

5. TRESNA

METODOLOGIKOAK ETA AUTOEBALUAZIORAKOAK

5.1. AUTOEBALUAZIO
GALDETEGIAK

5.2. ESPAZIO INKLUSIBOAK
ERAIKITZEKO FASEAK

5.3. METODOLOGIA
GOMENDIOAK





Jarraian azalduko ditugun orientabide metodologikoen **ELBURUA** da jarduera fisiko eta kiroleko programak garatzen laguntzea, muga fisikoak, intelektualak, sentzorialak eta abar dituzten pertsonen eskaera eta ezaugarrietara egokitzeko.

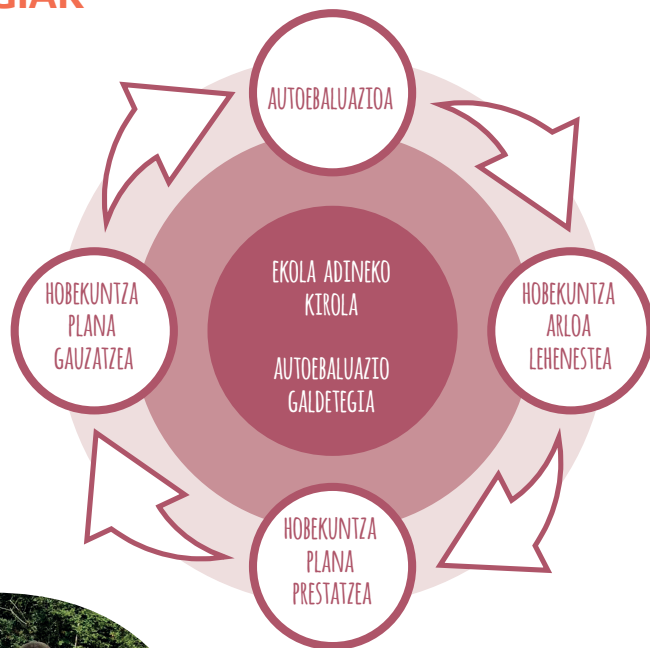
TRESNA HORIEN XEDEA da desGAITASUNA duten pertsonen gorputz eta kirol jarduerari dagokionez dituzten beharrak, ohiturak eta eskaerak asetzen laguntzea, bakoitzaren ezaugarriak eta behar funtzionalak kontuan hartuta, praktika horietan aritzetik eratorritako alderdi fisiko, psikologiko, sozial eta emozionalei etekina atera diezaieten. Baina, era berean, inguruko eskaerei erantzutea.

“INKLUSIOA

EZ DA HIZKUNTZA, ARAUDIA, INSTALAZIOAK
EDO MATERIALAK EGOKITZE HUTSA;
INGURATZEN GAITUEN MUNDUARI
BEGIRATZEKO ETA HURA
ERRESPETATZEKO MODU BAT DA”

5.1. AUTOEBALUAZIO GALDETEGIAK

Autoebaluazioa balorazio sistematikoa da, eta erakunde batean hobekuntza arloak identifikatzea ahalbidetzen du, aldian behin berrikusi beharko litzatekeen hobekuntza plan bat egiteko. Eskola adineko kirol inklusiboan ere tresna honen bitartez identifikatu ditzakegu hobekuntza arlo horiek. Tresnak aukera ematen digu prozesua berrikusteko eta berrikuntzak sartzeko.



GKEF udalekuak

Jarraian, [Gipuzkoako Kirol Egokituen Federazioaren](#) webgunean, eskola adineko kirol inklusiboaren atalean, autoebaluaziorako galdetegi oso bat ikusi ahal izango duzue, eremu horretako prozesu inklusiboak hobetzeko planari ekiteko diseinatua.

ESKOLA KIROLAREN HELBURUAK

- 1 **Bizi-ohitura osasungarriak barneratzea.**
- 2 **Osasuna eta bizi-kalitatea hobetzea.**
- 3 **Jokabide motorra hobetzea.**
- 4 **Kirol jarduerarako atxikimendua areagotzea.**

