

Gorputz hezkuntza

Gizakia harmoniaz eta osotasunez garatu dadin, ezinbestez gazteen hezkuntzan sartu behar dira motrizitate gaitasun eta trebetasunen garapena indartzen duten ikasketak. Giza portaeran gaitasun horiek duten esanahian sakondu egin behar da eta gorputzari eta mugimenduari dagozkion jarrerak, balioak eta arauak onartu behar dira.

Gorputz Hezkuntza deritzon irakasgaiak, Derrigorrezko Bigarren Hezkuntzan, gaitasun instrumentalak eta jarduera fisiko etengabea izateko ohiturak sortzeaz gain, balioen, jarreraren eta arauen eskala batekin lotu behar du jarduera fisikoa, eta horrek garapen pertsonalean dituen ondorioak ezagutarazi behar ditu. Horrela lagunduko du etapako helburu orokorrak betetzen.

Irakasgai honen ikuspegia integratzailea da, eta funtzio ugari biltzen ditu: funtzio kognitiboak, adierazpen funtzioak, komunikazio funtzioak eta ongizate funtzioak. Alde batetik, mugimendua pertsonaren oinarritzko tresna kognitiboetako bat da, bai bere burua ezagutzeko, bai ingurune hurbila arakatu eta egituratzeko. Nork bere zentzumen eta mugimenduzko pertzepzioak antolatuz, bere gorputza eta inguruko mundua ezagutzen ditu; baina, gainera, mugimenduaren bidez egoera desberdinetako eta helburu nahiz jarduera desberdinetarako mugimena hobetzen da; are gehiago, norberaren trebetasunak erakuts daitezke, baita zailtasunak gainditu eta elkarlanean edo lehian aritu ere.

Bestalde, pertsonak gainerakoekin harremanak izateko gorputza eta gorputzaren mugimendua erabiltzen dituen heinean, ez bakarrik jokoan eta kirolean, baita, oro har, jarduera fisiko mota guztietan ere, irakasgai honen laguntzaz biak kontuan hartzen dira komunikaziorako, harremanetarako eta adierazpenerako tresna gisa.

Era berean, ariketa fisikoaren bidez osasuna eta egoera fisikoa zaindu eta hobetzen dira, zenbait gaixotasun eta disfuntzio saihesten dira eta oreka psikikoa lortzen da, pertsonak tentsioak askatzen baitituzte, aisialdiko jarduerak egiten baitituzte eta beren mugimenduez eta gorputzaren eraginkortasunez gozatzen baitute. Hori guztia are eta beharrezkoagoa da, egungo gizartean

ingurune mugak eta ohiko sedentarismoa gainditzen laguntzen duelako. Gorputz Hezkuntza irakasgaia ildo horretan lehen mailako prebentzio faktorea da.

Gorputza eta mugimendua dira, hortaz, arlo honetako hezkuntza lanaren ardatz nagusi. Alde batetik gorputza eta mugimendua hezi behar dira gaitasun fisikoak eta mugimena hobetzeko eta, horrenbestez, ohitura osasungarriak finkatzeko. Bestetik, gorputzaren eta mugimenduaren bidez gaitasun afektiboak eta harremanetarako gaitasunak landu behar dira, beharrezkoak baitira gizartean bizitzeko.

Edukiak lau multzo handitan egituratzen dira: 1. multzoa, Egoera fisikoa eta osasuna; 2. multzoa, Jokoak eta kirolak; 3. multzoa, Gorputz adierazpena eta dantza, eta 4. multzoa, Jarduerak natur ingurunean.

Egoera fisikoa eta osasuna izeneko multzoan osasun fisikoari, ariketa fisikoaren inguruko ohiturei eta kirol praktikari buruzko edukiak sartu dira. Horiek guztiak pertsonaren gaitasun fisikoak garatzen laguntzen dute, bizi kalitatea hobetzeko eta aisialdia modu onuragarrian erabiltzeko.

Jokoak eta kirolak multzoa Gorputz Hezkuntzan sartzeak badu zentzua, multzo hezitzailea delako, irakasgai honen bidez landu nahi diren gaitasunak hobetzeko tresna egokia delako, eta talde lana, parte-hartzea, elkartasuna, lankidetzeta eta bereizkeriarik eza sustatzen dituzten jarduerak proposatzen dituelako.

Hirugarren multzoan (Gorputz adierazpena eta dantza) gorputzaren bidez emozioak, sentimenduak eta ideiak adierazteko eta komunikatzeko edukiak daude. Horretarako teknika desberdinak erabiltzen dira. Bere alderdi ludiko eta emozionalari esker, pertsonaren gozamen eta aberastasun iturri gisa erabil daiteke.

Laugarren multzoan (Jarduerak natur ingurunean) sartu diren edukiek aukera ematen dute ikasleek zuzeneko elkarreragina izan dezaten ezaguna duten ingurunearekin, izan ere ingurune horretan garatzen baitute beren jarduera fisiko gehiena; aukera ematen dute, halaber, ingurune horren kontserbazioa baloratu dezaten, jarduera erraz eta seguruen bitartez.

Multzoen helburua irakasgaiaren edukiak egituratzea besterik ez da, eta modu integratuan aurkezten dituzte kontzeptuak, prozedurak eta jarrerak. Sekuentziaren proposamenak pixkana ikaslearen autonomia lortzea du helburu. Ikasleak, etaparen amaieran, gai izan behar luke bere jarduera fisikoaz gogoeta egiteko eta hura planifikatzeko.

Oinarrizko gaitasunak lortzeko irakasgaiak egiten duen ekarpena

Gorputz Hezkuntza irakasgaiak zuzenean eta argi eta garbi laguntzen du oinarrizko bi gaitasun lortzen: batetik, mundu fisikoa ezagutzeko eta harekin elkarreraginean aritzeko gaitasuna, eta bestetik, gaitasun soziala eta herritartasuna. Gizakiaren gorputza pertsonen eta ingurunearen arteko elkarreraginerako oinarrizko pieza da eta Gorputz Hezkuntzak zuzeneko zerikusia du ahalik eta ongizate fisiko, mental eta sozialik handiena lortzearekin, ingurune osasungarri baten.

Mundu fisikoa ezagutzeko eta harekin elkarreraginean aritzeko gaitasunari dagokionez, irakasgai honek ohitura osasungarri batzuei buruzko ezagutzak eta trebetasunak eskaintzen ditu, eta gazteek derrigorrezko etapa bukatu ondoren ohitura horiek aplikatzen jarraituko dituzte. Gainera, egoera fisikoa mantendu eta hobetzeko irizpideak eskaintzen ditu, batez ere, osasunarekin zerikusia duten gaitasun fisikoak zaintzeko: bihotz-hodien erresistentzia, indarra-erresistentzia eta malgutasuna. Bestalde, naturan egiten diren jarduera fisikoen bidez natur ingurunea arduraz erabiltzen laguntzen du.

Gorputz Hezkuntzak *gaitasun soziala eta herritartasuna* lortzeko egoera bereziki lagungarriak eragiten ditu. Irakasgai honek berezko dituen jarduera fisikoak bitarteko eraginkorrak dira gizarteratzea errazteko eta errespetua sustatzeko eta, gainera, elkarlana, berdintasuna eta talde lana garatzen laguntzen dute. Kirol jarduera kolektiboak egin eta antolatzeke orduan, guztiek proiektu berean bat egin behar dute eta parte-hartzaileen arteko desberdintasunak eta mugak onartu behar dira. Taldea antolatzeke arau demokratikoak bete behar dira eta kide bakoitzak bere ardurak hartu behar ditu. Kirol jardueretan arau eta erregelamenduak bete behar dira eta hori lagungarria da gizarteko portaera kodeak onartzeko.

Gorputz Hezkuntzak modu nabarmenean laguntzen du *norberaren autonomia eta ekimena* lortzen, batez ere bi ikuspuntutatik. Alde batetik, ikasleei aukera ematen zaie jardunaldi eta jarduera fisikoak, kirolekoak edo erritmokoak beren kasa antola ditzaten, bakarka nahiz taldean, eta beren egoera fisikoa hobetzeko jardueren plangintzan parte har dezaten. Bestetik, ikasleek beren mugak gainditzeko ahalmena, jarraitutasuna eta jarrera baikorra agertu behar dituzte nolabaiteko zailtasun teknikoak duten zereginen ekiteko edo beren egoera fisikoaren maila hobetzeko; ardura eta zintzotasuna agertu behar dute arauak aplikatzerakoan, eta taldeko kideek maila fisikoan eta mugimenduetarako trebetasunetan dituzten aldeak onartzeko gaitasuna izan behar dute.

Halaber, *kultur eta arte gaitasuna* lortzen laguntzen du. Honela laguntzen du kultura hautematen eta ulertzen: giza motrizitatearen kultur agerpenak, hala nola kirolak, joko tradizionalak, adierazpen jarduerak edo dantza, aintzat hartu eta baloratu egiten ditu, eta herrien kultur ondarearen zatitzat jotzen. Eta honela laguntzen du ideiak edo sentimenduak sormenez adierazten: gorputzak eta mugimenduak adierazpenerako eskaintzen dituzten aukerak eta baliabideak ikertuz eta erabiliz. Pertzepziorako gaitasunak lortzen, berriz, gorputz adierazpeneko jarduerak berezko dituzten esperientzia sentsorial eta emozionalen bitartez laguntzen du bereziki. Gainera, beste kultura batzuen agerpen ludikoak, kirolak eta gorputz adierazpenak ezagutz gero, kultur aniztasunari buruzko jarrera irekia lortzen da.

Beste ildo batetik, irakasgai honek jarrera irekia eta errespetuzkoa sustatu behar du kirol fenomenoari buruz, kirola ikuskizuna den aldetik. Horretarako azterketa eta gogoeta kritikoa egin behar da kirolaren inguruko indarkeriari buruz edo kirolaren inguruan azaltzen ahal diren giza duintasunaren kontrako egoerei buruz.

