

Gozamen eta berrikuntzaren asebetetze maila

kirol-praktika motaren arabera

LEHEN HEZKUNTZAKO GRADU AMAIERAKO LANA

2020/2021 IKASTURTEA

EGILEA: Alfonso Celemín, Egoitz

ZUZENDARIA: Echeazarra Escudero, Ibon.

LABURPENA

Eskola Kirolak haurren heziketa prozesuan funtzio garrantzitsua du. Gorputz hezkuntzarekin batera, haurren garapen motorra eta garapen integrala helburu nagusitzat hartu eta arlo kurrikularra eta ez kurrikularren arteko lotura izan behar du. Horretarako, Eskola Kirolak jarduera fisikoa praktikatzearen gozamenean oinarritzen den eredu bat izan behar du helburu, haurren partehartzea eta jarduera fisikoarekiko epe luzeko atxikimendua sustatzen duena. Lan honen helburua, kirol-jarduera mota ezberdinek gozamen eta berrikuntzaren asebetetze mailan duten eragina aztertzea da. Horretarako, futbol klub batean unitate didaktiko bat aurrera eraman da, zeinetan futboleko oinarritutako saioak eta jokoetan oinarritutako saioak egin diren. Unitate didaktiko horretan, gozamen eta berrikuntzaren behararen asebetetzea izan dira aztertu diren aldagai nagusiak. Emaitzen arabera, gozamena praktika motorraren araberakoa izan da, martxan jarri diren jokoak (joko tradizionala eta joko alternatiboak) futboleko sesioek bezain gozamen maila altua aurkeztu dute. Jardueraren arabera gozamen maila ezberdina izan da, jolas alternatiboko saioan gozamen maila balio altuenak lortu direla, futbol analitiko eta joko tradizionalako saioek baino emaitza esanguratsu altuagoak lortuz. Emaitzek, jarduera hegemonikoetatik aldentzen diren kirol jarduerak, hauek bezain gozamen maila altua edo maila handiagoa sor dezaketela iradokitzen dute. Aniztasun handiagoa duen eta “eredu kirolizatutik” aldentzen den, hezigarriagoa den eta partaideen beharretara hobeto moldatzen den eredu bat sortzeko argudio sendo bat izan daitekeena.

Hitz gakoak

Eskola kirola, gozamena, berrikuntzaren gozamenaren asebetetzea, joko alternatiboa

Aurkibidea

1.MARKO TEORIKOA	4
1.1. Eskola Kirola: testuingurua eta gaur egungo eredua	4
1.2. Aldagai psikologiko gakoak: gozamena eta berrikuntzaren beharra	8
1.3. Joko alternatibo eta tradizionalen potentzialtasun pedagogikoa	13
1.4. Marko teorikoaren ondorioak	15
2.METODOA	17
2.1. Parte hartzaileak	17
2.2. Tresnak	18
2.4. Prozedura	23
2.5 Analisi estadistikoa	26
3. EMAITZAK	27
4.EZTABAIDA	33
5. ONDORIO NAGUSIAK	37
6. LANAREN MUGAK ETA ETORKIZUNERAKO IKERKUNTZA LERROAK	38
7. ERREFERENTZIA BIBLIOGRAFIKOAK	39
ERANSKINAK	47

1.MARKO TEORIKOA

1.1. Eskola Kirola: testuingurua eta gaur egungo eredia

Lehenik eta behin, Eskola Kirola zer den zehaztea komenigarria izango da. Horretarako, 125/2008-ko Eskola Kiroleko dekretuan, Eskola kirola, umeez nahitaezko eskola-aldian baina eskola-orduetatik kanpo egiten duten antolatutako kirol jarduera bezala definitu egiten dela ikus daiteke. Hortaz, Eskola Kirolean parte hartuko duten haurren/nerabeen adin tartea 6 eta 16 urte bitartekoa izango da.

Dekretu berean, (125/2008 ko Eskola Kiroleko dekretua) eskola kirolaren helburu nagusia honela zehazten da: “Eskola Kirolaren helburu nagusia, haurren hezkuntza-garapena osatzea izango da, bai eta kirolari bakoitzaren banakako beharrianak asebetetzea ere. Hala, Eskola Kirolak haurren heziketa integrala bilatuko du, beren sarbidea eta parte hartzea bermatuz berdintasunez eta sexu-estereotipo eta roletatik kanpo; haurren nortasuna era armoniatsuan garatzea bilatuko du, bai eta geroko adinetan ere kirola modu jarraituan egin ahal izatea eta bizimodu osasuntsua eramatea bermatuko duten baldintza fisiko eta kirol ohitura batzuk eskuratzea ere”.

Helburuen definizioaren hasieran, Eskola Kirola hezkuntza-garapenaren osagarri bezala kokatzen da; hau da, Eskola Kirola, Gorputz Hezkuntzaren osagarri bezala kokatzen da, alderdi kurrikularra eta ez kurrikularren arteko lotura bezala ezarriz.

Izan ere, nazioartean eta Europako estamentuetatik, Gorputz Hezkuntzari arlo kurrikularrean dituen helburuak betetzeko denbora eskaintzea eskatzen bazaio ere, zoritxarrez egoera hori Espainia mailan ez da ematen, oraindik ere tamalez, Lehen Hezkuntzan, astean zehar, Gorputz Hezkuntzako bi ordu lantzen direla soilik.

Kontuan hartuta, Gorputz Hezkuntzako irakasgaiari Ingelesa edo Hizkuntza eta literatura bezalako irakasgaiari etapako helburu adina (nagusienak, konpetentzia motorraren garapena, kultura motorra aberastea, jarduera fisikoa balioetsiz ohitura osasuntsuak garatzea eta garapen integrala dira) eskatzen zaiola, baina helburu horiek betetzeko eskaintzen zaion denbora murriztagoa dela, argi geratzen da betebeharrak eta baliabide (denbora aldetik) desoreka nabaria dagoela. Hortaz, oso zaila izaten da irakasgaiak dituen helburu hezitzaileak betetzea (Gambau, 2015).

Horregatik, Eskola Kirola Gorputz Hezkuntzako osagarri bezala jarduteak berebiziko garrantzia izango du, haurren garapen integralerako ezinbestekoak diren helburuak lortzeko baliabide gehiago (batez ere denbora aldetik) izateko.

Ezin dugu ahaztu, egungo gizartea geroz eta sedentarioagoa dela eta horrek, XXI. mendeko arazo nagusienetako bat den haur gainpisua eragiten duela, European eskolara joaten diren haurren %25-ak gainpisua dutela estimatzen dela. Europako herrialdeen artean Espainia datu okerrenak dituzten herrialdeen artean kokatzen da (Risk factor collaboration, 2017). Espainiako kardiologiako aldizkariak eginiko ikerketan, Espainian 25 urte baino gutxiagoko pertsonen %34-ak gainpisua duela ikusi da (Aranceta-Bartrina et al., 2020). Baina, jarduera fisiko ezak/maila baxuak arazo fisiko-fisiologikoak sortzeaz gain, osasun kontzeptuaren baitan dauden alderdi psikologiko eta sozialean eragin nabaria du, osasun arazo fisikoak duten bezainbesteko garrantzia dutenak (Márquez, 2020).

Gainera, COVID-19 gaixotasunaren ondorioz bizi ari garen egoera dela eta, pandemiaren fase askotan egoera normal batean baino denbora gehiago pasa dugu etxean. Badirudi etxean denbora gehiago pasatzea, jarrera sedentarioekin eta jarduera fisikoaren murrizketarekin erlazio zuzena duela (García, 2020).

Azpimarratzekoa da, Pandemiaren fase batzuetan Eusko Jaurlaritzak Eskola Kiroleko jarduerak debekatu dituela (2020ko ekainetik urriaren 2ra arte eta azaroaren 6tik urtarrilaren 12ra arte) eta baimendua egon denean, baldintza berezi batzuk bete behar zirela jarduerak egin ahal izateko. Eskola askok baldintza horiek betetzeko zailtasunak ikusi eta aurtengo Eskola Kiroleko programarik ez dute eskaini. Horren ondorioz, haur askoren jarduera fisiko/kirol praktikaren maila jaitsi da horrek dakarren ondorio latzekin (Gipuzkoako foru aldundia, 2021). Horregatik, bizi izan dugun salbuespen egoerak, haurren sozializazio eta alderdi psikologikoan ere era negatiboan eragina izan duela azpimarratu behar da, alderdi horiei ere behar duten garrantzia eman beharko zaiela (Gipuzkoako foru aldundia, 2021).

Era horretan, Eskola Kirolak, Gorputz Hezkuntzaren osagarri bezala jardun eta pandemiak areagotu duen haur askoren jarduera eza/ maila baxuari aurre egiteko tresna izan behar da, 125/2008 Eskola Kiroleko dekretuan azaltzen den bezala, jarduera fisikoarekiko atxikimendua sustatuz.

Gaur egungo eredia

Dekretuan dauden helburu nagusiak haurren garapen integrala, guztien partaidetza sustatzea, partaide guztien beharrianak asetzea eta bizi ohitura osasuntsuak sustatzea izanik, helburu horiek lortzeko zer nolako Eskola Kiroleko eredia erabiltzen den giltzarria izango da. Euskal Autonomia Erkidegoko eskaintza aztertu eta gero, kirolean gehiegi oinarritutako eredia jarraitzen dela ikus daiteke. Eskaintza aldetik hainbat kirol praktikatzeko aukera ematen bada ere (Hockey-a, errugbia, futbola, eskubaloia, saskibaloia, igeriketa, eskupilota softbol-a...) arrakasta handiena duen eta gehiengo batean eskolek kudeatzen duten kirol-anitz jardueretan, saskibaloiak, futbolak eta eskubaloiak pisu handiegia hartzen dute, Eskola Kirolaren helburuetariko bat den haurren kultura motorra aberastea ez dela betetzen (Maiztegui eta Pereda, 2000).

Martxan dagoen eredua, Eskola Kirolaren eredu hezigarritik aldendu eta kirol tradizionalaren erreproduzitailearen funtzioa hartzen du, haurrentzat negatiboak diren hainbat ondorio sortuz. Besteak beste, lehiaketetan oinarritutako eredua dela azpimarratu behar da. Eraitza eta irabaztea helburu gorenentzat hartu eta parte hartzeari behar duen garrantzia ez zaio ematen. Ildo horretatik jarraituz, lehiari hainbesteko garrantzia ematen zaionez, trebeagoak diren haurren autoestimua eta partaidetza sustatu eta zailtasun edo gaitasun gutxiago dituzten haurrak baztertu egiten dira (Fraile et al., 2004; Maiztegui eta Pereda, 2000; Fraile, 2010).

