

1

Haurren eta gazteen astialdiko hezkuntza- jarduerak

Bildumaren izenburua:
Astialdiko monitorearen eskuliburua

Izenburua:
Haurren eta gazteen astialdiko hezkuntza-jarduerak

Editorea:
© Nafarroako Gobernua, Nafarroako Gazteriaren Institutua

Testuak:
© Adela González Díez. Urtxintxa Nafarroa. Aisialoiko Hezitzaileen Eskola

Maketazioa:
Exea Comunicación

Inprimaketa:
Rodona

DL NA 1491-2025

Aurkibidea

01. KAPITULUA

Haur eta gazteentzako astialdian hezkuntzaren oinarriak aplikatzea.....	5
1.1 Astialdiaren erabilerak eta funtzioak gaur egungo gizartean.....	5
1.1.1 Aisiaren eta astialdiaren kuantifikazioa, banaketa eta funtzioak haurtzaroan eta gaztaroan	6
1.1.2 Hezkuntza integralerako eta sozializazio-prozesurako aplikazioa	8
1.1.3 Aisiaren funtzioak astialdi sozial eta hezigarri gisa. Esku hartzeko testuinguruak, jarduerak eta moduak	9
1.2 Haur eta gazteen astialdiko jardueri dagokien lege-esparrua aplikatzea	10
1.2.1 Lege-esparruei buruzko informazio- eta dokumentazio-iturriak aztertzea eta kudeatzea	10
1.2.2 Prestakuntza	10

02. KAPITULUA

Hezkuntza- eta sozializazio-prozesuak haurtzaroan eta gaztaroan aplikatzea.....	12
2.1 Hezkuntza-testuinguruak identifikatzea eta karakterizatzea: hezkuntza formala, ez-formala, informala eta integrala	12
2.2 Hezkuntza- eta sozializazio-eragileak identifikatzea eta karakterizatzea: talde informalak, talde formalak eta beste batzuk.....	14
2.3 Sozializazio-prozesua haurtzaroan, nerabezaroan eta gaztaroan aplikatzea	15
2.3.1 Arrisku- eta babes-faktoreak	15
2.3.2 Gizarte-bazterkeriaren eta gizartera ezin moldatzearen kausak eta ondorioak.....	17
2.3.3 Hezkuntzaren ikuspegitik sozializazio-prozesuan esku hartzeko moduak.....	17
2.4 Balioetan oinarrituriko hezkuntza ematea eta hezitzailearen rola	18
2.4.1 Balioen identifikazioa eta tipologia.....	19
2.4.2 Astialdiko jardueretan aplikatzea. Astialdiko monitoreen jarduna.....	20
2.5 Astialdi hezigarriaren balorazioa eta parte hartzeko metodoak	20
2.5.1 Astialdiko erakunde eta jarduerak identifikatzea	20
2.5.2 Parte hartzeko ikaskuntza-metodoak eta -estrategiak	21

03. KAPITULUA

Haur eta gazteentzako astialdian esku hartzeko jardueretan proiektuak egitea.....	25
3.1 Hezkuntza-proiektuen erreferentzia-esparruak aplikatzea	25
3.1.1 Proiektuen metodologia. Proiektua taxutzen duten elementuak	25
3.1.2 Proiektuak aztertzea: aukera ideologikoak baloratzea.....	28
3.2 Haur eta gazteentzako astialdian hezkuntza-proiektuak egitea.....	29
3.2.1 Hezkuntza-proiektu baten elementuak eta egitura identifikatzea. Helburuak, xedeak, haitzaileak eta testuingurua aztertzea. Jarduerak eta baliabideak planifikatzea. Berrikuspen- eta ebaluazio-mekanismoak	29
3.3 Astialdiko monitorearen profila, funtzioak eta jarduera-eremuak aztertzea	31
3.3.1 Astialdiko monitorearen prestakuntza eta gaitasun funtzionalak	31
3.3.2 Astialdiko monitorearen profila	32
3.4 Talde-lanean aritzeko oinarritzko metodoak. Astialdiko monitoreen taldea.....	33

04. KAPITULUA

Haur eta gazteentzako astialdiko jardueren proposamena prestatzea.....	35
4.1 Jardueren proposamena zehazteko prozedurak.....	35
4.1.1 Helburuak adieraztea	36
4.1.2 Interesguneak baloratzea.....	39
4.1.3 Programen tipologiak, ostatuaren eta instalazioen, gaua igarotzeko aukeraren, elikaduraren, tenporalizazioaren, sasoikotasunaren eta abarren arabera	39
4.1.4 Astialdiko jarduerak programatzea. Baliabide eta bitarteko materialak planifikatzea. Espazioak eta denborak zehaztea eta banatzea	40
4.1.5 Astialdiko jarduerak ebaluatzeko metodoak: adierazleak.....	42
4.1.6 Jarduerak erregistratzeko fitxa prestatzeko prozedura	43
4.2 Haur eta gazteentzako astialdiko jardueren deskribapena, tenporalizazioa eta erritmoa.....	44
4.2.1 Jarduera-motak: sailkapen-irizpideak, xedeak, betekizunak, baldintzak eta egokitasuna giza testuinguruaren eta testuinguru fisikoaren, aldaketen eta abarren arabera	44
4.2.2 Jardueren plangintza berrikusteko prozedura.....	44
4.2.3 Jarduerak prestatzeko eta garatzeko monitoreen taldean zereginak eta funtzioak esleitzea.....	45
4.2.4 Jarduerak programatzean denboran banatzea: ordutegia, mota eta intentsitate- eta erritmo-aukera	47
4.2.5 Jarduera bat garatzeko prozesua: aurkezpena eta motibazioa, garapena eta inplikazioa, bukaera eta balorazioa.....	47

05. KAPITULUA

Astialdiko jarduerak ebaluatzeko metodoak	49
5.1 Jarduerak ebaluatzeko alderdiak edo eremuak identifikatzeko prozedura	49
5.1.1 Helburuak zehaztea.....	49
5.1.2 Jardueren ebaluazioa.....	49
5.1.3 Instalazioen berrikuspina	50
5.1.4 Materialak eta baliabideak	50
5.1.5 Taldeko giroa.....	50
5.1.6 Espazioen eta denboren erabilera	51
5.1.7 Langileen (monitoreen) jardunak	51
5.1.8 Metodologia.....	51
5.2 Ebaluazioaren metodologia eta faseak: ebaluazioan parte hartzen duten adierazleak eta eragileak	51
5.3 Jardueren memoria idaztea: egitura, ezaugarriak, hobetze-proposamenak eta etorkizuneko ekintzen proposamenak.....	56

06. KAPITULUA

Osasunerako hezkuntzako estrategiak eta metodoak	58
6.1 Osasunerako hezkuntzako oinarrizko kontzeptuak. Bizi-ohitura osasungarriak aplikatzea	58
6.2 Monitoreak osasunerako hezkuntzan dituen erantzukizunak aztertzea	62
6.3 Arrisku-jokabideak prebenitzeko baliabideak eta metodoak planifikatzea	62
6.3.1 Alkohola eta tabakoa kontsumitzea.....	62
6.3.2 Elikadura eta jarduera fisiko desegokia.....	63
6.3.3 Afektibitatea eta sexualitatea.....	64
6.4 Bizi-ohitura osasungarriak sustatzeko metodoak	67

07 BIBLIOGRAFIA	68
------------------------------	-----------

01

Haur eta gazteentzako astialdian hezkuntzaren oinarriak aplikatzea

1.1

Astaldiaren erabilerak eta funtzioak gaur egungo gizartean

Astaldian heztean, pertsonen garapen integrala sustatzen da. Gaur egungoaren moduko gizarte batean, gauzak etengabe ari dira aldatzen; hori dela eta, mota honetako hezkuntza "ez-formalak" etengabe ikasteko eta biztanleen eskari aldakor, premia eta testuinguruetara egokitzeko aukera ematen du.

Gainera, boluntarioa denez, eta arlo asko ukitzen ditueenez, modu eraginkorragoan erantzuten die premia indibidual eta sozialei, eta sozializatzeko, gizarteratzeko eta aktiboki parte hartzeko aukera ematen die biztanleei.

Hezkuntza "ez-formal" hori hezkuntza formalaren osagarri da, eta eguneroko bizitzari aplikatzen zaizkion ezagutzak eta esperientziak lantzen ditu ingurune praktikoagoetan. Testuinguru horiek **autoestimua, autonomia, erantzukizuna eta askatasuna sustatzen dituzte, eta erabakiak hartzen laguntzen dute.**

Halaber, ingurune horiek komunikazioa, talde-lana, lidergoa, sormena eta ongizate emozional eta fisikoa bultzatzen dituzte. Horrez gain, zenbait adierazpen-espazio eskaintzen dituzte askotariko arloetarako; besteak beste,

kirola, natura eta/edo artea. Espazio horien bitartez, gaitasunak lantzen dira, bai ezagutzaren esparruan, bai emozioen esparruan.

Eskola-ingurunetik kanpoko jarduerak garapen pertsonalean nola eragiten duten ulertuta, eraginkorragoak diren eta **pertsonen ongizatea** lortzeko helburuarekin bat datozen ikaskuntza-esperientziak sortzen ahal ditugu

Gainera, esperientzia horiek beste pertsona batekin partekatuta, lotura afektiboak sortzen dira, eta aniztasuna onartzea eta tolerantzia sustatzen dira. Horrela, **partaidetza eta herritartasun aktiboko programak garatzen laguntzen da.**

Lanerako edo nahitaezko beste zeregin batzuetarako erabiltzen ez den denbora da astialdia. Nagusiki aisiarako erabiltzen da, eta hainbat funtzio ditu, bai prozesu indibidualean, bai sozializazio-prozesuan.

AISIAREN ETA ASTIALDIREN FUNTZIOAK	
Prozesu indibidualean	Sozializazio-prozesuan
✓ Pertsonen garapen integrala sustatzen du.	✓ Espazio alternatiboak irekitzen ditu.
✓ Gaitasun eta trebetasun berriak bultzatzen ditu.	✓ Pertsonen arteko harremanak sustatzen ditu.
✓ Autonomia areagotzen du.	✓ Trebetasun sozialak areagotzen ditu.
✓ Autoezagutza sustatzen du.	✓ Parte hartzea eta herritartasun aktiboa sustatzen ditu.
✓ Ongizate fisiko eta emozionala hobetzen du.	✓ Lankidetzat lantzen du.
✓ Sormena eta irudimena garatzen ditu.	✓ Aniztasuna eta inklusioa onartzea sustatzen du.
✓ Autoestimua hobetzen du.	✓ Elkartasuna eta tolerantzia bultzatzen ditu.
✓ Emozioak adieraztea errazten du.	✓ Taldeko esperientzia atsegingarriak sortzen ditu.
✓ Garunaren plastikotasuna estimulatu du.	✓ Bakerako eta elkarbizitzarako jarrerak garatzen ditu.

1.1.1

Aisiaren eta astialdiaren kuantifikazioa, banaketa eta funtzioak haurtzaroan eta gaztaroan

Aisiaren kontzeptua gizartearen balioetan gertatu diren beste aldaketa batzuekin batera aldatu da. Gaur egun, aisia demokratizatzen ari da: pertsona guztien eskubidetzat jotzen da.

Aisialdia, gustuko ditugun jardueretarako erabiltzen badugu eta beste pertsona batzuekin partekatu nahi badugu, funtsezko arloa da gure bizitzan.

"Alfer-denbora edo antzua" ez bezala, aisia gure denboraren erabilera positiboarekin lotuta dago: soziokulturala, aktiboa, parte-hartzailea, konstruktiboa eta konprometitua. Liberazio-tresna da, eta eguneroko ohituraren mugak gainditzeko eta benetako identitatea berraurkitzeko aukera ematen du.

Pertsonalki hazteko eta eguneroko presioetatik libre sentitzeko modua da, eta gure identitatea eta bizitzaren helburua indartzen dituzten interesak aurkitzeko bidea. Aisia-mota eraldatzailea da, eta, berriro energiaz betetzeko ez ezik, hausnartzeko eta gure bizitzan aldaketa positiboak egiteko ere balio digu.

Gaur egun, ikuspegi askotatik ulertzen ahal dira aisia eta astialdia:

- Hainbat gizarte-talderen artean zabaldua dauden ohiko portaeren eguneroko errealitate gisa.
- Hezkuntza eta garapen integraleko faktore gisa, haien bidez esperientzia hezigarriak izaten baitira.
- Gizarte-politikek bermatu behar duten eskubide gisa, jarduerarik eza murrizteko, gizarte-taldeak dinamizatzeko, partaidetza aktiboa bermatzeko eta jokabide antisozialak saihesteko.



Betebehar profesioetatik, familiakoetatik eta sozialetatik libre gelditu ondok **banakoak** borondatez egiten dituen zereginen multzoa da aisia: atsedean hartzea, dibertitzea, bere informazio eta prestakuntza desinteresatua garatzea, edo bere komunitateko gizarte-bizitzan borondatez parte hartzea.

(Dumazadier, 1971)



Aisiaren hiru Dak: atsedena, dibertsioa eta garapen pertsonala

"Aisiaren hiru Dak" kontzeptua **Manuel Cuenca Cabeza** soziologo espainolak garatu zuen. Cuenca Cabeza erreferentzia da aisia eta animazio soziokulturala aztertzen. Bere lanetan, aisia aztertzen eta sustatzen du, pertsonen garapen integralerako funtsezko faktore gisa. Aisia definitzeko orduan, aberasgarri bihurtzen duten funtsezko hiru alderdietara jotzen du Cuenca Cabezak: dibertsioa, atsedena eta garapena.

○ Atsedena

Eguneroko bizitzako eskakizun fisiko eta mentaletatik aldentzeko aukera ematen du. Lasai egoteko eta indarberritzeko unea da; bai gorputza, bai burua leheneratu egiten dira, eta, ondorioz, ongizatea hobetzen da, eta akidura saihesten da.

Aisialdian atsedena hartzeak jardueraren eta erlaxazioaren artean oreka osasungarria lortzen laguntzen du.

○ Dibertsioa

Alderdi ludikoa da; aisia erakargarri eta atsegin bihurtzen du. Gozatzeko jarduerak egitean datza; jarduera horiek poza eta gogobetetasuna ematen dute. Dibertsioaren bidez, alde batera uzten ahal dira betebeharrak eta estresa, indarrak berreskuratzen dira, eta gogoaldea hobetzen da.

○ Garapena

Aisiaren alderdi honetan, jarduerak ez dira dibertigarriak eta lasaigarriak soilik; aberasgarriak ere badira, pertsonalki, sozialki, kulturalki edo fisikoki.

Garapen pertsonala sustatzen duen aisiaren bitartez, trebetasun berriak lantzen ahal dira, lehendik zeuden gaitasunak hobetzen, eta hazkunde intelektuala eta emozionala areagotzen. Hori dela eta, eragin positiboa eta iraunkorra du pertsonen bizitzan.

Hiru alderdi horiek agerian jartzen dute aisiak pertsonen ongizate integrala sustatzen ahal duela eta sustatu behar duela; lasaitzeko eta gozatzeko espazio bat ez ezik, hazkunde pertsonal eta sozialerako aukera ere bada.

Astialdirako denbora aldatu egiten da adinaren, testuinguru sozioekonomikoaren eta familia- eta eskola-inguruaren arabera. Hurrek, oro har, nerabeek eta gazteek baino astialdi gehiago dute, nerabeek eta gazteek eskolako lan gehiago izan ohi baitituzte (bereziki bigarren mailako eta unibertsitateko irakaskuntzan).

Kontuan izanik zenbat denbora ematen dugun lotan, jaten, geure burua garbitzen eta eskolan, zenbat denbora geldituko litzaiguke garapen pertsonal eta sozialerako hain positiboak diren aisiako eta astialdiko jardueretarako?

Hausnartu nola erabiltzen dituzun aisia eta astialdia eguneroko bizitzan.

Zer iritzi duzu hurrek aisia erabiltzeko duten moduari buruz?

Eta gazteek dutenari buruz?

1.1.2

Hezkuntza integralerako eta sozializazio-prozesurako aplikazioa

Aurreko ariketari eman dizkiozun erantzunetatik, ondorioak ateratzen ahalko dituzu, eta argudio sendo bat ematen astialdiko monitoreak gizartean duen lanaren garrantziari eta pertsonen garapen integralean duen zerigin garrantzitsuari buruz.

Modu hezigarrian integratzen denean, aisiak ongizate emozionala, fisikoa eta espirituala hobetzen du, eta, aldi berean, sozializazio positiboa eta pertsonen arteko trebetasunen garapena sustatzen du.

Hezkuntza integralaren kontzeptua zehazteko, funtsezko bi kontzeptu defendatzen dituzten bi egile aztertuko ditugu.

Alde batetik, Paulo Freire **dugu. Haren arabera, hezkuntzak bere osotasunean** hartu behar du gizakia: ez bakarrik ezagutzen hartzaille gisa, baizik eta bere ikaskuntza-prozesuaren subjektu aktibo gisa.

Bestetik, **Howard Gardner** dugu, eta hainbat adimen egotearen inguruko bere teoria. Gardnerren aburuz, hezkuntzak dauden talentu eta gaitasun guztiak hartu behar ditu aintzat, eta adimen-mota guztietarako prestakuntza eman behar du.

Paulo Freireren eta Howard Gardnerren ideietan inspiratuta, esaten ahal dugu **hezkuntza integrala** ez dela mugatzen ezagutza akademikoak zabaltzera, baizik eta beren errealitatea eraldatzeko gai diren banako kritikoak, kontzientek eta aktiboak trebatu nahi dituela.

Hezkuntza integralak

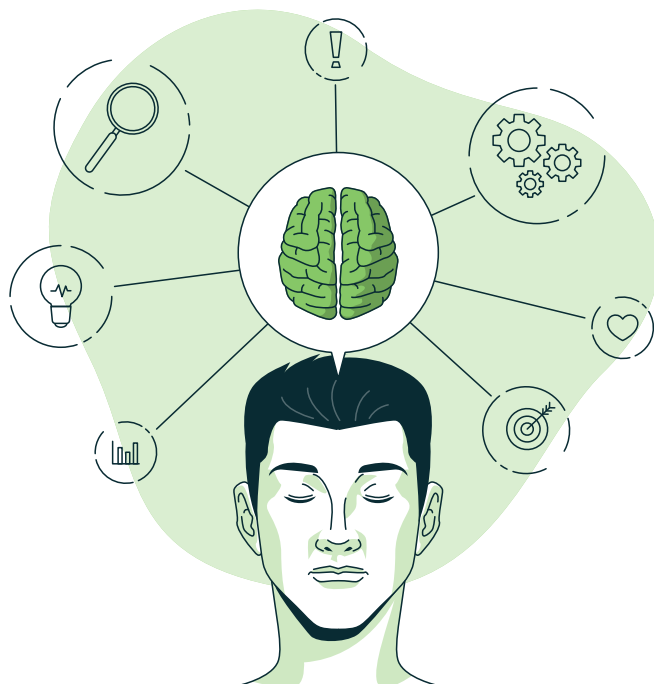
Hezkuntza integralak bere osotasunean hartzen du gizakia, eta haren gaitasun eta alderdi guztien garapena sustatzen du.

UNESCOren arabera, gizakiaren alderdi guztiak modu harmoniatsuan garatzea sustatzen du hezkuntza integralak: alderdi intelektuala, emozionala, soziala, fisikoa, kulturala, espirituala eta etikoa. Haren iritziz, ezagutza akademikoak hartzea baino gehiago izan behar du; hezkuntza integralean, balioak, jarrerak eta gaitasunak ere trebatu behar dira, osoki, kontzienteki eta arduraz bizi gaitezen.

Prozesu konplexua da, eta hainbat sozializazio-eragile hartzen ditu barnean, zeinek eragin handiagoa edo txikiagoa baitute bakoitza bizitzako zein etapatan dagoen. Horrela, lehenengo urteetan, familia eta eskola funtsezkoak dira sozializatzeko beharrezko trebetasunak hartzeko. Hazi ahala, gero eta garrantzitsuagoak bihurtzen dira bigarren mailako beste sozializazio-eragile batzuk; esaterako, berdinkideen taldea eta hedabideak.