Gorputz Hezkuntzari esker *ikasten ikasteko gaitasuna* lor daiteke, esperimentazio prozesutik abiatuta jarduera fisikoak planifikatzeko baliabideak eskaintzen baititu. Horrela ikaslea, aisialdian, jarduera fisikoa modu antolatu eta egituratuan ikasi eta egiteko gai izan daiteke. Era bere-

an, talde lanerako trebetasunak garatzen ditu kirol eta adierazpen jarduera kolektibo askoren bidez, eta hainbat kirol jardueratan beharrezkoak diren ezagutza tekniko, estrategiko eta taktikoak lortzen laguntzen du.

Irakasgai honek *hizkuntzaren bidez komunikatzeko gaitasuna* ere lortzen laguntzen du, gainerakoek bezala, askotariko komunikazio trukeak eskainiz bere hiztegi bereziaren bidez.

Helburuak

Eta honetan Gorputz Hezkuntzak gaitasun hauek garatzea izanen du helburu:

1. Jarduera fisiko osasungarria definitzen duten ezaugarriak ezagutzea, baita pertsonen eta taldeen osasunerako ondorio onuragarriak ere.
2. Jarduera fisikorako ohitura sistematikoa baloratzea osasun baldintzak eta bizi kalitatea hobetzeko bitarteko bezala.
3. Ariketak egitea, aktiboki parte hartuz eta ahaleginak eginez, helburu hauek lortzeko: mugimenduen errendimendua gehitzea, egoera fisikoa hobetzea osasuna zaintzeko, eta gorputzaren doitze, menderatze eta kontrol funtzioak hobetzea.
4. Ohitura osasungarriak eta arnasketa eta lasaitze teknika oinarritzakoak ezagutu eta sendotzea, desorekak gutxitzeko eta eguneroko bizitzan zein kirol jardueran sortutako tentsioak arintzeko bide diren aldetik.
5. Hasierako mailaren baloraziotik abiatuta, gaitasun fisikoekin eta berariazko trebetasunekin zerikusia duten beharrak aseko dituzten jarduerak planifikatzea.
6. Ingurumenaren gaineko eragin txikia duten kirol eta gorputz jarduerak ingurune naturalean egitea, horrela ingurumena kontserbatzen lagunduz.
7. Kirol eta jolas jarduera bakarkakoak, taldekoak eta aurkaridunak ezagutu eta egitea, joko egoeretan erregelamendu, teknika eta taktika hastapenak aplikatuz, gero eta autonomia handiagoarekin.
8. Errespetuzko, talde laneko eta kiroltasunezko trebetasunak eta gizarte jarrerak agertzea jardueretan, jokoetan eta kirolean parte hartzeko orduan, alde batera utzita diferentzia kulturalak, sozialak, pertsonalak edo trebetasunekoak.
9. Musikarekin edo musikarik gabe adierazpen jarduerak egin eta diseinatzea, gorputza komunikaziorako eta sormenezko adierazpenerako tresnatzat erabiliz.
10. Kirol eta gorputz jarduerarekin zerikusia duten testuak eta mezuak (ahozkoak, idatzizkoak, gorputzaren bidezkoak eta ikus-entzunezkoak) adierazi eta ulertzea, arloko hiztegi berariazkoa eta kontzeptu oinarritzakoak erabiliz.
11. Gizartean gorputzari, jarduera fisikoari eta kirolari ematen zaien tratamenduaren aurrean jarri kritika hartzea.
12. Eskolako liburutegia nahiz informazioaren eta komunikazioaren teknologia erabiltzea arloko gaiei buruzko lanak arazoitu eta orientatzeko eta ezagutzak ikasi eta partekatzeko tresna gisa.

Lehen kurtsoa

Edukiak

1. multzoa. *Guztientzako edukiak*

- Arlo honetako ikasketarako beharrezkoak diren hizkuntza trebetasunak lortzea: idatzizko eta ahozko testuak ulertzea, hiztegi berezia ezagutzea, ahozko eta idatzizko adierazpenak behar bezala erabiltzea etab.
- Idatzizko iturrietako informazioa ulertzea eskemen, grafikoen, mapa kontzeptualen, laburpenen eta abarren bidez.

2. multzoa. *Egoera fisikoa eta osasuna*

- Beroketa, eta horren esanahia jarduera fisikoa egitean.
- Beroketarako joko eta ariketa egokiak egitea.
- Beroketa baloratzea, jarduera fisikoaren hasierako ohitura osasungarri gisa.
- Jarduera fisikoa amaitzean intentsitate txikiko ariketak egitea.
- Egoera fisikoa. Osasunarekin lotura duten gorputz ezaugarriak.
- Egoera fisikoa hobetzea gorputz gaitasunak garatuz, batez ere osasunarekin zerikusia dutenak.
- Jarduera fisikoak egitean eta eguneroko bizitzako egoeretan gorputz jarrera egokiak lantzea.
- Euskarriko muskuluak indartzea, artikulazio mugimendua zalutzeko eta erlaxaziorako ariketak eginez.
- Jarduera fisikoa egin ondoren gorputzaren higieaz arduratzea.

3. multzoa. *Jokoak eta kirolak*

- Bakarkako eta taldeko kirola kultur eta gizarte fenomeno gisa.
- Kirol ekintzekin zerikusia duten mugimenduetarako trebetasunak erabiltzea.
- Bakarkako kirol bateko oinarriko keinu teknikoak egitea eta arauzko elementuak identifikatzea.
- Jokoaren faseak taldeko kirolean: kontzeptua eta helburuak.
- Taldeko kirolen alderdi komunak nagusi diren jarduerak eta jokoak egitea.
- Besteen eta norberaren jardunaren maila onartzea eta hobetzeko prest egotea.
- Kirol jarduerak baloratzea osasuna hobetzeko bide gisa.
- Egiten diren jarduera, joko eta kirolean aktiboki parte hartzea eta arauak errespetatu eta onartzea.

- Gatazkak modu baketsuan konpontzea emaitzei bakarrik begiratu gabe, kiroltasunez jardutea eta desberdintasunak onartzea, bai gorputz eta kirol jardueretako parte-hartzaile gisa bai ikusle gisa.
- Jarduera fisikoa eta kirola gozamen eta aberastasun pertsonalaren iturri gisa bizitzea.

4. multzoa. *Gorputz adierazpena eta dantza*

- Gorputz adierazkorra: jarrera, keinua eta mugimendua. Gorputzaren kontzientzia adierazpen jardueretan erabiltzea.
- Taldearen dinamika positiboa bultzatzera bideratutako adierazpen jarduerak egitea.
- Adierazpen jarduerak egiteko orduan, erritmo desberdinak konbinatzea eta objektu desberdinak erabiltzea, bai bakarka bai taldean.
- Adierazpen jardueretan aktiboki parte hartzea, adierazpenaren agerpen edo modalitate desberdinak erabiltzea eta desinhibizioaren aldeko jarrera izatea.

5. multzoa. *Jarduerak natur ingurunean*

- Gorputz eta kirol jarduerak natur ingurunean: lurlean, airean eta uretan.
- Arrastoak identifikatuz ibilaldiak egitea.
- Hiri eta natur ingurunea zaintzeko arauak eta segurtasunekoak onartu eta betetzea.

Ebaluazio irizpideak

1. Beroketarako egokiak diren eta gelan egin diren jarduera, joko, tiramendu eta artikulazioen mugimendurako ariketen bilduma egitea.

Egiaztatu behar da ikasleek, ikasgelan irakasleak beroketarako proposaturiko joko eta ariketak egin ondoren, idatzizko euskarrian edo euskarri digitalean jasotzen ote dituzten edozein jarduera fisikorako beroketan erabiltzen ahalko dituzten ariketak.

2. Jarduera fisikoarekin eta eguneroko bizitzarekin zerikusia duten higiene-ohitura eta jarrera osasungarriak identifikatzea.

Helburua honakoa aztertzea da: ea ikasleak, jarduera fisikoa egiten ari denean, zenbait ohitura identifikatu eta gauzatzen dituen, hala nola jantzi egokiak erabiltzea, hidratatzea edo saioen ondoren higiene pertsonala zaintzea. Era berean, egiten diren jarduera fisikoetan eta eguneroko bizitzako ekintzetan (eserita egon, kargak altxatu edo motxilak eraman) ikasleek gorputzaren jarrera egokiak ezagutu beharko dituzte.

3. Osasunarekin zerikusia duten gaitasun fisikoak ikasturtean landu ondoren, ikasturte hasierako maila hobetzea.

Osasunarekin zerikusia duten gaitasun fisikoei dagokienez, irizpide honen bidez ikasleak maila hobetzeko eskatu behar dio bere buruari. Ebaluatzeko kontuan hartuko da, bereziki, ea ikasleak erresistentzia aerobikoan, indar-erresistentzian eta malgutasunean ikasturte hasieran zuen maila hobetu duen, eta ez zaio emaitzari bakarrik erreparatuko.

4. Bakarkako kirol baten oinarritzko alderdi teknikoak hobetzea eta lortutako maila onartzea.

Irizpide honen bidez koordinaziorako gaitasunen garapena ebaluatuko da, bakarkako kirol baterako gaitasun berariazkoetan. Gainera, ikasleak bere jardunaren maila zuzen ebaluatzen asmatzen duen begiratuko da, eta azaltzen zaizkion mugimendu arazoak eraginkortasunez konpontzeko gauza den.