Aipatzekoa da neska askok kirol eredu hori lehiakorregia dela pertzibitu eta errefusatu egiten dutela. Izan ere aipatu ditugun ezaugarriak dituen eredua ez zaie interesgarria iruditzen, hain lehiakorra den testuinguru horretan ez dutelako beraien burua motorki kompetente sentitzen (Gutierrez et al., 2003; Alfaro, 2008; Fraile, 2010).

Gainera, fokoa lehiaketan jartzen denez, hauetan lortzen den emaitzei garrantzi handiegia ematen zaie garaipena poztasun eta gozamen iturri bakartzat ezarriz. Horrek, porrota, frustrazioa, kompetentzia eza... bezalako sentimendu negatiboak eragiten ditu, haurren jarduera fisikoarekiko atxikimendua sorraraztea eragotzi egiten dela (Zulaika, 2006).

Azpimarratzekoa da, askotan monitoreak hezitzailearen papera izan beharrean, entrenatzailearen papera hartzen duela. Helburu nagusia haurren garapen motorra izan beharrean, lehiaketetan garrantzitsuak diren alderdi taktikoak eta lehiaketa horietan arrakasta lortzeko beharrezkoak diren gaitasun motor espezifikoaren garapena izaten dela, haurren motrizitatea behar bezala garatzen ez dela (Fraile et al., 2004).

Eredu horretan, agintean oinarritutako "mekanikoa" eta askotan analitikoa izaten den keinu edo teknika espezifikoak lantzeko irakaskuntza prozesua ematen da. Izan ere, 125/2008ko dekretuan agertzen den moduan, Eskola Kirola espezializazio goiztiarra

ekidin egitera zuzendua egon behar bada ere, kirolean oinarritutako eredia espezializazio goiztiarra lortzera bideratuta dago, epe luzera, kirol praktika uzte goiztiarra sortzen duena. Gainera, teknika edo keinu espezifikoaren eraginkortasuna lortzera bideratuta dagoen irakaskuntza eredu horretan, jarduera fisikoa praktikatzean ezinbestekoa izan beharko lukeen gozamen alderdia baztertu egiten da (Fraile et al., 2004).

Era horretan, haurren garapen integrala lortzera bideratuta egon beharko liritekeen helburu pedagogiko eta didaktikoak baztertu egiten dira, arlo kurrikularra (Gorputz Hezkuntza) eta ez kurrikularraren artean (Eskola Kirola) egon beharko lukeen lotura galdu egiten dela (Makazaga, 2005; 2006). Lehiaketan oinarritzen den eredia, umeengan exigentzia handiegia jarri eta negatiboak diren estres, frustrazio, konpetentzia eza... bezalako sentimenduak sorrarazten dituen tresna arriskutsua bihurtu eta ludikotasunean eta jardueraren gozamenean oinarriturik, haurren garapen integrala bultzatzen duen eredu hezigarria alde batera uzten du (Fraile et al., 2004).

Esan bezala, 125/2008 Eskola Kirolaren dekretuaren arabera, haurren behar guztiak asetu behar direla badio ere, emandako argudioak kontuan hartuz, gaur egun dagoen eskaintzarekin hori ez da gertatzen, horren ondorio larri bezala, partaide askoren kirol uzte goiztiarra gertatzen dela (Fraile et al., 2004).

1.2. Aldagai psikologiko gakoak: gozamina eta berrikuntzaren beharra

Autore ezberdinek, Iturricastillo eta Yanci (2016) eta Ainsworth et al., (2000) jarduera fisikoa, eskolaz kanpoko jarduera fisikoarekin sustatzea errazagoa dela diote, jarduera mota, ordutegia, praktikatzeko denbora... pertsona bakoitzaren beharren arabera moldatu daitekeelako. Beraz, eskolaz kanpoko jarduera fisikoak eta bereziki lan

honetan aztergai den Eskola Kirolak funtzio garrantzitsua beteko du jarduera fisikoa sustatzeko helburuan.

Gozamena

Aipatutakoa kontutan hartuta, Eskola Kirolaren eredua egokitu behar da, ikasle guztiek jarduera fisiko eta kirolaz gozatzeko, ludikotasunean oinarritzen den haurren garapen integrala lortzen duen eredu bat lortu arte, horrela epe luzerako jarduera fisikoarekiko atxikimendua sustatuko delako (Fraile et al., 2004).

Izan ere, aldagai psikologikoen artean, gozamena, jarduera fisikoarekiko atxikimendua lortzeko aldagai sendoena da. literatura zientifikoan, gozamena jarduera fisikoa/kirola praktikatzeko arrazoi nagusienetarikoa dela azpimarratu da, Espainia mailan, kirol ohituren inkestaren arabera (División de estadística y estudios, secretaría general técnica, 2020) gozamena kirola/jarduera fisikoa egiteko arrazoen artean bigarren postua (%23) hartzen duela. Haurren artean, eskolaz kanpoko jarduera fisikoa praktikatzeko arrazoi nagusia, jarduerarekin lortzen duten gozamena dela (Martínez et al., 2012; González-Palenzuela, 2004). Baina, gozamena jarduera fisikoa praktikatzeko arrazoi nagusienetarikoa izan ez ezik, jarduera batekiko epe luzera sortzen den atxikimenduaren erlazio zuzena duela ikusi da (López-Loman et al., 2020; Gutierrez et al., 2019; Moreno et al., 2008; Vallerand, 2004).

Era horretan, gozamena sorrarazten duten jarduerak Eskola Kirolak legez dituen helburu hezigarri eta pedagogikoak betetzeko baliabide egokiak izateaz gain, osasun iturri garrantzitsua izango dira. Izan ere, kalitatezko jarduera fisikoa praktikatzeak sortzen duen gozamenak, “momentuko” ongizate fisiko, psikologiko eta soziala sortzeaz gain, epe luzera begira osasun iturritzat hartu daiteke. Hau da, lehen azaldu bezala, gozamenak jarduera fisikoarekiko epe luzeko atxikimendua sorraraziko du, denbora

tarte horretan jarduera fisikoa praktikatzen duenak, honek eskaintzen dituen onura anitzak eskuratu ahal izango dituelako (González-Palenzuela, 2004).

Berrikuntzarako beharra

Mendoza et al., (2017) bere lanean dioen bezala, haurrek sortzetiko beharra dute esperientzia berrien bitartez, gauza berriak ikasi eta ezagutzeko, beraien garapen integralerako ezinbestekoa izango dena.

Hortaz, jarduera fisikoa proposatzerako garaian, esperientzia berri horiek sorraraztea garrantzia handia izango du. Ildo horretatik jarraituz, literatura zientifikoaren munduan González-Cutre et al., (2016) kontzeptu berri bat mahaigaineratu zuten “berrikuntzaren asebetetzearen beharra”-ren kontzeptua alegia. Jarraian, kontzeptu horren jatorria, azalpena eta garrantzia azalduko dela.

Horretarako, lehenik eta behin autodeterminazioaren teoriaren funtsa ulertu beharko dugu. Autodeterminazioaren teoriak, gizakion jarrera oinarriko hiru behar psikologikoen asebetetzea edo frustrazioaren bitartez azaltzera bideratuta dago. Behar horiek, autonomia, konpetentzia eta erlazioak direla. Autonomia norbera libre sentitu, erabakiak hartu ahal izatea eta akzioen oinarria (protagonista) izateari dago lotuta. Konpetentziaren beharra ordea, egiten dituzun jardueretan arrakasta lortzeari egiten dio erreferentzia. Azkenik, erlazioerako beharrak, hitzak berak esaten duen bezala, besteekin erlazionatzeko dugun beharrari eta besteek gu estimuan izateko dugun beharrari deritza (Deci eta Ryan, 1991,2000).

Teoria hau motibazioarekin estuki lotuta dago. Izan ere, teoria honen arabera motibazioa hiru maila ezberdineko autodeterminazioa izango litzateke. Lehenengo maila horretan motibazio intrintsekoa egongo litzateke, autodeterminazioaren maila handiarekin zuzenean erlazionatzen dena. Jarduera batekiko konpromezua, hau

jardutean lortzen den plazerrarekin lotzen duena. Bigarren mailan motibazio estrintsekoa kokatzen da, honen barruan lau erregulazio mota daudela (integratua, identifikatua, introiektatua eta kanpokoa). Erregulazio integratua, zeregina pertsona baten bizi ohitura eta baloreekin bat egiten duenean ematen da. Jarduerarekin lor ditzakezun onura pertsonalak kontutan hartzen denean erregulazio identifikatua ematen da. Erregulazio introiektatua ordea, betekizun sentimendua agertzen denean ematen da. Kanpo erregulazioa, pertsonaren portaera kanpoko agente batek kontrolatzen duenean gertatzen da. Bukatzeko, autodeterminazioaren maila baxuenean motibazio eza dago, jarduera batekiko konpromezu ezarekin lotuta dagoena (Deci eta Ryan, 1985; Ryan eta Deci, 2000; 2017).

Autodeterminazioaren teoria jarduera fisiko eta kirol munduan askotan aplikatu egin da, jarduera fisikoarekiko atxikimendua aztertzeke oso erabilgarria delako. Izan ere, kirol praktikan behar psikologikoak asetzen baldin badira, ondorio positiboekin (gozamina, atxikimendua) zuzenean erlazionatuta dagoen motibazio autodeterminatuagoa (intrintsekoa, integratua eta identifikatua) garatuko dira. Baina, behar horiek asetzen ez badira, autodeterminazio maila baxuagoko motibazioa garatuko da (introiektatua eta kanpokoa) desmotibazioa, kirol uztea, aspergarritasuna... bezalako ondorio negatiboak ekarriko dituenak (Amado et al., 2012).

Autodeterminazioaren inguruan eginiko ikerketa klasikoenetan ere Deci eta Ryan-ek jadanik, berrikuntza giza motibazioaren elementu garrantzitsu bat bezala aipatzen zen. Deci eta Ryan-ek (2000) motibazio intrintsekoa, “garapena sustatu eta interesgarriak diren jardueretik konpromezu aktiboa bezala” definitu zuten. Jarduera horiek berrikuntza eta erronka egokia izateagatik bereizten direla. Beraien ustez, motibazio intrintsekoaren barruan, berrikuntzak eta erronkak bilatzeko joera dago, norberaren gaitasunak aztertu/garatu eta ikasteko bidearen parte direla. Era horretan, motibazio

intrintsekoak pertsonak berrikuntza eta erronka berriak bilatzera eramaten ditu norberaren garapenerako egokiak direnak alegia (Deci eta Ryan,1991).

Gainera, autodeterminazioaren teoriak, gizakiok interesgarriak (berriak) diren jardueretik konpromezua izateko sortzetiko joera dugula, gaitasunak praktikatzeko (konpetentzia), besteekin erlazioak jarraitzeko (arloan soziala) eta bakartasun erlatiboko esperientzia pertsonalak integratzeko joera dugula iradokitzen du (Deci y Ryan, 2000).