Paulo Freirek hezkuntzari buruz dituen ideiei erreparatuz, esaten ahal dugu inor ez dela bakarrik hezten eta emakume eta gizonek elkar hezten dutela, munduak baldintzatuta.

Sozializazio-eragileak sailkatzen baditugu, non jarriko genituzke aisiako eta astialdiko programen arduradunak? Astialdiko monitoreak funtsezkoak dira adin guztietako haur, nerabe eta gazteen garapen integralerako eta sozializazio-prozesuetarako.



1.1.3

Aisiaren funtzioak astialdi sozial eta hezigarri gisa. Esku hartzeko testuinguruak, jarduerak eta moduak

Aisiaren eta Olgetaren Nazioarteko Elkartek (World Leisure Organization, WLO) esperientzia pertsonal eta subjektibo gisa definitzen du aisia. Esperientzia horrek hautatzeko askatasuna eta gogobetetasun-sentsazioa ditu bereizgarri. WLOren arabera, aisia ez da soilik betebeharririk gabeko denbora-tarte bat; tarte horretan, jarduera esanguratsu eta atsegingarrietan parte hartzen da, eta, ondorioz, ongizatea eta garapen pertsonala bultzatzen dira.

Definizio hori kontuan hartuta, funtzio hauek bete behar lituzke aisia gogobetegarriak:



Askatasunez aukeratuz plazer eta gozamen pertsonala eman.



Pertsonen arteko harremanak eta komunitatean parte hartzea sustatu.



Gaitasunak sustatuz pertsonen bilakaera dinamikoa bultzatu.



Autonomia garatu, astialdiaren autokudeaketa sustatzeko, paternalismoa eta gehiegizko babesa saihestuz.



Aisiako jarduera osasungarriak eginez osasuna hobetu.



Ikasgelez bestelako inguruneetan lantzen diren trebetasun sozialak garatu.



Autoezagutza bultzatu, funtsezko hiru alderdi landuz: autoestimua, autokontrola eta autonomia.

Aisian eta astialdian egiten den hezkuntzako esku-hartzeak programatua izan behar du, eta helburu definitu batzuk izan behar ditu, esku hartu behar den testuinguruaren arabera.

Helburu horiek erdiesteko, era askotako programak garatu dira hezkuntza ez-formalaren arloan: kanpamentuak, ludotekak, eskolaz kanpoko jarduerak, natura-gelak, gazetxeak, kultura-etxeak, gazte-elkartek, kiroldegia, igerilekuak, etab.

Programak astialdiko esku-hartzearekin erlazionatutako profesionalak gauzatuko dituzte: astialdiko begiraleak, gizarte- eta kultura-animazioko profesionalak, gizarte-hezitzaileak, gazteriako teknikariak, gazte-informatzaileak, gizarte- eta kirol-eragileak, naturako gidariak, etab.

Astialdiko hezkuntza-programazioek era guztietako jarduerak izaten dituzte; hainbat alderdiren arabera sailkatzen dira.

- **ESPAZIOAK**

- **IRAUPENA**

- **ADINA**

- **JARDUERA-MOTA**

- Jolas-jarduerak
- Naturan egiteko jarduerak
- Sortze- eta arte-jarduerak
- Gorputz-adierazpenarekin erlazionatutako jarduerak: antzerkia, dantza...
- Prestakuntzakoak
- Kulturalak
- Kirola
- Elkartzeakoak

Puntu honetan, ezin dugu ahaztu aisiaren eta astialdiaren bereizgarri den funtsezko tresna bat: jolasa. Aurreago, jolasarekin erlazionatutako alderdi guztiak zehaztuko ditugu, baita garapen-etapa bakoitzaren arabera garapen indibidualean eta taldeko prozesuetan duen eragina ere.



GOGOAN IZAN

Jolasa funtsezko tresna da aisiaren eta astialdiaren arloko hezkuntzako esku-hartzeetan.

1.2

Haur eta gazteen astialdiko jardueri dagokien lege-esparrua aplikatzea

Urriaren 31ko 1537/2011 Errege Dekretuak aisiako eta astialdiko jardueren lege-esparrua jasotzen du. Besteak beste, "Gizarte eta kultur eta komunitatearentzako Zerbitzuak" lanbide-arloari dagozkion profesionaltasun-ziurtagiriak ezartzen ditu, eta gazte-, ikasle- eta boluntario-elkarteen eta aire zabaleko jardueretarako elkarten jarduera arautzen du.

Hala ere, autonomia-erkidego bakoitza arduratzen da bere dekretuak egiteaz, gazteriaren arloko erakunde eskudunaren bitartez. Nafarroaren kasuan, Nafarroako Gazteriaren Institutuaren (NGI) bitartez.

1.2.1

Lege-esparruei buruzko informazio- eta dokumentazio-iturriak aztertzea eta kudeatzea

Hasteko, lehen eta bigarren mailako informazio-iturriak bereiziko ditugu. Lehen mailakoek zuzeneko informazioa ematen dute, lehen eskukoa; informazio horrek hezkuntzako esku-hartzearen erreferentzia-esparru gisa balioko digu.

Bigarren mailako informazio-iturriek lehen mailakoak osatzen dituzte, eta zeharkako informazioa ematen dute; informazio hori liburu, blog, katalogo eta abarretatik lortzen dugu, eta lehen mailako iturrietara iristen laguntzen du.

Gazteriaren arloko egungo legeria aurkitzeko eta identifikatzeko, jo autonomia-erkidegoko gazteria-arloa edo dagokion departamentura, Espainiako Gazteri Kontseilura edo autonomia-erkidego bakoitzeko gazteria-kontseilura.

1.2.2

Prestakuntza

Estatuan, gai honekin erlazioatutako profesionaltasun-ziurtagiriak ditugu; "Gizarte eta Kultur eta Komunitatearentzako Zerbitzuak" lanbide-arloan aurkitzen ahal dira.

- **SSC564_2** - Haur eta gazteen astialdiko hezkuntza-jardueren dinamizazioa.
- **SSC565_3** - Haur eta gazteentzako astialdi hezigarriko proiektuen zuzendaritza eta koordinazioa.

Nafarroako Foru Komunitateko legeriak gai honekin erlazioatutako zenbait alderdiri heltzen dien araudi bat du:

- **11/2001 Foru Legea**, apirilaren 1ekoa, Gazteriari buruzkoa. Gazteentzako prestakuntza/informazioa.
- **56/2023 Foru Dekretua**, uztailaren 5ekoa, zeinaren bidez arautzen baita, Nafarroako Foru Komunitatean, astialdiko hezkuntza eskolak eta horien irakaskuntzak aitortzeko bidea.
- **/2024 Foru Dekretua**, Nafarroako Foru Komunitatean gazteen partaidetza duten astialdiko hezkuntza-jarduerak arautzen dituena.
- **6E/2023 Foru Agindua**, irailaren 22koa, Nafarroako Gazteriaren Institutuak aitortutako Aisialdiko Hezkuntza Eskolen Katalogoa sortu eta arautzen duena.
- **109/2005 Foru Dekretua**, abuztuaren 22koa, Nafarroako Foru Komunitateko Gazteentzako Informazio Zerbitzuen Sarea sortu eta arautzen duena.
- **236/1999 Foru Dekretua**, ekainaren 21ekoa, Nafarroako Gazteentzako Jardueren Eskola (NGJE) sortzen duena.

○ Gaztelekuak

- **57/2010 Ebazpena**, apirilaren 7koa, Nafarroako Gazteriaren Institutuko zuzendari kudeatzaileak emana, gazte-aterpetzat hartzeko (REAJ) Nafarroako Foru Komunitateko erakunde publiko eta pribatuek bete beharreko baldintzak erregulatuko dituen araudi espezifikoa onartzen duena.

○ Gazteentzako eta aisia hezigarriko erakundeak

- **73/2002 Foru Agindua**, irailaren 18koa, Gizarte Ongizate, Kirol eta Gazteria kontseilariak emana, Nafarroako Gazteriaren erakunde zentsua arautzen duena.

- **107/2005 Foru Dekretua**, abuztuaren 22koa, Nafarroako Foru Komunitatean aire zabalean egiten diren gazteendako jarduerak arautzen dituena.
- **53/2023 Foru Dekretua**, ekainaren 21ekoa, Nafarroako Gazteria Kontseiluaren osaera, antolaketa eta funtzionamendua arautzen dituena.

Erantzukizuna

Astaldiko monitoreak kontuan izan behar du zer erantzukizun profesional legal, zibil eta penal eta zer erantzukizun etiko profesional duen.

Aintzat hartu beharreko beste araudi batzuk

- **2/1998 Foru Legea**, martxoaren 27koa, nafarroako bolondres-lanari buruzkoa
- **Haurrak indarkeriatik erabat babesteko lege organikoa (LOPVI)** hurrekin lan egiten duten aisiako, kiroltako edo astialdiko erakundeetan.
- **BOE-A-2021-9347. 8/2021 Lege Organikoa**, ekainaren 4koa, Haurrak eta nerabeak indarkeriaren aurka erabat babesteari buruzkoa.



Sexu Delituen Ziurtagiria

Astaldiko monitoreak Justizia Ministerioaren sexu-delituen ziurtagiri negatiboa izan beharko du.



<http://bit.ly/41EWh0R>



Navarrako Gazteria Institutuaren prestakuntza baliabideak



<https://bit.ly/4h9ni10>



02

Hezkuntza- eta sozializazio-prozesuak haurtzaroan eta gaztaroan aplikatzea

2.1

Hezkuntza-testuinguruak identifikatzea eta karakterizatzea: hezkuntza formala, ez-formala, informala eta integrala

Bizitza osoan luzatzen den etengabeko prozesua da hezkuntza. Era guztietako alderdi eta testuinguruak hartzen ditu barnean, eta askotariko metodo eta helburuei erantzuten die. Haurtzarotik helduaroraino, pertsona bakoitzaren garapen integrala bultzatzen duten hezkuntza-aukerak eskaintzen ditu bizitzako etapa bakoitzean.

Ingurune formaletan gauzatzen da (adibidez, eskola eta unibertsitateetan), baina baita espazio ez-formaletan ere (esaterako, komunitateetan, erakundeetan eta familia barruan). Gainera, esperientzia pertsonalak eta eguneroko bizitza ikaskuntza informaleko iturriak dira, eta bizitzako erronkei aurre egiteko funtsezko trebetasun, balio eta ezagutzak hartzeko aukera ematen dute.

Hezkuntza-testuinguru bakoitzak bere metodo eta helburuak ditu, eta banakoak bizitzako une desberdinetan dituen behar eta ezaugarrietara egokitzen da. Hezkuntza, horrenbestez, prozesu dinamikoa eta moldagarri bihurtzen da, eta osoki bizitzeko eta gizartean aktiboki parte hartzeko gai izateko trebatzen ditu pertsonak.

Funtsezkoa da definitzea hezkuntza zer den eta zer motatako hezkuntzak dauden helburuak lortzeko eta guztien artean mundu hobea eta herritar konprometituak sortzeko.



Hezkuntza

Laguntza-prozesu bat da hezkuntza; alderdi indibidualari ez ezik, sozialari ere heltzen dio, eta autonomoak izaten lagundu nahi die pertsoneri. Gaitasun eta balioen garapenean oinarritzen da, bizi-proiektu propio bat garatzeko eta, era berean, gizartea eraldatzen laguntzeko, bidezkoagoa eta solidarioagoa izan dadin.

Hezkuntzaren arloan, bizitzan zehar ikasteko modu asko daude, eta ezaugarri eta testuinguru ugari: **hezkuntza formala, ez-formala eta informala**.

○ Hezkuntza formala

Egitura bat eta hierarkia bat dituen hezkuntza da, eta erakunde ofizialetan ematen da; esaterako, eskoletan, ikastetxeetan, unibertsitateetan eta lanbide-heziketako zentroetan. Ezarritako curriculum bati jarraitzen dio, eta Estatuak aitortutako ziurtagiriak, diplomak edo tituluak lortzeko aukera ematen du.

Honako ezaugarri hauek ditu:

- Hezkuntza-erakunde aitortuetan ematen da.
- Derrigorrezkoa da lehenengo etapetan.
- Hezkuntza-mailatan antolatuta dago (oinarrizko hezkuntza, bigarren hezkuntza eta goi-mailako hezkuntza).
- Ikasleen ebaluazio formala egiten du.
- Ziurtagiri ofizialak lortzea dakar.

○ Hezkuntza ez-formala

Hezkuntza-sistema ofizialetik kanpoko hezkuntza-mota antolatu bat da. Testuinguru askotan ematen da, eta ez du zertan ziurtagiri ofizialik ekarri. Trebetasun eta gaitasun espezifikokoak garatzera bideratuta egoten ahal dira.

Honako ezaugarri hauek ditu:

- Boluntarioa eta malgua izan ohi da iraupenari eta edukiari dagokienez.
- Hauek ematen dute: astialdiko eskolek, erakunde komunitarioek, gobernuz kanpoko erakundeek, gaztetxeek, kultura-etxeek, elkarteek, enpresek, eta prestakuntza espezifikokoak ematen dituzten beste erakunde batzuek.
- Helburu espezifikoetara eta ikaskuntza zehatzera zuzenduta dago.
- Ez dio zertan jarraitu curriculum zurrun bati.
- Parte hartu izanaren edo gaitasunak landu izanaren ziurtagiriak ekartzen ahal ditu, baina beti ez dira ofizialak.

○ Hezkuntza informala

Bizitza osoko ikaskuntza-mota da; eguneroko inguruenean gertatzen da, eta ez dago egituratuta, ezta planifikatuta ere. Eguneroko esperientzien bitartez hartzen da: lana, familia, gizarte-harremanak, hedabideak, etab.

Honako ezaugarri hauek ditu:

- Ez du asmo jakinik; ez da planifikatzen, hezkuntza-jarduera bat ez bezala.
- Berez gertatzen da, era guztietako testuinguruetan.
- Ez dakar ziurtagiri edo diplomarik.
- Erabakigarria da balio, jarrera eta trebetasun praktikoak garatzeko.

Lan egin behar da hiru hezkuntza-mota horiek denentzat eskuragarri egon daitezen eta elkar osa dezaten. Horretarako, sareak ezarri behar dira, eta programak modu eraginkorrean koordinatu, esku hartzeko espazioak partekatuz.

Hezkuntza formalak, ez-formalak eta informalak elkarren osagarri izan behar dute pertsonen garapen integrala osatzeko. Hiru hezkuntza-mota horiek batera prestakuntza osatua ematen dute.

Prestakuntza osatuak ezagutza egituratuak eta trebetasun espezifikokoak hartzea dakar, baita balioak berez ikastea eta barneratzea ere, eta pertsonen beharretara, testuinguruetara eta aniztasunera egokitzen da.



UNESCOK ikaskuntza jarraituaren funtsezko osagai gisa definitzen du hezkuntza ez-formala. Hezkuntza formala eta informala osatzen ditu, eta hezkuntza-aukerak ematen dizkie adin eta testuinguru guztietako pertsoneri.



GOGOAN IZAN

Hezkuntza formalak, ez-formalak eta informalak elkarren osagarri izan behar dute.

2.2

Hezkuntza- eta sozializazio-eragileak identifikatzea eta karakterizatzea: talde informalak, talde formalak eta beste batzuk

Sozializazioa funtsezkoa da garapen indibidualerako. Prozesu horren bidez, gizartean integratzen erakusten da, eta komunitatean bizitzeko beharrezko arauak, balioak, portaerak eta trebetasunak hartzen dira. Horrela, herritar aktiboak eta arduratsuak hezten dira gizarte demokratiko batean.

Sozializazio-prozesu horretan pertsonak nola trebatzen diren ulertzeko, garrantzitsua da prozesu horretan esku hartzen duten eragileak identifikatzea, haien ezaugarriak aipatzea eta alderdi positiboak eta negatiboak aztertzea.

Jarraian, eragile guztiak zehaztuko ditugu, eta astialdiko monitorearen funtzioekin erlazionatuena dauden biak identifikatuko ditugu.

1. Familia

Familia pertsona baten bizitzako lehenengo sozializazio-eragilea da, baita eragin handienekoa ere. Hasierako ingurune emozional eta afektiboa eskaintzen du, eta hor erakusten dira balioak, arauak, ohiturak eta portaerak. Eguneroko interakzioaren bidez identitatearen, autoestimaren eta trebetasun sozialen garapena moldatzen eta bideratzen du.

2. Eskola

Erakunde formal hori arduratzen da haur eta gazteen hezkuntza egituratuaz, eta funtsezkoa da haien garapen intelektual eta sozialerako. Ikasleek curriculum antolatua baten bitartez bereganatzen dituzte ezagutza akademikoak eta trebetasun kognitiboak, eta testuinguru arautuan, aniztasunekoan eta multikulturalean interakzioan jarduten ikasten dute.

3. Berdinkideen taldea (talde ez-formalak)

Talde horietako pertsonak interakzioan jarduten dute aldizka, eta antzeko ezaugarriak dituzte: adina, zaletasunak, hezkuntza-maila, gizarte-testuingurua... Talde horiek eragin handia dute garapen sozial eta emozionalean eta

identitatearen garapenean, bai haurtzaroan, bai nerabe-zaroan. Haien bitartez, portaera-arauak ikasten dira, kide izatearen zentzua garatzen da, eta taldearen presioa bizitzen da.

4. Pertsonen sozializazio- eta aisia-espazioekin erlazionatutako auzoa edo ingurunea

Auzoak ere eragina du garapen sozial eta kulturean, eguneroko interakzioen bitartez eta pertsonak era guztietako arau eta balioen eraginpean jarriz.

Baliabide komunitarioen kalitateak (parkeak, zentro komunitarioak eta olgetarako guneak) eragina du pertsonen garapen fisiko eta sozialean. Landaguneetan ere izaten dira halako interakzioak.

5. Hedabideak

Hedabideak edo zabalkunde masiboko kanalak (adibidez, telebista, irratia, Internet, sare sozialak eta prentsa) zeharkako hezkuntza-eragileak dira. Zeregin esanguratsua dute iritzi, balio eta jarrerak eratzean, informazioa eta entretenimendua ematen dute, eta jokabide-eremuak aurkezten dituzte.

Kanal horiek modu kontzientean eta neurriz kontsumitzeko, espiritu kritikoa garatu behar da; hala, geure identitatea sortzen ahal dugu, eta estereotipoak desagerrarazi.

6. Erakunde eta elkarteak (talde formalak)

Gazteen elkarteak eta elkarte kultural eta erlijiosoak, GKEek eta kirol-taldeak edo federazioek espazio egituratuak eskaintzen dituzte trebetasunak, balio partekatuak eta gizarte-partaidetza garatzeko. Komunitate-zentzua, erantzukizuna eta gizarte-konpromisoa sustatzen dituzte jarduera antolatuen bidez.

7. Beste batzuk

Hona hemen sozializazio-prozesuarekin erlazionatutako beste eragile batzuk: ludotekak, gaztetxeak, zentro zibikoak, kirol-elkarteak, zentro erlijiosoak, irakurketa-taldeak, arte-zentroak, etxabeak edo lokalak, etab.

2.3

Sozializazio-prozesua haurtzaroan, nerabeztaroen eta gaztaroan aplikatzea

Komunitatean aktiboki parte hartzeko behar diren eza-gutzak, balioak eta trebetasunak ematen ditu sozializazioak; horrela, pertsonak integratu egiten dira, eta gizarte-identitatea garatzen dute.

Prozesu horren bitartez, askotariko gizarte-testuinguruetara egokitzen laguntzen duten arauak eta portaerak bereganatzen dituzte, eta gizarte-kohesioa sendotzen da.

Sozializazioak, gainera, beren gizarte- eta kultura-taldearekin bat egiteko aukera ematen die banakoei, eta kide izatearen zentzua eta gizartean duten rola ulertzeko esparru bat garatzen dute.