5. Proposaturiko joko edo kirol kolektiboan mugimendu egokia egitea jokoaren fasearen arabera (erasoa edo defentsa).

Ikasleak erakutsi beharko du erasoaldietan baloia zaintzen, aurrera egiten eta tantoa lortzen saiatzen dela, ekintza tekniko egokiak hautatuz; eta defentsa egoeretan, berriz, pilota berreskuratzen, aurrerapena geldiarazten eta aurkariak tantoa lor dezan galarazten saiatzen dela, hori guztia baloiarekin egiten diren kiroletan. Irizpide horren barnean, talde lanarekin, lankidetzarekin, errespetuarekin eta kiroltasunarekin zerikusia duten jarrera-alderdiak ere kontuan hartuko dira.

6. Mezu bat sortzea taldean, gorputz adierazpena, mimoa, keinua, dramatizazioa edo dantza bezalako teknikak erabiliz, eta gainerako taldeei helaraztea.

Mezu bat taldean prestatu eta besteei helarazteko gaitasuna ebaluatu nahi da. Ikasleek, horretarako, landu diren gorputz adierazpeneko tekniketako batzuk hautatuko dituzte. Sormena, desinhibizioa, hautaturiko adierazpen teknikaren egokitasuna eta teknika hori gauzatzeko modua aztertuko dira. Halaber, amaierako jarduera prestatzen taldean egindako lanarekin zerikusia duten alderdi guztiak ebaluatzen ahalko dira.

7. Ikastetxean edo inguruetan ibilaldia egitea, ezarritako seinaleen arrastoari jarraituz.

Ikasleek ibilbidea osatzeko ezarritako seinaleen esanahiak identifikatu beharko dituzte eta seinaleei jarraitu beharko diete, ibilaldia ezarritako ordenan eta ahalik lasterren egiteko. Irizpide honetan, halaber, jardueraren ingurune fisiko eta sozialarekiko errespetuz jarduteko gaitasuna baloratuko da.

8. Kirol eta gorputz jarduerarekin zerikusia duten testuak eta mezuak (ahozkoak, idatzizkoak, gorputzaren bidezkoak eta ikus-entzunezkoak) adierazi eta ulertzea, arloko hiztegi berariazkoa eta kontzeptu oinarritzkoak erabiliz.

Irizpide honen bidez ebaluatu nahi da arloko testuen inguruko mintzamenari eta idazmenari dagokionez lortu den hizkuntza gaitasuna, eta ikasi den berariazko hiztegiaren erabilera nolakoa den.

Bigarren kurtsoa

Edukiak

1. multzoa. *Guztientzako edukiak*

- Arlo honetako ikasketarako beharrezkoak diren hizkuntza trebetasunak lortzea: idatzizko eta ahozko testuak ulertzea, hiztegi berezia ezagutzea, ahozko eta idatzizko adierazpenak behar bezala erabiltzea etab.
- Idatzizko iturrietako informazioa ulertzea eskemen, grafikoen, mapa kontzeptualen, laburpenen eta abarren bidez.

2. multzoa. *Egoera fisikoa eta osasuna*

- Beroketaren helburuak. Beroketa orokorra eta berariazkoa.
- Beroketarako joko eta ariketak identifikatzea.
- Gorputz gaitasunak, batez ere osasunarekin lotura dutenak: erresistentzia aerobikoa eta malgutasuna.
- Esfortzuaren intentsitatea kontrolatzea: bihotz-taupaden maiztasuna neurtzea, jarduera eremua kalkulatzeko eta jardura erregistroen arabera egokitzea.
- Gorputzaren egokitzapen orokorra egitea, arreta berezia jarritz erresistentzia aerobikoari eta malgutasunari.
- Sasoi onak eta osasun baldintzak hobetzeak zer lotura duten ulertu eta baloratzea.
- Eguneroko jardueretan gorputz jarrera zuzena izatearen garrantzia onartu eta baloratzea.
- Hidratazioaren eta jardura fisikoaren arteko erlazioa.
- Jardura fisikoetan arnasketa eta erlaxazioa kontrolatzea.
- Zenbait ohiturak, hala nola tabakoaren eta alkoholaren kontsumoak, osasun egoeran duten eragina.

3. multzoa. *Jokoak eta kirolak*

- Aurreko ikasturtean egin den bakarkako kirolean ez, beste batean, oinarritzeko keinu teknikoak egitea eta arauzko elementuak identifikatzea.
- Aurkarien arteko kirolak, fenomeno sozial eta kultural gisa.
- Aurkarien arteko kirolen elementu tekniko, taktiko eta erregelamenduzkoak dituzten joko eta jarduerak egitea.
- Aurkarien arteko kiroleko arauak eta taldeak ezarritakoak errespetatu eta onartzea.
- Taldeko kirol baten oinarri tekniko eta taktikoak eta erregelamenduzko oinarriak lantzea.
- Jokoetan eta kirolean gertatzen diren ukipen fisikoetan autokontrola izatea.
- Guztien helburuak lortzeko taldean ezarritako eginkizunetan elkarlanean aritzea.
- Tolerantzia eta kiroltasuna, emaitzak nahitaez lortu behar diren gainetik.

- Gatazkak modu baketsuan konpontzea emaitzei bakarrik begiratu gabe, kiroltasunez jardutea eta desberdintasunak onartzea, bai gorputz eta kirol jardueretako parte-hartzaile gisa bai ikusle gisa.
- Jarduera fisikoa eta kirola gozamen eta aberastasun pertsonalaren iturri gisa bizitzea.

4. multzoa. *Gorputz adierazpena eta dantza*

- Gorputz hizkuntza eta hitzik gabeko komunikazioa.
- Keinuak eta jarrerak. Besteekiko komunikazioa eta norbere gorputzaren kontrola lortzeko jardueretan aritzea.
- Gorputz osoaren eta gorputz atalen mugimenduak egitea oinarri erritmiko batekin, espazioa, denbora eta intentsitatea konbinatuz, mugimenduen adierazkortasuna nabarmenduz.
- Taldean eta bakarka bat-bateko saioak egitea komunikaziorako bitarteko gisa.
- Pertsonen arteko desberdintasunak onartzea eta gainerakoek egiten duten lana errespetatzea.

5. multzoa. *Jarduerak natur ingurunean*

- Mendi ibiliak: zer diren, bide motak, zer material eta zer janzkera behar den.
- Ibilaldiak egitea, batez ere natur ingurunean.
- Segurtasunaz eta hiri eta landa inguruneak behar bezala erabili beharraz jabetzea.
- Ingurumena errespetatzea eta baloratzea, josteta jardueretan aritzeko baliabide handiko tokitzat.

Ebaluazio irizpideak

1. Erresistentzia aerobikoa eta malgutasuna hobetzea hasierako mailaren aldean.

Ikasleak bere erresistentzia eta malgutasun mailak hobetzen ahalegindu behar du, saioetan aktiboki parte hartuz. Lortutako emaitza ez ezik, kontuan hartuko zaio zenbateraino hobetu duen hasieran zuen maila.

2. Osasunerako ona den bihotz-maiztasunaren tartearen barnean egiten diren jarduera fisikoak ezagutzea, praktikaren bidez.

Kontzeptuei dagokienez, ebaluatu egingen da ea ikasleak bere lan eremu optimoa kalkulatzeko badakien, bere gehieneko bihotz-maiztasun teorikoaren portzentajezko kalkulutik abiatuta. Ondoren, prozedurei dagokienez, ikasleak aztertu beharko du ea zenbait jarduera fisiko aerobikotzat jotzen den tartearen barnean dauden.

3. Aurkakotasuneko joko eta jardueretan, aurkaria ukitzen denean, indarraren erabilerarako eta aurkariarekiko harremanetarako autokontrola erakustea.

Irizpide honen bidez egiaztatu behar da ikasleek indarra neurritz erabiltzen duten, egoeraren aldakortasuna kontuan hartuz eta irakatsi zaizkien teknikak behar bezala erabiliz. Halaber, baloratu egingen da aurkaria errespetatzea eta aurkakotasun jardueran ezarritako arauak betetzea.

4. Taldeko kiroletan elkartasuna, tolerantzia eta kiroltasuna erakustea, bai parte-hartzaile gisa bai ikusle gisa.

Ikasleek lehia egoeretan jardunen dute, aukeratutako talde-kirolean. Taldearekin bat egiteko eta taldeak norberari esleitutako zereginak betetzen ahalegintzeko gaitasuna baloratuko da. Arauak, epailea, taldekideak eta aurkariak errespetatu eta emaitza onartzea ere aintzat hartuko da. Ikasleak ikusle gisa jarduten duenean, aintzat hartuko da lehiaketan parte hartzeko gaitasuna eta gogoia agertzea eta jokalaria, epailea eta epailearen erabakiak errespetatzea.

5. Hautatutako erritmotik abiatuta, gorputz mugimenduen sekuentzia harmonikoa sortu eta gauzatzea.

Ikasleek erritmo bat hautatu beharko dute eta mugimenduen segida bat aukeratu harmoniaz garatzeko. Alderdi hauek baloratuko dira: hautatu den segida erritmorako egokia izatea, ikaslearen sormena, eta jarduera prestatu eta egiteko desinhibizioa.

6. Modu autonomoan mendi ibilia egitea, oinarritzko segurtasun arauak betez eta jardueraren ingurunea zaintzeko jarrera arduratsua agertuz.

Ikasleek ibilbidea modu autonomoan egin beharko dute eta oinarritzko segurtasun arauak bete beharko dituzte; halaber, jantzi egokiak eramanen dituzte. Bidezidorrari jarraituko diote eta ibilbidea egiteko behar diren material guztiak izanen dituzte. Halaber, ibilaldian sortutako hondakinak botatzeko ontziak erabiltzeko gaitasuna baloratuko da, eta inguruko florari eta faunari kalterik egin gabe ibiltzeko gaitasuna.

7. Kirol eta gorputz jarduerarekin zerikusia duten testuak eta mezuak (ahozkoak, idatzizkoak, gorputzaren bidezkoak eta ikus-entzunezkoak) adierazi eta ulertzea, arloko hiztegi berariazkoa eta kontzeptu oinarritzkoak erabiliz.

