



## **GORPUTZ HEZKUNTZA. 2020-21 IKASTURTERAKO ORIENTABIDEAK**

Dokumentu honen bidez, Gorputz Hezkuntzaren ikasgaia normaltasun berrian orientatzeko zenbait gomendio proposatzen dira erabilgarriak izan daitezen hurrengo ikasturtea antolatzeko orduan:

### **1. AURRE-EBALUAZIOA EGITEA ETA IKASTURTERAKO PROGRAMAZIOA ANTOLATZEA:**

Kontuan hartuta:

- Ikasleen balorazioak. Galdetu ikasleei telelanean bidalitako materialari buruz: zenbat erabili duten, zer bota duten faltan, zer gustatu zaien eta zer ez, izan dituzten zailtasunak, online jardueraren aurrean prestakuntza edo entrenamendua beharrak izan dituzten.... . Ondorioak atera.
- Irakaslearen balorazio pertsonala eremu desberdinetan (ikasleekiko harremana, familiekiko harremana, proposatutako jarduerak, garatutako programazioa, irakasle-tutorekiko koordinazioa...). Hobetu beharreko alderdiak identifikatu.
- Zailtasunak izan dituzten ikasleen egoerak baloratu aniztasunari erantzun egokia bermatzeko orduan. Eremu honetan hobetu beharreko alderdiak identifikatu.
- Programazioan landu gabe gelditu diren jarduera motak identifikatu eta programazio berrian txertatu hortik abiatzeko.
- Ikastetxearen ezarritako planaren arabera beharrezko eraldaketak aurreikusi materialari eta espazioari dagokionez.
- Gainerako GH-ko irakasleekin koordinazioan ebaluatutakoa partekatu eta hausnartu. Hobetze proposamen orokorrak identifikatu, mintegi edota koordinazio saioetan lantzeko.



## 2. CURRÍCULUM ASPEKTUAK

Zentroak ezarri duen planari egokitzuz, aurreikuspen batzuk ezarriko dira posibleak diren hiru egoeretarako: presentziatzko irakaskuntza, mistoa eta on-linekoa. Egoera bakoitzeko jarduerak lehentasunaren arabera sailkatuko dira.

- **Presentziatzko irakaskuntza.** Ikasturteko lehenengo saioan ezinbestekoa ikasleekin lantzea osasun eta higienen neurrien garrantzia eta derrigortasuna guztion osasunerako. Ikasleak birusaren aurrean duten gizarte-erantzukizunaz kontzientziatzeko (ikus. 3. Puntua).

Ikasturte hasieran kontuan hartuko dira konfinamenduaren garaian programaziotik landu ahal izan diren gaiak eta jarduera multzoak (banakakoak ziur aski; hala nola, **\*gorputz eskema eta kontrola, egoera fisikoa eta osasuna, zenbait trebetasun motor eta gorputz adierazpen individualak, lehen sorospenak, elikadura, erlaxazioa, yoga...** ).

Bestetik, hurrengo multzoetako jarduerak ezin izan direnak egin, orain arte egiten genuen tankeran:

- **ziurgabetasun inguruneko ekintzak (naturan)**
- **taldeko joko, jolasak eta kirolak**
- **gorputz adierazpeneko taldeko konposizioak**
- **bat baten aurkako ekintzak**

Beraz, gomendagarria izango litzateke jorratu ez diren funtsezko alderdietako jarduerekin hasia irailan. Natura ekintzen garapena, sarri, udaberrirako planteatzen dira; ez badira egin, hasiera polita liteke datorren ikasturte hasieran egitea iraila eta urrian eguraldiak ahalbidetzen duelako: mendi-irteerak, orientazio lasterketak, ur-ekintzak, eskalada, tirolinak, arku jaurtiketak, akanpadak, bizikleta ibiliak... (kontuan hartu materialaren garbiketa).

Natura-ekintzekin batera taldeko jarduerekin hasia ideia ona izango litzateke, egoerak horrela baimentzen badu, ikasteko eta ohitzeko segurtasun eta higiene neurriak mantentzen eta barneratzen gure ikasleek.