2.3.1

Arrisku- eta babes-faktoreak

Zenbait arrisku- eta babes-faktorek eragina dute sozializazio-prozesuan eta garapen pertsonalaren eta gizarte- eta kultura-ingurunera egokitzeko prozesuaren arrakastan.

Arrisku-faktoreak ingurumenekoak edo indibidualak izaten ahal dira (pertsonaren beraren esperientziak eta ezau-garriak), eta gizarte-bazterkeria eragiten ahal dute, ondorio negatiboak izateko probabilitatea handitzen baitute.

Babes-faktoreak eragin positiboak dira, eta hazkunde pertsonala eta gizarte-integrazioa bultzatzen dituzte. Arriskuak arintzen dituzte, eta ikastea eta gizartean aktiboki parte hartzea sustatzen dute.

Taula honetan, arrisku- eta babes-faktore horietako batzuk bildu ditugu, eta gizarte-bazterkerian edo banakoen integrazioan eta garapen positiboan nola eragiten duten identifikatu dugu.

HAINBAT ESPARRUTAKO ARRISKU- ETA BABES-FAKTORE BATZUK

Esparrua	Arrisku-faktoreak	Babes-faktoreak
Familia	<ul style="list-style-type: none"> • Estimurik eza, tratu txar emozionalak edo abusua; segurtasunik eza sortzen da. • Familia-gatazka kronikoak, komunikazio-arazoak edo gehiegizko presioa. • Portaera antisozialak edo balio negatiboak (indarkeria, diskriminazioa) sustatzen ditu. 	<ul style="list-style-type: none"> • Maitasuna, segurtasun emozionala eta babes afektiboa ematen ditu. • Garapen integrala sustatzen duten haziera-estilo positiboak moldatzen ditu. • Lotura sozial positiboak sortzen laguntzen du, eta kanpo-harreman osasungarriak bultzatzen ditu. • Balio etikoak eta elkarbizitza-arau positiboak erakusten ditu.
Ekonomikoa	<ul style="list-style-type: none"> • Pobrezia eta desberdinkeria ekonomikoa. • Etxebizitza desegokia edo ez-segurua. 	<ul style="list-style-type: none"> • Baliabide ekonomikoetarako irispidea. • Laguntza ekonomikoko eta sorospenetako programak.
Hezkuntzako	<ul style="list-style-type: none"> • Eskola uztea eta behe-errendimendu ekonomikoa. • Behar espezifikoak, askotariko garapenen hainbat kausarengatik. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hezkuntza eskuragarria eta kalitatezkoa. • Babes- eta laguntza-programa indibidualizatuak. • Programa espezifikoetarako irispidea astialdiaren arloan.

HAINBAT ESPARRUTAKO ARRISKU- ETA BABES-FAKTORE BATZUK

Esparrua	Arrisku-faktoreak	Babes-faktoreak
Osasuna	<ul style="list-style-type: none"> Osasun-arazo kronikoak edo desgaitasunak. Osasun mentaleko zerbitzuak erabiltzeko aukerarik eza. Elikadura onik eza. Sexu-jokabide arriskutsuak. Gai toxikoen kontsumoa. 	<ul style="list-style-type: none"> Osasun-zerbitzuetarako eta arreta medikorako irispidea. Osasun mentaleko prebentzio- eta laguntza-programak. Kirol-instalazioen erabilera.
Gizartea	<ul style="list-style-type: none"> Arraza edo generoagatiko diskriminazioa eta gizarte-bazterkeria. Indarkeria eta abusua etxean edo komunitatean. Bullying edo jazarpena. Familiaren babesgabetasuna. 	<ul style="list-style-type: none"> Partekatzeko eta elkarrekin bizitzeko gune seguruak. Gizarte-inklusioa eta integrazio-programak. Laguntza komunitarioko sareak eta babes-zerbitzuak.
Personal	<ul style="list-style-type: none"> Familia-babesik eta gizarte-sarerik eza. Autoestimu txikia. Osasun mentaleko arazoak. 	<ul style="list-style-type: none"> Familiaren eta lagunaren babes emozionala eta afektiboa. Garapen pertsonaleko eta orientazioko programak. Gatazkak konpontzeko gaitasunaren garapena.



SUGERENCIAS
para la monitora o el monitor

- ✓ Astialdiko monitoreek kontuan izan beharko dituzte arrisku- eta babes-faktore horiek pertsona bakoitzaren behar eta egoerei aurre egin ahal izateko.
- ✓ Kontuan izan behar dira esku hartzeko testuinguru horiek prebentzio-programak garatzeko orduan.
- ✓ Astialdiko jardueretan parte hartzen duten pertsonak zaugarriak ote diren ebaluatu behar da, eragiten dieten sozializazio-eragile guztiak kontuan hartuta.
- ✓ Garrantzitsua da egoera bakoitzerako egokia den esku hartzeko modua aukeratzea. Indibiduala edo taldekoa izaten ahal da, zuzeneko edo zeharkakoa, barnekoa (astialdiko programaren beraren bitartez) edo landu beharreko gaien adituak diren kanpo-profesionalek garatua.

2.3.2

Gizarte-bazterkeriaren eta gizartera ezin moldatzearen kausak eta ondorioak

Sozializazio-eragileek haurren nortasuna garatzen laguntzen dute gizarte-testuinguruan.

Sozializazio-prozesuko porrotaren kausak eta gizarte-bazterkeriaren ondorioak faktore indibidualei eta taldeko faktoreei zor zaizkie.



GOGOAN IZAN

Astialdiko monitorearen proposamenek "ni"az ohartzeko aukera emanen dute, eta indargarri positiborako uneak sustatuko dituzte; haietan, autoestimua, autokontrola eta autonomia indartzen dira.

BANAKAKO FAKTOREAK	FAKTORE SOZIALAK
Autokontzeptua	Familia
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Gaitasunen pertzepzioa ✓ Trebetasunen pertzepzioa 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Maila sozioekonomikoa ✓ Kultura- eta hezkuntza-maila
<p>Nortasuna</p>	<p>Ingurunea</p>

2.3.3

Hezkuntzaren ikuspegitik sozializazio-prozesuan esku hartzeko moduak

Sozializazio-prozesuan hezkuntzako esku-hartzean lan egiteko modurik gomendagarrienek partaidetza, lan-kidetza eta elkartasuna sustatzen dituzte. Horrela, komunikazioa eta pertsonen arteko eta berdintasunezko harremanak bultzatzen dira.

Prebentzioaren ikuspegitik eginen dira proposamenak; ohitura eta jarrera kaltegarrien ondorioei aurrea hartuko zaie, eta babes-sareak sortu eta sendotuko dira, gai espezifikoei heltzen ahal dieten teknikari eta espezialisten laguntzarekin.

Aisiaren eta astialdiaren arloa oso egokia da haur eta gazteen gaitasunak eta trebetasunak

lantzeko. Pertsonen arteko harremanak hobetzeko eta gizarte-jokabide trebeak eskuratzeko aukera ematen du.

Testuinguru horretan, astialdiko monitorearen eguneroko lanean oso presente egonen dira zenbait alderdi, besteak beste, hauek: komunikazio ona; entzuten jakitea; asertiboa izatea eta bere sentimenduak adierazten eta besteenak onartzen jakitea; eta enpatia eta indarke-riarik gabeko komunikazioa lantzea.

2.4

Balioetan oinarrituriko hezkuntza ematea eta hezitzailearen rola

Balioak pertsonen eta gizartearen portaera bideratzen eta orientatzen duten printzipioak, iritzi edo idealak dira. Balioei esker, zuzena eta okerra, desiragarria eta mespretxagarria bereizten dira; pertsonentzat garrantzitsua dena irudikatzen dute, eta haien erabaki eta ekintzetan eragiten dute. Balioak etikoak, moralak, kulturalak, sozialak, espiritualak edo pertsonalak izaten ahal dira.

Balioetan oinarrituriko hezkuntzak printzipio eta portaera etikoak irakasten eta sendotzen ditu helburu zehatzak dituzten askotariko programen bitartez eta helburu horiek erdiesteko jarduera erlazionatuak proposatuz.

Hezkuntzaren helburua da pertsonen laguntzea, zorian-tsu izan daitezkeen eta hiru alderditan haz daitezkeen: pertsonala, soziala eta lanekoa. Horrela, autonomia lortzen ahalgo dute, beren erabakiak hartzeko eta gatazkak konpontzeko, eta espiritu kritikoa garatuko dute.



2.4.1

Balioen identifikazioa eta tipologia

Balioetan oinarrituriko hezkuntza oso lotuta dago astialdiko hezkuntzaren arloarekin. Hezkuntza-ikuspegi hori ikasgelatik kanpo garatzen da, eta integritatea, erantzukizuna, errespetua, enpatia eta funtsezko beste gaitasun batzuk sustatzen ditu esperientzia eta egoera praktikoen bitartez.

Autoezagutza eta hausnarketa indibiduala bultzatzen ditu; horrela, pertsona bakoitzak "IZATEKO" aukera ematen dion hori identifikatzen du, eta bere garapen pertsonalean txertatu nahi duten guztia integratzen du.

Lehen esan dugun bezala, astialdiko hezkuntza hezkuntza integrala da. Gizarte-aldaketak bilatzen ditu; hortaz, oso garrantzitsuak dira gizarte-harremanak eta haiek gobernatzeko dituzten balioak: bakea, elkarbizitza, konpromisoa, errespetua, lankidetzak, elkartzasuna eta partaidetza.

Estereotipoetatik aldentutako bizimodu inklusiboa sustatzen duten balio batzuk bilatzean datza.

Balio horiek integratuta, gizarte-konpromiso itxaropentsua eta eraldatzailea hartzen ahal da, eta tolerantziarantz, justiziarantz, zintotasunerantz, erantzukizunerantz, planetaren zainketa arantz, genero-berdintasunerantz eta hainbat arlotako integrazio arantz bideratuta dago.

Halaber, elikadurarekin, higieనేarekin, sexualitatearekin eta kontsumoarekin erlaziozkoak ohitura osasungarriak hartzearen garrantzia barneratzen da.

○ Balioetan oinarrituriko hezkuntza – giza eskubideak

Balioetan oinarrituriko hezkuntza giza eskubideekin lotuta dago berez, pertsona guztien errespetua, duintasuna eta eskubideak sustatzen baititu, eta funtsezkoa da gizarte justua eta ekitatiboa lortzeko.

Halaber, giza eskubideak urratzea saihesten laguntzen du, indarkeriarik ezaren, berdintasunaren eta errespetuaren printzipioetan hezten baititu pertsonak. Balioetan oinarrituriko hezkuntzak errespetuaren eta erantzukizunaren kultura sustatzen du, eta, beraz, indarkeriara eta diskriminaziora daramaten jokabideak murrizten dira.



GOGOAN IZAN

Prebentzioa funtsezkoa da abusuak saihesteko eta giza eskubideak gizarte-bizitzako alderdi guztietan babesten eta sustatzen direla bermatzeko.

○ Hezitzailearen rola

Astialdiko monitoreak gizartean eragin positiboa izan nahi duen hezkuntza-eragile bat da. Balioak, trebetasunak eta jarrera-aldaketak sustatzen ditu pertsonengan; horrela, haien hazkunde pertsonala eta kolektiboa bultzatzen du jardura ludikoak eta trebakuntza-jarduerak garatuz. Haren lana kontzientea eta konprometitua da; era guztietako testuinguruetan lan egiten du, eta ardurapean duen taldearen beharretara egokitzen du bere esku-hartzea.

Astialdiko monitoreak eredu gisa ere bada erabakigarria: errespetua, tolerantzia eta enpatia erakutsi behar ditu bere interakzioetan. Sortzailea eta berritzailea izan behar du, jardura erakargarriak eta hezigarriak diseinatzeko gai, eta taldearen aldaketa eta beharretara egokitu behar du etengabe.

Funtsezkoa du etengabe trebatzea. Etengabe egunean egon behar du teknika pedagogikoei eta zeharkako gaiei dagokienez; esaterako, ingurumen-hezkuntza, osasuna, inklusioa eta kulturartekotasuna.

Horrez gain, komunikatzeko trebetasuna, taldeak dinamizatzea eta oreka emozionala izan behar ditu, aniztasuna errespetatu behar du beti, eta banako bakoitzaren garapen pertsonalean aktiboki parte hartzea sustatzen du.

Gainera, funtsezkoa da ingurune seguruak eta abegitsuak sortzeko gai izatea, ingurune horietan pertsonak baloratuta senti daitezen eta beren interesak ezagutzeko eta beren trebetasunak garatzeko motibatuta. Horretarako, gai izan behar du plangintza arduratsua egiteko eta ustekabeko egoerei erantzuteko, gatazka konponduz eta elkarbizitza sustatuz.

Halaber, astialdiko monitoreak behatzeko gaitasun handia izan behar du: taldeko dinamika eta behar indibidualak identifikatu behar ditu, bere esku-hartzea eraginkortasunez egokitzeko.

2.4.2

Astaldiko jardueretan aplikatzea. Astaldiko monitoreen jarduna

Astaldiko hezkuntzak zeharkako ikuspegia du. Erlazio-natutako hezkuntza-proiektuetan adierazten da, eta haurren garapen-aldi guztietako jardura espezifikoak gainditzen dituzten balioak, gaitasunak eta trebetasunak integrazten ditu.

Zeharkakotasun horrek gaur egungo gizartearen erronkak modu integralean ulertzeko aukera ematen die pertsonari, eta beharrezko tresnak eskuratzen dituzte etikoki eta arduraz jokatzeko. Horrela, banako kontzienteagoak, kritikoagoak eta ingurunearekin konprometituagoak hezten dira, eta elkarbizitza eta gizarte-kontzientzia sendotzen dituzten jarrerak eta portaerak sustatzen dira.

Aisiaren pedagogiak astialdia hezkuntzaren ikuspegitik kudeatzean jartzen du arreta; ikuspegi horrek jardura ludikoak eta garapen pertsonal eta soziala uztartzen ditu. Astaldiko jarduerak ongi diseinatuta egon daitezten, sormena, autonomia eta garapen soziala bultzatu behar dituzte, eta interakzioan aritzeko eta pertsonen arteko trebetasunak indartzeko espazioak eskaini behar dituzte. Ongizate fisiko eta mentala ere akuilatu behar dute, eta oreka emozionala eta erlaxazioa hobesten dira.

Pedagogia honetan, astialdia ez da soilik entretenimendu gisa ulertzen; balioetan hezteko, nor bere burua ezagutzeko eta komunitatea hazteko aukera bat ere bada.

Astaldiko monitoreak hezkuntza-jarduerak diseinatzeko eta bideratzeko ardura du, eta, jardura horietan, parte-hartzaileek beren inguruaz hausnartu behar dute. Orobat, beren burua hobeki ezagutzeko eta besteekin modu positiboan erlazionatzeko balio behar diete.

2.5

Astaldi hezigarriaren balorazioa eta parte hartzeko metodoak

Proposatzen diren jarduerak parte-hartzaileen garapen pertsonal eta sozialerako esanguratsuak, inklusiboak eta eraginkorrak direla bermatzeko, oso garrantzitsuak dira bai haien balorazioa, bai erabilitako partaidetza-metodoak.

Modu aktiboan eta parte-hartzailean hezi behar da astaldian, eta ikaskuntza-prozesuaren protagonista gisa kokatu behar da "hezigaia". Askotariko tresnen bitartez ezartzen da metodologia; besteak beste, animazio-teknikak, jarduerak, tailerrak, jardunaldiak eta foroak. Metodologia horiek guztiak zehaztutako helburuak erdiestera bideratuta daude.

Pertsona eta erakunde askok dihardute partaidetza eta herritartasun aktiboa sustatzen. Askotan, sarean lan egiten dute, edo erakunde publiko edo pribatuen laguntzarekin. Guztiak balio komunak dituzte: hezkidetzak, berdintasuna, lankidetzak, tolerantzia, inklusioa eta aniztasuna.

2.5.1

Astaldiko erakunde eta jarduerak identifikatzea

Astaldi hezigarriko monitoreak era guztietako elkarte edo erakundeetan egiten ahal du lan. Bitan bereiziko ditugu: berariaz astaldiko hezkuntzakoak direnak (kanpamentuak, boluntarioen esparruak, ludotekak, etab.), eta berariaz astaldikoak ez diren eta aukera soziokultural ugari dituzten bestelako erakundeak (natura-gelak, kirol-elkartek, etab.).

**BERARIAZ ASTIALDIKO HEZKUNTZAKOAK
DIREN ERAKUNDEAK**

- ✓ Gazte-elkarteak
- ✓ Asialdi-eskolak
- ✓ Ludotekak
- ✓ Gaztetxeak
- ✓ Kultur etxeak
- ✓ Gazteentzako informazio bulegoak

**BERARIAZ ASTIALDIKOAK
EZ DIREN BESTE ERAKUNDE BATZUK**

- ✓ Gazte-aterpeak
- ✓ Gke-ak
- ✓ Baserri-eskolak
- ✓ Natura-gelak
- ✓ Kirol-elkarteak
- ✓ Igerilekuak

Bai mota bateko erakundeetan, bai besteetan, mota askotako jarduerak eskaintzen dira: trebakuntzakoak, elkartze-koak, kulturalak, kirolekoak, artistikoak eta ludikoak.

- ✓ Kanpamentuak
- ✓ Hiri-kanpaldiak
- ✓ Gazte-azolandegiak
- ✓ Tematikoak: aste zuria, urdina, berdea.
- ✓ Baserri-eskola

- ✓ Noizean behingo hezkuntza-bisitak hainbat tokitara: museoak, tailer espezifikoak, artisau-lanbideak, etab.
- ✓ Naturako jarduerak, txangoak
- ✓ Jardunaldi tematikoak
- ✓ Jaialdiak
- ✓ Ginkanak

2.5.2

Parte hartzeko ikaskuntza- metodoak eta -estrategiak

Ikaskuntza-metodoak eta -estrategiak zehazteko orduan, ideia hau berreskuratuko dugu: hezkuntza ikaskuntza-prozesu bat da, eta prozesu horretan haurrak edo gazteak dira protagonista.

Hori dela eta, metodologia aktibo eta parte-hartzaile bat erabiliko dugu, gure proiektuen xede diren pertsonen behar espezifikoetan oinarritua.

Behaketa eta azterketa erabiliko ditugu (induktiboa eta intuitiboa), metodo motibagarriak ondorioztatzeko eta garatzeko.

Gogoan izanen ditugu banakoa eta taldea; lehenengoaren kasuan, autonomiarekin erlazionatutako balioak landuko ditugu, eta bigarrenaren kasuan, berriz, taldean lan egiteko proposamenak garatuko ditugu.

Metodologia

Erabiliko dugun metodologiak partaidetza gidatzen duten ezaugarri eta printzipio batzuk jasoko ditu.

Honelakoa izanen da:

**Errespetuzkoa, Hezigarria,
Hezkidetzakoa, Hezkuntza-
Proiektuarekiko Konprometitua,
Argia, Positiboa, Afektiboa, Malgua,
Moldagarria, Komunikatiboa,
Elkarrizketarako Irekia,
Motibagarria, Ludikoa, Berritzailea
eta Gaur Egungoa, Inklusiboa,
Ez-Zuzendaritzakoa, Sortzailea,
Sozializatzailea eta Globalizatzailea.**

Faktore asko izan behar dira kontuan metodoa aukeratzeko: parte-hartzaileen adina, taldearen tamaina, hel-dutasuna eta aniztasuna, esku hartzeko espazioak, jar-dun-denborak eta dauzkagun baliabideak (bai baliabide materialak, bai giza baliabideak).

Egoera bakoitzaren ezaugarri espezifikoaren arabera, metodo bat edo beste aplikatuko dugu; emaitzak opti-mizatzeke askotariko estrategiak erabiliko ditugu, eta inklusioa eta partaidetza aktiboa sustatuko dugu.

Estrategia horiek, partaidetza sustatzeaz gain, funtsezko trebetasunak garatzeko aukera ere emanen digute; esa-terako, elkarlana, problemaren ebazpena eta pentsamen-du kritikoa, zeinak oinarriturikoak baitira ikaskuntza akti-boa eta esanguratsua izan dadin.