Irizpide honen bidez ebaluatu nahi da arloko testuen inguruko mintzamenari eta idazmenari dagokionez lortu den hizkuntza gaitasuna, eta ikasi den berariazko hiztegiaren erabilera nolakoa den.

Hirugarren kurtsoa

Edukiak

1. multzoa. *Guztientzako edukiak*

- Arlo honetako ikasketarako beharrezkoak diren hizkuntza trebetasunak lortzea: idatzizko eta ahozko testuak ulertzea, hiztegi berezia ezagutzea, ahozko eta idatzizko adierazpenak behar bezala erabiltzea etab.
- Idatzizko iturrietako informazioa ulertzea eskemen, grafikoen, mapa kontzeptualen, laburpenen eta abarren bidez.

2. multzoa. *Egoera fisikoa eta osasuna*

- Beroketa. Eraginak. Berotze ariketak prestatzeko jarraibideak.
- Berotze ariketak nola egin eta nola gauzatu, egin behar den gorputz jarduera aurretik aztertuta.
- Osasunarekin zerikusia duten gaitasun fisikoen hobekuntza eta giza gorputzeko aparatuen eta sistemen egokitzapena erlazionatzea.
- Osasunarekin zerikusia duten ezaugarriak egokitzea: erresistentzia aerobikoa, malgutasuna eta indar-erresistentzia orokorra; horretarako, entrenatzeko sistema eta metodoak erabiltzea.
- Giza gorputzeko aparatuetan eta sistemetan jarduera fisikoak eragiten dituen ondorio onuragarriak ezagutzea.
- Egiten diren gorputz eta kirol jardueretan gorputz jarrera egokiak hartzea.
- Elikadura eta jarduera fisikoa: janari-ingestaren eta kaloria-gastuaren arteko oreka.
- Elikadura baloratzea pertsonen osasunerako faktore erabakigarritzat.
- Tentsioak arintzeko bitarteko bezala erlaxazio eta arnasketa metodoak erabiltzea.
- Modu autonomoan eta bakarkako zein taldeko ekimenaren bidez ikastea ahalbidetzen duten tresnak eskuratzea, proposamen desberdinen aurrean.

3. multzoa. *Jokoak eta kirolak*

- Jokoaren faseak taldeko kirolean: erasoa eta defentsa antolatzea.
- Aurreko ikasturtean egin den taldeko kirolean ez, beste batean, oinarri tekniko, taktiko eta erregelamenduzkoak lantzea.
- Jarduera eta jokoetan eta hautaturiko taldeko kirolean aktiboki parte hartzea.
- Taldeko jardueran norberaren erantzukizuna onartzea, guztien helburua lortzeko ezinbesteko baldintza gisa.
- Gatazkak modu baketsuan konpontzea emaitzei bakarrik begiratu gabe, kiroltasunez jardutea eta desberdintasunak onartzea, bai gorputz eta kirol jardueretako parte-hartzaile gisa bai ikusle gisa.
- Jarduera fisikoa eta kirola gozamen eta aberastasun pertsonalaren iturri gisa bizitzea.

4. multzoa. *Gorputz adierazpena eta dantza*

- Dantzak: gorputz adierazpenari dagozkion alderdi kulturalak.
- Gorputz osoaren eta gorputz atalen mugimenduak egitea oinarri erritmiko batekin, espazioa, denbora eta intentsitatea konbinatuz, mugimenduen adierazkortasuna nabarmenduz.
- Dantza egitea bakarka, bikoteka edo taldean.
- Edozein ikaskiderekin dantza egiteko prest agertzea.

5. multzoa. *Jarduerak natur ingurunean*

- Natur eta hiri ingurunean orientazio ibilaldiak edo bestelako jarduerak egiteko segurtasun arauak.
- Orientazio ibilaldiak egitea, natur ingurunean orientatzeko oinarritzko elementuak eta mapak erabiliz.
- Naturan jarduerak egiteko kontuan hartu beharreko segurtasun eta babes arauak onartzea.

Ebaluazio irizpideak

1. Praktikatik abiatuta, jarduera fisikoak eta giza gorputzeko sistema eta aparatu desberdinetan sortzen dituzten ondorioak erlazionatzea. Arreta berezia jarriko zaie osasunerako garrantzitsuenak direnei.

Jakin nahi da ea ikasleek ba ote dakiten zein aparatu eta sistemari eragiten dien gorputz ariketak eta zer nolako moldaerak eragiten dituen. Zuzen-zuzenean osasunarekin zerikusia duten aparatu eta sistemei erreparatuko zaie bereziki, hau da, zirkulazio-aparatuari eta lokomozio-aparatuari. Era berean, ikasleek azaldu beharko dute nola eragiten dieten aldaketa horiek bizi kalitateari eta pertsonen autonomiari bizitzan zehar.

2. Hasierako mailatik abiatuta erresistentzia aerobikoa, malgutasuna eta indar-erresistentzia areagotzea, aktiboki parte hartzea jarduera eta ariketen hautapenean, eta jarduera eta ariketa horiek gaitasun bakoitzari dagozkion entrenamendu metodoen arabera hautatzea.

Ikasleak jarduera eta ariketa sorta bat ezagutuko du eta horiexek erabili beharko ditu, irakasleek ezarritako entrenamendu metodoetan oinarrituta, arestian aipatutako gorputz gaitasunen maila hobetzeko. Beraz, osasunarekin zerikusia duten gaitasun fisikoak areagotzeko lan arautua, autonomia eta arduratsua egin beharko du, bere ahalmenak kontuan hartuta eta eguneroko ahaleaginean oinarrituta.

3. Gorputza egokitzeko ariketak egitea, jarrera-higienearen irizpideekin bat etorritik, lesioak saihesteko estrategia gisa.

Irizpide honen bidez ebaluatu behar da hainbat ariketa ongi ala gaizki egiten diren, batez ere muskuluen indarra eta malgutasuna erabili behar direnean. Gaizki eginez gero, arriskuak izan daitezke ikasleen osasunarentzat. Gainera, ikasitako mugimendu arauak aplikatu beharko dira eguneroko jardueretako gorputz jarrerak egokitzeko.

4. Osasunarentzat elikadura orekatuak duen garrantziari buruz hausnarketa egitea. Horretarako, janari-ingesta eta kaloria-gastua kalkulatzeko, elikagai multzo bakoitzetik egunero zenbat jaten den eta egunean zer nolako jarduerak egiten diren kontuan hartuta.

Ikasleek janari-ingestaren kaloria-ekarpena eta kaloria-kontsumoa kalkulatzeko dituzte, eta gero hausnarketa eginen dute egunero bi alderdi horien arteko orekari eustearen garrantziaz. Era berean, kaloria-ekarpenaren eta kaloria-gastuaren arteko desorekak osasuna arriskuan jar dezakeela eta gaixotasunak eragin ditzakeela jakin beharko dute.

5. **Taldeko kirol batean edo batzuetan joko murriztuko egoerak ebaztea; horretarako, lortutako ezagutza tekniko, taktiko eta erregelamenduzkoak erabiltzea, eta elkarlanerako gertutasuna, tolerantzia eta kiroltasuna erakustea taldeko kirolean jardutean, bai jokalaria moduan bai ikusle moduan.**

Garatzen diren trebetasunen erabilera teknikoaren gainetik, lehentasunez baloratu behar dira joko murriztuko egoerak ebazteko behar diren jarrerak eta erabakimena. Hautatzen diren egoerak lantzen ari diren talde-kirol gehienetan aplikatzeko modukoak izanen dira, ikasleen parte-hartzea sustatuko dute eta erabakiak hartzeko mekanismoak erraztuko dituzte.

6. **Bikoteka edo taldean dantza egitea taldeko edozein kiderekin, errespetuz eta lotsarik gabe.**

Ikasleak bere gelakideekin elkarreraginean jardun beharko du, denak errespetatuko ditu eta bakoitzaren arabera moldatuko da. Joko edo dantzak egiteko proposamenean, parte-hartzaileen arteko distantzia eta ukipen desberdinetako jarduerak aurkeztuko dira, parte-hartzaileen arteko hurbiltasun txikienetik handienera, eta taldearen ezaugarrien arabera aukeratuko dira.

7. **Orientazio jarduera bat egitea, ahal dela natur ingurunean, maparen laguntzaz eta segurtasun arauak betez.**

Jokoan jarriko da ikasleek jarduera burutzeko duten gaitasuna. Maparen laguntzaz orientatu beharko dira eta, egokitze jotzen bada, beste orientazio metodo batzuk ere erabiliko dituzte, eta segurtasun neurriak hartuko dituzte, bereziki jantzi eta oinetako egokiak jantzea, hidratazioa, mapen erabilera eta abarrekoak. Ikastetxe bakoitzak jarduera egiteko eremua aukeratuko du bere instalazioen eta ingurunearen arabera. Ahal dela, jarduera hori ingurune natural batean egingen da.

8. **Kirol eta gorputz jarduerarekin zerikusia duten testuak eta mezuak (ahozkoak, idatzizkoak, gorputzaren bidezkoak eta ikus-entzunezkoak) adierazi eta ulertzea, arloko hiztegi berariazkoa eta kontzeptu oinarritzkoak erabiliz.**

Irizpide honen bidez ebaluatu nahi da arloko testuen inguruko mintzamenari eta idazmenari dagokionez lortu den hizkuntza gaitasuna, eta ikasi den berariazko hiztegiaren erabilera nolakoa den.

Laugarren kurtsoa

Edukiak

1. multzoa. *Guztientzako edukiak*

- Arlo honetako ikasketarako beharrezkoak diren hizkuntza trebetasunak lortzea: idatzizko eta ahozko testuak ulertzea, hiztegi berezia ezagutzea, ahozko eta idatzizko adierazpenak behar bezala erabiltzea etab.