Azalpen horien bitartez, argi geratzen da hautemandako konpetentzia eta berrikuntza motibazio intrintsekoaren bi alderdi nagusien errepresentazioa direla, autodeterminazioaren teoria originalaren kontzeptualizaziotik ateratakoak direnak alegia. Horregatik, oso harrigarria da konpetentzia oinarritzko behar psikologiko bat bezala hartu eta behar hori aztertzea bideratuta egon diren ikerketa asko egon direla ikustea, baina berrikuntzaren beharra ordea, baztertuta geratu da eta ez zaio inolako atentziorik eman (González-Cutre et al., 2016; González-Cutre eta Sicilia, 2019).

González-Cutre, Sicilia, Sierra, Ferriz, eta Hagger-ek (2016) ideia hori hartu eta pausu bat haratago eraman zuten, berrikuntzaren beharraren asebetetzearen ikasketan sartuz eta autodeterminazioaren teoriaren barruan oinarritzko behar psikologikoaren laugarren behar bezala proposatuz. Lan horretan, berrikuntzarako beharra, aurretik esperientatu ez den zerbait edo errutinatik aldetzen den esperientziak bizitzeko behar bezala definitu zutela.

Izan ere, aipatutako lanean defendatzen den bezala, berrikuntzaren beharra konpetentzia eta autonomiarekin erlazionatzen bada ere, berezko motibazio iturria dela ematen du. Ildo horretan, berrikuntzak funtzio adaptatibo bat izango luke, estrategia adaptatibo filogenetiko eta ontogenetikoaren garapenerako garrantzitsua izango dela. Era horretan, haurrek esperientzia berriak bilatzen dituzte garatzen ari diren beraien burmuinak estimulatzeko. Nerabeek ordea, esperientzia berri horiek

beraien mugak handitu eta beraien identitate soziala garatzeko bilatuko dituzte (González-Cutre et al., 2016; González-Cutre eta Sicilia, 2019; González-Cutre et al., 2020).

Ikerketa honetan, González-Cutre et al., (2016) eginiko proposamena ontzat hartu eta berrikuntzaren beharra oinarritzko behar psikologikoen laugarren behar bezala hartuko da, autodeterminazioaren teoriaren oinarrituz, motibazio intrintsekoan pisu handiko alderdia izanik, alderdi psikologiko garrantzitsua delako.

1.3. Joko alternatibo eta tradizionalen potentzialtasun pedagogikoa

Gozamenaren garrantziaz jabetuta, jarduera fisikoa egiterakoan sentimendu edo sentsazio positibo hori sorraraztea ezinbestekoa izango da. Autore ezberdinek (Mendoza et al., 2017; Baena eta Ruiz, 2016; Crespillo, 2010) joko-jolasak, plazerra sortzen duten eta atseginak diren garapen integrala sortzen duten jarduerak bezala goraiatzen dituztela. Plazerra eta gozamena sinonimoak izanik eta esan berri bezala, gozamena epe luzerako iragarlea denez, joko-jolasak helburu horiek lortzeko baliabide egokiak direla.

Izan ere, jarduera ludikoa heziketa integralerako ezinbesteko baliabidea da, haurren garapen kognitiboa, soziala eta motorra sustatzen duelako (Payá, 2019). Gainera, jokoek prozesu didaktikoen garapenean lagundu, haurrak inguratzen duen inguruarekin elkarrekintza izatera motibatu, gauza berriak aurkitzeko interesa handitu eta gauza berriak ezagutu eta ikasteko gogoia sorrarazten dute, umearen garapen integralerako ezinbestekoa izango dena (Mendoza et al., 2017). Era horretan, jokoak aztertu berri ditugun berrikuntzaren beharra eta gozamen alderdi psikologikoarekin lotura zuzena izango dute eta hauek asetzeko tresna bezala erabili ahal izango dira.

Joko-jolas mota ugari daude, lan honetan joko-tradizionalen eta joko alternatiboen ezaugarri nagusiak aztertuko direla. Joko tradizionalak heziketa motorrerako baliabide ezin hobeak dira, bere praktikan, aberastasun motor handia erakusten dutelako. Izan ere, joko tradizioaletara jolastean, pertsonaren gaitasun pertzeptibo-motorrak, oinarritzko-gaitasunak, gaitasun fisikoak eta gaitasun soziomotorrak inplikaturik egoten dira, zenbait kasuetan kirol bat praktikatzean hartzen duten inplikazio mailarekin eta beste kasu batzuetan, oraindik ere inplikazio maila handiagoarekin (Cabrera, 2010). Gainera, mugimenduaren heziketan eta forma fisikoan eragina izan ez ezik, erlazio sozio-afektiboetan eta hurrengo belaunaldien kultura ludiko-tradizionalaren transmisioan ere eragina dute (Carbonero, 2016).

Joko alternatiboa zer den definitzen duten autore eta definizio asko badaude ere, ikerketa honetan Barberok (2000) eginiko definizioarekin geratzen gara zeinak horrela dio: “joko alternatiboa, joko tradizioaletik ezberdintzen den jokoa da, material ezberdin bat erabiltzen delako (edo material bat normalean erabiltzen ez den moduan erabiltzen delako) edo jokoa eraldatua izan delako, joko originalaren jokatzeko modua zeharo aldatuz”.

Joko alternatiboek komunean ezaugarri positibo batzuk dituzte heziketa baliabide aproposak bihurtzen dituztenak. Alde batetik, egoera motor berri, motibagarriak eta ludikoak planteatzeko oso baliagarriak dira, heziketa prozesuan lagungarria suertatuko dena, haurrentzako oso estimulagarriak izaten bai dira. Bestetik, kirol tradizionalen hastapen jarduera bezala planteatu daitezke, hauen konplexutasuna izan gabe. Gainera, aukera berdintasuna sustatzeko tresna bezala erabili daitezke, normalean partaidetza txikiagoa duten pertsonen partaidetza handituz (Fierro et al., 2016).

1.4. Marko teorikoaren ondorioak

Laburbilduz, Eskola Kirolak Gorputz Hezkuntzaren osagarri bezala jardun behar du, Gorputz Hezkuntzak dituen baliabide eta betebeharren arteko desorekari aurre egiten lagundu, koherentea den umeen heziketa integralera bideratutako proiektu bat sortuz.

Aipatutakoa beti garrantzi handia izan badu ere, jasan dugun egoera dela eta garrantzitsuagoa bihurtu da, pandemiak umeen jarduera fisiko maila jaistea eragin duelako, umeengan alderdi fisiko, psikologiko eta sozialean ondorio negatiboak izan dituela.

Baina, gaur egun Eskola Kirolean Euskal Autonomi Erkidegoen dagoen eredu kirol ereduan oinarritzen da. Eredu hori umeen beharretara ez da behar bezala egokitzen, jardueren aniztasun nahikoa ez dela ematen eta lehiaketan gehiegi oinarritzen dela, jardueren gozamina eta ludikotasuna alde batera uzten duela. Egoera horrek espezializazio goiztiarra eta uzte goiztiarra bezalako ondorio latzak dakartzala.

Gozamina epe luzeko jarduera fisiko praktikaren iragarlea izanik, gozamenaren behar hori asetzen duten jarduerak praktikatzea berebiziko garrantzia izango du. Aztertu dugun moduan, berrikuntzaren beharra, gizakiok sortzetiz dugun beharra da, motibazio intrintsekoaren alderdi garrantzitsua izateaz gain, berezko motibazio iturria dela. Beraz, kirol praktikak/jarduera fisikoa proposatzerakoan, behar hori asetzeari behar duen garrantzia eman beharko zaio.

Aipatutako bi alderdi psikologikoak asetzeko (gozamina / berrikuntzaren beharra) joko-jolasak baliabide aproposak izango dira. Izan ere, gozamina sortzen duten eta garapen integrala bultzatzen duten jarduerak izateaz gain, gizakiok berez dugun gauza berriak aurkitzeko, ezagutzeko eta ikasteko grin hori bultzatu egiten dute.

Beraz, orain arte egindako analisia eta azaldutako oinarri teorikoa kontutan izanda, lan honetan, eskolaz kanpoko esparruan (futbol talde batean) esku-hartze bat diseinatu eta martxan jarriko da, zeinetan Eskola Kirolean pisu handia duen kirol hegemoniko batek (futbolak), joko tradizional batek eta jolas alternatibo batek hurren berrikuntzarako beharra zenbateraino asebetetzen duten aztertu eta zenbateko gozamina sortzen duten neurtuko da.

2.METODOA

2.1. Parte hartzaileak

Ikerketa honetan, Gasteiz hiriko “Betoño” futbol klubeko 9 taldeetako hurrek parte hartu dute. Guztira, 110 hurrek hartu dute parte, 398 erregistro egon direla. Adinei erreparatuz, 13-14 urteko (infantil kategoriako) talde bat, 11-12 urteko (alebin kategoriako) hiru talde, 10-11 urteko (alebin txiki kategoriako) hiru talde eta 9-10 urteko (benjamin kategoriako) bi taldeetako hurrak izan dira partaideak. Hori kontutan hartuta, infantil mailako taldea kenduta, gainontzeko taldeak, Lehen Hezkuntzako hurrez osatutako taldeak izan dira. Infantil taldea DBH-ko lehen kurtsoko hurrez osatuta egon dela.

Esku-hartzean aurrera eraman diren praktika motei erreparatuz, baloi eseri saioan 106 hurrek parte hartu dute. Horietatik 56 aurretiko kirol/jarduera fisikoan esperientzia zutenak eta 40k esperientzia gabekoak. Futbol analitikoko saioan, 103 partaide egon dira, 61-ek kirol esperientziarekin eta 42-k esperientzia gabekoak. Baloi salbatzaile saioan ordea, 102 hurrek parte hartu dute, horietako 59-k kirol/esperientziarekin eta 43-k esperientzia gabe. Bukatzeko, futbol globaleko saioan, 97 partaide egon dira, partaide horien artean 56k aurretiko kirol/jarduera fisikoan esperientzia zutenak eta gainerako 41 partaideak esperientzia gabekoak izan direla. Era horretan, martxan jarri diren saioetako partaideak osotasunean aztertuz, 232k aurretiko kirol/jarduera fisikoan esperientzia izan dute, esperientzia gabeko 166 partaide egon direla.