Partaidetzan oinarrituta ikasteko modu asko daude, eta pixkanaka azalduko ditugu. Arreta berezia jarriko dugu **Jolasean oinarrituriko ikaskuntzan (JOI)**, jolasa funt-sezko tresna baita aisiaren eta astialdiaren esparruan.

○ Jolasean oinarrituriko ikaskuntza (JOI)

Jolasean oinarrituriko ikaskuntza (JOI) hezkuntza-meto-dologia bat da, zeinak jolasa erabiltzen baitu ikaskuntza sustatzeko tresna nagusi gisa.

Ikuspegi horren oinarria da jolasa motibagarria dela be-rez, eta, hortaz, ikaskuntza erakargarriagoa eta eraginko-rragoa da ikasleak modu aktiboan eta entretenigarrian sartzen badira prozesuan.

JOLASEAN OINARRITURIKO IKASKUNTZAREN PRINTZIBIOAK

Barne-motibazioa

Jokoek sortzen duten ingurunean, haurrek parte hartu eta ikasi nahi dute, jokia erakargarria eta erronkaria iruditzen zaielako.

Akatsa egiteko ingurune segurua

Jokoen testuinguruan, ikaskuntza-prozesuaren zati gisa ikusten dira akatsak; hortaz, herstura murrizten da, eta esperimendazioa eta sormena sustatzen dira.

Berehalako atzeraelikadura

Berehalako atzeraelikadura eskaini ohi dute jokoek, eta akatsetatik ikasteko eta estrategiak momentuan doitzeko aukera ematen dute.

Ikaskuntza aktiboa

Informazioa jaso ez ezik, modu aktiboan aplikatu ere egiten dute, joko barruan problemak ebatziz, erabakiak hartuz eta erronkak gaindituz.

Trebetasun sozialak garatzea

Joko askotan, haurrek lagundu, lehiatu eta interakzioan jardun behar dute, eta trebetasun sozialak eta komunikaziokoak garatzen dituzte.

Jolasean oinarrituriko ikaskuntza ezartzeko estrategiak

Jokoen bertsio guztiak

Garapen pertsonalaren hainbat arlo lantzen dituzte.

Mahai-joko hezigarriak

Trebetasun espezifikokoak sustatuko dituzten mahai-jokoak integratzea.

Simulazioak eta rol-jokoak

Simulazioak sortzea eta rol espezifikokoak hartzea problemak ebazteko edo askotariko egoerak edo istorioak bizitzeko. Joko horien bitartez, egoera errealak bizitzen dira ingurune kontrolatuetan.

Jokoetatik garatutako jokoak

Gure helburuekin erlazioatutako joko propioak sortzeko motibatzea. Horrela, motibazioa eta inplikazioa areagotzen dira, behar espezifikoei hobeki erantzuten zaie, eta sormena eta pentsamendu kritikoa sustatzen dira.

Joko hezigarri digitalak

Berariaz ikasteko diseinatutako bideojokoak erabiltzea, gai askori buruzkoak; esaterako, zientzia, historia, geografia, etab. Adibidez, "Kahoot!" galdetegi interaktiboak sortzeko, eta "Minecraft: Education Edition" sormena lantzeko eta problemak ebazteko.

Gamifikazioa

Beti jokoekin erlazioatuta ez dauden zeregin eta jardueretan jokoetako mekanikak (puntuak, mailak, sariak) eta dinamika ludikoak (lankidetzak, esplorazioa) txertatzea, interesgarriagoak, motibagarriagoak eta parte-hartzaileagoak izan daitezten.

Escape roomak

Gure programan *escape room* moduko erronkak diseinatzea, edukiarekin erlazioatutako igarkizunak asmatuz haietatik "ihes egiteko". Mota honetako jarduerak talde-lana, problemak ebazpena eta albo-pentsamendua sustatzen dute.

Proiektuetan oinarrituriko ikaskuntza (POI)

Ikertzea, planifikatzea eta gauzatzea dakarten proiektuen bitartez, mota honetako ikaskuntzan parte-hartzaileek problema errealak ebazten dituzte. Erabili beharrekoko estrategia talde-lanean oinarritzen da; elkarlana eta partaidetza aktiboa sustatzen ditu, rolak banatzen ditu, eta erantzukizunak mugatuta daude.

Elkarlaneko ikaskuntza

Metodo hau proiektuetan oinarrituriko ikaskuntzaren antzekoa da, eta talde-lana sustatzen du helburu komun bat erdiesteko. Estrategiak diseinatzeko orduan, era guztietako trebetasunak eta ezagutzak dituzten taldeak taxutzen ahal dira, kide bakoitzak bere ikuspegitik lagundu dezan, eztabaida eta partaidetza sustatuz.

Eztabaida bideratua

Teknika honen bitartez, gai espezifikoko bati buruzko elkarrizketa gidatzen da; galdera irekiak eta erronkariak proposatzen dira, motibatzeko eta ideiak adierazteko aukerak emateko. Talde-harremanak eta iritzi-aniztasunaren errespetua sustatzen ditu.

Problemetan oinarrituriko ikaskuntza (POI)

Metodo honetan, taldean ebatzi behar diren problema konplexuak daude. Taldeko kideek ikerketa- eta analisi-lan bat egin behar dute, eta, gero, soluzioak proposatu; horrela, partaidetza aktiboa eta trebetasun kritikoen garapena bultzatzen dira.

Buru-hausgarriaren teknika

Parte-hartzaile bakoitza gaiaren zati bat ikasteaz arduratzen da, eta, gero, gainerako kideei erakusten die. Horrela, erantzukizun indibiduala eta kolektiboa sustatzen dira, taldearen arrakasta guztien partaidetzaren arabera baita.

Metodo sokratikoa

Metodo hau zenbait galdera egitean datza; modu kritikoan pentsatzera eramaten dute, eta erantzun propioak garatzera. Monitoreek bideratzaile gisa dihardute; proiektua gidatzen dute, eta parte-hartzaileei protagonismoa ematen diete.

Rol-jokoak

Funtsean, beste rol batzuk hartzean dira, gai edo egoera bati buruzko askotariko ikuspegiak arakatzeko. Pertsonaia edo rol bat hartzean, parte-hartzaileak sakonago murgiltzen dira gaietan, eta modu esanguratsuagoan parte hartzen dute.

Pentsatzeko 6 kapelen teknika

Edward de Bonok proposatu zuen teknika hau; kapelak erabiltzen ditu pentsatzeko eta arazo bati hainbat ikuspegitatik heltzeko. Pertsona edo talde bakoitzak kapela bat hartzen du, eta bere ikuspegia aurkezten du; partaidetza eta analisi multidimentsionala sustatzen dira.

Ideia-jasa

Brainstorming izenez ere ezaguna, sormenezko teknika bat da ideia-jasa, eta denbora gutxian gai bati buruz ideia ugari sortzea du helburu. Baliagarria da problemak ebazteko, berritzeko eta erabakiak hartzeko.

Eztabaidak

Parte-hartzaileek ideiak eta iritziak trukatzeko dituzte gai jakin bati buruz, monitore baten gidaritzapean. Estrategia honi esker, egoerak aztertzen ahal dira, eta errazago hartzen dira erabakiak, edo errazago ebazten dira problemak.

635 Metodoa

Ideiak sortzeko teknika egituratu bat da, eta 6 pertsonak parte hartzen dute. Haietako bakoitzak 3 ideia sortzen ditu 5 minutuan, eta, prozesuaren bukaeran, 18 ideia daude guztira. Sormena sustatzen du taldeetan.

Teknologiaren eta tresna digitalen erabilera

Teknologiak erabilia (adibidez, foroak, wikiak eta elkarlaneko plataformak), partaidetza asinkrono eta etenik gabea bermatzen da, eta kideek une desberdinetan eta toki desberdinetatik egiten ahal dituzte ekarpenak.



03

Haur eta gazteentzako astialdian esku hartzeko jardueretan proiektuak egitea

3.1

Hezkuntza-proiektuen erreferentzia-esparruak aplikatzea

Los marcos de referencia son esenciales para estructurar referentzia-esparruak funtsezkoak dira hezkuntza-proiektuetan egin beharreko lana egituratzeko eta gidatzeko. Teoria pedagogikoak, hezkuntza-helburuak, metodologiak, ebaluazio-printzipioak eta beste elementu batzuk biltzen dituzte; haiek guztiek ingurunearen eta taldeen beharretara egokitutako proiektu koherenteak eta eraginkorrak garatzeko aukera ematen dute.

Astialdiko monitorearen hezkuntzako esku-hartzeak gizartea eraldatzen laguntzen du. Hori lortzeko, sakon ezagutu behar du gizarte-errealitatea, eta, horri esker, xede-taldeen eta haien ingurunearen behar zehatzetara egokitutako programa egituratu eta planifikatu bat garatzen ahalko du.

3.1.1

Proiektuen metodologia. Proiektua taxutzen duten elementuak

PROIEKTU BATEN FASEAK



1 FASEA

Errealitatea aztertzea



2 FASEA

Proiektua diseinatzea eta egitea



3 FASEA

Ezartzea eta egikaritzea



4 FASEA

Ebaluazioa eta itxiera



1 FASEA

Fasea errealitatea aztertzea

Hasierako fasean, funtsezkoa izanen da errealitatea aztertzea, gaiari, balioei, beharrei eta eskariei lotuta. Egoera bat, komunitate bat, talde espezifiko bat edo gizartea bera oro har hobetzeko soluzioak eskaintzeko aukera emanen digu.

Elementu hauek hartu behar ditu kontuan azterketak:

- **Elkartea edo entitatea.** Proposatutako ideiak kontuan izan behar ditu hezkuntza-proiektua eta dauden baliabideak (baliabide materialak, giza baliabideak eta baliabide ekonomikoak).

- **Ingurunea.** Kanpo-errealitatea aztertzean, askotariko teknikak erabiltzen ahal ditugu hartzaileen behar espezifikoak identifikatzeko. Zenbat eta parte-hartzaileagoak izan teknika horiek, orduan eta handiagoa izanen da proiektuak arrakasta izateko probabilitatea.

Errealitatea aztertzeko teknikak egoki erabiliz gero, erabaki oinarrituak hartzen ahal dituzte astialdiko monitorea, eta eraginkorrakoak diren eta ingurunearen benetako beharretara hobeki egokitzen diren esku-hartzeak diseinatzen ahal dituzte.

Hemen, garrantzitsua da oroitzea teknika bakoitzak bere abantailak eta mugak dituela; hortaz, bat baino gehiago konbinatzea gomendatzen dugu, aztertu beharretako errealitatearen ikuspegi osoa izateko.

AZTERKETA-TEKNIKA KUANTITATIBOAK	AZTERKETA-TEKNIKA KUALITATIBOAK	BESTE TEKNIKA MISTOAK
Definizioa		
<ul style="list-style-type: none"> • Zenbakizko datuak biltzea eta aztertzea dute oinarri. Neurketa zehatzak eta konparaketa objektiboak egiteko aukera ematen dute. 	<ul style="list-style-type: none"> • Fenomenoak interpretatzea eta ulertzea dute helburu, zenbakizkoa ez den informazioa erabiliz; esaterako, iritziak, portaerak, esperientziak eta esanahiak. • Fenomeno horiek nola eta zergatik gertatzen diren ulertu nahi dute, pertzepzioak, esperientziak eta dinamika sozialak aztertuz. 	<ul style="list-style-type: none"> • Teknika hauek alderdi kualitatiboak eta kuantitatiboak konbinatzen dituzte, edo kategoria osagarrietakoak dira, hala nola partaidetza-metodoak edo azterketa-teknika egituratuak.
Adibideak		
<ul style="list-style-type: none"> • Inkestak: pertsonalak, telefonoz edo Internet bidez eginak. • Galdetegiak. • Beste erakunde batzuek egindako bigarren mailako datuen azterketak. • AMIA analisia. • PEST analisia. 	<ul style="list-style-type: none"> • Elkarrizketa sakonak. • Eztabaida-taldeak. • Zuzeneko behaketa. • Diagnostiko parte-hartzailea. • Adituen azterketak. • Problemen eta helburuen matrizeak. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ikerketa. • AMIA analisi gurutzatua. • Parte hartuz egindako mapaketa. • Parte hartuz egindako behaketa. • Ebaluazio mistoa: kualitatiboa eta kuantitatiboa.
Indarguneak		
<ul style="list-style-type: none"> • Multzo handietan emaitzak orokortzeko aukera ematen du. • Datuak biltzeko objektibotasuna eta zehaztasuna. 	<ul style="list-style-type: none"> • Parte-hartzaileen testuingurua eta esperientzia subjektiboa sakon ulertzen ahalegintzen da. • Ustekabeko egoeretara egokitzeko malgutasuna. 	<ul style="list-style-type: none"> • Osatua da, bi ikuspegi onena konbinatzen baitu. • Emaitzak konparatzeko eta triangulatzeko aukera ematen du.
Ahulguneak		
<ul style="list-style-type: none"> • Baliteke alderdi kualitatibo edo subjektibo garrantzitsuak kontuan ez hartzea. • Zurrunagoa da, eta ez da hain erraz egokitzen azterketa-prozesuan. 	<ul style="list-style-type: none"> • Orokortzeko ahalmen txikiagoa. • Azterketa egiteko denbora gehiago behar da, eta interpretatzean subjektiboa izan behar da. 	<ul style="list-style-type: none"> • Bi metodologiak ezagutu behar dira. • Analisia egitea eta aplikatzea konplexua da.

Teknika horiek konbinatuta eta lortutako datuak erabilia, astialdian esku hartzeko diagnostiko bat egiten ahalko duzu. Hori funtsezkoa da ardurapean izanen duzun taldearen eta jarduerak eginen diren ingurunearen errealitatea ulertzeko.

Diagnostikoak, ona izateko, beharrak, problemak, aukerak eta dauden baliabideak identifikatu behar ditu, eta hezkuntza- edo jolas-jarduerak edo garapen pertsonalekoak egoera bakoitzera egokituta planifikatzeko aukera eman behar du.

Hona hemen astialdian esku hartzeko diagnostiko bat prestatzeko urratsak:

1. Diagnostikoaren testuingurua eta helburuak identifikatzea

Esku-hartze egokia egiteko, argi eta garbi zehaztu behar da zer jakin edo ulertu nahi den. Adibidez, parte hartuko duten pertsonen interesak ezagutzea, zer baliabide dauden ebaluatzea, edo arrisku posibleak identifikatzea.

2. Azterketa-teknikak aukeratzea, zehaztutako taula espezifikoan oinarrituta

3. Aukeratutako teknikak aplikatzea

4. Emaitzak aztertzea

5. Diagnostikoa prestatzea

Diagnostikoa prestatzea. Txosten bat idatzi beharko da, informazio honekin:

- **Testuinguruaren deskribapena.** Parte-hartzaileen ezaugarriei eta inguruneari buruzko informazioa (adina, interesak, trebetasunak, etab.).
- **Aplikaturako tekniken emaitzak.** Aurkikuntza nagusien laburpena, nola kualitatiboena hala kuantitatiboena.
- **Behar eta baliabideen identifikazioa.** Hautemandako gabezia eta indarguneen deskribapena, zeinek eragina izanen baitute esku-hartzean.
- **Aukerak eta gomendioak.** Lortutako emaitzetan oinarritutako ekintzen edo esku hartzeko eremuen proposamena.

6. Esku-hartzearen plangintza

Diagnostikoa oinarrituta diseinatutako esku-hartze plana, hautemandako beharrei ere erantzunez.

7. Ebaluazio jarraitua

Diagnostikoa oinarritutako jarduerak ezarri ondotik, funtsezkoa da ebaluazioa jarraitua egitea. Ebaluazio horretan, kontuan izanen dira esku-hartzean zehar egindako behaketak eta bildutako datuak, eta, behar izanez gero, esku-hartzeak doitzen ahalko dira.

BEHATOKI GAZTEA

QR kode honen bitartez, Nafarroako Gazteriaren Institutuko Gazteriaren Behatokian sartzen ahalko zara. Webgunean, Nafarroako Foru Komunitateko gazteriari buruzko azterlanak aurkituko dituzu; azterlan horiek ikerketa egiten lagunduko dizute, eta zure proiektuak egungo errealitatera egokitzeko aukera emanen dizute, zure ekintzak gazteentzako estrategia eta planekin koordinatuz.



Navarrako Gazteria Institutuko
Gazte Behatokia



<https://bit.ly/3E3iuwu>





2 FASEA

Proiektua diseinatzea eta egitea

Deskribapen zehatza eginen da proiektua diseinatzean; elementu hauek aipatuko dira:

- Proiektua definitzen duen izenburu bat.
- Erdietsi nahi ditugun helburuak.
- Oinarria; errealitatea aztertzearekin erlazionatuta egonen da zuzenean.
- Erabiliko dugun metodologia.
- Gure helburuekiko koherenteak diren jarduerak.
- Kronograma.
- Baliabide materialak, giza baliabideak eta baliabide ekonomikoak.

Hurrengo kapituluan xehatuko dugu alderdi horietako bakoitza.



3 FASEA

Ezartzea eta egikaritzea

Lanean hastean, kontuan izan behar dugu gure proiektuan jasotako alderdi guztien arteko lotura eta koordinazioa. Funtsezkoa da hori ezarritako helburuak erdiesteko. Ebaluazio jarraituaren bitartez eginen diogu segimendua eta kontrola proiektuari; horrela, taldeen behar eta interesetara egokitzen ahalko dugu.



4 FASEA

Ebaluazioa eta itxiera

Fase honetan jakinen dugu proposatutako helburuak erdietsi ditugun, alderdi guztiak baloratzean.

3.1.2

Proiektuak aztertzea: aukera ideologikoak baloratzea

Astialdiko monitoreak kontziente izan behar du bere proiektuak dituen ondorio ideologikoez; oreka bilatu behar du garapen pertsonalaren eta gizarte-integrazioaren artean, eta astialdi hezigarria eta eraldatzailea sustatu behar du.

Proiektuek, jolas-jardueren garapena bilatzeaz gain, pertsoneri erabat garatzen ere lagundu behar lieke, maiz oinarri ideologikoa duten printzipio eta balioen bitartez.

Baliteke askotariko korrante filosofiko eta pedagogien eragina izatea aisiako eta astialdiko hezkuntza-proiektuek. Korrante horiek bideratzen dute hezkuntza, monitorearen rola eta pertsonen eta gizartearen arteko harremana ulertzeko modua.

Ezinbestekoa da aukera ideologiko guztiak baloratzea; izan ere, azpian dauden ideologia horiek zehazten dituzte proiektu bakoitzaren helburuak, metodoak eta ikuspegiak, eta beste balio, jarrera eta trebetasun batzuk dakartzate.

Hezkuntzako esku-hartze guztiak ideologia batean oinarrituta daude, eta ideologia horrek zehazten ditu esku-hartzea sustatzen duen erakundearen printzipio moral eta filosofikoak.

Estos son algunos de los enfoques ideológicos más frecuentes en proyectos de tiempo libre:

- **Ikuspegi liberala.** Garapen indibiduala, aukera-askatasuna eta autonomia pertsonala ditu ardatz. Ikuspegi honen arabera, garrantzitsua da pertsona bakoitzak bere interes eta talentuak aurkitzea bere interesak libreki eta ez hain modu egituratuan aztertzeo aukera emanen dioten jardueren bitartez. Ikuspegi liberalaren oinarritzko alderdiak malgutasuna eta autokudeaketa dira.
- **Ikuspegi soziokomunitarioa.** Ikuspegi liberalaren osagarria da, eta balio komunitarioak eta sozialak eskaintzen ditu. Abiapuntua da astialdiko hezkuntzak gizarte-kohesioa, harreman komunitarioak eta erantzukizun kolektiboa sendotzeko tresna bat izan behar duela; lankidetzaren eta elkartasunaren garrantzitsua nabarmentzen du. Talde-kohesioko eta lankidetzako jarduerak proposatzen ditu, eta elkar laguntzea, komunikazioa eta gatazken konponketa sustatzen dira.