- Idatzizko iturrietako informazioa ulertzea eskemen, grafikoen, mapa kontzeptualen, laburpenen eta abarren bidez.

2. multzoa. *Egoera fisikoa eta osasuna*

- Berotze ariketak prestatu eta egitea, egin behar den gorputz jarduera aurretik aztertuta.
- Beroketa, lesiorik ez izateko bide gisa.
- Gaitasun fisikoak entrenatzeko sistemak eta metodoak, bereziki osasunarekin zerikusia dutenak: erresistentzia aerobikoa, malgutasuna eta indarra-erresistentzia.
- Erresistentzia aerobikoa, malgutasuna eta indarra-erresistentzia lantzeak osasunean duen eragina: onurak, arriskuak eta prebentzioa.
- Erresistentzia aerobikoa, malgutasuna eta indar-erresistentzia entrenatzeko metodoen aplikazioa.
- Osasunarekin zerikusia duen gaitasun fisikoren bat lantzeko lan plana egin eta betetzea.
- Norberaren egoera fisikoaz ohartzea eta hobetzeko prest egotea.
- Erlaxazioa eta arnasketa. Erlaxazio teknikak eta metodoak nork bere kabuz erabiltzea.
- Eguneroko bizitzako tentsioak arintzeko erlaxazio metodoek duten balioa aintzat hartzea.
- Zenbait ohiturak (erretzea, edatea, sedentarismoa...) egoera fisikoan eta osasunean duten eragin txarra kontuan hartzea. Jarrera kritikoa izatea ohitura horiei buruz eta komunikabideetan zenbait gorputz-praktikari ematen zaien tratamenduari buruz.
- Kirol jardueran gertatzen diren lesio arruntenen aurrean nola jardun lehenbiziko uneetan.
- Modu autonomoan eta bakarkako zein taldeko ekimenaren bidez ikastea ahalbidetzen duten tresnak eskuratzea, proposamen desberdinen aurrean.
- Balorazio kritikoa egitea ingurune soziokulturalean gorputzaren irudiari ematen zaion tratamenduari buruz.

3. multzoa. *Jokoak eta kirolak*

- Bakarkako joko eta kirolak, aurkakotasunekoak, taldekoak eta aisia eta jostetakoak egitea.
- Aurkarien arteko kirolen oinarri tekniko, taktiko eta erregelamenduzkoak aplikatzea, horietan inplementua erabili behar denean.
- Puntuazio sistemak erabiltzen diren txapelketak planifikatu eta antolatzea, jarrerak, balioak eta arauetako errespetua sustatzeko.
- Aisia eta astialdiko jarduera fisiko gisa jokoak eta kirolak baloratzea eta kirol profesionalarekin dituzten diferentziak nabarmentzea.
- Taldeko lana arautzen duten arau sozialak eta demokratikoak onartzea.
- Gatazkak modu baketsuan konpontzea emaitzei bakarrik begiratu gabe, kiroltasunez jardutea eta desberdintasunak onartzea, bai gorputz eta kirol jardueretako parte-hartzaile gisa bai ikusle gisa.

- Jarduera fisikoa eta kirola ulertu eta kritikoki baloratzea, gure gizartean fenomeno soziokultural aipagarrienetarikoa den heinean eta gozatzeko nahiz pertsona aberasteko erabiltzen dugun neurrian.

4. multzoa. *Gorputz adierazpena eta dantza*

- Konposizio koreografikoak diseinatzeko ildoak ikastea.
- Taldekako konposizio koreografikoak sortu eta garatzea musika egitura bat oinarri hartuta, osagai desberdinak sartuz: lekua, denbora eta intentsitatea.
- Talde lanean parte hartzea eta ekarpenak egitea jarduera erritmikoetan eta adierazpen jardueretan.

5. multzoa. *Jarduerak natur ingurunean*

- Gorputz jarduerak, osasunak eta ingurune naturalak elkarrekin duten harremana.
- Natur ingurunean (lehorrean edo uretan) ingurumenaren gaineko eragin txikia duten jarduerak antolatzen parte hartzea.
- Natur ingurunean antolatutako jarduerak egitea.
- Kirol eta gorputz jarduera batzuek natur ingurunearen gainean duten eraginaz ohartzea.
- Naturan jarduerak egiteko orduan kontuan hartu behar diren prebentzio eta segurtasun neurriak.

Ebaluazio irizpideak

1. Berotze ariketak nork bere kabuz planifikatu eta egitea, ariketa horiek prestatzeko oinarrizko jarraibideak eta egin behar den jarduera fisikoaren ezaugarriak aintzat hartuz.

Egiaztatu behar da ikasleek behar adinako autonomia lortu ote duten berotze ariketak planifikatu eta egiteko, ariketa horiek eraginkorrak izan daitezen kontuan hartu behar diren arauak eta ezaugarriak aintzat hartuta. Halaber, begiratuko da ea egokiak diren egin beharreko jarduera fisikorako.

2. Erresistentzia aerobikoa, malgutasuna eta indarra-erresistentzia garatzeko lan erregularrak osasunari eta prebentzioari begira sortzen dituen ondorio onuragarriak aztertzea.

Ebaluazio irizpide honen bidez hauxe lortu nahi da: ikasleek jakin dezaten zer nolako ondorio eta moldaera orokorrak sortzen dituen organismoan eta haren osasun egoeran osasunarekin zerikusia duten gorputz gaitasunetako bakoitza garatzeko lan etengabeak. Halaber, eguneroko jarduera fisikoa gutxiegi izateak osasunerako eta bizi kalitaterako sortzen dituen arriskuak ezagutu behar dituzte.

3. Osasunarekin zerikusia duen gorputz gaitasunen bat lantzeko plana diseinatu eta betetzea, norberaren hasierako maila hobetuz, entrenatzeko sistemak eta metodoak ezagututa.

Osasunarekin zerikusia duten gaitasunak lantzeko entrenamendu sistema eta metodoen erabilerratik eta garapenetik abiatuta, ikasleek gaitasun horietakoren bat lantzeko plana eginen dute, beren hasierako maila hobetze aldera. Ikasleak gidatu egin beharko dira prozesu osoan zehar, oinarritzko jarraibideak emanen zaizkie plana garatzeko, eta baliabide materialak ere emanen zaizkie, hobetu nahi duten gaitasun hori lantzeko ariketa eta jarduerak bildu eta erabili ahal ditzaten.

4. Eguneroko bizitzan jarduera fisikoa eta kirola egiten diren bitartean gerta daitezkeen lesioei buruzko kasu praktikoak ebaztea eta lehenbiziko zainketak aplikatzea.

Ikasleek erakutsi behar dute badutela oinarritzko ezagutza teoriko-praktikoa beren ohiko ingurunean eta, zehazki, jarduera fisikoa egitean gerta daitezkeen lesioen aurrean behar bezala jarduteko. Bereziki azpimarratuko dira prebentzio alderdiak eta lesioa areagotzea saihesten duten alderdiak. Ikasleek, adibidez, zauria garbitzen ikasiko dute, edo hezur-muskuluetako traumatismoa dagoenean hotza aplikatzen.

5. Komunikabideetan kirolari eta gorputzari buruz egiten diren praktika eta balorazioen aurrean jarrera kritikoa izatea.

Irizpide honen bidez hauxe lortu nahi da: komunikabideek (prentsa, gazteentzako aldizkariak, Internet, irratia, telebista etab.) ematen duten informazioaren azterketatik abiatuta, ikasleek kirolaren eta gorputzaren inguruan gizartean indarrean dauden gaiei heldu behar diete eta modu kritikoan aztertu behar dituzte gorputzari buruzko irudia, gaurko gizarteko bizimodeak, kirolaren alderdi desberdinen balioak edo indarkeria eta lehiakortasuna bezalako gaiak.

6. Etapan zehar landutako kirol eta jarduera fisikoetako txapelketak eta natur inguruneko jarduerak antolatzen eta egiten parte hartzea, eta elkartasuna, tolerantzia eta kiroltasuna erakustea kirol jardueretan, bai parte-hartzaile gisa bai ikusle gisa.

Etapan zehar landu diren jarduera fisiko eta kirolerako lehiaketak egiten direnean, ikasleek antolaketan lagunduko dute, lehiaketetan aktiboki parte hartzeaz gain. Lehiaketa horiek ikasleek kudeatuko dituzte eta antolaketari dagokionez, besteak beste, honako alderdiak baloratuko dira: ekimena, aurreikuspena eta balizko arazoei aurrea hartzea; praktikari dagokionez, hurrengo alderdiak ebaluatuko dira: aktiboki parte hartzea, kiroltasuna, talde bereko kideekin lankidetzan aritzea eta arauak nahiz aurkariak errespetatzea.

7. Musika-euskarria duten adierazpen jarduera kolektiboak sortzen eta egiten parte hartzea lotsarik gabe eta modu eraikitzailean.

Ikasleek aktiboki parte hartu beharko dute musika-euskarria duten koreografia errazak diseinatzeko eta gauzatzen, talde txikietan. Honako hauek baloratuko dira: musikaren erritmoari jarraitzeko gaitasuna, gorputzaren adierazkortasuna, koreografiaren orijinaltasuna, eta talde bakoitzaren lanaren jarraipena koreografia sortzen ari den bitartean.

8. Arnasketa motak eta erlaxazio teknika eta metodoak erabiltzea desorekak gutxitzeko eta eguneroko bizitzan sortutako tentsioak arintzeko.

Ebaluazio irizpide honen bidez ikasleak gai izan behar du bere kasa aplikatzeko etapan zehar ikasitako arnasketa motak eta erlaxazio teknika eta metodoak. Besteak beste, honako adierazleak hartuko dira kontuan: arnasketa kokatu eta kontrolatzea, kontzentrazioa, tentsioa/erlaxazioa edo hotza/beroa sentipenak eta erlaxazio teknikak erabili ondoko gorputz sentipenak bereiztea.