ANTOLAMENDU ETA METODOLOGIA ALDERDIAK (Monitoreak)		
ALDERDI OROKORRAK		
1	- Ingurunean pertsona guztiekiko errespetua lantzen da, bereizketarik egin gabe. - Inguruko pertsona guztiekiko errespetua ekipo/talde osoarekin lantzen da. - Sor daitezkeen esamesak edo gatazkak behar bezala kudeatzen dira, pasatzen utzi gabe eta betiere taldearen balioa indartuz.	
2	- Helburuen barruan. Talde gisa lortutakoei lehentasuna ematen zaie eta kide izatearen balioak indartzen dira.	
3	- Saioak behar bezala diseinatzen dira, talde osoaren, beharrak, aukerak eta ariketen egokitzapenak eta behar ditugun laguntza-baliabideak kontuan hartuta. - Taldearen ezaugarriak eta jardueren plangintza ezagutzen dira, eta saio bakoitzean aurrea hartzeko informazioa izaten da.	
4	- Eskola adineko kirolaren testuinguruan (ikastetxeak eta kirol klubak). Elkarbizitza-balioak, egoera fisikoa eta ohitura osasungarriak landu beharko lirateke, parte hartzaileen osasun integrala helburu.	
5	Bai entrenamendu saioetan, bai egiten diren norgehiagoketan, taldea osatzen duten pertsona guztiak berdin hartu behar ditugu kontuan, eta denek jokatzea eta ekipoan/taldean partaide sentitzea lortu behar dugu . Eta rol desberdinak dituzten kirolean ere, jokalaria guztiak postu guztietatik pasatzea, ahalik eta esperientzia gehien izan ditzaten.	
ALDERDI METODOLOGIKOAK		
6	Saioak eta edukiak diseinatzerakoan, honako alderdi hauek hartu beharko genituzke kontuan: - Saioek programatuta egon beharko dute, eta helburu bikoitza izan beharko dute: ikastea eta, aldi berean, egoera jokatuak behar bezala erabiltzea, bai saioaren helburuen arabera, bai ariketa edo jolas bakoitzaren helburuen arabera. Kirol bakoitzaren arabera kirol edukiek zenbait osagai izan beharko dituzte: - Alderdi baldintzakoak, koordinaziokoak, sorkuntzakoak, kognitiboak, sozio afektiboak, etab. - Saioaren diseinu egokia eta doitua. - Prestakuntza fisikoa, kontuan hartuta kirolaria eta mugimendua direla entrenamenduari modu integratu, dibertigarri eta jokatu, egitura berri bat emateko muina eta abiapuntua. Kirolean landu beharko genituzkeen beste alderdi batzuk taktika indibiduala, taktika kolektiboa, teknika indibiduala eta abar dira, jarduera jokatuak eginez eta progresio egokia eramanez.	
7	Mugimendu eta gozamenaren desinhibizioa bilatuz, askatasunez mugitzeko modu desberdinak suspertu behar ditugu, zeregin bakoitzaren helburuak galdu gabe, eta emaitzan baino gehiago, huts egiteko beldurrik gabe jarduteko gai izatean jarritz arreta .	
8	Kontuan hartzen dugu adin horietan garrantzitsua dela banakako eta taldeko egoerak pentsatzen eta bideratzen ikastea, zeregin baten helburua lortzeko . Baina horrek zerikusia du ikusmen pertzepzioarekin, ingurunea behatzearekin, pentsatzearekin eta erabakiak hartzearekin, eta egoera-problema ebaztearekin, non ikasleek une bakoitzean erabaki onena hartu behar duten. Hori bat dator kiroleko ekintzen banakako taktikarekin, eta garrantzitsua da kirol testuinguruan lantzea.	
9	Garrantzitsua da egoera bakoitzean pentsatzen irakastea eta zer egiten den eta une bakoitzean zergatik egiten den jabetzea . Horrek, jokoaren testuinguruan, erabakiak hartzen laguntzen digu; keinu teknikoa ez da horren garrantzitsua.	
10	Era berean, entrenamenduaren fase sensibleak kontuan hartu beharko lirateke, jolasaren bidez lanean hasi eta gaitasun fisikoei ezarritako kargak eta lana, ikasleen adinaren eta garapenaren arabera doituz, eta, kirol bakoitzaren egoera motorrak kontutan hartuz.	
Onartu eta ulertu behar dugu mugitzeko modu desberdinak daudela, aktiboak izateko eta ohitura osasungarriak hartzeko modu desberdinak, eta aniztasun horrek isla izan beharko luke eskola adineko kirol aukeretan. Praktika berriak aukeratzerakoan, oso aberasgarria izango da inplikaturako pertsona guztien iritzia eta gogoeta entzutea, baita ikasleena ere. Garrantzitsua da ikasleek askatasunez aukeratzea, bai kirol aukera egokituak bai inklusiboak.		