- **Ikuspegi kritikoa edo emantzipatzailea.** Paulo Freireren eta beste egile batzuen pedagogia kritikoa oinarrituta, ikuspegi horrek pertsonak ahalduntzeko aukera gisa ikusten du astialdiko hezkuntza. Haien bizitzetan eragina duten botere-egiturez kontzientziazatzen eta bidegabekeriaren aurrean pentsamendu kritikoa garatzen laguntzen die. Kontzientzia soziala, pentsamendu kritikoa eta bazterturiko taldeen ahalduntzea sustatzen ditu, eta gizarte-eraldaketarantz hurbiltzen gaitu. Adierazpenerako aukera ematen duten jarduerak barne hartzen ditu: eztabaidak, hausnarketa kritikoko tailerrak, eta komunitatean aktiboki parte hartzea eta gizarte-desberdinkeriak aztertzea sustatzen duten jarduerak. Aldaketaren eragile izatera animatzen dira parte-hartzaileak.
- **Ikuspegi humanista.** Astialdiko hezkuntzaren erdigunean jartzen du pertsona, eta haren garapen emozionala, soziala eta pertsonala bilatzen da. Autorealizazioa eta ongizate osoa ditu helburu. Hausnarketa pertsonalera, autoezagutzara eta hazkunde emozionalera bideratutako dinamikak hartzen ditu; esaterako, adierazpen artistikoko tailerrak, meditazio- edo arnasketa-jarduerak, eta gizarte-integrazioa eta bizikidetzaren errazten dituzten dinamikak.

3.2

Haur eta gazteentzako astialdian hezkuntza-proiektuak egitea

Astialdiko hezkuntzaren arloan proiektu bat diseinatzeke, oso garrantzitsua da plangintzaren teoriak eta praktikak ezarritako irizpide jakin batzuei jarraitzea; horrela, etorkizuneko ekintzak aurreikusten eta antolatzen ahalduko ditugu.

Hezkuntza-proiektuak koherentea izan behar du hura garatzen duen erakundearen helburuarekin eta ideiekin. Helburuak, metodologia, jarduerak eta ebaluazio-sistema izan behar ditu, kontuan izanik astialdiko hezkuntzak osoa, malgua eta parte-hartzailea izan behar duela.

3.2.1

Hezkuntza-proiektu baten elementuak eta egitura identifikatzea. Helburuak, xedeak, hartzaileak eta testuingurua aztertzea. Jarduerak eta baliabideak planifikatzea. Berrikuspen- eta ebaluazio-mekanismoak

Programazioak, eraginkorra izateko, funtsezko hiru baldintza bete behar ditu. Hain zuzen ere, hauek:

- **Egingarria izatea.** Parte-hartzaileen behar eta interesetara egokituta egon behar du.
- **Malgua.** Aldaketetara egokitzeko gai izan behar du, eta zurruntasuna saihestu.
- **Egokia.** Parte-hartzaileen adinaren eta ezaugarrien arabera izan behar du.

Freirek (1972) ohartarazi bezala, funtsezkoa da pertsonari eta haren inguruneari buruz hausnartzea, hezkuntza desegokia eta ez oso eraginkorra saihesteko.

○ Astialdiko hezkuntza-proiektu bat idaztean egin beharreko urratsak

1. HELBURUAK

Zer lortu nahi dugu?

Lehenik, argi eta garbi zehaztuko dugu zer lortu nahi den proiektuarekin.

2. JUSTIFIKAZIOA EDO OINARRIA

Zergatik lortu nahi dugu?

Proiektuaren garrantzia azaldu behar da, eta arrazoitu behar da zergatik den beharrezkoa, zer arazo edo beharri heltzen dion eta zeinen garrantzitsua den hartzaileentzat edo komunitatearentzat. Atal honek proiektuaren existentzia zilegitasuna azaltzen du, eta kontuan hartzen ditu aurretik egin ditugun errealitatearen diagnostikoak eta azterketa.

3. HARTZAILEAK

Norentzat egingen dugu?

Puntu honetan, proiektuaren xede diren taldeak identifikatu eta deskribatuko ditugu. Horretarako, funtsezkoa da hartzaileen ezaugarriak, beharrak, interesak eta tesuinguruak ulertzea, ekintzak haiekin bat etor daitezten.

4. TESTUINGURUA

Non egingen da?

Proiektuaren ingurune fisiko eta sozialaren deskribapena; besteak beste, kokapen geografikoa eta baldintza sozioekonomiko eta kulturalak, eta proiektuaren garapenean eragina izaten ahal duen beste edozein faktore.

5. METODOLOGIA

Nola egingen dugu?

Erabili beharreko tekniken eta tresnen definizioa. Ziurtatu behar dugu metodologia bat datorrela helburuekin eta egokitzen dela hartzaileetara.

6. KRONOGRAMA

Noiz egingen dugu?

Egutegi xehatu bat prestatu behar da, proiektuaren faseak eta haietako bakoitzean egin beharreko jarduerak adierazita.

7. EKINTZAK - JARDUERAK

Zer egingen dugu?

Gure "lan-tresnen" deskribapena; alegia, ezarritako helburuak erdiesteko egingen diren jarduera edo ekintzena. Atal honetan, jarduera nagusiak, beharrezko baliabideak eta proiektuan erabiliko den metodologia zerrendatu eta deskribatuko ditugu.

8. BALIABIDEAK

Zer baliabide ditugu?

Erabilgarri dauden giza baliabideak eta baliabide material, teknologiko eta finantzarioak identifikatuko ditugu. Oso garrantzitsua da ziurtatzea erabilgarri dauden baliabideak nahikoak direla eta ongi antolatuta daudela.

9. EBALUAZIOA

Nola ebaluatuko dugu egiten duguna?

Proiektuaren aurrerabidea eta arrakasta neurtzeko aukera emanen digun ebaluazio-sistema bat ezarriko dugu. Besteak beste, hauek zehaztuko dira: lorpen-adierazleak, jarraipen- eta ebaluazio-metodoak, eta, behar izanez gero, doikuntzak egiteko prozedurak.



3.3

Astaldiko monitorearen profila, funtzioak eta jarduera-eremuak aztertzea

Astaldiko monitorearen profilak askotariko ezaugarriak izan behar ditu: erreferentzia izan behar du, eta hezitzailea; eta jakin behar du lanerako eta jarduerak gauzatzeko lagungarriak zaizkion teknikak erabiltzen.

3.3.1

Astaldiko monitorearen prestakuntza eta gaitasun funtzionalak

Astaldiko monitoreek aisiaren eremuan hezten dute, nola profesionalki hala boluntario gisa. Pertsonetik eta oro har gizartearekiko konpromisoa hartzen dute, eta kontziente dira beren jarduerarekin gizarteko behar bati erantzuten diotela.

Horrela, lider bihurtzen dira, eta zenbait gaitasun eta ezaugarri dituztelako nabarmentzen dira; gaitasun eta ezaugarri horiek erreferentzia gisa kokatzen dituzte talde batean.

Zergatik izan astaldiko lider?

Hauek dira arrazoiak:

- ✓ Liderrak ikusi du errealitatearekin konprometuta dagoen eragile aktibo izatea dagokiola.
- ✓ Ezagutzen, onartzen eta ulertzen duen errealitate hori eraldatu nahi du.
- ✓ Autonomiaz bizitzeko gai eta beren ilusioen jabe diren pertsona osoak sortzeko bitarteko gisa ikusten du astaldiko hezkuntza.
- ✓ Badaki merezi duela bizitza askatasunetik ulertzea, eta bere astaldia denbora askatzailea bihurtzen du.

Astaldiko monitoreak **gizartea eraldatzeko agentea** da: bere ingurunearen errealitatea ulertzean, hezkuntzaren ikuspegitik esku hartzen du. Jarrera-aldaketak eta ohitura osasungarriak sustatzen ditu; horretarako, partaidetza eta hazkunde pertsonala bultzatzen ditu, balioak erakusten eta trebetasunak garatzen dituzten jardueren bitartez.

Lehen esan dugun bezala, astaldiko monitorearen hezkuntza-lana entretenimendutik harago doa. Komunitatean eragin positiboa izan nahi du, eta gizarte ekitaliboa, solidarioa eta kontzientea eraikitzen laguntzen du.

Eragin positiboa du ikaskuntzan eta pertsonen garapenean. Beren gaitasunak aurkitzeko ahalduz hartzen ditu; herritar konprometituagoak eta arduratsuek eragiten ditu, eta gizartean eragin iraunkorra sortzen du.

Astaldiko monitoreak bere lanaren helburua eta metodologia ulertu eta bere gain hartu behar ditu, eta modu koherentean jokatu behar du bere balioekin eta hezkuntza-proiektuekin.

Erabilgarri dauden espazioetara ere egokitu beharko du bere esku-hartzea, eta haietan integratzea sustatuko du, ekologia, errespetua eta antzeko kontzeptuak kontuan hartuko dituen esperientzia askatzaile bat eskaintzeko.

Astaldiko monitoreak zeharkako gaiekin erlazioatutako teknikak ezagutu behar ditu (ingurumen-hezkuntza, ekologia, prebentzioa, bakea eta bizikidetzak, osasuna, kulturartekotasuna, berdintasuna, inklusioa, aniztasunari erantzuteko programak...), eta une egokian erabili.

Gainera, adierazpen-esparru guztiei eta pertsonaren garapenerako arlo guztiei heltzen dieten jarduerak, jokoak eta dinamikak eskaini beharko ditu: aire zabaleko jokoak, mota guztietako tailerrak, ahozko eta idatzizko adierazpena, gorputz-arteak, musika, herritartasun globaletarako hezkuntza eta teknologia berriak.

Lan honetarako izan behar den beste ezaugarri bat da taldeak dinamizatzeko eta bilerak zuzentzeko gai izatea, eta, orobat, arlo guztietan komunikatzeko (ahoz, gorputz bidez, mimikaren bidez, etab.), animatzeko eta joko interaktiborako bitarteko gisa erabiltzeko.

Astaldiko monitoreak etengabe trebatzen ari da. Gizarte-beharrak aldakorrak dira, eta, ondorioz, etengabe jarri behar da egunean, eta ongi ezagutu behar da errealitatea.

Haren lan-metodoak programatuta egon behar du, eta ekintza, hausnarketa eta ekintza defendatzen duten hainbat pedagogiatan inspiratuta egon. Horrela, hezkuntza-proiektuan ezarritako helburuetara eta askatasunez eta eraginkortasunez ardurapean dauzkan pertsonengana hurbiltzen ahalko da, haien adina eta ezaugarri zehatzak kontuan hartuta, nola pertsonalak hala taldearenak eta sozialak.

Pertsonekin esku hartzen duenez, astialdiko monitoreak orekatua izan behar du, eta emozionalki heldua, eta bere trebetasunak, baliabideak eta gabeziak ezagutu behar ditu. Ikaskuntza-prozesuetan lagundu behar du, inoiz ahaztu gabe proiektuaren xede diren haur edo gazteak direla ikaskuntza horren protagonistak.

Tolerantzia, ulermena, errespetua eta beste balio batzuk izan behar ditu, bai besteen ideiei dagokienez, bai haien askatasunari eta desberdinak izateko duten eskubideari dagokienez. Ezaugarri horiek eredarriak dira beste pertsonentzat, eta haiei zuzenduta dago haren lana.

Beren garapenean inplikatuko ditu pertsonak, eta, espazioan eta denboran dituzten beharrei erreparatuta, kasuan kasu garatu beharreko helburuak eta metodoak zehaztuko ditu.

Astialdiko monitorearen jarduera-eremuak irekiak (natura, hiri-ingurunea, auzoak, etab.) eta itxiak (zentro zibikoak, ludotekak, gaztetxeak, museoak, hotelak, liburutegiak, kiroldegiak, etab.) izaten ahal dira. Espazio horiek ezaugarri komun bat dute: aisia osasungarriko espazio ludikoak izanen dira beti.

3.3.2

Astialdiko monitorearen profila

Astialdiko monitoreak zenbait dohain izan behar ditu. Abiapuntu gisa, funtsezkoa da hezitzailea izatea.

DOHAINAK

- ✓ Gizarte-aldaketako eragilea da.
- ✓ Parte-hartzaileen beharrak ezagutzen ditu.
- ✓ Pertsonen, taldeen eta komunitateen artean harremanak ezartzeko gai da.
- ✓ Dinamizatzeko gai da.
- ✓ Bitartekaria da gatazkak konpontzen laguntzeko gaitasuna du.
- ✓ Zuzena da ekitate-printzipioa aplikatzeko gaitasuna du.
- ✓ Inklusiboa da.
- ✓ Eredua eta erreferentzia da, bere ohitura osasungarriengatik.
- ✓ Komunikatzeko trebetasunak ditu: modu aktiboan entzuten du, asertiboa da, eta enpatia du.
- ✓ Malgua da.
- ✓ Harreman afektibo positiboak ezartzeko gai da.
- ✓ Erabakiak hartzeko espirtu kritikoa du.
- ✓ Esku hartzeko espazioak eta ingurumena errespetatzen ditu.
- ✓ Jatorra, enpatikoa, optimista eta adeitsua da.

3.4

Talde-lanean aritzeko oinarrizko metodoak. Astialdiko monitoreen taldea

Astialdiko monitoreentzat, funtsezkoa da taldean lan egitea. Ahaleginak koordinatzeko, erantzukizunak partekatzeko eta hartzaile guztientzat giro hezigarria eta segurua bermatzeko aukera ematen die.

Talde-lana emankorra izan dadin, banakako eta taldeko baliabideak ahalik eta ongien erabiliz, alderdi hauek kontuan hartzea gomendatzen da:

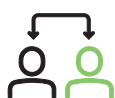


Komunikazio eraginkorra

Aldizkako bilerak. Aldizka bilerak egitea gomendatzen da jarduerak planifikatzeko, informazioa partekatzeko, problemak ebazteko eta aurrerabidea ebaluatzeko.

Entzute aktiboa. Taldekide guztiei entzuten eta baloratzen dituztela sentiarazten dien giro bat sortzea. Garrantzitsua da etenak saihestea, eta guztiek beren ideiak adierazteko aukera dutela ziurtatzea.

Informazio argia. Komeni da ziurtatzea taldekide guztiek garbi dituztela argibide, helburu eta itxaropenak. Horretarako, zeregin-zerrendak, mezu elektronikoak, proiektuak kudeatzeko aplikazioak eta antzeko tresnak erabiltzea gomendatzen dizugu, guztiak informatuta egon daitezen.



Rolen eta zereginen banaketa

Erantzukizunak ematea. Zereginak taldekide bakoitzaren trebetasun, interes eta indarguneen arabera banatzea gomendatzen da. Denak baliagarri eta proiektuarekin konprometituta sentiarazten laguntzen du horrek.

Rolak txandakatzea. Zenbaitetan, agian onuragarria izanen da rola txandakatzea, taldekide guztiek beste trebetasun batzuk garatu ditzaten eta lan-arlo desberdinek hobeki uler ditzaten.

Eraginkortasunez eskuordetzea. Espero behar dugu taldekide guztiek arduraz beteko dituztela beren zereginak. Pertsona bakarrari lan gehiegi ematea saihestu nahi da, eta guztien autonomia sustatu.



Lankidetzaren eta elkarlaguntzea

Elkarlana. Elkarlana sustatzea gomendatzen da monitoretan talde-lanean aritzeko aukera duten proiektu eta jardueretan, ideiak trukatzeko eta elkarri lagunduz erronkei aurre egiteko.

Babes emozionala. Gomendagarria da taldeari babestuta eta motibatuta sentiarazten dion lan-giro bat sortzea. Babes hori sendotzeko, lagundu egin behar da norbaitek behar duenean, eta ahalegina aitortu behar da.

Gatazkak konpontzea. Ona da estrategiak ezartzea gatazkak modu konstruktiboan eta positiboan konpontzeko, betiere errespetuz eta enpatiaz.



Plangintza eta antolaketa

Baterako plangintza. Jarduerak eta proiektuak talde osoak planifikatzea gomendatzen da, denen konpromisoa eta erantzukizuna ziurtatzeko.

Antolatzeko tresnak erabiltzea. Egutegiak, egiazta-pen-zerrendak eta beste plangintza-tresna batzuk erabiltzea, antolatuta egonen da lana, eta ez da ez atzerapenik, ez gaizki-ulerturik izanen.



Ebaluazioa eta atzeraelikadura

Ebaluazio jarraitua. Talde-lana eta gauzatutako jarduerak aldizka ebaluatu behar dira; hala, hobetu beharreko arloak identifikatuko dira, eta izandako lorpenak ospatuko.

Atzeraelikadura konstruktiboa. Atzeraelikadura onartzen duen giro batean, bai banakoen bai talde osoaren errendimendua hobetu egiten da.



MONITOREARENTZAKO iradokizunak

- ✓ Komunikazio eraginkorra funtsezkoa da edozein ingurunetan, bereziki talde-lanean.
- ✓ Praktikatu entzute aktiboa.
- ✓ Jarri arreta. Entzun ez ezik, informazioa ulertu eta prozesatu ere egin behar da, eta, horretarako, agian baliagarria izanen da kontaktu bisualari eustea eta etenak saihestea.
- ✓ Erakutsi enpatia. Ahalegindu besteen ikuspuntua ulertzen. Enpatiak elkar ulertzen laguntzen du, eta pertsonen arteko harremanak sendotzen ditu.
- ✓ Izan argia eta zehatza. Hitz egin argi eta zuzen; adierazi ideiak modu sinplean eta itzulingururik gabe.
- ✓ Antolatu zure pentsamenduak. Zer esan nahi duzun eta informazioa nola egituratuko duzun pentsatuz gero, errazago ulertuko da, eta dena errazagoa izanen da.
- ✓ Adierazi asertibotasunez eta konfiantzaz. Hitz egin irmoki, baina errespetuz, eta ziurtatu zure ikuspuntua ulertu dela.
- ✓ Defendatu zure iritzia indarkeriarik erabili gabe.
- ✓ Eskaini atzeraelikadura. Eraginkorra izateko, ahalegindu zure iritzia modu positiboan eta konstruktiboan ematen, eta jarri arreta ekintzetan, eta ez pertsonarengan.
- ✓ Ikasi atzeraelikadura jasotzen, defentsiban jarri gabe. Hartu beti hobetzeko aukera gisa.
- ✓ Zure gorputzak erakutsi behar du harkor eta elkarrizketarako prest zaudela.
- ✓ Behatu gainerakoen hizkuntza ez-hitzezkoari. Ikasi gorputz-hizkuntza interpretatzen; batzuetan, hitzek baino gehiago esaten du.
- ✓ Egokitu zure komunikazioaren tonua, hiztegia eta estiloa, solaskidea nor den. Ez da gauza bera haurrekin edo gazteekin hitz egitea.
- ✓ Ahalegindu malgua izaten. Iruditzen bazaizu mezua ez dela ulertu, adieraz ezazu beste modu batera.
- ✓ Desagerrarazi komunikazio-oztopoak, inork arretarik ez galtzeko. Ziurtatu hitz egiteko ingurune egokian zaudetela, minimizatu zarata eta beste distrakzio batzuk.
- ✓ Kontrolatu zure emozioak; horrek ongi komunikatzen lagunduko dizu.
- ✓ Aurrez aurre komunikatzerik ez badago, erabili tresna teknologikoak; esaterako, posta elektronikoak, testu-mezuak eta bideodeiak.
- ✓ Saihestu gaizki-ulertuak idatziz komunikatzean. Ahalegindu edukia argi ematen, eta berrius ezazu bidali aurretik, okerreko interpretazioak saihesteko.
- ✓ Elkarrizketa edo bilera bakoitzaren ondotik, egin laburpena edo akta.

04

Haur eta gazteentzako astialdiko jardueren proposamena prestatzea

4.1

Jardueren proposamena zehazteko prozedurak

Proiektu bat egiteko aurreko kapituluetan aipatu ditugun urratsak aztertu eta gero, jardueren proposamenekin erlazionatutako alderdiak zehaztuko ditugu orain.