9. Kirol eta gorputz jarduerarekin zerikusia duten testuak eta mezuak (ahozkoak, idatzizkoak, gorputzaren bidezkoak eta ikus-entzunezkoak) adierazi eta ulertzea, arloko hiztegi berariazkoa eta kontzeptu oinarritzkoak erabiliz.

Irizpide honen bidez ebaluatu nahi da arloko testuen inguruko mintzamenari eta idazmenari dagokionez lortu den hizkuntza gaitasuna, eta ikasi den berariazko hiztegiaren erabilera nolakoa den.

Herritartasunerako hezkuntza

Herritartasunerako Hezkuntzak etapa honen curriculumean berezko izaera du eta hezkuntzako helburuen nahiz jardueren barruan herritartasun demokratikoa sustatu nahi du. Izan ere, nazioarteko erakundeek hartutako ildoari jarraitu nahi dio. Europar Batasunak hezkuntza sistemen helburutzat ezarri du eskola komunitatean balio demokratikoen eta parte-hartze demokratikoa-ren balioen ikasketa benetan sustatzea, pertsonak herritartasun aktiborako prestatzearen, Europako Kontseiluko Ministro Kontseiluak emandako (2002)¹² Gomendioarekin bat. Bestalde, Espainiako Konstituzioak 1.1 artikuluan bizikidetasun sozialaren oinarri izan behar duten balioak aipatzen ditu: askatasuna, justizia, berdintasuna eta aniztasun politikoa. Halaber, 14. artikuluan, legearen aurrean guztiok berdinak garela ezartzen du, eta jaiotza, arraza, sexua, erlijioa, iritzia edo bestelako inguruabar pertsonal eta sozialak direla-eta ez dela inolako bereizkeriarik egin behar.

Estatuak herritar guztiei gizarte batasuna sustatzen duten balio eta bertute zibikoen gaineko prestakuntza emateko daukan betebeharrari dagokionez, 27.2 artikulua honela dio: *hezkuntzaren helburua nortasuna oso-osorik garatzea izanen da bizikidetasunaren printzipio demokratikoak eta oinarrizko eskubideak eta askatasunak errespetatzeko*. Hori interpretatzerakoan, Giza Eskubideen Aldarrikapen Unibertsalean eta gai berari buruz nazioartean sortu eta Espainian berretsitako itun eta akordioetan ezarritakoari jarraitu behar zaio.

Nazioarteko gomendio horiek eta Konstituzioaren agindua irakasgai honetako curriculumaren ardatz dira. Hezkuntza lanari esker, gazteek askatasuna, norbanakoen eskubide eta betebeharrak eta gizarte eskubide eta betebeharrak kritikoki, hausnarketa eginez eta pixkana onartu beharko dituzte, beste pertsona batzuk eta bestelako ikuspegi moralak, politikoak eta erlijiosoak errespetatuz. Gainera, eskola eta gizarte ingurunean herritarren eskubideak identifikatzen eta gizalegezko ohiturak lantzen badira, ikasleek gizarte kohesionatuak, libreak, aberatsak, berdintasunean oinarrituak eta bidezkoak sortzen lagunduko dute.

Herritartasunerako Hezkuntzak honako helburua du: pertsona aske eta zuzenak garatzea, autoestimua, pertsonaren duintasuna, askatasuna eta erantzukizuna sendotuz; halaber, etorkizu-

neko herritarrak prestatzea, beren irizpideak izanen dituztenak, begirunetsuak, parte-hartzaileak eta solidarioak, beren eskubideak ezagutu, betebeharrak onartu eta gizalegezko ohiturak garatuko dituztenak, herritartasuna modu eraginkor eta arduratsuan erabili ahal dezaten. Irakasgai honetan proposatutakoaren arabera, gazteek gizarte plural eta globalizatuan bizitzen ikasi behar dute. Gizarte horretan herritarrek, aurreko etapa historikoetatik jaso ditugun alderdi zibil, politiko eta sozialez gain, erreferentzia gisa hartu behar dute giza eskubideen unibertsaltasuna, eta, desberdintasunak onartuta, gizarte batasuna bilatu behar dute.

Helburu horiek lortzeko, etika pertsonal eta sozialaren printzipioetan sakontzen da eta, besteak beste, honako edukiak lantzen dira: giza harremanak eta hezkuntza afektibo-emozionala; erregimen demokratikoak bermatzen dituzten eskubideak, betebeharrak eta askatasunak; teoria etikoak eta giza eskubideak, giza jokabiderako erreferentzia unibertsal gisa; gatazkak gainditzeko bideak; gizonen eta emakumeen arteko berdintasuna; egungo gizartearen ezaugarriak; tolerantzia eta gutxiengoen eta kultura desberdinen onarpena.

Eduki horiek, ordea, ez dira itxiak eta behin betikoak, herritartasunerako hezkuntzaren elementu garrantzitsu bat ikasleen autonomia sendotzera bideratutako hausnarketa baita, nor bere buruan konfiantza izanez gaiak aztertu eta baloratu eta erabakiak har ditzaten eta beren pentsamoldea eta bizi proiektua osa ditzaten.

Illo horretan, balio demokratikoei buruzko hausnarketekin eta ezagutzekin batera, sentsibilizazioa, kontzientziazioa eta herritartasunerako jarrera eta bertuteen garapena erraztuko duten prozedura eta estrategiak garatu behar dira. Hori lortzeko nahitaezkoa da Bigarren Hezkuntzako ikastetxeak eta ikasgelak bizikidetasunerako ereduak izatea. Hala, arauak errespetatu behar dira, eragile guztien artean erabakiak hartzeko orduan parte-hartzea sustatu behar da, eskubideak erabiltzea ahalbidetu behar da eta nor bere erantzukizun eta betebeharrak onartu behar ditu. Laburbilduz, ikastetxe eta ikasgeletan sustatu egin behar da parte-hartzea, aniztasunaren onarpena eta desberdintasunen balorazioa. Horrela ikasleek kontzientzia moral eta zibiko egokia lortuko dute, bizi garen gizarte demokratiko, plural, konplexu eta aldakorrekina bat datorrena.

Bi irakasgai biltzen ditu etapa honetan Herritartasunerako Hezkuntzak: *Herritartasunerako eta giza eskubideetarako hezkuntza*, lehenbiziko hiru kurtsoetako batean ematen dena, eta Hezkuntza etiko-zibikoa, laugarren kurtsoa. Bi irakasgaiok zenbait multzotan egituratzen dira: eremu pertsonal eta hurbiletik hasi eta eremu global eta orokorreraino doaz. Bietan guztientzako edukiak daude eta horien bitartez bizikidetasun egokia eta herritartasun demokratikoa garatzeko prozedurak, gizarte trebetasunak eta oinarritzko jarrerak lortu behar dira.

Hala, bi irakasgaietan pertsonari eta pertsonen arteko harremanei buruz gogoeta egiten da abiapuntu gisa. Halaber, bietan giza eskubideei buruzko gaiak ikasi eta hausnartzen dira, haien izaera historikoaren ikuspegitik. Horrela ikasleak ohartu behar dira Aldarrikapenak ez dituela giza eskubideak bermatzen, aitzitik, ingurunearen arabera hedatu edo murriztu daitezkeela. Azkenik, bi irakasgaiak aztertzen dituzte XXI. mendeko mundu globalaren eta gizartearen ezaugarriak eta oinarritzko arazoak. *Herritartasunerako eta giza eskubideetarako hezkuntza* izeneko irakasgaiaren bidez errealitatea ezagutzen da gizarte gaiak ikasiz. Hezkuntza etiko-zibikoak, berriz,

hausnarketa etikoa egiten du; horretarako, lehenik eta behin, ingurune hurbilenarekiko harreman afektiboak aztertzen dira eta, ondoren, dilema moralen bidez herriartasun-kontzientzia morala eraikitzen da.

Herriartasunerako eta giza eskubideetarako hezkuntzan, lehenbiziko hiru kurtsoetako batean, giza harremanekin zerikusia duten alderdiak jorratzen dira (pertsonek arteko harremanak, familiakoak eta gizartekoak). Era berean, herritarren eskubideak eta betebeharrak jorratzen dira, horien oinarri diren printzipioen esanahia sakonean aztertzen da eta eskubideak urratzen diren egoerak identifikatzen dira. Hala, ikasleek eskubideen defentsa baloratuko dute.

Gizarte demokratikoak ezagutuz gero, ikasleak hurbilagotik ezagutuko du Estatuaren funtzionamendua eta, bereziki, Espainiako eredu politikoa, baita Estatuak herritarrekiko dituen betebeharrak eta konpromisoak eta alderantzizkoak ere.

Azkenik, herritarrek mundu globalean kokatzen dira, gaur egungo gizartearen arazoak eta elkarrekiko mendekotasuna, desberdintasuna edo gatazka agertzen diren egoerak aztertzen dira, baita irtenbideak bilatzeko modu desberdinak ere.

Edukiak bost multzotan antolatuta daude. 1. multzoan guztientzako edukiak daude, hain zuzen ere, hausnarketarekin eta parte-hartzearekin zerikusia duten gaitasunak eta trebetasunak garatzera bideratutakoak. Eztabaidarako eta elkarrizketarako trebatzea eta kulturen eta pertsonen aniztasunari errespetuz hurbiltzea, desberdintasunen balorazio kritikoa sustatzeaz gain, irakasgai berriaren funtsezko ekarpenak dira, eta berariaz laguntzen dute zenbait gaitasun oinarritzko lortzen.