KIROL GIRO INKLUSIBOAGOAK ERAIKITZEA

		x	○	✓
1	Ikasle guztiek dute onarpena jasotzeko aukera: jardueraren helburuak edozeinek lor ditzake.			
2	Jarduerak ikasle guztien gaitasunetara egokitzen dira.			
3	Jarduera erronka bat da pertsona guztientzat. Egoerari aurrea hartu behar zaio, eta helburu malguak eta lorgarriak jarri behar dira; horrez gain, aurrerapen egokia eta beharrezko laguntzak errazteko materiala erabili behar da.			
		x	○	✓
4	Jarduera ikaskuntza-esperientzia da guztiontzat, jarraitasun eta interakzio printzipioei jarraiki.			
5	Jarduera taldeko pertsona guztien interesetara egokitzen da.			
6	Jarduerak eta arauak taldearekin adosten dira edo parte hartzaileen interesen arabera proposatzen dira. Kontuan izan behar da batzuetan zereginari egokitzapenak egin behar zaizkiola, ikasle guztiek batera edo bestera parte hartu behar dutela kontuan hartuta.			
7	Jarduera lehiakorrez gain, lankidetzaz-jarduerak sustatzea.			
8	Zenbait gaitasun mota (fisikoak, kognitiboak, ulermenekoak, emozionalak, sozialak, etab.) behar dituzten jarduerak proposatzea.			

Horretarako, funtsezkoa da aurrea hartzea, talde osoaren ezaugarriak aztertzea eta jarduerak, ariketak eta jolasak programatzea, taldearen aukeren eta planteatzen dituen helburuen arabera.

5.2. ESPAZIO INKLUSIBOAK ERAIKITZEKO FASEAK

5.2.1. INSKRIPZIO / INFORMAZIO FASEA

1. Garrantzitsua da eskola adineko kirol programan parte hartzeari buruzko **informazioa zuzenean, banaka, argi eta ondo azalduta iristea familia guztietara, salbuespenik gabe.**
2. Funtsezkoa da **orientazioa egokia izatea** eta informazioa biltzeko sistema erabilgarria izatea, esku hartzea eraginkorra izan dadin. **Alduz aurreko orientazio baten bidez, familiak jarduerarekin identifikatzen dira** eta seme-alabak parte hartzera animatzen dituzte. **Baina, horretarako, jarduera haur edo gazte bakoitzaren beharretara egokituko den ziurtasuna izan nahi dute familiak, eta, logikoa denez, ziurtatu nahi dute profesional arduradunek badituztela esku hartze egokia gauzatzeko ezagutzak.**
3. Garrantzitsua da **hezkuntza-komunitateko gainerako eragileek ere** (tutoreak, orientatzaileak eta gorputz hezkuntzako irakasleak) **ezagutzea bere ingurune hurbilenean dagoen kirol eskaintza egokitua zein inklusiboa.**

Kirol eskaintza beti txikiagoa denez desGAITASUNA duten ikasleentzat, laguntza-irakasleek, tutoreek edo kirol koordinatzaileek inguruan dauden baliabideei buruzko informazioa bildu dezakete, eta antolatzen diren jardueretan parte hartzera anima ditzakete familiak.

GARRANTZITSUA DA
MODU KOORDINATUAN LAN EGITEA,
DAUDEN KIROL BALIABIDEET
BURUZKO INFORMAZIOA
FAMILIEI ETA HEZKUNTZA, GIZARTE,
OSASUN ETA KIROL SEKTOREKO
PROFESIONALEI EMATEKO.

4. **Komeni da inprimaki bat sortzea**, informazio garrantzitsua eta jardueraren martxa onerako esanguratsuak diren ezaugarri pertsonalak eta, halakorik baldin badago, kontraindikazioak ere jasoko dituen.

Informazio hori isilpekoa da; beraz, esku hartzeko informazioa behar duten agenteek soilik eskuratu ahal izango dute, betiere gurasoen edo tutoreen baimena baldin badugu.

FORMULARIO EREDUA ([1. ERANSKINA](#))

5.2.2. TALDEA / SENSIBILIZAZIOA

Ikusten da desGAITASUNA agerikoagoa den kasuetan taldeak errazago onartzen duela inklusio prozesua; beraz, ezinbestekoa iruditzen zaigu aldez aurretik taldean sensibilizazio lan bat egitea. Eta bizikidetzako, sensibilizazioko eta aniztasunarekin ohitzeko aurretiazko esperientziak sortzea.