- **On-lineko irakaskuntza.** Lehenik eta behin eta gertatu aurretik, ikasle guztiekin landu beharko ditugu gailu digitalen bidez beharrezko



baliabideak (programak...) online arituz gero, etxetik erabilera autonomoa bermatzeko.

Egoeraren ondorioz, osasun egoera dela eta, etxean berriro geratzekotan, aurreko esperientziatik egindako ebaluazioaren ondorioetan oinarritutako: **jardueren klasifikazioa\*** izan beharko dugu prestatuta eta ikasleekin adostuta ere ikastetxeko zein plataformaren bitartez aurrera eramango dituzun saioak, jardueren kudeaketa, ebaluazioa, etab (moodle, classroom, e-mail, meet, whatsapp, zoom)...

- **Presentziatzko eta on-lineko irakaskuntza.** Ikastetxearen plangintzan neurrien artean zenbait saio murriztea balitz, aurreko proposamen bietatik aukeratu taldeko jarduerak ikastetxean joratzeko eta utzi banakakoak etxetik lantzeko, egoerari egokitzuz.

### 3. JARDUERAK

Edozein jarduera antolatzeko orduan ezinbesteko baldintzak ezagunak dira jada:

Ezarritako distantzia bermatu	Eskuak sarri garbitu	Maskara erabili distantzia ezin bada mantendu
Espazioak sarri aireztatu	Erabiltzen den materialaren higieena zaindu	Higieneko materiala eskura izan: gel hidroalkoholikoak, papera, paperontzi espezifikoak....

Irakasgaiaren proposamen gehienak binaka, hiruak edo talde handian garatzen dira. Ezarritako distantzia mantendu behar bada ikasleen artean, hurrengo neurriak gomendatuko dira:

- Saio hasieran eta amaieran hidro-alkohol edo xaboiak eskuak garbitu.



- Saioko jarduerak egokitzean, kontaktuzkoak saihestu: borrokak eta kontaktuzko lehiak, adibidez.
- Kooperazio lanetan distantziak bermatzeko arduraduna izendatu taldeetan.
- Aho-estalkiaren erabilera: Mantendu beharko da ezarritako distantzia, ezin izango balitz, aho-estalkia erabili beharko da (arnasteko zailtasunak dituzten ikasleen kasuan izan ezik).

#### 4. ESPAZIOAK

- **Kanpoko patioak edo kantxak** hobesten dira instalazio guztien artean, **aire librean** aritzea osasuntsuagoa eta higienikoagoa delako eta distantziak errazago mantentzen direlako. Gainera, kontuan hartu gimnasioen erabilera, agian, partekatu beharko dela beste ikasgaiak emateko.
- **Gimnasioak.** Funtsezkoak dira eguraldiaren arabera baina errealitate oso desberdinak daude ikastetxeen artean. Batzuk tamaina aldetik egokiak dira (25x15metroko edo gehiago) eta bertan jarduera ugari antola daitezke 25ko talde batekin; beste batzuk, aldiz, gela arrunta modukoak dira (7x10) eta horrek asko murrizten du, bai ikasle kopurua, bai garatu daitezkeen jarduera motak. Gimnasiorako bidea marrekin berezi daiteke nondik joan eta nondik bueltatu kontaktuak ekiditeko.
- **Desplazamenduetan, norabideak** marrekin edo konoekin mugatu ahal dira patioan eta gimnasioan (inguruan bada norabide bakarra eta kale modukoak ezarri aurreratzean, atzetik ez joateko azken metroetan; edo zuzenean ezarri hainbat kale ikasle bakarra aritzeko.
- **Aldagelak.** Aldagelak eta dutxak erabiltzekotan, pertsonen arteko distantzia bermatu behar da; beraz, erabilera ezinbestekoa bada, txandak ezarri beharko dira.
- **Kiroldegi** batera joaten dira hainbat ikastetxeko ikasleak, instalaziorik ez dutelako. Bertan, espazioak, orokorrean, bermatuta daude baina arduradunek ezarritako higiene neurriak (aho-estalkien erabilera, materialen erabilera, aldagelen erabilerako araudia...) errespetatu



beharko dira. Lekualdatzeen antolaketan distantziak mantendu beharko dira.