2.2. Tresnak

Ikerketa honetan bi inkesta ezberdin erabili dira, ikertu nahi diren aldagai psikologikoak (ikerketaren menpeko aldagaiak) neurtu ahal izateko. Gozamina neurtzeko, Molt et al.(2001) sorturiko Physical Activity Enjoyment Scale (PACES) galdetegia erabili da, Moreno, González-Cutre, Martínez-Galindo, Alonso eta Lópezek (2008) balioetsi eta gaztelerara itzuli zuten eredu erabili dela. Inkesta hau 16 item ezberdinez osatuta dago: 1.item-a = Disfruto; 2. item-a = Me aburro; 3. item-a = No me gusta; 4. item-a = Lo encuentro agradable; 5. item-a = De ninguna manera es divertido; 6. item-a =Me da energía; 7. item-a = Me deprime; 8. item-a = Es muy agradable; 9. item-a = Mi cuerpo se siente bien; 10. item-a = Obtengo algo extra; 11. item-a = Es muy excitante; 12. item-a = Me frustra; 13. item-a = De ninguna manera es interesante; 14. item-a = Me proporciona fuertes sentimientos; 15. item-a = Me siento bien; 16. item-a = Pienso que debería estar haciendo otra cosa. Inkesta honetan Likert motako eskala erabiliz erantzun da 5 puntu hauetan oinarritu dena: 1= guztiz desados (balio minimoa), 2= zerbait desados, 3= neutro, 4= zerbait ados, 5= guztiz ados(balio maximoa). Inkesta honetako zenbait item-ek balio positiboa dute (1, 4, 6, 8, 9, 10, 11, 14 y 15) eta beste batzuk ordea, balio negatiboa (2, 3, 5, 7, 12, 13 y 16). Item negatiboak positibizatu egin dira, inkesta bakoitzeko item guztien balioak batu eta batuketa horren emaitza (inkesta bakoitzeko balio bat hartu da 16-80 zenbakien artean egon zitekeena), analisi estadistikorako erreferentziazat hartu dela.

Bestetik, berrikuntzaren beharraren asebetetzea neurtzeko, González-Cutre, Sicilia, Sierra, Ferriz, eta Hagger-ek (2016) sorturiko Novelty Need Satisfaction and Frustration Scale (NNSFS) izeneko inkesta erabili da. Inkesta hau 10 item ezberdinez osatuta dago: 1. item-a = Siento que hago cosas novedosas; 2. item-a = Lo que hago se me hace repetitivo; 3. item-a = siento que a menudo hay novedades para mí; 4. item-a = Siento que se dan siempre las mismas situaciones; 5. item-a = Experimento sensaciones

nuevas; 6. item-a = Siento monotonía; 7. item-a = Creo que se plantean situaciones novedosas para mí; 8. item-a = Siento que lo que hago es rutinario; 9. item-a = Creo que descubro cosas nuevas a menudo; 10. Siento que siempre hago lo mismo. Oraingoan ere, Likert motako eskala erabili da, 5 puntu hauetan oinarritu dena: 1= guztiz desados (balio minimoa), 2= zerbait desados, 3= neutro, 4= zerbait ados, 5= guztiz ados(balio maximoa). Inkesta honetan ere, zenbait item-ek balio positiboa dute (1, 3, 5, 7, 9) eta beste batzuk ordea, balio negatiboa (2, 4, 6, 8, 10) PACES inkestako erantzunekin egin den bezala, balio negatiboak positibizatu eta inkesta bakoitzean, bertako item guztien balioak batu eta batuketa horren erantzunaren balioa analisi estadistikorako erreferentzia bezala erabili da. Oraingoan, emaitzak 10-50 balioen artean oszilatzeke aukera zegoela.

Gainera, partaideen jarduera fisiko/kirol-eko aurretiko esperientzia aztertzeko, inkesten hasieran, honako galdera hau txertatu da: “He practicado otro/s deportes en cursos anteriores: SI/NO ¿Cuál/es?”.

2.3. Kirol jarduera motak

Esku-hartze honetan ezaugarri ezberdinak dituzten lau jarduera mota ezberdin aurrera eraman dira:

- **Baloi eseria:** joko tradizional hau banakako eta taldeko “bertsioan” jolastu daiteke. Banakako eran, jokua aurkaritzan oinarritzen bada ere, lankidetzak badu bere esparru txikia modalitate honetan. Banako eran, partaide guztiek guztien aurka jolasten dute, jokua helburu nagusia, baloi bat jaurtiz partaide bakarra geratu arte gainerakoei baloiarekin (minik ematen ez duen baloia) gorputzean ematea dela. Honakoak dira arauak:

-Partaide batek baloia jaurti eta beste partaide baten gorputzean jotzen badu, bigarren partaide hau momentuan leku horretan eseri egingo da.

-Baloia eskuan duen pertsonak, 3 pausu eman ditzake gehienez.

-Partaide batek beste partaide baten jaurtiketa airean hartuz gero, jokalaria hori ez da eseri behar eta jokuaren dinamikak jarraitzen du.

-Lurrean dagoen partaide batek baloia hartzen badu (lekutik mugitu gabe) partaide hori "libratu" eta lurrean dagoen beste partaide bati baloia pasatzeko aukera izango du (libratzeko) edo zuzenean zutitu eta beste partaide bati baloia jaurti diezaioke.

Jokua dinamikoa dela ziurtatzeko, entrenatzaileak hainbat baloi eskuragarri izan ditu, bere irizpidearen arabera jokuan baloi gehiago sartzeko aukera izan duela.

Taldeko modalitatea aurkaritza-lankidetzak domeinu motorrean oinarritzen da, lankidetzak banakako modalitateetan baino garrantzia handiagoa hartzen duela. Izan ere, talde bereko jokalarien arteko kooperazioak eta estrategiak jokuaren helburua (beste taldeko guztiei baloiarekin ematea) lortzeko berebiziko garrantzia hartzen du. Arauei dagokionez, aurreko modalitatearen arauak errespetatu eta beste pare batarau gehitzen zaizkio:

-Talde berekoen artean baloia pasa daiteke.

-Talde bereko partaideen arteko paseak interzeptatu daitezke, beti ere baloia airean dagoela. Pase bat moztzen saiatzen den jokalaria bati baloia lurrera eroriz gero, jokalaria hori lurrean eseri beharko da.

- Futbol analitikoa: izenak dioen bezala, jarduera honetan futbola entrenatzeko oraindik ere maiz ikusten den ariketa analitiko osatutako eredu trazionala

erreproduzitzea bilatu da. Jarduera hau lankidetzako domeinu motorraren barruan sailkatzen dela. Azpimarratzekoa da, gainerako jardueretan aurkaritza ematen dela, baina jarduera honetan, lankidetzaz soilik ematen dela. Jardueran bertan, ariketa ezberdinak planteatu dira, pasea, baloi gidatzea eta jaurtiketa lantzera bideratuta egon direnak:

- Binaka, bata bestearen parean bi hankak erabiliz elkarri paseak ematea. Aldaera bezala distantzia aldatzen joan dira.

- Laukiaren jolasa: lauki bat osatzen duten lau kono jarri eta kono bakoitzaren atzealdean pertsona bat (gutxienez) jarriko da. Baloiarekin hasten den posizioan pertsona bat gehiago egongo dela. Baloia duen pertsonak, bere aurrealdean dagoen pertsonari pasea emango dio, pasea eman duen posizio horretara joango dela. Aldaera bezala, baloi gehiago sartu dira eta laukia handiagoa egin da, baloia kontrolatu, gidatu eta hurrengo postuan dagoen kideari pasatzeko espazio gehiago izateko.

- Binaka, aurrera joanez paseak egin eta markatutako iristean porteriara jaurtiko dute.

- Konoen artean baloia gidatu: 6 pertsonetako ilarak egin eta aurrean dagoen pertsonak konoz osatutako hilara batean baloia gidatuko du, baloia konoak ikutzea ekidin egin behar duela. Konoez osatutako hilara bukatzerakoan baloia hilaran dagoen lehenengo pertsonari pasa behar diola. Aldaera bezala, ariketa bera hanka ez habilarekin egin da.

- Erregatea eta jaurtiketa: jokalariak hilaran daudela, lehenengo postuan dagoena baloia gidatu eta konoa dagoen lekura iristean erregate batean gin eta baloia porteriara jaurti behar du.

-Jaurtiketak punteriarekin: Aurreko ariketaren dinamika jarraituz, oraingoan partaideek baloia esandako punturaino gidatu eta bertatik, baloia jaurti behar dute jaurtiketa zutonetik ahalik eta gertuen joan dadila. Aldaera moduan, bi hankekin egin behar dituzte jaurtiketak eta jaurtiketak egiteko distantzia aldatu da.

- Baloi salbatzailea: joku alternatibo hau taldeko baloi eseri jokoaren eraldatzeetik sortutako joko bat da. Beraz, joku hau lankidetzaren aurkaria domeinu motorren sailkatzen da. Taldeko baloi eseri jokoa oinarritzen bada ere, arautegiak zenbait ezberdintasun ditu, jokoaren estimulagarritasuna eta taktikoagoa bihurtzen duena:

-Bi baloi mota egongo dira: baloi mota bat **baloi harrapatzailea** izango da, joku originalean bezala, baloia jaurti eta aurkari bat baloiarekin emanaz gero, aurkaria eseri egin beharko dela.

-Bigarren baloi mota, (beste kolore bat izango duena) **baloi salbatzailea** izango da. Baloi honekin, talde bereko eserita dauden (eliminatuta dauden) partaideak libratu ahal izango dira.

-Baloi salbatzailea lortzeko bi era daude: 1- Baloi salbatzailea duen taldeari baloia lurrera eroriz gero, baloia beste taldearentzat izango da. 2- Baloi salbatzailea duen pertsonari, baloi harrapatzailearekin ematen badiote, baloi harrapatzailea taldez aldatuko da.

-Ohar garrantzitsuak: baloi salbatzailea ezin da interzeptatu, aipatutako bi eratan silik berreskuratuta daitezke. Baloi salbatzailea duen pertsonak, baloia "galtzen" badu 5 segunduko "babesa" izango du, hezitzaileak denbora tarte hori altuan kontatu beharko duela. Harrapatuta (eserita) dauden jokalariek, baloi harrapatzailea hartuz gero, eserita egoten jarraituko dute, baina baloia bere taldeko bati pasa diezaiokete aurkaria "harrapatzen" parte harte dezaketela (mugitu gabe).

- Futbol globala: jarduera hau, futbolak dituen ezaugarriak era globalago eta modernoago batean lantzerantz bideratuta egongo da. Era horretan, jarduera hau, lankidetzaz-aurkaritzako domeinu motorrean sailka daiteke. Horretarako, jarduera hau hiru ariketa ezberdinez osatuta egongo da, lehenengo ariketa orokorragoa izango dela eta bigarrena eta hirugarrena aurrenak baino espezifikagoak izango direla; hau da, futbolak berez dituen ezaugarri (aldiberekotasuna, espazio bereberan jardutea, erabaki azkar asko hartzea, joku marka...) gehiago beteko dituzte.