Era berean, garrantzitsua da familiekin, ikasleekin berekin eta ikastetxeek antolatutako eskola adineko kirolean parte hartzen duten gainerako eragileekin elkarreragina izatea, bai eta asteburuetako kirol topaketetan ere.

Oso garrantzitsua izango da, halaber, taldeko ikasleen jarrerak kontuan hartzea, eta haien portaera egokia dela zaintzea, guztion arteko bizikidetzako eta desGAITASUN egoeran dauden haur eta gazteen esperientzia onak bermatzeko.

5.3. METODOLOGIA GOMENDIOAK

Gorputz eta kirol jardueraren eragile guztiok inplikaturik egon behar dugu, eta, ahal bada, **gure lurraldean eskola-kirolaren programan parte hartu dezaketen eta parte hartu nahi duten haur eta gazte guztien inklusioaren alde lan egin behar dugu, eta kontuan izan behar dugu batzuetan, zenbait arrazoi tarteko, gerta daitekeela inklusioaren bidea ez izatea posible, eta inguruan parte hartzeko beste aukera batzuk bilatu beharra.**

Gaur egun eskola-kirolak dituen ezaugarriek **ez dute ikasle guztien inklusioa ahalbidetzen**; horregatik, eskola-kiroleko esku hartzea hobetzea nahi badugu, **monitoreen jarrera, saioen programazioa, antolaketa eta diseinua aldatu behar dira, bizikidetzaren positiboaren ikuspegitik.**

Eskola-kiroleko unitate edo saio didaktikoaren diseinuari buruzko prestakuntza hobetzeko baliabideak jarri behar dira, Gipuzkoako Lurralde Historiko osoan esku hartzeen kalitatea bermatzeko. Horrek zuzenean lagunduko luke espazio inklusiboak hobetzen.

Prestakuntzaz gain, parte hartu nahi duten ikasle guztien parte hartzea eta inklusioa ahalbidetzeko funtsezkoa da pertsona horien motibazioa eta jarrera, profesionalak izan edo ez.

Funtsezko beste alderdi bat ikasleak behatzeko gaitasuna da, ikaskuntza baldintzatu dezaketen alderdi emozionalak kontuan hartu behar baitira.

SAIO BAT DISEINATZEKO KONTUAN HARTU BEHARREKO ALDERDIAK

PRAKTIKARAKO GOMENDIOAK	
1	Saioa prestatzea, taldearen eta kirolaren ezaugarrien arabera.
2	Beti giro atsegina sortzen hasiko gara, ongietorria emateko, nola dauden galdetzeko eta zer egingo dugun azaltzeko, talde giro lasaia eta atsegina sortuz.
3	Haur guztiak lotura bat ezartzea. Haur lotsatienei arreta berezia jarrita.
4	Arreta handiagoa jartzea gehien behar dutenei, eta saioa kontu handiz diseinatzea, bikoteak, hirukoteak, taldeak eta/edo ekipoak orekatuta gerta daitezkeen gaitasun motorren mailaren arabera.
5	Taldea mistoa bada, nesken eta mutilen rola kontuan hartzea eta guztien parte hartzea ahalbidetzeko arauak jartzea.
6	Giro ona zaintzea , garrantzitsua baita haurrek bere emozioak adieraztea, ondo pasatzea eta irabazten eta galtzen ikastea, pertsona guztiekiko errespetuz. Joko garbia (fair play) lantzea.
7	Garrantzitsua da ekipo eta pertinenentzia zentzua indartzea , talde osoak helburu komun bat lortzeko lan egitea, parte hartzeko eta bazterketarik gabe ondo pasatzeko.
8	Pertsona guztientzat saioa eta topaketa bakoitza ESPERIENTZIA ONA izan dadin lortzea, eta saio osoan HEZKUNTZA BALIOAK zaintzea.
9	Hasteko, ariketa oinarritzko eta errazak egitea, eta, pixkanaka, egoera motor desberdinen bitartez ariketa horiek konbinatu eta zailtzea: hasteko, ekintza motor indibidualak izan daitezke, eta ondoren kopuru aldetiko gutxiagotasun edo nagusitasun egoeretan garatutako ekintza motorretara igaro, bai aurkaritza egoeran, kooperazio egoeran, kooperazio-aurkaritzan, etab. (kirol bakoitzaren arabera).
10	Ez da ahaztu behar eskola adineko kirolak elkarbizitza-balioen transmisore handia izan beharko lukeela , non hobekuntza, ahalegina, osasuna, alaitasuna, zintotasuna, iraunkortasuna, pazientzia, irabazten eta galtzen jakitea, parte hartzen duten pertsona guztiekiko errespetua eta abar kontzienteki landu behar diren, betiere jolas giroan.
11	Saioa lasai amaitzea, landu ditugun ikaskuntzak eta balioak indartuz, eta konfiantzazko eta elkarriketarako espazio bat irekiz, sentsazioak eta abar partekatzeko.