## 5. MATERIALA

Ez dugu ahaztu behar garrantzitsuena dela ziurtasun-distantzia mantentzea, higie neurriak areagotzea, espazioak aireztatzea eta erabiltzen den materialaren higie bermatzea. Horiek kontuan hartuta, materialaren kasuan sailkapena egin beharko da (zein erabili eta nola garbitu eta zein ez erabili gordeta izateko).

- Harrapaketa jolasetan, igerilekuko txurroak erabili daitezke kontaktu zuzena ekiditeko, baita korrikan ere. Amaieran, eskuak eta erabilitako txurroa garbitu.
- Materiala eskuekin manipulatu ostean materiala desinfektatu egin behar da. Gimnasioan eskura izan beharrezko higie materiala: desinfektatzailea, gelak, papera, zakarrontzi pedalduna...
- Errelebo jolasak egokiak izan daitezke, amaieran, erabilitako lekukoak zein eskuak garbituz.
- Badira ordea, ekidin beharko diren zenbait material (momentuan desinfektatu ezin direlako): petoak, koltxonetak, jolas sinbolikorako oihalak...

Ikasleen egoeraren arabera azter daiteke ere, bakoitzak bere material batzuk etxetik ekartzea edo gelan egitea eta erabilera pertsonala izatea (soka-saltoa, malabarrak, adibidez).

## 6. SAIOEN ANTOLAKETA

GH-ko saio bat azken orduan izateak erraztuko luke intentsitate altuagoko lanak planteatzea. Horrez gain kasu batzuetan ahalbidetuko du ikasleak etxean dutxatzea.

Zenbait saio planteatu daitezke kanpoko irteera moduan, ikastetxean dauden ikasle kopurua murrizteko (mendira, natura inguruko ibilaldiak, bizikletarekin edo patinekin...) eta horrela beste irakasle batzuek ere inplikatu diziplina arteko eran planteatuz (euskara, natura zientziak, gizarte zientziak...).



Egoerak eskatuta on-lineko saioak ematekotan, programazioa eta horri egokitutako jarduerak, koordinazioak, familiekiko harremanak ..... lehenengo puntuan aipatutako ebaluazioa oinarritzat hartu beharko litzateke. Beraz, ezinbestekoa da, aldez aurretik egoera horri egoki erantzuteko, planifikatuta izatea ( saioaren antolaketa, jarduerak, errutinak..).

Ezin da ahaztu berriazko hezkuntza premia bereziak dituzten ikasleekin esku hartzea egokitzearen beharra.

## **7. FAMILIEKIKO HARREMANAK ETA IRAKASLE-TUTOREAREKIN KOORDINAZIOA**

Familiekin harremanak izatea ezinbestekoa da ziurtatzeko ikasleen ongizatea, motibazioa eta egoera emozional ona izaten dituztela; eta horrela ez bada, era pertsonalizatuan laguntzeko erlaxazio edo konzentrazio teknikak eskaintzen, berarekin hitz eginez eta aholkatuz dituen arazoak nola bideratu errutina fisiko on baten bitartez.

Gomendatzen da erregistro bat izatea izandako kontaktuak jasotzeko (noiz, norekin, zer, hartutako erabakiak, familiarekin hartutako konpromisoak....).

Zailtasunak dituzten ikasleen kasuan familiekiko harremana areagotu egin behar da, euren parte hartzea eta laguntza ere, ahal den neurrian, bermatzeko.

Ezinbestekoa da irakasle tutorearekin koordinazioak sistematizatzea momentu oro informatuta egoteko: norekin ezin den kontaktatu, zeintzuk ikaslek azaltzen dituzten zailtasunak, zeintzu familiak behar duten laguntza handiago...