2. multzoak (*Pertsonek arteko harremanak eta parte-hartzea*) giza harremanei buruzko alderdi batzuk lantzen ditu, hala nola, pertsonaren duintasunarekiko eta gizabanakoen eskubide-berdintasunarekiko errespetua, desberdintasunen onarpena, bereizkerien gaitzespena eta elkartasunaren sustapena. Era berean, alderdi hauek lantzen dira: ikastetxean parte hartu eta ordezkaritza izatea, eta gizarte bidezkoa eta solidarioa lortzea helburu duten gizarte; jardueretik konpromisoa.

Hirugarren multzoak (*Herritarren eskubideak eta betebeharrak*) jada Lehen Hezkuntzako hirugarren zikloan landutako edukian sakontzen du. Nazioarteko testuetan jasotako printzipioak ezagutzeaz gain, multzo honetan proposatzen da hausnarketa egin dadila printzipio horien esanahiaz, giza eskubideak urratzen diren egoeren identifikazioaz eta giza eskubideen urratze horiek gertatzen direnean auzitegi arruntek eta nazioarteko auzitegiek egin behar dutenaz.

Laugarren multzoan (*XXI. mendeko gizarte demokratikoak*) gizarte aniztasunari eta estatu demokratikoen funtzionamenduari buruzko edukiak lantzen dira eta arreta berezia jartzen zaio Espainiako eredu politikoiari. Guztien ondasunak administratzen dituzten zerbitzu publikoen zeregina aztertzen da, kontuan izanik bai administrazioek zerbitzuok eman eta hobetzeko duten ardura, bai zerbitzuok mantentzeko herritarrek dituzten betebeharrak eta konpromisoak.

Bosgarren multzoak (*Herriartasuna mundu globalean*) gaur egungo gizartearen zenbait ezauzgarri aztertzen ditu: desberdintasunaren agerpen guztiak, globalizazio prozesua eta elkarrekiko mendekotasuna, gaur egungo munduko gatazka nagusiak eta nazioarteko erakundeek gatazkei aurrea hartzeko eta gatazkak konpontzeko duten zeregina.

Laugarren kurtsoko Hezkuntza Etiko-zibikoak ere pertsonen arteko harremanak eta bizikidetasuna ditu aztergai hasieran. Askatasuna eta erantzukizuna aztertzen ditu, pertsonak definitzen dituzten eta diferentziak errespetatuz elkarrekin bizitzea ahalbidetzen duten ezaugarriak diren aldetik. Bereziki azpimarratzen da giza harremanetako indarkeria gaitzetsi behar dela eta pertsona ororen duintasunarekiko errespetuaren printzipioa onartu behar dela, bizikidetasuna ahalbidetzeko oinarritzko elementu gisa.

Giza Eskubideak ikuspegi etiko eta moraletik aztertuz gero, ikasleek bizikidetasunaren funts moralak uler ditzakete eta teoria etiko desberdinen elementu komunak identifika ditzakete, etika orokorra eratzeke teoria bakoitzak egiten dituen ekarpenak alegia. Izan ere guztientzako etika orokorra da bizikidetasunerako oinarria gaurko gizarte konplexuetan. Horrela demokraziaren esanahian eta erakunde demokratikoen oinarrian eta funtzionamenduan sakontzen ahal da, baita Konstituzioan jasorik dauden balio nagusietan ere.

Ikuspuntu etiko berri horretatik gaur egungo gizartearen arazo zehatz batzuk azter daitezke, hala nola hainbat talderen kontrako bereizkeria eragiten duten faktoreak, globalizazioaren analisia, herritartasun orokorraren kontzeptua, giza garapen iraunkorra edo lankidetzari eta bake-rako kulturaren garapenari dagokien guztia.

Arreta berezia merezi du gizonen eta emakumeen arteko berdintasunaren gaiak. Emakumeen diskriminazioa eragiten duten arrazoiak eta faktoreak aztertu behar dira, baita pertsonaren duintasuneko printzipioaren eta askatasun eta berdintasuneko printzipioaren argitan baloratu ere. Era berean, emakumeen kontrako bereizkeria eta indarkeria horiek ezabatzeko bideak aztertu behar dira.

Aurreko kurtsoetan bezala, gai guztietako eduki komunak aurkezten dira eta zenbait prozedura lortzera bideratuta daude, besteak beste, arrazoitzen eta argudioak ematen jakitera, norberaren sentimenduak onartzera edo komunikabideek aurkeztutako informazioak kritikoki baloratzera. Halaber, bizikidetzarako oinarritzko jarrerak garatu behar dira, besteak beste, tolerantzia, elkar-rrizketarako eta negoziatziorako gertutasuna, bakearen aldeko jarrera edo elkartasuna, eta xede horretara bideratzen da zenbait eduki.

Laugarren kurtsoko *Hezkuntza etiko-zibikoa* sei multzotan dago antolatuta. Lehenbizikoan arestian aipatutako eduki komunak sartu dira.

2. multzoa, *Nortasuna eta bestetasuna*. Bigarren multzoak (*Nortasuna eta bestetasuna. Hezkuntza afektibo-emozionala*) pertsonen nortasunari, askatasunari eta erantzukizunari dagozkien balioak ditu ardatz eta arreta berezia ematen dio adimenaren, sentimenduen eta emozioen arteko erlazioari.

Hirugarren multzoan (*Teoria etikoak, giza eskubideak*) hausnarketa etikoaren lerro nagusiak aztertzen dira eta, bereziki, giza eskubideen formulazio desberdinek osatzen duten erreferentzia etiko unibertsala.

4. multzoa. Etika eta politika. Demokrazia. Laugarren multzoak (*Konstituzioko balioak*) gure sistema politiko demokratikoaren oinarri etiko eta juridikoak aztertzen ditu, aurreko kurtsoetan baino maila unibertsal eta abstraktuagoan, adin honetako ikasleak helduagoak baitira.

5. multzoan (*Gaurko munduko gizarte arazoak*) gaur egungo munduak dituen arazo handien eta dilema moralen balorazio etikoa egiten da giza eskubideen ikuspegitik: globalizazioa eta garapen arazoak, gatazka armatuak eta horiek ebazteko nazioarteko komunitateak egiten duena, etab. Hori guztia baloratzeko, batetik, diskriminazioak arbuiatu behar dira eta, bestetik, bakearen eta lankidetzaren kultura sustatzen laguntzen duten nazioarteko mugimenduen eta indarren ekintza baloratu behar da.

Seigarren multzoak (*Gizonen eta emakumeen arteko berdintasuna*) berriz lantzen ditu jada aurreko kurtsoetan landutako edukiak: emakumeen eta gizonen arteko berdintasuna familian eta lan munduan, emakumeen eskubideen aldeko borroka, etab. Kurtso honetan berriazko multzo bat sartu da berdintasunari, askatasunari, emakumeen diskriminazioaren arrazoiei eta diskriminazio hori ezabatze bideei buruz gogoeta sakona egiteko.

Oinarrizko gaitasunak lortzeko irakasgaiak egiten duen ekarpena

Herritartasunerako eta Giza Eskubideetarako Hezkuntzak eta Hezkuntza Etiko-zibikoak zuzeneko lotura dute gaitasun sozialarekin eta herritartasunarekin, baina, gainera, oinarrizko beste gaitasun batzuen alderdi nabarmen batzuk garatzen laguntzen dute.

Gaitasun sozialari eta herritartasunari dagokionez, gaitasun horren barneko eremu pertsonal eta publikoa lantzen da: gizarte bizitzeko eta herritartasun demokratikoa gauzatzeko trebetasunak eskuratzen laguntzen du. Pertsonaren autonomia, autoestimua eta nortasuna indartzeaz gain, parte hartzeko eta erabakiak hartzeko gaitasunak garatzen dira, zenbait egoeratan jokatzea egokia hautatzeko eta hartutako erabakien eta haien ondorioen erantzukizuna onartzeko gaitasunez gainera. Pertsonen arteko harremanak hobetzen laguntzen da, halaber, bakoitza bere pentsamenduez, balioez, sentimenduez eta ekintzez jabetzeko trebetasunak garatzen baitira. Sentimenduetan oinarritutako lotura pertsonalak bultzatzen dira eta gatazka egoerei aurre egiten laguntzen da, gatazkak ebazteko sistematikoki elkarrizketa eta bortizkeriarik gabeko bese-lako prozedurak erabiltzea proposatzen baita. Hezkuntza afektibo-emozionala, bizikidetasuna, parte-hartzea, aniztasunaren, bereizkerien eta bidegabeko egoeren ezagutza, horiek guztiak lagungarriak dira gizarte gaitasunak sendotzeko, sentimendu partekatuak eta ez-baztertzailak sortzeko, bizikidetzarako gizarte arau eta hitzarmenak ezagutu, onartu eta erabiltzeko eta bai eremu pertsonalean bai sozialean errespetua, lankidetzaren, elkartasuna, justizia, indarkeriarik eza, konpromisoa eta parte-hartzea bezalako balioak barneratzeko.

Halaber, gaitasun hori lortzeko lagungarria da estatuen eta gizarte demokratikoen oinarriak eta antolaketa moduak ezagutzea eta berriazko beste eduki batzuk ikastea, hala nola, giza eskubideak historian zehar nola aldatu diren, eta gaurko munduan, batez ere gatazka dagoen lekuetan, eskubide horiek nola zehazten eta errespetatzen diren edo nola urratzen diren. Eta pa honetan sartu diren eduki batzuk nazioarteko erakunde jardunari eta giza eskubideen eta bakearen alde diharduten mugimendu, erakunde eta indarren jardunari buruzkoak dira.

Zuzenean laguntzen da gaitasun sozialaren eta herritartasunaren alderdi etikoa garatzen. Izan ere, ikasleek beren inguruko balioei antzematen diete eta, aldi berean, horiek ebaluatzen ahal dituzte

eta horiekin bat etorritik jokatzeko ahal dute erabakiak hartzerakoan edo gatazkei aurre egiterakoan. Erreferentzia etiko orokorrak hauexek dira: balio unibertsalak, eta Giza Eskubideen Aldarrikapen Unibertsalean eta Espainiako Konstituzioan jasorik dauden eskubideak eta betebeharrak.