Lehenik, egin beharreko urratsei dagozkien galderetako bakoitzari erantzunen diogu, argi izateko zein izanen diren hezkuntzako esku-hartzearen edukia eta proposatuko ditugun jarduerak.

Eginen ditugun proposamenak, landu ahala, helduz joanen dira. Lehenik, helburu objektiboak zehaztu eta azaldu behar ditugu.

Zer Egin nahi da?

→ Proiektuaren izaera

Norentzat nori zuzenduta dago?

→ Adinak ezaugarriak

Zergatik egin nahi da?

→ Jatorria eta funtzionamendua

Zertarako eta zenbat egin nahi da?

→ Helburuak - xedeak

Non egin nahi da?

→ Kokapen fisikoa - tokiaren ezaugarriak

Nola egin nahi da?

→ Metodologia - metodoak eta teknikak

Zer tresnarekin eginen dugu?

→ Jarduerak eta zereginak

Noiz egin nahi da?

→ Kokapena denboran - datak jartzea

Baliabideak? Zer dugu zer behar dugu

→ Materialak - azpiegiturak - aurrekontua

Ebaluazioa

4.1.1

Helburuak adieraztea

Helburuek "Zertarako?" galderari erantzuten diote, eta zer lortu nahi dugun zehazten dute.

Zer egin nahi dugu? Nola aldatu nahi dugu kasuan kasuko problema edo hasierako egoera? Nora iritsi nahi dugu?

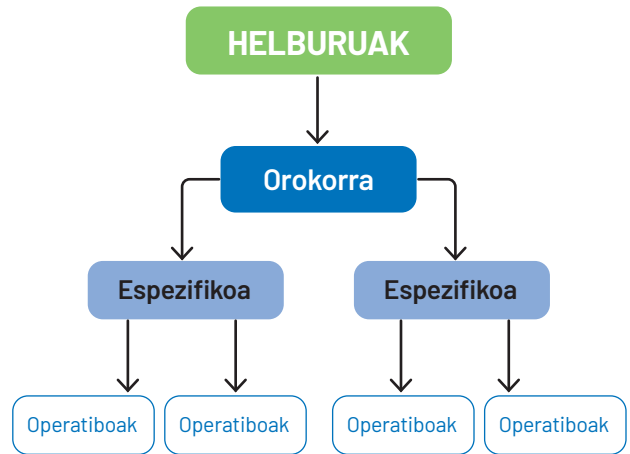
Helburuek **koherenteak** izan behar dute nire erakundearekin, elkartearekin edo ideiekin, eta bat etorriko dira kasuan kasuko balioekin eta ikuspegiarekin. Errealitatearen azterketari erantzunen diote; diagnostiko bat egin behar da, eta xede-taldean behar zehatzak bildu behar dituzte.


Helburuek **lorgarriak** izan behar dute, eta bideragarriak diren ikusi behar da. Errealistak izan behar dute, eta ez dira nahasi behar posiblea, probablea eta desiragarria.

Ebaluagarriak ere izan behar dute, eta esku-hartzeen ondotik lortutako emaitzak neurtzen ahalko dira.

Helburuak proposamen baten ardatz nagusia dira, eta zer metodologia, jarduera eta baliabide aukeratu zehaztuko dute.

Zer neurritan zehazten diren, mota askotako helburuak daude: **orokorrak, espezifikoak edo operatiboak.**





Programa baten helburuak espero diren emaitzen enuntziatu gisa definitzen ahal dira, edo aldi jakin baten barruan erdietsi nahi diren xede gisa, non emaitza edo xede horiek proiektuen bitartez antolatutako jarduera zehatzak eginez lortzen baitira.

HELBURU OROKORRAK	HELBURU ESPEZIFIKOAK	HELBURU OPERATIBOAK
Definizioa		
<ul style="list-style-type: none"> • Proiektuaren xede nagusiak dira. Gure proiektuen ardatz diren balio unibertsalak dira; ez dira neurgarriak, baizik eta kualitatiboak. • Epe luzera proposatzen dira. 	<ul style="list-style-type: none"> • Kuantitatiboak dira, eta helburu orokorrekin eta proposatuko dugun jarduera-motarekin erlazionatuta daude. • Ebaluagarriak izan behar dute, eta jokabide behagarri bat adierazi. • Epe ertainera proposatzen dira. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ekintza errealistak, praktikoak eta berehalakoak dira. • Helburu espezifikoak baino askoz ere zehatzagoak dira. • Epe motzera proposatzen dira.

HELBURU OROKORRAK	HELBURU ESPEZIFIKOAK	HELBURU OPERATIBOAK
Helburuak adierazitako zenbait aditz		
Ahalbidetu, bermatu, bideratu, bultzatu, ebaluatu, eman, erabili, eragin, eskaini, ezagutu, ezarri, finkatu, garatu, hobetu, hurbildu, indartu, integratu, jakin lagundu, proposatu, posible egin, sustatu	Aitortu, antolatu, azaldu, aztertu, aplikatu, aprobetxatu, baliatu, baloratu, bereizi, deskribatu, diseinatu, egin, entregatu, erabili, erlazionatu, gozatu, identifikatu, ikusi, interpretatu, iragarri, joan, justifikatu, komunikatu, konparatu, laburbildu, landu, prestatu, sortu, ulertu, zabaldu	Antolatu, aplikatu, aukeratu, aztertu, bihurtu, burutu, ebaluatu, ebatzi, egin, eraiki, ezarri, eztabaidatu, frogatu, gainbegiratu, garatu, identifikatu, konparatu, kontrastatu, landu, lotu, onartu, ondorioztatu, ordenatu, osatu, planifikatu, sortu, ulertu, zerrendatu


○ Helburuen adierazpena

Elementu hauen bidez adierazten da helburu bat: aditza, objektua, adierazlea, egoera, denbora.

Zer landu nahi dugun aipatu behar da helburu baten edukian: kontzeptuak, datuak, prozesuak eta jarrerak.

Helburuak adieraztean inspirazio-iturri gisa erabiltzen ahalko dituzuen aditzen zerrenda bat hautatu dugu (ikusitaula).

Bloomen taxonomiari buruzko Wikipediako sarreak zehatz-zehatz deskribatzen ditu taxonomiaren mailak eta hezkuntzan nola aplikatzen den. Bloomen jatorrizko taxonomia hezkuntza-testu inguru formalean aplikatu ohi da, baina aisiako eta astialdiko programen plangintza egitean ere baliagarria da.



Bloomen taxonomiari buruzko Wikipediako



<https://bit.ly/421aDaM>

○ Bloomen taxonomia kognitiboa – ikastea ekintza da

Bloomen taxonomia mailatan egituratuta dago; beraz, maila aurreratuetara iristeko, oinarrizko mailako eza-gutza eta trebetasunak menperatu behar dira. Gainera, hezkuntza-prozesuaren ikuspegi integrala eskaintzen du, eta ikuspegi oso eta holistikoa duen hezkuntza sustatzen du.

○ Helburuak adierazteko moduaren adibideak

Helburu nagusia

Natura- edo hiri-ingurunera egiten diren txango guztietan ingurumena errespetatu dadin sustatzea, eta gure az-tarna ekologikoaz jabetzea.

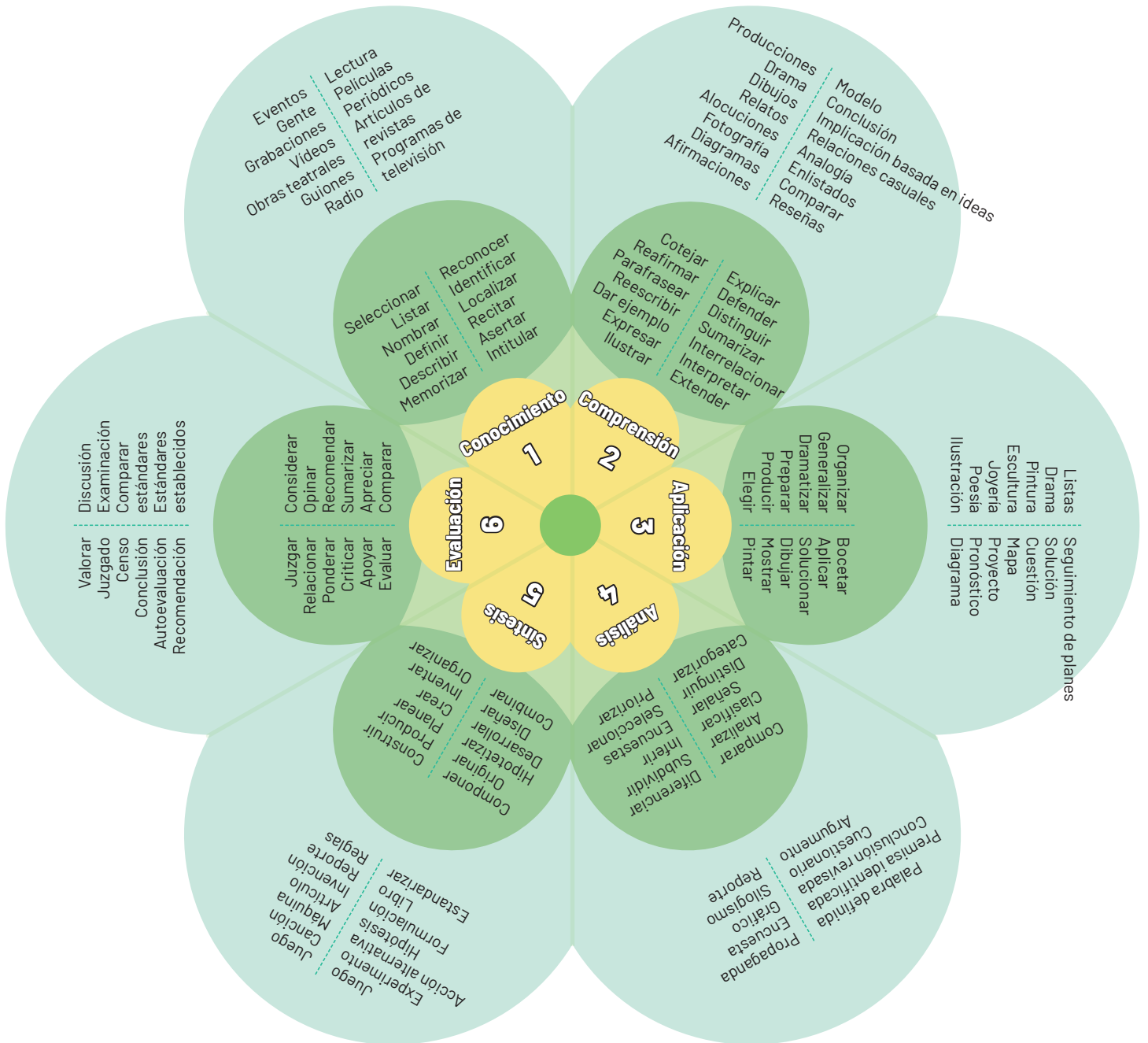
Helburu espezifikoa

Inguruko espezie autoktonoak eta inbaditzaileak eza-gutzea, ekosistema behatuta eta aldaketa posibleak hautemanda.

Helburu operatiboa

Paisaiaren aldaketa hobetzea, txangoetan aurkitzen du-gun zabor-kantitatearen arabera.

La taxonomía cognitiva de Bloom



4.1.2

Interesguneak baloratzea

Haurren interes naturaletatik abiatuta garatzen diren unitate tematikoak dira interesguneak. Unitate horien ikuspegi pedagogikoa honetan oinarritzen da: haurra behatzen da, eta haurraren ikaskuntza-prozesuan haren jakin-mina eta partaidetza aktiboa sustatuko duen hezkuntza-giroa sortzen da.

Ovide Decrolyk sortu zuen haurren behar eta interesetan ardatzutako hezkuntza-metodo pedagogiko hau. Haren leloa "eskola bizitzarako, bizitzaren bitartez" da, eta jarduerak garatzeko ildo nagusi edo ardatz bihurtzen du interesgunea.



Ikaskuntzak haurraren interes naturaletan jarri behar du arreta; ingurunea behatu, eta ezagutza eguneroko bizitzarekin lotu behar du, garapen integrala eta esanguratsua sustatzeko.

(Ovide Decroly)

Interesguneek, alde batetik, partaidetzaren aldeko jarrerak sortzen dituzten testuinguru atsegingarriak eta erakargarriak ematen dituzte, eta, bestetik, motibagarriak dira animazioko eta astialdiko edo prozesuetan (Ventosa, 2016).

Askotariko interesguneak aurkitzen ahal ditugu:

- **Ardatz tematiko gisa:** natura, piratak, filmak, ipuinak, oihaneko animaliak, Erdi Aroa, landareak, iratxoak, etab.
- **Zabaldu nahi ditugun balioekin erlazionatuta:** adiskidetasuna, sormena, elkartasuna, maitasuna, askatasuna, harreman afektiboak, bizikidetzak, etab.
- **Interesgune globalizatua:** inauteriak, olinpiadak, multiabentura, ibilbideak, xedeak, ginkanak, tailerrak, joko handiak, antzerti-formako jarduerak, lehiaketak, gau-emanaldiak, etab.

4.1.3

Programen tipologiak, ostatuaren eta instalazioen, gaua igarotzeko aukeraren, elikaduraren, tenporalizazioaren, sasoikotasunaren eta abarren arabera

Astialdiko hezkuntzaren arloan, mota askotako programak aurkitzen ahal ditugu. Haietako bakoitzean, hainbat faktoreren arabera hautatzen dira jarduerak, eta jardun-eremu batzuk hartzen dira kontuan.

Hauen arabera sailkatzen ahal dira: ostatua, instalazioak, ostatu-gauak, denborazkotasuna edo haiek egiteko aukeratutako urte-sasoia (haurren oporraldietan izaten da eskaintza zabalagoa eta askotarikoagoa).

- Esku hartzeko espazioak: kanpoaldea edo barrualdea (natura, itsasoa, kiroldegiak, ikastetxeak eta ludotekak).
- Ostatuak: aterpeak, kanpinak, kanpalekuak.
- Jardueraren iraupena: egunekoa, astekoa, hilekoa edo urtekoa.
- Denborazkotasunaren arabera: udako jarduerak, negukoak, eskolaz kanpokoak edo asteburuak.
- Erdietsi nahi diren helburuak: ingurumenekoak, bizikidetzakoak, osasunekoak, kontsumo arduratsukoak, etab.
- Aukeratutako gaiak.
- Helburu dugun adina: haurtzarora edo gaztarora.
- Esku-hartzea egiteko aukeratu dugun urte-sasoia.

Horrela, eskuliburuan aipatzen ditugun programa-motak oroitzen ahalko ditugu: udako kanpamentuak, hiriko udalekuak, udalekuak, tailerrak, aste tematikoak, kirole-tako campusak, ludotekak, txangoak, natura-gelak, baserri-eskolak, eskolaz kanpoko jarduerak, museoetako jarduera artistikoak, etab.

Programa horietako bakoitzak bere ezaugarri espezifikoak ditu; ezaugarri horiek, askotan, lana eta familia bateragarri egiteko familiek dituzten beharrei erantzuten diete. Lortu nahi dute, halaber, aukera ludiko gehiago eta aisia-espazio seguru eta monitorizatuak irekitzea, beste ingurune batzuek gozatzea, ingurune desberdinetan taldearekin gai edo kirol zehatz bat lantzea, etab.

Baliteke instalazio-motak programa aukeratzean hartu beharreko erabakiak baldintzatzea. Kanpamentuak, berez, zelaietan egiten dira, aire zabalean, eta kanpin-dendetan ematen da gaua. Hitz hori bera erabiltzen dugu antolaketa errazten duten beste espazio batzuetan (aterpeak, kanpamentuak, baserri-eskolak) egiten diren proposamenetarako ere, nahiz eta logelak eta jatetxeak izan, azken horiek erabili ala ez. Programa-eredu hau udaleku gisa definitzen ahal da.

Beste ekintza-eredu bat tokiko espazio edo instalazioetan egiten da: kultura-etxeak, gaztetxeak, gaztelekuak, akademiak, zentro zibikoak, ikastetxeak, etab. Mota horretako instalazioetan, ohikoena da hiri-kanpamentuak, eskolaz kanpoko jarduerak, eskolaz kanpoko jarduerak, ludotekak, tailer artistikoak, dantza-tailerak, etab. antolatzea.

4.1.4

Astialdiko jarduerak programatzea. Baliabide eta bitarteko materialak planifikatzea. Espazioak eta denborak zehaztea eta banatzea

"Programatu" hitza, etimologikoki, "prographo" hitz grekotik dator, eta "idatziz adierazi" esan nahi du. Ikuspegi horretatik, "programatzean", idatziz zehaztu behar dira helburu batzuetan oinarrituta etorkizunean egiteko antolatutako zenbait jarduera. Azken batean, zer egin behar den aurretik erabakitzean datza.

Programazioaren elementuak aurreko kapituluan landu ditugun astialdiko jarduerari buruzko proiektuetakoen antzekoak dira. Hori bai, kasu honetan, zehaztasun-maila handiagoa izanen da landa-lana errazteko eta lana egiteko behar den guztia edukitzeko.

Astialdiko jarduerak programatzean, hauek adierazi behar dira: helburu argiak eta ongi zehaztuak, eginen diren jarduera zehatzak, haiek gauzatzeko behar ditugun baliabideak, eta erabiliko ditugun metodoa, espazioak eta denborak.

Oso baliagarria gertatuko zaigu jarduerak zehatz-mehatz deskribatzea; jarduerak hartzaileen garapen integralari erantzun behar diote. Planteamendu horrek hezikidetzan oinarrituta egon behar du, eta inklusiboa izan behar du; halaber, garapenaren arlo guztiak bildu behar ditu, ahal den neurrian. Ezaugarri horiek aplikatu behar genituzke, halaber, behar diren baliabideak aukeratzean: baliabide materialak, giza baliabideak eta baliabide teknologikoak eta ekonomikoak.

○ Baliabideen plangintza

Astialdiko jarduerak programatzeko orduan, funtsezkoa da jakitea zer baliabide beharko ditugun eta zer baliabide izanen ditugun. Antolaketa eta esku hartzeko erabiliko espazioa hartu behar ditugu aintzat, kontuan izanda jarduera bakoitzak baliabide batzuk beharko dituela (esaterako, materialak) partaide-kopuruaren arabera edo alderdi tekniko espezifikoaren arabera.

Izanen ditugun **giza baliabideek** zehaztuko dute zer jarduera-mota garatzen ahalko dugun. Ziurtatu beharko dugu pertsona egokiak eta gaituak ditugula; hortaz, jarduera egin aurretik zehaztu beharko dugu zenbat pertsona behar ditugun, zer prestakuntza behar duten eta zer funtzio bete behar dituzten.

Honela sailkatzen ahal ditugu **baliabide materialak**: suntsikorak eta ez-suntsikor edo inbentariagarriak. Lehenengoek iraupen jakina dute: orriak, margoak, kartulinak, etab. Aldiz, baliabide inbentariagarriak berrerrabili egiten dira, eta jarduera batean baino gehiagotan erabiltzen ahal dira: baloiak, arbelak, proiektagailuak, sokak, etab.

Azkenik, proiektua gauzatzeko behar izanen ditugun **baliabide ekonomikoak** zenbatespena egin behar dugu. Aurrekontuak zenbatestean, diru-sarrerak eta gastuak adierazi behar dira.

DIRU-SARRERAK

- Kuotak
- Dirulaguntzak
- Dohaintzak
- Hitzarmenak
- Babesleak
- Funtsak biltzeko jarduerak

GASTUAK

- Pertsonala
- Lokala
- Komunikazioa eta publizitatea
- Garraioa
- Bidaiak
- Museo edo instalazioetarako sarrerak.
- Mantentze-lanak (lokala, argia, ura, garbiketa, berokuntza)
- Materialak: suntsikorrak eta inbentariagarriak
- Jarduera bakoitzari dagozkion gastuak
- Ustekabeak

Erabiliko ditugun espazioei dagokienez, aurretik ezagutu beharko ditugu, zer arrisku egoten ahal diren identifikatzeko eta ustekabeko egoeretan jarduteko protokolo bat prestatzeko.