GKEFren multikiroleko taldea

5.3.1. ESKOLA ADINEKO KIROLARI EGOKITUTAKO MAILA ANITZEKO IRAKASKUNTZA

Maila anitzeko irakaskuntza premisa sinple batean oinarritzen da:

“DISEINU BAKAR BATEK IKASLE GUZTIEI
IRAKASTEKO BALIO BEHAR DU”

Maila anitzeko irakaskuntzak alde aurreko plangintza eta prestakuntza behar ditu; **ikasleek jarduera eta zeregin berberak partekatu behar dituzte, zailtasun maila desberdinekin, guztien ikaskuntza salbuespenik gabe bultzatuz eta sustatuz.**

Ikuspegi inklusibotik, **taldearen aukera eta beharrei erreparatzen** zaie. Kontuan hartzen dira behar diren laguntzak, argiturik betiere laguntza horiek talde osoarentzat eta funtzionamendu ona lortzeko direla.

Garrantzitsua da lehiaketa-praktiken baldintzak parekatzea, **aukera-berdintasuna bultzatzeko; besteak beste, komeni da sartzen diren aldaketa guztiak parte hartzaileen arteko itunean eta negoziazioan sortzea, eta, era berean, taldearekin partekatutako erronkak sortzea.**

Ikuspegi metodologikotik, eta Collicott-en (2000) lanean oinarrituta, **maila anitzeko irakaskuntzak** ahalbidetzen du monitoreek ikasle guztientzako saio bat diseinatzea, eta ikasgelako edukian eta hezkuntza-estrategietan banakako helburuak sartzea.

Horrela, programa desberdinak jarraitzea saihesten dugu, **eta ikasleak saioan inplikatzeko lortzen da.** Ondorioz, helburuak zehatz-mehatz definituko dira ikasle bakoitzarentzat, dituen desberdintasunetatik abiatuta.

Maila anitzeko irakaskuntzan ikasle guztiek jarduerak eta edukiak partekatuko dituzte. Ikasleek zeregin bat aukeratzen dutenean, ikusi behar dugu badela zentzuzko oreka bat arrakasta izateko beharrenean eta eduki berriak ikasteko beharrenean artean. Beraz, maila anitzeko irakaskuntzak eskatzen du irakasleak kontrolatutako eta zuzendutako taldeak atzean uztea, **eta ikasleen aukera eta autonomia handiagoranzko bidea jorratzea, horrela berregituratuz eta egokituz hezkuntza-praktika.**

Maila anitzeko irakaskuntzako estrategiak ikaskuntzaren diseinuan eta programazio unibertsalean oinarritzen dira.

Maila anitzeko irakaskuntzak **hiru printzipio** ditu gidari:

- **Pertsonalizazioa**, ikaskuntzak ikasle guztiei egokitzen dizkielako.
- **Malgutasuna**, aukera ematen duelako ikaslea maila desberdinetan mugitu ahal izateko, a priori berarentzat egokia zirudienetik aparte.
- **Inklusioa**, aukera ematen duelako ikasle guztiek aldi berean eta elkarrekin ikasteko (ez bai-na erritmo berean eta sakontasun maila bera-ekin).

Garrantzitsua da argi uztea inklusioaren helburuak guztien ikaskuntza hobetzea izan behar duela, eta bakoitza ahalik eta sakontasun eta hedadura handienarekin garatzea. Horrek esan nahi du ikasle guztiek lortu ahal izango dituztela garapen helburu pertsonalak, baita taldearenak/ekipoarenak ere.

Unitate didaktiko bakoitzaren funtsezko ideiak aukeratzetik abiatuta, jarduerak aurkezteko eta garatzeko moduak diseinatzen dira. Hori da J. Collicotek (2000) egiten duen maila anitzeko lan proposamena.