-Errondoak: lau pertsona kanpoan eta bi pertsona barruan egonda, “kanpoan” dauden pertsonak beraien artean paseak egiten saiatu behar dira, barruan daudenak baloia harrapatu gabe. Barruan daudenak, pasea mozten saiatuko dira, lortzen dutenean beste rol-a izatera pasako direla. Aldaera bezala, kanpoan dauden pertsonen baimendutako toke kopurua aldatu daiteke, baita kanpoko eta barrukoaren dispozizio 4 vs 2 tik 3 vs 3-ra pasaz.

-Posesioak zelai murriztuan: 3 vs 3 ko posesioak egingo dira. Hasieran baloia duen taldeak ez du baloi toke limiterik izango, baina gero toke baimenduak (pertsona bakoitzeko) 3, 2 eta 1 izatera pasako da.

-3 vs 3 porteriarekin: Oraingoan aurreko ariketaren dinamika jarraituko dute baino polarizatua dagoen joku marka ezarriz (porteria). Aldaera bezala, toke maximoak limitatu daitezke.

2.4. Prozedura

Lehenik eta behin “Betoño” futbol taldeko koordinatzailearekin kontaktuan jarri eta bilera batean, aurrera eraman nahi zen esku-hartzea azaldu zitzaion. Koordinatzailearen onespena jaso eta gero, taldeetako entrenatzaileekin bi bilera egin ziren, ikerketaren

berri eman eta esku-hartzeko saioetako edukiak azaldu eta sortutako zalantzak argitu zirela.

Esku-hartzea bi aste ezberdinetan aurrera eraman zen, saio bakoitzak ordu bateko iraupena izanda. Saio guzti horietan, sor zitezkeen zalantzak argitzeko/arazoak konpontzeko eta saioak diseinatuta zeuden bezala aurrera eramaten zirela bermatzeko, esku-hartze honen egilea zelaian bertan egon zen.

Unitate didaktikoa aurrera eraman baino lehen, EHU-ko etika komiteko (CEISH) onespina jaso ahal izateko, erakundearen (Betoño futbol kluba) baimena jaso eta partaide guztiei idazki bat eman zitzaien, zeinetan beraien datuak era anonimoan eta hezkuntza helburuekin erabiliko zirela azaldu eta bai partaideei, bai beraien tutoreei, esku-hartzean parte-hartzeko onespina eskatzen zitzaien. Beti ere, edozein momentutan eta arrazoia edozein zela ere, esku-hartzetik kanpo geratzeko aukera ematen zitzaie. Partehartzaile eta erakundearen baimenak izanda, egin nahi zen ikerketaren oinarriak eta helburuak zituen memoria bat prestatu eta baimenekin batera CEISH batzordeari helarazi zitzaion. Batzordeak, memoria aztertu eta beraien irizpideen arabera bete behar ziren baldintzak betetzen zirela ikusita, ikerketa egiteko onespina eman zuela.

Esku-hartze programaren diseinua

Saioen denboralizazioari dagokionez, infantil taldeak, jarraian izan ziren bi astelehen (1. eta 3. saioak) eta asteazkenetan (2. eta 4. Saioak) 16:45-17:45etan egin zituen saioak. Gainontzeko taldeek ordea, astearte (1. eta 3. saioak) eta ostegunetan (2. eta 4. saioak). Astearte eta ostegunetan, 17:00-18:00-etara 4 taldek egin zituzten saioak (alebin A, alebin B, alebin C eta alebin txiki A) eta 18:00-19:00 gainontzeko 4 taldeak (alebin txiki B, alebin txiki C, benjamin A eta benjamin B) aurrera eraman zituzten saioak.

Diseinatu den programa lau saio ezberdinez osaturik dago. Saio horietako bakoitzari hasiera emateko, beroketa moduan mugikortasun ariketak egin dira. Saioei amaiera emateko ordea, lasaitasunera itzultzeko, luzaketak egin dira. Saio bakoitzeko atal nagusiaren edukia ezberdina izan da, lehenengo saioa “Baloi eseria” jokuan oinarrituta egon da; 2. saioa futbol analitikoko entrenamendu bat izan da; 3. saioa: “Baloi salbatzailea” izeneko joku alternatiboa aurrera eraman da, eta 4. Saioan, “futbol globaleko” entrenamendu bat egin da. Saioa bukatu eta gero, partaideei inkestak betetzeko denbora utzi zaie (10-15 minutuko tarte), lehengo egunean denbora tarte hori gainontzeko egunetan baino luzeagoa izan dela (15-20 minutuko tarte).

Hauek dira martxan jarri diren saioen ordena eta eduki nagusia:

1. Saioa: Aipatu bezala, lehenengo saioa “Baloi eseria” izeneko jokuan oinarritu da. Atal nagusian, guztiak guztien aurkako jokua modalitateari 10 minutu eskaini zaizkio eta jarraian, bi talde egin eta talde bat beste baten aurka beste 20 minutu jolastu dute.
2. Saioa: Saio honetan futbol analitikoko ariketetan oinarritutako entrenamendu bat egin da. Saioaren atal nagusiaren erdia (20 minutu) pasea eta baloiaren kontrola lantzea helburu bezala duten ariketak lantzea erabili da. Jarraian, baloiaren “gidatzea” eta jaurtiketa lantzeko ariketak egin dira (20 minutu).
3. Saioa: Saio honetan, “Baloi salbatzailea” jokia aurrera eraman da, taldeka jolasten den “Baloi eseria” jokitik sortutako joku konplexuago bat dena. Jokua konplexutasuna dela eta, partaideek hau ondo ulertu eta jolasteko denbora izan dezaten, atal nagusiko denbora guztia eskaini zaio.
4. Saioa: Esku-hartzearen azken saioa “futbol globaleko” entrenamendu bat izan da. Entrenamendu honen atal nagusia, “rondo” batzuekin hasi, gero “posesio” batekin jarraitu eta bukatzeko marka interakzioa duen “posesioa” erabili dira ariketa global bezala.

2.5 Analisi estadistikoa

Lehendabizi, menpeko aldagaiak diren gozamina eta berrikuntzaren beharraren asebetetzearen batez bestekoa eta desbideratze estandarrak aurkeztu dira. Hortik abiatuta, eta aldagai askeen eragina identifikatzeko (jarduera mota, aurretiko kirol esperientzia, adina) Kruskal-Wallis proba ez-parametrikoa burutu da, aztertutako aldagaien arteko desberdintasun esanguratsu posibleak aurkitzeko asmoz. Ondoren, U Mann-Whitney proba ez parametrikoa ezarri da, bi-bi konparaketa eginez. Horretarako, IBM SPSS Statistics version 24 software-a erabili da. Analisi guztiak $p < 0.05$ -eko significazio maila oinarritzat hartuz burutu dela.

3. EMAITZAK

Atal honetan analisisan ateratako emaitzak taula moduan ageri dira hauek ulertzeko beharrezkoa den azalpenarekin. Lehen atalean laginaren ezaugarriak aztertuko dira, gero PACES eta ESFNN eskalen jarduera motaren arabera analisi orokorra egiten da, jarraian inkestetan lortutako datuak aurretiko kirol-esperientziarekin erlazionatuko dira. Azkenik, adina kontuan hartuz inkestetako datuak aztertuko dira.

Laginaren ezaugarriak

1. Taulan ikerketan parte hartu duten adin bakoitzeko partaide kopurua ageri da. Hortaz gainera, adin bakoitzean aurreko urteetan beste jarduera fisiko/kirol batean esperientzia duten partaideak eta esperientzia ez duten partaideak bereizten dira. Infantil, alebin txiki eta benjamin kategoriako partaideen gehiengo batek aurretiko kirol/jarduera fisiko esperientzia duela ikus daiteke. 2.urteko alebin kategorian ordea, partaideen gehiengo batek ez du aurretiko kirol esperientziarik izan.

Adina	Aurretiko kirol esperientzia	N	%
13-14 urte (Infantilak)	Bai	38	66,7%
	Ez	19	33,3%
	Totala	57	100%
12-13 urte (2.urteko alebinak)	Bai	47	40,5%
	Ez	69	59,5%
	Totala	116	100%
11-12 urte (Alebin txiki)	Bai	89	65,9%
	Ez	45	34,1%
	Totala	135	100%
10-11 urte (Benjaminak)	Bai	58	64,4%
	Ez	32	35,6%
	Totala	90	100%

1.Taula. Adin bakoitzeko partaideak, aurretiko kirol esperientziarekin erlazionatuta

Praktika motaren araberako analisi orokorra

Ikerketarako, inplementatu den unitate didaktikoan gozamen maila oso handia, eta berrikuntzaren beharraren asebetetzea handia izan da. PACES inkestan $65,5 \pm 1,5$ -ko (16-80 eskalan) balioa eta ESFNN inkestan $35,5 \pm 8,2$ -ko balioa (10-50 eskalan) atera dela.

Aurrera eraman diren praktika motor ezberdinen emaitzak aztertu eta gero, lehenik eta behin, jarduerak bi talde ezberdinetan sailkatu dira: batetik joko-jolasetan oinarritu diren saioak (1. eta 3. saioak) eta bestetik, futboleko oinarritutako saioak (2. eta 4. saioak). Bi saio mota hauek alderatu dira, hauen arteko ezberdintasunik aurkitu ez direla. Hala ere, fokoa egin diren lau jarduera ezberdinetan jarriz, saioen gozamen mailan ezberdintasunak ageri dira, “baloi salbatzaile” saioan balio altuenak atera direla.

Taula honetan, (2. Taula) saio bakoitzean PACES eta ESFNN inkestetan lortutako emaitzen batez-besteak, desbideratze estandarra eta zenbatek egin duten (n) ageri da.

Jarduera	Inkesta	N	Batez-besteak/ Desbideratze estandarra
Baloi eseria	PACES	96	$62,7 \pm 14,2$
	ESFNN	96	$35 \pm 8,9$
Futbol analitikoa	PACES	103	$63,3 \pm 12$
	ESFNN	103	$34,6 \pm 7,9$
Baloi salbatzailea	PACES	102	$68,9 \pm 7,1^{a,b}$
	ESFNN	102	$35,6 \pm 6,2$
Futbol globala	PACES	97	$66,8 \pm 10,4^c$
	ESFNN	97	$36,5 \pm 9,5$

2.Taula. Jarduera bakoitzaren batez-beste eta desbideratze estandarren balioak. Oharra: a>futbol analitikoa, b>baloi eseria, c>futbol analitikoa, $p < 0,05$ izanda

ESFNN, inkesten datuei erreparatuz gero; hau da, partehartzaileen berrikuntzaren beharraren asebetetzea aztertuz gero, unitate didaktikoan martxan jarri diren saio guztien batez-bestekoen balioak parekoak direla ikus daiteke.