Hainbat arrazoiengatik da erabakigarria aisiako eta astialdiko jardueretan espazio seguruak sortzea:

- **Ongizate emozionala sustatzea.** Espazio seguruetan, eroso eta lasai sentitzen da jendea, eta hori funtsezkoa da jolas-jardueraz erabat gozatzeko. Herstura eta estresa ere murriztu egiten dira, eta, giro horretan, diren bezalakoak izaten ahal dira banakoak, inork epaitua edo diskriminatua izateko beldurrik gabe.
- **Inklusioa bultzatzea.** Espazioa segurua dela bermatzean, pertsona guztien inklusioa bultzatzen da, haien generoa, arraza, sexu-joera, erlijioa edo gaitasunak edozein direla ere. Ingurune horretan denak dira ongietorriak eta denak baloratzen dira.
- **Gatazkak prebenitzea.** Gatazka- eta borroka-arriskuak minimizatzeko diseinatuta daude espazio seguruak. Hori dela eta, giro harmoniatsuan eta errespetuzkoan garatzen dira aisiako jarduerak.
- **Konfiantza eta gizarte-kohesioa garatzea.** Pertsonak seguru sentitzen direnean, joera handiagoa dute interakziorako eta jardueretan aktiboki parte hartzeko; horrek harremanak sendotzen ditu, eta komunitate elkartuagoa eta solidarioagoa eraikitzen du.
- **Sormena eta irudimena bultzatzea.** Espazio seguruetan, pertsonak aske sentitzen dira ideia berrietan murgiltzeko, beren burua modu sortzailean adierazteko, eta, kritikarik jasotzeko beldurrik gabe, norberaren interesak eta grinak islatzen dituzten jardueretan parte hartzeko.
- **Babes fisikoa eta psikologikoa.** Funtsezkoa da instalazioetan segurtasun fisikoa bermatzea (adibidez, osasun- eta segurtasun-neurri egokien bitartez), eta segurtasun psikologikoa bermatzea (jazarpenik gabeko giroa sortuz), pertsonak kezkarik gabe goza dezaten jardueraz.
- **Irisgarritasuna.** Espazio seguruak irisgarriak ere izan behar dute guztientzat, baita desgaitasunak dituztenentzat ere. Horrela, denek parte hartzen ahaliko dute osoki aisiako eta astialdiko jardueretan.
- **Ikaskuntza eta garapen pertsonala sustatzea.** Giro seguruetan, jendea irekiago dago gauza berriak ikastera eta probatzera, eta horrek pertsonalki hazten eta trebetasunak garatzen laguntzen du.



GOGOAN IZAN

Gure jarduera-fitxetan, jarduerak garatzeko beharrezko baliabideak jaso behar dira.

4.1.5

Astialdiko jarduerak ebaluatzen metodoak: adierazleak

Ebaluazioaren bitartez, helburuen balioari eta merezimenduari, jardueren plangintzari, baliabideei eta objektu zehatz baten eraginari buruzko informazio baliagarria eta deskribatzailea identifikatzen, lortzen eta ematen da. Gida gisa erabiliko da gure hezkuntza-lanaren jarraipena egiteko, eta lagungarri gertatuko zaigu erabakiak hartzeko, arazoak konpontzeko eta gure lanak helburuak bete dituen jakiteko.

Jarduera egin baino lehen diseinatu behar da ebaluazioa. Horretarako, irizpide argiak erabili, adierazleak definitu, eta erabiliko ditugun tresnak garbi izan behar ditugu.

Ebaluazioa diseinatzeko, haren zatiak egituratuko ditugu, eta alderdi hauek hartuko ditugu kontuan:

- Zergatik eginen da ebaluazioa?** Parte-hartzaileen beharretan oinarrituta justifikatuko dugu ebaluazioa, aurretik hausnarketa eginez. Ikaskuntza-prozesuaren parte da ebaluazioa, bai monitoreentzat, bai parte-hartzaileentzat.
- Zertarako ebaluatuko da?** Banakako eta taldeko prozesuak behatzeko, eta irakatsi eta ikasteko prozesua ulertzeko. Kalitatea bermatu nahi da: jakin nahi da ea eraginkorrak diren gure ekintzak eta, hala bada, zer neurritan. Horrela, prebentzio-erabakiak hartzen ahalko dira, etorkizuneko ekintzak bideratu, programetan doikuntzak egin, espero ziren emaitzak errealekin konparatu, eta, nola ez, proposatutako helburuak erdietsi ditugun ala ez zehaztu.
- Nola ebaluatuko da?** Ebaluazio-metodoa zehaztuko dugu. Funtsezkoa da erabiltzen ditugun metodoak kritikoak eta parte-hartzaileak, zehatzak eta objektiboak izatea.
- Zer ebaluatuko da?** Helburuak eta edukiak. Helarazi nahi dugunarekin erlazionatutako helburuak ebaluatzen mugatuko gara.
- Zer teknika eta tresna erabiliz ebaluatuko dugu?** Tresna subjektiboak (behaketa zuzena, aldizkako bilerak eta elkarrizketa informalak) eta tresna objektiboak (inkestak, formularioak, elkarrizketak, dinamikak edo ebaluatzen berariazko jokoak) erabiliko ditugu.
- Noiz eginen da ebaluazioa?** Ebaluazio jarraitua eta tarteko eta bukaerako ebaluazioak eginen ditugu.
- Nork eginen du ebaluazioa?** Programako jardueretan eta programa gauzatzen esku hartzen duten pertsonak aztertuko ditugu: monitoreak, zuzendaritza, arloren batean adituak, instalazioetako langileak, etab.

Hurrengo kapituluan, ebaluazioan aintzat hartu beharreko alderdietan sakonduko dugu, eta hura gauzatzeko metodoak eta tresnak zehaztuko ditugu; horren haritik, zeregin horretan lagunduko diguten adierazle-motak zehaztuko ditugu.



4.1.6

Jarduerak erregistratzeko fitxa prestatzeko prozedura

Garatuko dugun proiektu-motaren arabera diseinatuko ditugu erregistro-fitxak, eta kontuan hartu nahi ditugun alderdi garrantzitsuak zehaztuko ditugu.

Fitxaren adibidea:

ERREGISTRO FITXA

GAIA:	ADINA:		
DATA: __ / __ / _____	TOKIA:		
JARDUERAREN IZENA:	JARDUERA-MOTA:		
HELBURUAK:	BALIATURIKO METODOLOGIA:		
IRAUPENA:	BALIABIDEAK:		
PARTE-HARTZAILEEN KOPURUA	GIZONAK :	EMAKUMEAK:	BESTE BATZUK:
GARAPENA:	GORABEHERAK:		
AURREKONTUA:	HOBETZEKO PROPOSAMENAK / EBALUAZIOA:		
ALDAERAK:	AURREKONTUA:		
BESTE OHAR BATZUK:			

4.2

Haur eta gazteentzako astialdiko jardueren deskribapena, tenporalizazioa eta erritmoa

Jarduerak planifikatzeko orduan, funtsezkoa da zenbait alderdi kontuan hartzea, beharrei, ingurumen-kontuei, daukagun denborari, testuinguruari, adinei, espazioari eta abarri erantzuten dietela bermatzeko. Kontu horiek guztiak modu koherentean ordenatuko ditugu egutegi batean.

4.2.1

Jarduera-motak: sailkapen-irizpideak, xedeak, betekizunak, baldintzak eta egokitasuna giza testuinguruaren eta testuinguru fisikoaren, aldaketen eta abarren arabera

Aurreko kapituluetan esan dugun bezala, hainbat irizpideren arabera sailkatzen ahal dira jarduerak.

Pertsonen garapeneko arloek mota askotako jarduerak deskribatzeko aukera emanen digute; pertsonen garapen osoari erantzuten ahalko diete, eta gure programean txertatuko ditugu.

ARLO SOZIALA - ARLO ESPIRITUALA – ARLO FISIKOA – ARLO AFEKTIBOA – ARLO KOGNITIBOA

Arlo horietako bakoitzean, trebakuntza-, kirol- eta kultura-jarduerak eta jarduera artistikoak eta ludikoak garatzen ahal dira. Jarduera horiek parte-hartzaileen behar eta interesari erantzuten dietela ziurtatu behar dugu, eta, gainera, erakargarriak, motibagarriak, berritzaileak eta parte-hartzaileak direla.

Jarduera-motak taldeko prozesuetara egokitu behar ditugu: aurkezpenak, motibazioa, talde-kohesioa, arauen ezarpena, ikaskuntza, adierazpena, gatazken konponketa, ebaluazioa edo laburpena, eta ondorioak.

Programak gauzatzean, ezinbestekoa da argi izatea alderdi hori, baita jarduera horien ordena, erritmoak eta denborak definitzea ere.

Kronograma batean bilduko ditugu proposatutako jarduerak. Horrela, eraginkorrakoak izanen gara, eta abantaila hauek guztiak lortzen ahalko ditugu:

Denboraren optimizazioa. Ongi egituratutako kronograma bat baldin badugu, erabilgarri dugun denbora hobeki erabiliko dugu, eta, hala, une guztiak emankortasunez baina atseginez aprobetxatzen dela ziurtatzen da.

Antolaketa eta egitura. Jardueretarako egitura argia ematen du, eta kaosa edo inprobisazioa saihesten dira; bestela, litekeena da denbora inolako eraginkortasunik gabe erabiltzea, edo jarduera garrantzitsuak ez egitea.

Estresa murriztea. Plana zehatzaz bada, gero datorrenaz kezkatu beharrik gabe gozatzen ahalko dute pertsonak jardueraz, eta, ondorioz, estresa murriztu egingen da, eta gogobetetasuna handitu.

Jardueren arteko oreka. Kronogramari esker, oreka egokia bermatzen ahal dugu mota askotako jardueren artean (esaterako, ariketa, atsedena, olgeta eta sozializazioa) eta, horrela, ongizate osoa sustatzen da.

Helburuak betetzea. Helburu pertsonalen edo taldeko helburuen jarraipena egiten laguntzen du, eta, horrela, aurrerapena ebalua daiteke, eta, behar denean, aurrerabidea eta doikuntzak egin.

Koordinazioa erraztea. Kronograma argi batek koordinazioa errazten du jardueran pertsona batek baino gehiagok esku hartzen dutenean, eta guztiak planari jarraituko diotela bermatzen du.

Moldagarritasuna. Nahiz eta kronogramak beharrezko egitura eskaini, ustekabeko aldaketetara egokitzekeo malgutasuna ere ematen du, eta jarduerak esanguratsuak izanen direla eta haietaz gozatuko dela ziurtatzen du.

4.2.2

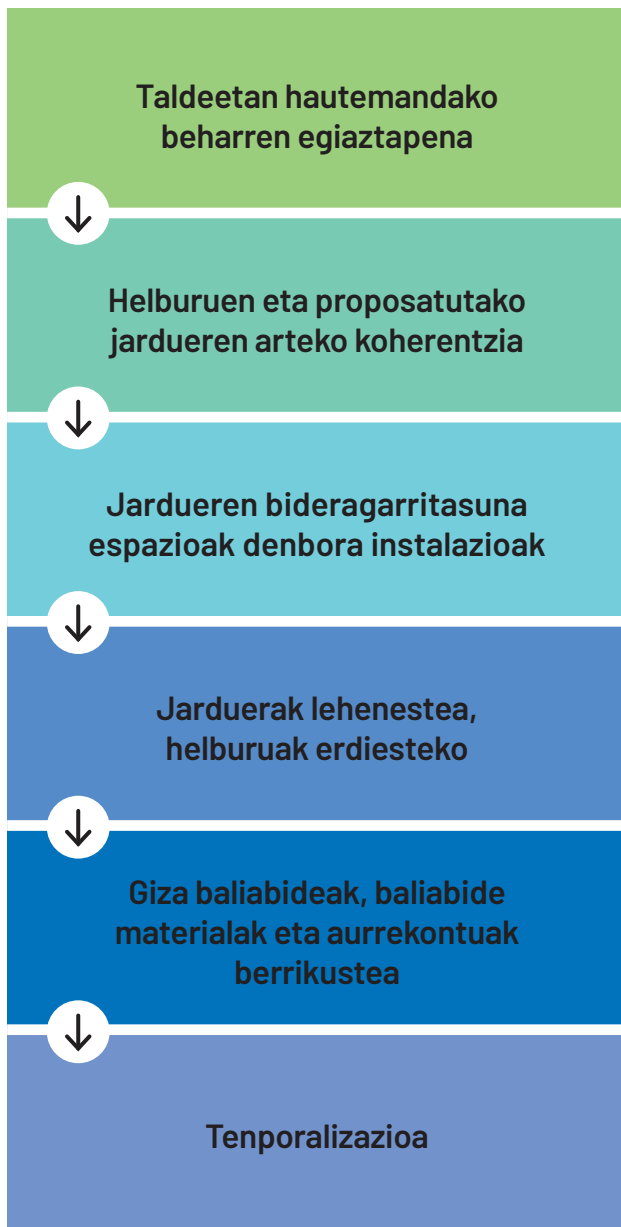
Jardueren plangintza berrikusteko prozedura

Oso garrantzitsua da aisiako eta astialdiko jardueren programari jarraipena egitea. Proiektu bat behar bezala gauzatzeari eragiten dioten alderdi guztiak egokitzekeo eta ebaluatzekeo aukera ematen du, eta, horrela, aisiaren eta astialdiaren funtsezko ezaugarrietako bati erantzuten zaio: malgutasuna eta taldeetara egokitzekeo ahalmena.

Berrikuspen-prozesuak monitore-taldearen lanean eta parte-hartzaileen esperientzian jartzen ahal du arreta, eta askotariko alderdiak ebaluatzen ahal ditu; adibidez, motibazioa, partaidetza, jarrera, konfiantza-giroa, etab.

Monitoreei dagokienez, berrikusi behar da ea jarduerak ongi prestatuta dauden, ea helburuak betetzen dituzten edo ea taldearen adinerako eta ezaugarrietarako ego-kiak diren. Hona hemen jarraipena behar duten beste alderdi batzuk: materialak (ea egoera onean dauden eta nahikoak diren), taldearen koordinazioa (eraginkorra den ala ez), gauzatze-denbora (ea aurreikusitakoa izan zen) eta espazioa (ea egokia eta segurua den).

Taula honetan, plana berrikusteko prozesua zehazten da.



4.2.3

Jarduerak prestatzeko eta garatzeko monitoreen taldean zereginak eta funtzioak esleitzea

Funtsezkoa da monitore-talde batean zereginak eta funtzioak esleitzea, jarduerak prestatzeko eta arrakastaz garatzeko. Rolak egoki banatuta, taldeak eraginkortasunez, antolatuta eta seguru lan egingen du, elkarlaneko lan-giro positiboan.

Adibidez, kanpamentu batean, lan-karga handia dago jarduera baino lehen, jardueran zehar eta jardueraren ondotik; hortaz, zereginak egoki banatzeak giro ona sortzen laguntzen du.

Zereginak egoki esleitzeko, alderdi hauek kontuan hartzea gomendatzen da:

1. Trebetasunen eta esperientziaren ebaluazioa

Monitore bakoitzaren trebetasunak, esperientzia eta indarguneak ezagututa, beren lana hobeki egiteko aukera emanen dieten zereginak esleitzen ahalko dizkiegu. Horrela, modu ekitatiboagoan banatzen ahalko dira zereginak, kontuan izanen baitira bai identifikatutako gaitasunak, bai banakako lan-kargak.

2. Rolen eta arduren definizioa

Pertsona bat arduratuko da jarduerak koordinatzeaz eta zereginak arduradun batzuen artean banatzeaz:

- **Segurtasun-arduraduna.** Segurtasun-neurri guztiak gainbegiratzeaz eta larrialdiak kudeatzeaz arduratuko da.
- **Materialetako eta logistikako arduraduna.** Jarduerarako espazioa prest dagoela eta behar diren material guztiak badaudela bermatuko du.
- **Monitoreak.** Dinamikez eta jokoez arduratuko dira.
- **Lehen sorospenetako arduraduna.** Arriskuak prebenitzeaz eta osasunarekin erlazionatutako istripue-tan edo ezbeharretan laguntzeaz arduratuko da.
- **Komunikazioko bozeramailea.** Monitoreen, parte-hartzaileen eta, behar izanez gero, haien guraso edo tutoreen arteko komunikazioaz arduratuko da.

3. Zereginak esleitzea eta eskuordetzea

Monitore guztiek argi eta garbi ulertu beharko dute zer egin behar duten eta haiengandik zer espero den; besteak beste, jardueraren helburua, egin beharreko urratsak eta hura garatzeko ezarritako denborak.

Nahiz eta taldekide bakoitzak rol jakin bat duen, funtsezkoa kide guztiek elkarri laguntzea. Halaber, malgua izan behar da jardueran zehar gertatzen diren aldaketa edo ustekabekoetara egokitzeak.

4. Komunikazioa eta koordinazioa

Proiektua gauzatzeko prozesu osoan zehar egin behar dira koordinazio-bilerak. Jardueraren aurretik, taldekide bakoitzaren zereginak erreparatu behar dira; zalantzak argitu behar dira, baldin badaude, eta denak bat datozela ziurtatu behar da.

Tresna teknologikoen edo bestelakoen bitartez egiten ahal da koordinazioa; horretarako, oso baliagarria da norbait arduratzea tresna horiek kudeatzeaz.

5. Gainbegiratzea eta laguntza jardueran

Koordinazioko arduradunak jardueraren garapena gainbegiratu behar du, eta denek beren funtzioak betetzen dituztela eta jarduera arazorik gabe garatzen dela ziurtatu behar du.

Funtsezkoa da protokolo argi bat izatea jardueran zehar sortzen ahal diren arazoak edo larrialdiak konpontzeko.

6. Jardueraren ondotiko ebaluazioa

Jarduera garatu ondotik, garrantzitsua da taldearen feedbacka jasotzea. Haren ebaluazioak etorkizuneko esleipenak hobetzeko aukera emanen du.

7. Dokumentazioa

Garrantzitsua da esleitutako zereginak eta lortutako emaitzak erregistratzea.



MONITOREARENTZAKO Iradokizunak

- ✓ Oso garrantzitsua da kidezako eta talde-identitateko sentimendua bilatzea eta garatzea, eta helburu komunak ezartzea. Gogoan izan behar dugu talde bakoitzak bere heltze-prozesua duela.
- ✓ Zenbait funtzionamendu-arau ezarri beharko ditugu.
- ✓ Zer indargune eta ahulgune ditugun aztertuko dugu, eta prestakuntza espezifikoak eskuratuko dugu landu nahi ditugun gaitan. Horrela, esleitu zaigun rola eta taldearekiko konpromisoa bete ahalko dugu.
- ✓ Rolak zehaztu ondotik, gure lan-metodoa definituko dugu; horrek, zalantzarik gabe, gure talde-identitatea sendotuko du.
- ✓ Lidergo-rola bere gain hartu duen pertsona funtsezkoa izanen da gatazkak konpontzeko, zeinak maiz gertatzen baitira. Besteak beste, taldekideen rolak egoki banakatuta dauden ala ez baloratu beharko du.
- ✓ Alderdi horiek guztiak kontuan izan ondotik, taldea prest egonen da. Une horretan, guztiek arduraz jokatu beharko dute bere lanean, jarduera arrakastaz garatu dadin.

4.2.4

Jarduerak programatzean denboran banatzea: ordutegia, mota eta intentsitate- eta erritmo-aukera

Proiektu baten denbora-banaketak denboran duen irismena mugatzen eta antolatzen du. Gauzatzeko datak eta iraupena ezarriko ditugu, bai osoa, bai eguneroko jarduerena.

Atal honetan kontuan hartu beharreko tresnak: kronogramak eta egutegiak.