GKEFren multikiroleko taldea

PLANGINTZAREN FASEAK: MAILA ANITZEKO IRAKASKUNTZA

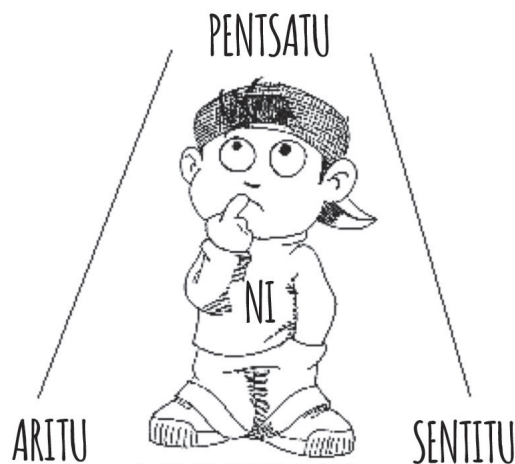
1. FASEA	Azpian dauden edukiak zehaztea; horretan, monitoreek erabakitzen dute zer den garrantzitsua, eta zer formulatu behar duten ikasle guztientzako irakaskuntzako helburu gisa.
2. FASEA	Edukiak ikasleei aurkezteko bideak edo proposamenak zehaztea. Monitoreek informazioa aurkezteko zenbait modu prestatzen dituzte, pertsona guztiek informazioa eskuratu ahal izan dezaten.
3. FASEA	Ikasleen praktika-metodoak zehaztea. Monitoreek lan aukerak prestatzen dituzte taldearentzat , guztiek parte hartu ahal izan dezaten –nahiz eta jarduera batzuetan partzialki baino ez izan– eta 1. fasean zehaztutako edukiak ikasteko berriro errepasatzeko aukera izan dezaten.
4. FASEA	Ikasleak ebaluatzeko metodoak zehaztea. Ikasle guztiek aukera izan behar dute jarduera mota baten edo besteren bidez bere aurrerapenak erakusteko.
5. FASEA	Ikasleen bilakaerari eta aurrerapenari buruzko ebidentziak zehaztea.
6. FASEA	Ikasle guztiei, baita zailtasun handienak dituztenei ere, erantzuteko planteatutako programazio osoaren koherentzia berrikustea .
7. FASEA	Aurreko emaitzei erreparatuta, planteatutako maila anitzeko programazioaren diseinua birformulatzea , lehen fasetik. Amankomuneko hausnarketa eta hobekuntza-proposamenak zehaztea.

5.3.2. AUTONOMIA SUSTATZEKO GOMENDIOAK

1. Laguntzari dagokionez, **ikasleak erreferentziako helduarekiko mendekotasuna sentitzea saihestu** behar dugu. Eta helduaren laguntza, nolanahi ere, talde osoarentzat da, eta ez luke desGAITASUNA duen ikaslearentzat bakarrik izan behar. Teknikariaren laguntzaila izan beharko luke.
2. Taldeko eta gelako gainerako ikasleak ahaldunduko dituzten **estrategiak bilatu** behar dira, horiek izan daitezzen **ikaskidearekiko laguntzaileak, txandaka, gehiegizko babesetan erori gabe edo rol hori pertsona berdinen egon gabe**.
3. Era berean, **lortu behar da desGAITASUNA duen ikasleak, behar duenean, laguntza edo lankidetzat eskatzeari, bere mugak onartuz eta laguntza eskatzera auzartuz, horrela lagunduko baitzaio bere autonomia pertsonalean**.
4. Era berean, funtsezkoa da ikasle guztiekin segurtasunari, autoestimuari eta gainerako pertsonetara eta norberarekiko errespetuari lotutako alderdi emozionalak lantzea.



Slalom txapelketa



IKUSPEGI INKLUSIBOA
ALDERDI KOGNITIBOAK, EMOZIONALAK ETA ETIKOAK .
UZTARTZEN IKASTEA DA.

BAINA, BETIERE, KONTUAN HARTUTA
DESGAITASUNA DUTEN ETA EZ DUTEN HAUR ETA GAZTEEK
ASKATASUNA ETA AUKERA
IZAN BEHAR DUTELA EGIN NAHI DUTENA AUKERATZEKO,
BAI INGURUNE INKLUSIBOAN, BAI INGURUNE EGOKITUAN.