“Balo salbatzaile” saioan, gozamen mailan lortutako emaitzak “baloi eseri” eta “futbol analitikoko” saioen emaitzekin alderatuz, ezberdintasun esanguratsuak egon dira. “Balo salbatzaile” eta “baloi eseri” saioen artean $p=0,004$ ezberdintasuna egon da. Bestalde, “futbol global” eta “futbol analitiko” saioen artean ere ezberdintasun esanguratsuak egon dira ($p=0,022$).

Aurretiko kirol/jarduera fisiko esperientziarekiko analisia

Unitate didaktikoaren balorazio orokorrean aurretiko kirol esperientzia kontuan hartuz gero, aurreko urteetan beste kirol batean/batzuetan esperientzia izan dutenek gozamen maila altuagoa izan dute. Gainera, aurretiko kirol esperientzia izan dutenek, “baloi salbatzaile” saioan, gainerakoek baino gozamen maila esanguratsu handiagoa aurkeztu dute, hauen arteko ezberdintasun esanguratsua egon dela ($p=0,39$). “Baloi eseria” saioan, aurretiko kirol esperientzia dutenek, berrikuntzaren beharraren asebetetzean balio esanguratsu handiagoak atera dituzte ($p=0,030$).

Jarduera	Aurretiko kirol esperientzia	Inkesta	N	Batez-bestekoa/ desbideratze estandarra
Baloi eseria	Bai	PACES	56	63,2±14,1
		ESFNN	56	36,3±8,7 ^b
	Ez	PACES	40	61,9±14,4
		ESFNN	40	33,1±8,9
Futbol analitikoa	Bai	PACES	61	64,5±10,9
		ESFNN	61	34,7±8,2
	Ez	PACES	42	61,5±13,2
		ESFNN	42	34,5±7,5
Baloi salbatzaile a	Bai	PACES	59	70,1±6,4 ^a
		ESFNN	59	35,8±6,4
	Ez	PACES	43	67,2±7,8
		ESFNN	43	35,3±5,9
Futbol globala	Bai	PACES	56	68,1±10,3
		ESFNN	56	37,1±9,5
	Ez	PACES	41	65,2±10,4
		ESFNN	41	35,6±9,6

3. *Taula.* Jarduera bakoitzaren batez-beste eta desbideratze estandarren balioak, aurretiko kirol esperientziaren arabera. Oharra:a> esperientzia gabeko jarduera bereko partaideekiko, b> esperientzia gabeko jarduera bereko partaideekiko, $p<0,05$ izanda

Adinaren araberako analisia

Adinari erreparatuz gero, unitate didaktikoaren balorazio orokorrean ez dira desberdintasunik aurkitu. Datuen analisirako, partehartzaileak bi talde handietan sailkatu dira. Alde batetik, DBH-n (Derrigorrezko Bigarren Hezkuntzan) dauden partehartzaileak kontuan hartu dira. Talde handi hori infantil mailako taldea eta bigarren urteko alebinak (alebin A, alebin B eta alebin C taldeak) osatu dute. Bestetik, LH-n (Lehen hezkuntzan) dauden partehartzaileak sailkatu dira, lehenengo urteko alebin taldeek (alebin txiki A, alebin txiki B eta alebin txiki C) eta benjaminak (benjamin A eta benjamin B taldeak) bigarren taldea osatu dutelarik.

Jarduera	Batutako adinak	Inkesta	N	Batez-bestekoa/ desbideratze estandarra
Baloi eseria	Infantil + 2.urteko Alebinak	PACES	41	61,3±15,1
		ESFNN	41	32,5±8,5 ^a
	Alebin txiki + Benjaminak	PACES	55	63,6±13,5
		ESFNN	55	36,8±8,8
Futbol analitikoa	Infantil + 2.urteko Alebinak	PACES	45	63,5±12,6
		ESFNN	45	35,2±6,7
	Alebin txiki + Benjaminak	PACES	58	63,2±11,5
		ESFNN	58	34,2±8,8
Baloi salbatzailea	Infantil + 2.urteko Alebinak	PACES	45	69,6±6,2
		ESFNN	45	37,8±5,6 ^b
	Alebin txiki + Benjaminak	PACES	57	68,4±7,8
		ESFNN	57	33,9±6,1
Futbol globala	Infantil + 2.urteko Alebinak	PACES	42	66,3±10,9
		ESFNN	42	36,3±8,8

	Alebin txiki + Benjaminak	PACES	55	67,2±10,1
		ESFNN	55	36,6±10,1

4.Taula. DBH eta LH-ko partaideen arteko ezberdintasunak, unitate didaktikoko jardueretan. Oharra: a>LH-koek baino, b>LH-koek baino.

Berrikuntzaren beharraren asebetetzeari dagokionez, DBH-ko taldeko partehartzaileek joko-jolasetan oinarritutako bi saioetan era esanguratsuan altuagoak diren emaitzak lortu dituzte. Ezberdintasun horiek $p=0,006$ -ekoak izan dira baloi eseri-ko saioan eta $p=0,002$ -koak izan dira baloi salbatzaileko saioan.

4. EZTABAIDA

Ikerketa honetan, futbol klub batean esku-hartze bat egin da, Eskola Kiroleko programan pisu handia hartzen duen futbola “kirol hegemonikoak”, joko tradizional batek eta jolas alternatibo batek haurren berrikuntzarako beharra zenbateraino asebetetzen duten aztertu eta zenbateko gozamina sortzen duten neurtu dela. Emaitzen arabera, berrikuntzaren behararen asebetetze maila handia eta gozamen maila oso altua izan da aurrera eramanean den esku-hartzean zehar. Jardueraren arabera gozamen maila ezberdina izan da, jolas alternatiboko saioan gozamen maila balio altuenak lortu direla, futbol analitiko eta joko tradizionalerako saioek baino emaitza esanguratsu altuagoak lortuz.

Baina, atal teorikoan azaldu bezala, haur eta nerabeen aisialdi esparruaren barruan kokatzen den Euskal Herriko Eskola Kiroleko ereduak, ez ditu aipatutako baldintzak betetzen, kirol ereduak gehiegi oinarritu eta haurren behar guztiak behar bezala ez dituelako asetzen. Hortaz, lan honen bitartez haurren beharretara egokitutako esku-hartze bat diseinatu da. Kirolariaren beharretara egokitutako esku-hartze batek kirolariaren garapen integrala erraztu ez ezik, kirolari hauen atxikimendua sustatu eta kirol uztea ekiditen lagunduko duelako (García-Calvo et al., 2008).

PACES eskala jarduera fisiko eta kiroleko testuinguruan gozamina neurtzeko hainbat kasutan erabili da (Moore et al., 2009; Mullen et al., 2011; Bartlett et al., 2011; Los Arcos et al., 2015; Iturricastillo eta Yanci, 2016; López-Loman, 2020). Baina, ESFNN eskalak ordea erabilera murrizta izan du. Literatura zientifikoan, osagarriak diren bi eskala hauek aldi berean erabili diren lan praktikorik ez da aurkitu. Beraz, eskala hauen erabilerarekin, eskolaz kanpoko testuinguruan gozamina eta berrikuntzaren behararen inguruan adierazgarria den informazioa eskuratu daiteke.

Marko teorikoan sakonago arrazoitu den bezala, gozamina aztertu da, epe luzerako atxikimenduaren iragarle onena delako (Vallerand, 2004). Eskola kirolaren programaren jarduerak errepikakorrak direla eta jardueren aniztasun falta dagoela ikusiz, berrikuntzaren beharraren asebetetzea aztertu egin da, aniztasun falta hori aztertzeko oso pertinetza izan delakoan. Gainera, berrikuntzaren beharraren asebetetzea motibazio intrintsekoaren alderdi garrantzitsua izanik (González-Cutre et al., 2016) jarduerarekiko atxikimenduaren beste iragarle on bat lortu da.

Esku hartzearen emaitzak aztertuz, orokorrean inplementatu den unitate didaktikoaren gozamen maila oso handia, eta berrikuntzaren beharraren asebetetzea handia izan da, aurrera eramane den unitate didaktikoa arrakastatsua izan da diseinatuta zegoen helburuak bete dituelako.

Gozamen mailari erreparatu, balio oso altuak ateratu dira orokorrean. Unitate didaktikoan bi saio mota egon dira: batetik, futboleko oinarritutako saioak (2 saio) eta bestetik jokoetan oinarritutako saioak (2 saio). Futboleko saioetan gozamenaren balore altuak ateratu dira, futboleko aritzen diren haurrak, normalean, futbola praktikatzean motibazio intrintseko altua izaten dutelako (Pérez et al., 2015). Beraz, normalizat hartzen da futboleko bi saioetan gozamen maila altua ateratu izana. Bestetik, jokoetan oinarritutako saioetan ere gozamen maila oso altuak ateratu dira, jokoak balio hezitzaileak sustatu eta haurren garapen integralerako tresna egokiak izateaz gain, gozamina sortzeko eta horren ondorioz, jarduera fisikoarekiko atxikimendua sortzeko baliabide bezala indar handia hartzen dutela.

Izan ere, aipatutako bi jarduera motetan (futboleko oinarritutakoak eta jokoetan oinarritutakoak) ateratuak gozamenaren balioak alderatu dira eta ez dira ezberdintasun esanguratsurik eman. Kontuan hartuta ikerketako partehartzaileak beraien egunerokotasunean futbol talde batean aritzen direla, erraz aurreikusi

zitekeen futboleko oinarritutako saioetan gozamen maila altua lortuko zutela. Baina, bi jarduera bloke horien artean ezberdintasun esanguratsurik ez ateratzea eta saio guztien artean gozamen maila altuena “Baloi salbatzaile” saioan emango zela aurreikustea zailagoa suertatzen zen.

Esan bezala, “Baloi salbatzaile” saioan gozamen balio altuenak eman dira, “futbol analitiko-ko” saioarekin alderatuz, ezberdintasun esanguratsuak eman direla. Nahiz eta begi hutsez, ez ikusi, inplementatu den joko alternatiboaren ezaugarriak zehaztasunez aztertuz, futbol partida batekin antzekotasunak dituela ikusiko da: kooperazioa ematen da, aurkaritza ematen da, aldibereketasuna dago, joko marka dago, estrategia taktikoak garrantzia handia hartzen du, erabaki hartzeko gaitasunak garrantzi handia du eta estimulu asko ditu. Hortaz, joko honen aberastasuna eta hurrak zentzu askotan estimulatzeko gaitasunaz jabetu eta atxikimendua sortu naiz haurren garapen integralerako heziketa baliabide bezala kontuan hartu beharko da.

