidad y educación: una mirada reflexiva desde la Educación Física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (35), 413-421.
- Van der Linde, G. (2007). ¿Por qué es importante la interdisciplinariedad en la educación superior? *Cuadernos de Pedagogía Universitaria*, 4. urtea. Zk. 8. 11-13. Pontificia Universidad Católica Madre y Maestra, Dominikar Errepubika.
- Zulaika, LM. (2016). 8 eta 16 urte arteko haurren kirola Euskadin: eskola kirola, kirol eskolak eta ulertzen ez ditugun beste elkarketa batzuk. UdalTop. Euskarako teknikarien topaketak. Lasarte-Oria.
<http://www.udaltop.eus/documents/192363/807222/Luis+Mari+Zulaika.pdf/d31a81e4-ee00-4d6e-a4ed-5c7f36ee006c>.