Gizarte pluraltasunarekin, globalizazioaren izaerarekin eta globalizazioak herritarrei dakartzkien ondorioekin zerikusia duten edukiak berariazkoak direnez, ikasleei tresnak emanen zaizkie balio demokratikoekin bat datozen bizikidetasun arauak onartu eta erabiltzeko, eskubide eta askatasunak baliatzeko, herritarren erantzukizun eta betebeharrak beren gain hartzeko eta, azken batean, herritar gisa gizartearen aktiboki eta bete-betean parte hartzeko.

Herritartasunerako hezkuntzaren bidez *ikasten ikasteko gaitasuna* garatzen da; izan ere, nor bere gaitasunez jabetzea sustatzen da hezkuntza afektibo-emozionalaren bidez eta adimenaren, emozioen eta sentimenduen arteko harremanen bidez. Era berean, geroko ikasketetan lagungarriak izanen dira gizarte trebetasunen estimulua, talde lanaren, parte-hartzearen eta argumentazioaren erabilera sistematikoaren sustapena, norberaren eta inoren ideien sintesia, eta ezagutza, informazio eta iritzien erkatze ordenatu eta kritikoa.

Arloko prozeduretatik abiatuta *norberaren autonomia eta ekimena* izeneko oinarritzko gaitasuna lortzen laguntzen da, plangintzarako, erabakiak hartzeko, parte hartzeko eta erantzukizunak onartzeko ekimenak garatzen baitira. Curriculumean arreta berezia ematen zaie argumentazioari, norberaren pentsamenduaren eraketari, arazo bati buruz jarrera hartu behar den kasuen azterketari eta irtenbideen azterketari. Laugarren kurtsoko hezkuntza etiko-zibikoan dilema moralak aurkezten dira eta hori lagungarria da ikasleek beren irizpide etikoak eratzeko, balio eta praktika demokratikoetan oinarrituak.

Eztabaidaren erabilera sistematikoa lagungarria da *hizkuntzaren bidez komunikatzeko gaitasuna* lortzeko, entzuten, azalpenak egiten eta argudioak ematen trebatzea eskatzen baitu. Bestalde, ezinbestekoa da sentimenduak, ideiak eta iritzia komunikatzea irakasgai hauen helburuak lortzeko; izan ere, ahozko nahiz idatzizko hizkuntza erabiltzen da eta iturri desberdinetako mezu esplizituak eta inplizituak kritikoki baloratzen dira, bereziki publizitatean eta komunikabideetan azaltzen direnak. Horrela, gaitasun hori lortzen laguntzen da. Azkenik, gizarte gaiei dagozkien terminoak eta kontzeptuak ezagutu eta erabiltzeak hiztegia aberasteko bide ematen du.

Helburuak

Herritartasunerako eta Giza Eskubideetarako Hezkuntza eta Hezkuntza Etiko-zibikoa irakasgaiak etapa honetan hurrengo gaitasunak garatzea izanen dute helburu:

1. Gizabanakoen eta gizartearen giza izaera hautematea eta nork bere nortasuna, ezaugarriak eta esperientziak onartzea; besteekiko desberdintasunak errespetatzea eta autoestimua garatzea.
2. Sentimenduak eta emozioak garatu eta adieraztea, baita komunikaziorako trebetasunak eta gizarte trebetasunak ere, taldeko jardueretan parte hartu ahal izateko jarrera solidario eta tolerantearekin; gatazkei aurre egiteko bitartekotza eta elkarriketa erabiltzea.

3. Erantzukizunak onartuz norberaren ekimena garatzea, eta errespetuan, lankidetzan eta in-darkeriaren, estereotipoen eta aurreiritzien arbuioan oinarritutako bizikidetasun eta parte-hartze moduak baliatzea.
4. Giza Eskubideen Aldarrikapen Unibertsaletik eta Espainiako Konstituziotik ondorioztatzen diren eskubideak eta betebeharrak ezagutu, onartu eta positiboki baloratzea; eskubide ho-rien oinarri diren balioak identifikatzea eta gizabanakoen nahiz taldeen jokabideak eta gi-zarte errealitateak etikoki baloratzeko irizpidetzat onartzea.
5. Gaur egungo gizartearen pluraltasuna identifikatzea eta aniztasuna onartzea bizikidetz a-be-rasteko bide gisa; pertsona ororen eskubide eta aukera berdintasunaren alde egitea; sexua, jatorria, sinesteak, gizarte desberdintasunak, joera afektibo-sexuala edo bestelako arrazoiak direla-eta egiten diren bazterkeriak eta bidegabekeriak gaitzestea, giza duintasuna urratu eta bizikidetz a eragozten dutelako.
6. Emakumeen eskubideak onartzea, sexu-desberdintasuna eta sexuen arteko eskubide-ber-dintasuna baloratzea eta gizonen eta emakumeen arteko bereizkeria eragiten duten estere-otipo eta aurreiritziak errefusatzea.
7. Sistema demokratikoen, Espainiako Estatuaren eta Europar Batasunaren funtzionamenduak oinarri dituen printzipioak ezagutu eta estimatzea; guztien ondareaz eta kultur nahiz gizar-te aniztasunaz jabetzea.
8. Bizimodu demokratikoaren oinarriak ezagutzea eta bizikidetasunaren eremu desberdinetan horiekin bat jarduten ikastea. Guztien ondasunak mantentzeko herritarrek dituzten bete-be-harrak eta Estatuak zerbitzu publikoen bermatzaile gisa betetzen duen zeregina onartzea.
9. Bizitza politikoan parte hartzeak duen garrantzia baloratzea. Gauza bera egitea herritarrek parte hartzeko dituzten beste modu batzuei buruz (lankidetz a, elkarteak, borondatezko lana etab.).
10. Giza eskubideen urratzeak, pobrezia eta desberdintasuna eragiten dituzten arrazoiak eza-gutzea, baita gatazka armatuen eta azpigarapenaren arteko lotura ere; bakea, segurtasuna eta parte-hartze aktiboa lortzea helburu duten ekintzak baloratzea, mundu bidezkoagoa lortzeko bitarteko gisa.
11. Nork bere burua herritar multzo global bateko kide gisa onartzea. Biztanle talde desberdi-nen bizimoduekiko eta ohiturekiko errespetu kritikoa adieraztea eta talde nahiz pertsona baztertuekiko portaera solidarioak azaltzea.
12. Teoria etiko nagusiak identifikatu eta aztertzea, gaur egungo munduko gizarte gatazka eta gatazka moral nagusiak hautematea eta komunikabideen bidez transmititzen diren ereduen aurrean jarrera kritikoa garatzea.
13. Pentsamolde kritikoa garatzea, eztabaidetan argudio dokumentatu eta arrazoituen bidez norberaren ikuspegiak defendatzeko irizpide propioa eta trebetasunak garatzea, eta beste-en arrazoiak eta argudioak baloratzea.
14. Eskolako liburutegia nahiz informazioaren eta komunikazioaren teknologiak erabiltzea arlo-ko gaiei buruzko lanak arrazoitu eta orientatzeko eta ezagutzak ikasi eta partekatzeko tres-na gisa.

Hirugarren kurtsoak

Herritartasunerako eta giza eskubideetarako hezkuntza

Edukiak

1. multzoa. *Guztientzako edukiak*

- Argudio arrazoituen bidez norberaren iritziak eta usteak azaltzea eta besteen iritziak onartze-ko gaitasuna izatea.
- Elkarrizketa erabiltzea gatazkei indarkeriarik gabe heltzeko estrategia gisa.
- Nork bere iritzi eta usteak azaltzea argudio arrazoituen bidez. Errealitatearen alderdi garrantzi-tsuei buruzko eztabaidak prestatu eta egitea, errealitatea hobetzearen aldeko jarrera hartuta.
- Gaur-gaurko gertaera edo arazo bati buruz komunikabideek eskainitako informazioak aldera-tzea eta horien balorazio kritikoa egitea.
- Arlo honetako ikasketarako beharrezkoak diren hizkuntza trebetasunak lortzea: idatzizko eta ahozko testuak ulertzea, hiztegi berezia ezagutzea, ahozko eta idatzizko adierazpenak behar bezala erabiltzea etab.
- Idatzizko iturrietako informazioa ulertzea eskemen, grafikoen, mapa kontzeptualen, laburpe-nen eta abarren bidez.

2. multzoa. *Pertsonen arteko harremanak eta parte-hartzea*

- Norberaren autonomia eta pertsonen arteko harremanak. Afektuak eta emozioak.
- Giza harremanak: gizon eta emakumeen arteko harremanak eta belaunaldien arteko harrema-nak. Familia Espainiako Konstituzioaren esparruan. Eguneroko bizikidetzan indarkeriarik gabe-ko jarrerak garatzea.
- Mendekotasuna duten pertsonak zaintzea. Baztertuak dauden ikaskideei edo gizabanako eta taldeei laguntzea.
- Lanaren gizarte eta sexu banaketari eta gizarteko aurreiritzi arrazista, xenofobo, sexista eta homofoboiei buruz balorazio kritikoa izatea.
- Parte hartzea ikastetxean eta gizarte solidarioa eta bidezkoa lortzen laguntzen duten gizarte jardueretan.

3. multzoa. *Herritarren eskubideak eta betebeharrak*

- Giza eskubideen aldarrikapen unibertsala, nazioarteko itunak eta hitzarmenak. Giza eskubide-en urratzeen salaketa eta auzitegi arrunten eta nazioarteko auzitegien jarduna. Giza eskubideak eta betebeharrak baloratzea osatu gabeko lorpen historikoak diren aldetik, eta konstituzioak ere baloratzea eskubideen aitorenaren iturri diren aldetik.