“Baloi salbatzaile” saioan “baloi eseri” saioan baino balio esanguratsu altuagoak atera dira PACES inkestan. Hori “Baloi eseri” jokoak, “baloi salbatzaile” jokoak bezain estimulagarria ez delako izan daiteke. Izan ere, praktikan jartzean erraz ikusten zen ez hain dinamikoa ez zela suertatu.

Bestetik, “futbol globaleko” saioak “futbol analitiko” saioak baino emaitza esanguratsu hobekoak lortu ditu PACES inkestan. Pérez et al.,-en (2015) lanean azaltzen den bezala eta Los Arcos et al., (2015) berretsi bezala, futbol entrenamenduetan planteatzen diren jarduerak jokoan oinarrituagoak egon beharko liriteke, hauen bitartez ikaskuntza esanguratsuak eta gozamen maila handiagoak lor daitezkeelako.

Berrikuntzaren beharren asebetetzeari dagokionez, unitate didaktikoan balio altuak eman dira, jarduera guztietan hantzeko balioak eman direla. Unitate didaktikoaren

inplementazioa aste santuko oporrak pasa eta hurrengo bi asteetan egin denez, pentsa daiteke partehartzaileentzat futboleko bi saioak “errutinarioak” ez zaizkiela egin, bi aste egon direlako futboleko entrenamenduak eduki gabe. Esku-hartzea denboraldiko beste une batean aurrera eramanez gero, agian, emaitzak aldatu eta futboleko saioetan berrikuntzaren beharra ez litzateke hain asebetuta egongo.

Kirol/jarduera fisikoan aurretiko esperientzia izan duten partehartzaileek unitate didaktiko osoaren balorazioan gozamen maila altuagoa erakutsi dute. Hori, futboletik kanpoko testuinguruan kirolean bestelako esperientzia izan dutenek, futbolaz gain bestelako jarduerak (jokoak) dituen esku-hartzean, konpetenteago sentitu direlako. Konpetentzia sentsazio handiago horrek, gehiago gozatzera eraman dituela.

Kirol/jarduera fisikoan aurretiko esperientzia izan dutenek berrikuntzaren beharraren asebetetzeari dagokionez balio esanguratsu altuagoak erakutsi dituzte “baloi eseri” saioan.

Adinari dagokionez, unitate didaktikoaren balorazio orokorrean ez dira desberdintasunak aurkitu. Baina, jarduera bakoitzaren balorazioan ordea, berrikuntzaren beharraren asebetetzeari dagokionez, DBH-ko taldeko partehartzaileek joko-jolasetan oinarritutako bi saioetan era esanguratsuan altuagoak diren emaitzak lortu dituzte. Emaitza horien atzean, partehartzaile zaharrenak, beraien bizitzan zehar futboleko entrenamendu gehiago bizi eta beraien egunerokotasunean inplementatuagoak dituztelaren sentsazioa egon daiteke, futboletik aldentzen diren jarduerak egiterakoan, gainerakoei baino “berriagoak” (beraien errutinatik gehiago aldentzen direla) egin zaizkiela. Beraz, adinak gora egin ahala jardueren aniztasunari garrantzia handiagoa eman behar zaiola ondorioztatzen da.

5. ONDORIO NAGUSIAK

Aipatzekoa da, aurrera eraman den unitate didaktikoak gozamen maila oso handia eta berrikuntzaren beharraren asebetetze handia lortu duela. Gozamen maila, praktikan jarri den jarduera motorraren arabera izan da. Proposatu diren jokoak (joko tradizionala eta joko alternatiboak) futboleko sesioek bezain gozamen maila altua aurkeztu dute, jolas alternatiboak gozamen maila balio altuenak lortu ditu, futbol analitiko eta joko tradizionaleko saioek baino emaitza esanguratsu altuagoak lortu dituela. Era berean, futbol globaleko saioak futbol analitikoko saioak baino gozamen balio esanguratsu altuagoak erakutsi ditu.

Aurretiko jarduera fisiko/ kirol esperientziak gozamina eta berrikuntzaren beharraren asebetetzea baldintzatu egiten du. Era horretan, esperientzia duten partehartzaileek gozamen maila altuagoak aurkeztu dituzte.

Adinari dagokionez, dirudienez, partehartzaileek esku-hartzea era globalean baloratzeko garaian ez du eraginik izan. Baina, adin handiagoko (DBH-ko) partehartzaileek jokoetan (bai tradizionalean, bai alternatiboan) berrikuntzaren beharraren asebetetze handiagoa erakutsi dute.

Emaitzak ikusita, erabili diren jokoak gozamina sorrarazteko tresnatzat kontuan hartu beharko dira. Jokoen orokorrean duten potentzialtasun hezitzaileaz gainera, gozamina sorrarazteko eta hortaz, atxikimendua sortzeko baliabide egoki bezala hartu beharko direla.

6. LANAREN MUGAK ETA ETORKIZUNERAKO IKERKUNTZA LERROAK

Ikerketa honetan hainbat muga aurkitzen dira. Alde batetik, jarduera mota bakoitzeko sesio gutxi egon dira, ikerketaren planteamendu motak ez duela aukera eman aztertutako aldagaiak denboran duten eboluzioa aztertzeko.

Bestetik, ikerketa honetan soilik mutilek parte hartu dute, populazioaren atal garrantzitsu bat (emakumeak) ez direla ikerketa honen datuekin errepresentatzen. Horregatik, horrelako etorkizuneko ikerketen laginean neskek egotea gomendatzen da.

Ezin da ahaztu, berrikuntzaren beharraren asebetetzea, oraindik ere arlo zientifikoan gehiegi sakondu gabeko kontzeptua dela. Hortaz, hau neurtzeko tresna (galdetegi) bakarra aurkitu da. Galdetegia, ume batzuentzako teknikoegiak diren hitzak erabiltzen ditu, baita interpretazioan anbiguoak izan daitezkeen kontzeptu batzuk erabili, honen erabilerarekin lorturiko emaitzak zalantzan jarri ditzakeenak. Horregatik, galdetegia umeekin erabiltzeko garaian, honen sinplifikazio bat egin eta moldaketak balioztatzea gomendatzen da, ikerketa honetan, denbora eta logistika arrazoiengatik egin izan ez dela. Beste aukera bat, berrikuntzaren beharraren asebetetzea neurtzeko galdetegi berriak sortu eta hauek baliozkotzea izango litzateke.

Bukatzeko, kirol/jarduera fisiko arloan alderdi psikologikoak neurtzeko galdetegi gehienak heziketa fisikoko saioak ebaluatzen bideratuak daudela azpimarratu nahi da, askotan galdetegi horien bitartez irakaslean papera ebaluatzen dela. Hori kontuan izan da, alderdi psikologikoak heziketa fisikoko saioetatik kanpo, bestelako jarduera fisiko/kirol jardueretan neurtzeko aproposak diren galdetegiak sortzea gomendatzen da, Eskola Kirola bezalako esparruetan alderdi psikologiak aztertzeko aukera gehiago egon daitezkeen, fokoa jardueran eta alderdi psikologikoetan jartzen duten galdetegiak alegia.

7. ERREFERENTZIA BIBLIOGRAFIKOAK

- Ainsworth, A., Bassett, D., Strath, S., Swatz, A., O'Brien, W., Thompson, R., eta Kimsey, C. (2000). Comparison of three methods of measuring the time spent in physical activity. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 32, 457 - 464.
- Alfaro, E. (2008). Mujer joven y deporte. *Revista de Estudios de juventud*, 83, 119-141.
- Amado, D., Leo, F., Sánchez, D., González, I. eta López, J. (2012). ¿Es compatible el deporte en edad escolar con otros roles sociales? Un estudio a través de la Teoría de la Autodeterminación. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 21, 50-52.
- Aranceta-Bartrina, J., Gianzo-Citores, M., eta Pérez-Rodrigo, C. (2020). Prevalencia de sobrepeso, obesidad y obesidad abdominal en población española entre 3 y 24 años. Estudio ENPE. *Revista Española De Cardiología*, 73(4), 290-299.
- Baena, A., eta Ruiz, P. (2016). El juego motor como Actividad Física organizada en la Enseñanza y la Recreación. *EMásF Revista Digital de Educación Física*, 38, 73-86.
- Barbero, J. (2000). Los juegos y deportes alternativos en Educación Física. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 22.<http://www.efdeportes.com/efd22a/altern.htm>
- Bartlett, J. D., Close, G. L., Maclaren, D. P., Gregson, W., Drust, B. y Morton, J. P. (2011). High-intensity interval running is perceived to be more enjoyable than moderate-intensity continuous exercise: Implications for exercise adherence. *Journal of Sports Sciences*, 29(6), 547–553.

125/2008 DEKRETUA, uztailaren 1ekoa, Eskolako Kirolari buruzkoa. Euskal Herriko Agintaritzaren Aldizkaria, 135, 18669-18685.

Cabrera, E. (2010). *¿Juego o deporte? análisis psicopedagógico de la riqueza motriz de los juegos tradicionales infantiles*. Wanceulen Editorial. <https://elibro-net.ehu.idm.oclc.org/es/ereader/ehu/33772?page=9>

Carbonero, C. (2016). *Juegos y deportes populares, autóctonos y tradicionales*. Wanceulen Editorial. <https://elibro-net.ehu.idm.oclc.org/es/ereader/ehu/63432?page=1>

Crespillo, A. (2010). El juego como actividad de enseñanza-aprendizaje. *Estudios pedagógicos*, 68(14).

Organización mundial de la salud. (2021). *Datos y cifras sobre obesidad infantil*. <https://www.who.int/end-childhood-obesity/facts/es/>

Deci, E. eta Ryan, R.(1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press.

Deci, E. eta Ryan, R. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality. In R. Dienstbier (Ed.), *Nebraska symposium on motivation*. Perspectives on motivation, 38, 237–288. Lincoln, NE: University of Nebraska Press.

Deci, E. eta Ryan, R. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behaviour. *Psychological Inquiry*, 11, 227–268.

División de Estadística y Estudios, Secretaría General Técnica (2020). *Anuario de estadísticas deportivas 2020*. EB: Espainia.

- Eusko Jaurlaritzako Hezkuntza Saila (2015). Heziberri 2020. Hezkuntza-eredu pedagogikoaren markoa.
- Fierro S., Haro. A eta García V. (2016). Los deportes alternativos en el ámbito educativo. *Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, 6, 40-48.
- Fraile, A., Álamo, J., Van den Bergh, K., González, J., Graca, A., Kirk, D., Knop, P., Lombardozzi, A., Macazaga, A., Monjas, R., Romero, S. eta Theeboom, M. (2004). *El deporte escolar en el siglo XXI: análisis y debate desde una perspectiva europea*. Grao.
- Fraile, A. (2010). El desarrollo moral en el deporte escolar en el contexto europeo: un estudio basado en dilemas sociomorales. *Estudios Pedagógicos (Valdivia)*, 36(2), 83-97.
- Gambau, V. (2015). Las problemáticas actuales de la educación física y el deporte escolar en España. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 411, 53-69
- García-Calvo, T., Leo, F., Martín, E., eta Sánchez, P. (2008). El compromiso deportivo y su relación con factores disposicionales y situacionales de la motivación. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 12(4), 45-58.
- García, M. eta Magaz, A. (2020). Resultados preliminares del "Estudio sobre el confinamiento en relación con la actividad física y el uso de las TIC". *SEED Deportes*. <https://seed-deporte.es/resultados-preliminares-del-estudio-sobre-el-confinamiento-en-relacion-con-la-actividad-fisica-y-el-uso-de-las-tic/>.
- Gipuzkoako foru aldundia (2021). COVID19aren eragina Gipuzkoako ikastetxeetako Multikirola jardueran.

- González-Cutre, D., Sicilia, A., Sierra, A., Ferriz, R. eta Hagger, M. (2016). Understanding the need for novelty from the perspective of self-determination theory. *Personality and Individual Differences, 102*, 159-169.
- González-Cutre, D. eta Sicilia (2019). The importance of novelty satisfaction for multiple positive outcomes. *European Physical Education Review, 25*, 859-875.
- González-Cutre, D., Romero-Elías, M., Jiménez-Loaisa, A., Beltrán-Carrillo, V. J., eta Hagger, M. S. (2020). Testing the need for novelty as a candidate need in basic psychological needs theory. *Motivation and Emotion, 44*, 295-314.
- Gonzalez-Palenzuela, F. (2004). La motivación y la adhesión hacia la actividad física y el deporte. *Escuela abierta, 7*, 137 – 152.
- Gutiérrez, J., Blázquez, A., eta Feu, S. (2019). Motivos de práctica como predictor de la actividad física en maestros y la satisfacción con la vida. *Universitas Psychologica, 18(4)*, 1-14.
- Gutiérrez, M. (2003). *Manual sobre valores en la Educación Física y el deporte*. Barcelona: Paidós.
- Iturricastillo, A. eta Yanci J. (2016) El nivel de disfrute con la actividad física en adolescentes: Educación física vs actividad física extraescolar. *Revista digital de educación física, 39*, 30-47.
- López-Loman, N.; Yanci, J.; Granados, C.; Lozano, L.; Barrenetxea, I.; Romaratezabala, E.; Iturricastillo, A. (2020). Análisis del disfrute en un programa de ejercicio físico en mujeres embarazadas. *Journal of Sport and Health Research, 3(1)*, 5-7.

- Los Arcos, A., Vázquez, J., Martín, J., Lerga, J., Sánchez, F., Villagra, F. eta Zulueta, J. (2015). Effects of Small-Sided Games vs. Interval Training in Aerobic Fitness and Physical Enjoyment in Young Elite Soccer Players. *Plos One*, 10(9).
- Maiztegui, C. eta Pereda, V. (2000). Ocio y deporte escolar. Documentos de Estudios de Ocio, 12.
- Macazaga, A. (2005). *El modelo de deporte escolar en el Plan Vasco de Deporte. El deporte escolar en el siglo XXI: análisis y debate desde una perspectiva europea* (171-182 or.). Barcelona: Graó.
- Macazaga, A. (2006). *Análisis del deporte escolar. Problemática y propuestas de solución. Ikastaria*, 14, 215-224.
- Martínez, A., Chillón, P., Martín-Matillas, M., Pérez, I., Castillo, R., Zapatera, B., . Delgado, M. (2012). Motivos de práctica de actividad físicodeportiva en adolescentes españoles: *Estudio Avena. Revista de currículum y formación del profesorado*, 16(2), 391 – 398.
- Márquez, J. (2020). Inactividad física, ejercicio y pandemia COVID-19. *Viref Revista de Educación Física*, 9(2), 43-53
- Mendoza, M., Analuiza, E. eta Chalá, L. (2017) Los juegos populares y su aporte didáctico en las clases de educación física. *Revista Digital de Educación Física*, 44, 79-93.
- Moore, J. B., Yin, Z., Hanes, J., Duda, J., Gutin, B. y Barbeau, P. (2009). Measuring enjoyment of physical activity in children : validation of the physical activity enjoyment scale. *Journal of Applied Sport Psychology*, 21(1), 116–129.

- Moreno, J. , López, M., Martínez, C., Alonso, N., eta González-Cutre, D. (2008). Peers' influence on exercise enjoyment: a self-determination theory approach. *Journal of Sports Science and Medicine*, 7, 23-31.
- Motl, R., Dishman, R., Saunders, R., Dowda, M., Felton, G. eta Pate, R. (2001). Measuring enjoyment of physical activity in adolescent girls. *American Journal of Preventive Medicine*, 21(2), 110–117.
- Mullen, S. P., Olson, E. A., Phillips, S. M., Szabo, A. N., Wójcicki, T. R., Mailey, E. L., Gothe, N.P., Fanning, J.T., Kramer, A.F. y Mcauley, E. (2011). Measuring enjoyment of physical activity in older adults: invariance of the physical activity enjoyment scale (paces) across groups and time. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 8(103), 1–9.
- NCD Risk Factor Collaboration (NCD-RisC). (2017) Worldwide trends in body-mass index, underweight, overweight, and obesity from 1975 to 2016: a pooled analysis of 2416 population-based measurement studies in 1289 million children, adolescents, and adults. *Lancet*, 390, 2627–2642. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(17\)32129-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(17)32129-3)
- Payá, Andrés. (2019) El juego popular y tradicional en la historia de la educación española contemporánea. *Historia de la educación*, 38, 39-57.
- Pérez, S., Sánchez, J. eta Urchaga, J. (2015). Los motivos para la participación en fútbol: Estudio por categorías y nivel de competición de los jugadores. *Cultura CCD*, 10, 187-198.

- Ryan, R., eta Deci, E. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. New York: Guilford Press.
- Ryan, R. eta Deci, E. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68–78.
- Sanz, E., Valdemoros, M., Ramos, R. eta Ponce, A. (2011). Claves educativas para aumentar la motivación de los jóvenes físicamente inactivos. *European Journal of Education and Psychology*, 4(2), 109-118.
- Vallerand, R. (2004). Intrinsic and Extrinsic Motivation in Sport. *Encyclopedia of Applied Psychology*, 2, 427–435. <https://doi.org/10.1016/b0-12-657410-3/00835-7>
- Zulaika, L. M. (2006). Kirol Hezitzailea: balizko onurak eta errealitateko arriskuak. *Ikastaria: Cuadernos de Educación*, 15, 113-121

ERANSKINAK

Etika batzordearen oniritzia



NAZIOARTEKO
ERKANTASUN
CAMPUSA
CAMPUS DE
EXCELENCIA
INTERNACIONAL

IKERKETA SAILEKO ERREKTOREORDETZA
VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN

GIZAKIEKIN ETA HAUEN LAGIN ETA DATUEKIN EGINDAKO IKERKETEI BURUZKO ETIKA BATZORDEAREN (GIEB-UPV/EHU) TXOSTENA

M^a Jesús Marcos Muñoz andreak, Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitateko (UPV/EHU) GIEBeko idazkari gisa,

ZIURTATZEN DU

Ezen gizakiekin egindako ikerkuntzaren etika batzorde honek, GIEB-UPV/EHU, (2014/2/17ko 32. EHAA)

Balioetsi duela ondoko ikertzailearen proposamen hau:

Ibon Echeazarra Escudero jaunak, M10_2021_144, honako ikerketa proiektu hau egiteko:

"Nivel de disfrute y satisfacción con la práctica físico-deportiva extraescolar"

Eta aintzat hartuta ezen

1. Ikerketa justifikatuta dago, bere helburuei esker jakintza areagotu eta gizarteari onura ekarriko baitio, ikerlanak lekartzakeen eragozpen eta arriskuak arrazoizko izanik.
2. Ikertzaile taldearen gaitasuna eta erabilgarri dituzten baliabideak aproposak dira proiektua gauzatzeko.
3. Ikerketaren planteamendua bat dator era honetako ikerkuntza egin ahal izateko baldintza metodologiko eta etikoekin, ikerkuntza zientifikoaren praktika egokien irizpideei jarraiki.
4. Indarreko arauak betetzen ditu, ikerketa egin ahal izateko baimenak, akordioak edo hitzarmenak barne.

Aldeko Txostena eman du 2021ko apirilaren 22an egin duen bileran (137/2021akta) aipatutako ikerketa proiektua ondoko ikertzaileek osatutako taldeak egin dezan:

Ibon Echeazarra Escudero
Egoitz Alfonso Celemin

MARIA
JESUS
MARCOS
MUÑOZ

Firmado
digitalmente por
MARIA JESUS
MARCOS MUÑOZ
Fecha: 2021.05.18
12:45:32 +0200

GIEB-UPV/EHUko idazkari teknikoa
Secretaria Técnica del CEISH-UPV/EHU

Eta halaxe sinatu du Leioan, 2021ko maiatzaren 18an

INFORME DEL COMITÉ DE ÉTICA PARA LAS INVESTIGACIONES CON SERES HUMANOS, SUS MUESTRAS Y SUS DATOS (CEISH-UPV/EHU)

M^a Jesús Marcos Muñoz como Secretaria del CEISH de la Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea (UPV/EHU)

CERTIFICA

Que este Comité de Ética para la Investigación con Seres Humanos, CEISH-UPV/EHU, BOPV 32, 17/2/2014,

Ha evaluado la propuesta del investigador:

D. Ibon Echeazarra Escudero, M10_2021_144, para la realización del proyecto de investigación: "*Nivel de disfrute y satisfacción con la práctica físico-deportiva extraescolar*"

Y considerando que,

1. La investigación está justificada porque sus objetivos permitirán generar un aumento del conocimiento y un beneficio para la sociedad que hace asumibles las molestias y riesgos previsibles.
2. La capacidad del equipo investigador y los recursos disponibles son los adecuados para realizarla.
3. Se plantea según los requisitos metodológicos y éticos necesarios para su ejecución, según los criterios de buenas prácticas de la investigación científica.
4. Se cumple la normativa vigente, incluidas las autorizaciones, acuerdos o convenios necesarios para llevarla a cabo.

Ha emitido en la reunión celebrada el 22 de abril de 2021 (acta 137/2021), **INFORME FAVORABLE** a que dicho proyecto de investigación sea realizado, por el equipo investigador:

Ibon Echeazarra Escudero
Egoitz Alfonso Celemin

Lo que firmo en Leioa, a 18 de mayo de 2021