EGUTEGIA

- Oro har, denboraldi batean eginen diren jardueren multzoa erakusten du.
- Ordutegia eta datak adieraziz egituratu behar dugu.

KRONOGRAMA

- Jarduerekin erlazionatutako zereginak ere jasotzen ditu.
- Programak behar dituen zereginak biltzen ditu, hura gauzatu aurretik, bitartean eta ondotik egin beharrekoak.
- Datu lagungarriak biltzen ahal ditu; esaterako, zeregin bakoitzaz arduratzen direnen zerrenda.

Inplikaturako pertsonen eskuragarritasunaren araberakoak dira proiektu bat prestatzerakoan, gauzatu aurretik, ezartzen ditugun erritmoak. Hori dela eta, denborak elkarlanean esleitzea gomendatzen da.

Zehaztutako denbora horiek oso garrantzitsuak dira proiektua gauzatzeko fasean. Denborak baloratzeko orduan, atsedeen hartzeko, garbitzeko, bazkaltzeko eta abarretarako behar ditugun denborak izan beharko ditugu kontuan. Halaber, aintzat hartu behar ditugu jardueren erritmoak eta haien segida, zeinak koherentea izan behar baitu, eta haien bizitasuna programaren zati guztietan banatuta egonen da.

Jardueraren xede den taldearen behar espezifikoetara egokitu behar ditugu erritmoak eta ordutegiak, parte-hartzaileek zer adin duten eta ingurunera nola egokitzen diren kontuan hartuta.

4.2.5

Jarduera bat garatzeko prozesua: aurkezpena eta motibazioa, garapena eta inplikazioa, bukaera eta balorazioa

Jarduera orok lan-metodo egituratu bat behar du, hasi eta bukatzen dena.



Jardueran arreta jarri baino lehen, tarte bat hartu behar dugu taldea ezagutzeko eta sentitzeko; hala, konplizitate eta konfiantza sortuko dugu, eta, jakina, taldekideak motibatu eginen ditugu. Horretarako, dinamikak, jokoak, etab. erabiltzen ahal ditugu.

Hasierako harreman horren ondotik, jarduera bera gauzatu behar dugu.

1. Aurkezteko eta motibatze fasea

Parte-hartzaileek eta monitoreek duten lehenengo harreman zuzena da. Garrantzitsua da, une horretan sortuko baita programa osoan nagusi izanen den giroa.

Aurkezpena ongi eginda badago, konfiantza sortzen da, hasierako herstura txikitzen da, eta kide-tza-zentzua sortzen da. Parte-hartzaileek harrera ona eta segurtasuna sentitu behar dituzte, bereziki astialdiko programa batean parte hartzen duten lehen aldia bada.

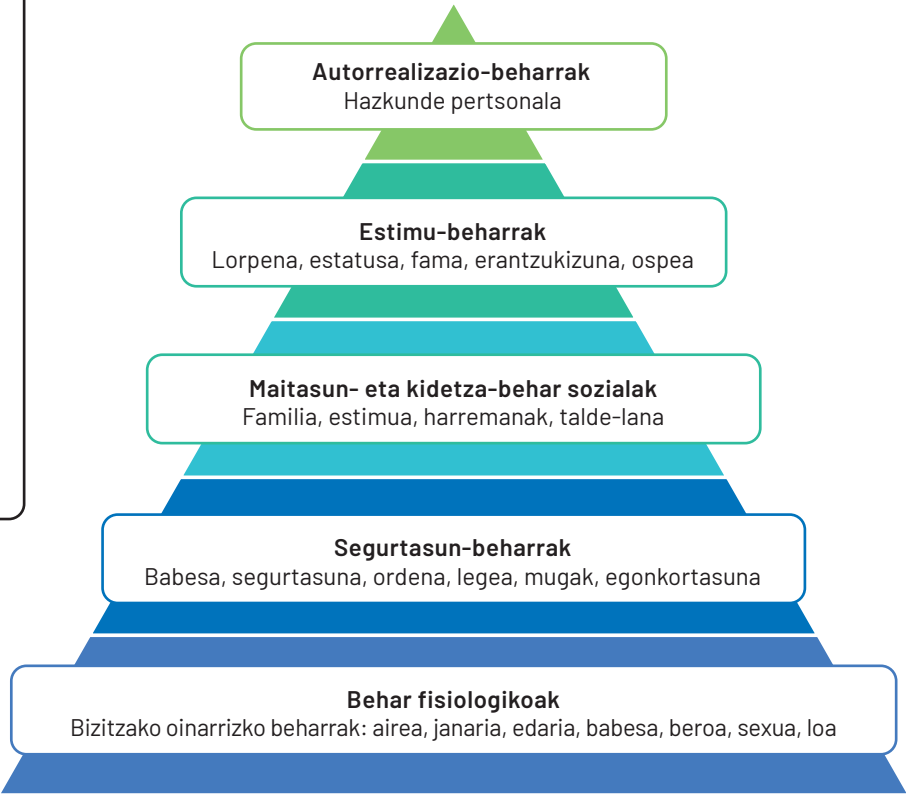
Motibazioari dagokionez, oroit gaitzen **Abraham Maslowk** beharren piramide ospetsuaren bitartez proposaturako "Giza motibazioaren teoria".

Hierarkia batean planifikatu zituen Maslowk giza beharrak, oinarritzkoenetatik konplexuenetara, eta proposatu zuen pertsonak lehenik behe-mailetakoei erantzun behar zietela ondoren goi-mailetakoei heldu ahal izateko. Hierarkia horretan, bost behar-kategoria identifikatzen dira, goranzko ordenan, biziraupenerako duten garrantziaren eta motibatzekei duten ahalmenaren arabera.

Beharrei erantzun ahala, beste batzuk sortzen dira, eta aurrekoen portaera aldatzen dute; behar bat aski aseta dagoenean, behar berri bat aktibatzen da.

Maslowen piramideak esparru kontzeptual bat eskaintzen du, zeinak haurren beharrak hobeki ulertzen laguntzen baitie monitoreei motibazioaren ikuspegitik, bai ongizate-maila pertsonalean, bai autorrealizazio-maila pertsonalean.

Tresna hori baliagarria eta inspirazio-iturri gertatzen ahal zaigu programetako gure proposamen eta erritmoetarako.



2. Garapen- eta inplikazio-fasea

Jarduera bera garatzen den unea da. Fase honetan, garrantzitsua da arreta erakartzea; horretarako, une egokian hasi behar da jarduera, parte-hartzaile guztiak prest daudenean.

Eman beharreko azalpen guztiak sartzen dira hor: jardue-ra zertan datzan, funtzionamendua, arauak, jarraibideak, iraupena, etab. Motibazioari eusteko eta proposatutako erronkak erdiesteko, helburuak parte-hartzaile guztiei azaltzea gomendatzen da.

Fase honetan, oso gomendagarria da monitore-taldea inplikatzeko. Hezitzailearen rolari eustea eta emozioak kontrolatzea gomendatzen da.

Asko errazten du monitoreen lana taldeari eta ezagutzaren eta talde-kohesioaren lehenengo faseko emaitzei buruzko informazio xehatua izateak.

Garrantzitsua da oroitzea talde bakoitzak bere garapen- eta bilakaera-erritmoa izanen duela; hortaz, garapen-prozesuak lehenetsi behar ditugu emaitzen gainetik.

3. Bukaera- eta balorazio-fasea

Jarduera baloratu behar da, bai banaka, bai taldean. Taldearekin batera, alderdi hauek baloratu behar ditugu, aurretik definitutako adierazleak kontuan hartuta: partaidetza-maila, inplikazioa, gozamina, ikaskuntza, sentimenduak, lorpenak, frustrazioak, etab.

Fase honetan, oso garrantzitsua da parte-hartzaile guztiak materiala jasotzen parte hartzea eta jabetzea zeinen garrantzitsua den espazioak aurkitu ditugun bezala uztea.

Fase honetan, monitore-taldeak bestelako harremana du parte-hartzaileekin, eta haiengana banan-banan hurbiltzeko espazioak eta denborak sortzen ahal dira, bereziki deigarria iruditu zaigun jarrera edo portaeraren bat ikusi badugu.

05

Astialdiko jarduerak ebaluatzeko metodoak

5.1

Jarduerak ebaluatzeko alderdiak edo eremuak identifikatzeko prozedura

Ebaluazioaren bitartez, helburuen balioari eta merezimenduari, jardueren eta baliabideen plangintzari eta objektu jakin baten eraginari buruzko informazio deskribatzailea eta baliagarria lortzen, identifikatzen eta ematen da.

Ebaluazioa gida gisa erabiliko da gure hezkuntza-lanaren jarraipena egiteko, eta lagungarri gertatuko zaigu erabakiak hartzeko, arazoak konpontzeko eta gure lanak helburuak bete dituen jakiteko.

Funtsezkoa da ebaluazioaren esparruak identifikatzea jarduerak hobeki planifikatzeko eta gauzatzeko.

Proiektuko alderdi guztiak ebaluatu behar ditugu, hauek kontuan izanik, erreferentzia gisa: proposatu ditugun helburuak, haiek erdiesteko erabili ditugun tresnak, eta erabilitako metodoak eta baliabideak. Era berean, beste elementu batzuk aztertzen ahal ditugu; adibidez, instalazioak, taldeko giroa, espazioak, denborak, monitoreeko harremana, etab.

5.1.1

Helburuak zehaztea

Oso garrantzitsua da argitzea zer lortu nahi den jarduerarekin, eta ziurtatu behar dugu helburu orokorrak koherenteak direla eta bat datozela hezkuntza-proiektuarekin edo erakundearen xedeekin.

Helburuek berariazkoak, neurgarriak, lortzeko modukoak, garrantzitsuak eta denboran mugatuak izan behar dute.

SMART metodoak modu eraginkorrean ezartzen eta ebaluatzen ditu helburuak. Ongi zehaztutakotzat hartzeko helburuek izan behar dituzten ezaugarrien akronimotik datorkio izena (*specific, measurable, achievable, relevant, time-bound*).

5.1.2

Jardueren ebaluazioa

Proposatutako helburuen egokitasuna eta garrantzia ebaluatu behar ditugu; hain zuzen ere, ea egokiak diren proposatutako helburuak erdiesteko.

Jardueretako partaidetza-maila eta parte-hartzaileek haietan duten inplikazioa aztertu behar ditugu.

Jarduerak taldearen adinera eta ezaugarrietara (interesak, trebetasunak, etab.) egokitzen diren egiaztatu behar dugu.

SMART METODOA

<p>S</p> <p>(Specific)</p> <p>Berriazkoa</p>	<p>Helburuak argia eta doia izan behar du, anbiguitasunik gabea.</p> <p>Zehatz-mehatz deskribatu behar du erdietsi nahi dena.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Zer lortu nahi da? • Nor dago tartean? • Non gertatuko da? • Zergatik da garrantzitsua helburu hori?
<p>M</p> <p>(Measurable)</p> <p>Neurgarria</p>	<p>Helburuak adierazle kuantifikagarriak izan behar ditu; alegia, haren bilakaera eta arrakasta ebaluatzeneko aukera ematen duten adierazleak.</p> <p>Helburua erdiesten ari garen jakiten laguntzen du horrek.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Nola jakinen dut helburua erdietsi dudala? • Zein dira arrakasta-adierazleak?
<p>A</p> <p>(Achievable)</p> <p>Lortzeko modukoa</p>	<p>El objetivo ha de ser realista y posible de lograr con los recursos y las limitaciones actuales.</p> <p>Implica considerar si se dispone de los medios, el tiempo y las capacidades necesarias para cumplir el objetivo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lortzen ahal da helburu hau? • Zer baliabide edo trebetasun behar dira?
<p>R</p> <p>(Relevant)</p> <p>Garrantzitsua</p>	<p>Helburuak garrantzitsua izan behar du, eta bat etorri behar du beste xede handiago batzuekin, nola pertsonalak hala erakundearenak.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Zergatik da garrantzitsua helburu hau niretzat edo erakundearentzat? • Bat dator xede orokorrekin?
<p>T</p> <p>(Time-bound)</p> <p>Denboran mugatua</p>	<p>Helburuak denbora-tarte finkatu batera mugatuta egon behar du.</p> <p>Ikuspegiari eta motibazioari eusten laguntzen du horrek.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Zein da helburua erdiesteko azken data? • Zein dira tarteko mugarrak?

5.1.3

Instalazioen berrikuspena

Kontuan hartu beharreko beste alderdi bat da jarduera egiteko erabiliko diren instalazioen egoeraren eta egokitasunaren ebaluazioa (segurtasuna, irisgarritasuna, etab.). Instalazioek segurtasun-, irisgarritasun- eta erosotasun-araudiak betetzen dituztela egiaztatu behar dugu.

5.1.4

Materialak eta baliabideak

Jarduerak ebaluatzean, haiek garatzeko beharrezko materialen eta baliabideen erabilgarritasuna eta egoera ere aztertu behar da.

Materialek zer kalitate duten egiaztatu behar dugu, baita taldearen ezaugarriak eta garatu beharreko jardueramota kontuan hartuta egokiak diren ere.

5.1.5

Taldekoko giroa

Ebaluatzean kontuan hartu beharreko beste alderdi bat taldekoko giroa da. Taldekideen arteko kohesioa, errespetua eta interakzioa aztertu behar ditugu, eta giro inklusiboa, hezkidetzakoa eta elkarlanekoa sustatzen den ebaluatu.

Halaber, gatazkak nola kudeatzen eta konpontzen diren eta jardueraren garapenari nola eragiten dioten aztertu behar dugu.

5.1.6

Espazioen eta denboren erabilera

Espazioaren banaketa ere ebaluatu behar dugu, ongi aprobetxatuta dagoen eta garatu beharreko jardueretara egokituta dagoen baloratzeko.

Denboraren kudeaketa aztertu behar dugu, eta kontuan hartu ea nahikoa den jarduera bakoitzari esleitutako denbora eta ea optimizatuta dagoen ahalik eta probetxu handiena ateratzeko.

5.1.7

Langileen (monitoreen) jardunak

Ebaluatu beharreko beste alderdi bat da ea monitoreek zer lidergo-gaitasun duten eta taldea nola kudeatzen duten; taldea nola eramaten duten eta estrategia egoiak aplikatzen dituzten aztertu behar da.

Taldearekin nola komunikatzen diren begiratu behar dugu, eta ea gai diren parte-hartzaileak jardueretan motibatzeke eta gidatzeko.

Halaber, erantzuteke zer gaitasun duten ebaluatu behar dugu, eta aldatetara nola egokitzen diren eta jarduera gauzatu bitartean sortu diren arazoak nola konpondu dituzten aztertu behar dugu.

5.1.8

Metodologia

Monitoreak beren lanbidean etengabe haz daitezen, lan-metodologia, antolaketa eta jardueren diseinua ere ebaluatu behar da.

Erabiltzen dugun metodoari buruz hausnartzen badugu, egindako akatsez jabetuko gara, gure jardunbideak hobetuko ditugu, eta esperientzia berrietara irekiko gara.

Gure ikuspegia berrikusita, eraginkorragoak eta sortzaileagoak izanen gara, eta eragin positiboa izanen dugu bai parte-hartzaileengan, bai hezitzaile gisa ditugun trebetasun eta gaitasunen garapenean.

5.2

Ebaluazioaren metodologia eta faseak: ebaluazioan parte hartzen duten adierazleak eta eragileak

Ebaluazioari esker, hezkuntzako esku-hartzeak eraginkorrak direla ziurtatuko dugu, eta hobetu beharreko alderdiak identifikatzen ahalko ditugu. Programa bat gauzatzeko aukera ematen duten alderdi guztiak baloratu behar ditugu, ondorioak ateratzeko, erabakiak hartzeko eta hobetzeko proposamenak egiteko.

Ebaluazio onek baliagarriak, egingarriak, etikoak eta zehatzak izan behar dute.

Baliagarria izateko, ebaluazioak bat etorri behar du ebaluatu beharreko programan inplikaturako pertsonen beharrekin (arduradunenak, profesionalenak, parte-hartzaileenak).

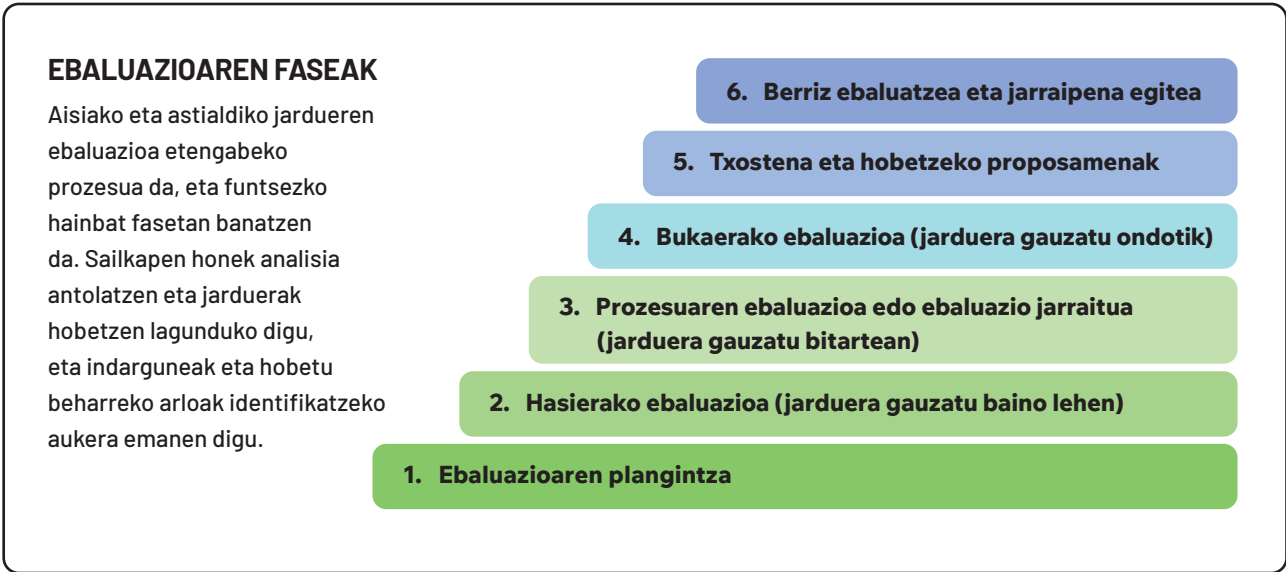
Egingarria edo bideragarria izan behar du, eta ebaluazioa egiten den uneko egoeraren eta aukeren barruan gauzaten ahal da, errealismoz, zuhurtasunez, neurritz, diplomaziaz eta eraginkortasunez.

Ebaluazio on batek **etikoa** izan behar du; alegia, lankidetzan eta inplikaturako alderdien eskubideen babesean oinarrituta egon behar du.

Zehatza eta doia izan behar du. Puntu hau da lortzen zailena. Izan ere, ez dago soilik monitore-taldearen borondate onaren menpe; aitzitik, proiektuan eragina izaten ahal duten askotariko faktore aldakorrek aurreikusteko eta kontrolatzeko duten trebetasunaren eta prestakuntzaren menpe ere badago.

Ebaluazioa egitean, hainbat teknika, estrategia, metodo eta jarduera konbinatzen dituen metodologia bati jarraitu behar zaio. Hona hemen ohikoenak: galdetegiak, elkarrizketak, jokoak eta dinamikak, behaketa, eta idatzizko edo ahozko probak, besteak beste.

Astialdiko monitorearen lanean, alderdi askotan jarri behar da arreta; hortaz, beti ohar-koaderno bat eramatea gomendatzen da, une oro ikusitako xehetasunak bildu ahal izateko.



1. EBALUAZIOAREN PLANGINTZA

Ebaluazioa planifikatzeko orduan, oso argi izan behar ditugu helburuak, eta ongi zehaztu behar dugu zer ebaluatu nahi dugun eta zein diren arrakasta-irizpideak (adibidez, partaidetza-maila, asebetetze-maila, helburu pedagogikoen betetze-maila, etab.).

Ebaluazio-tresna ugari erabili ahalko ditugu, zer informazio lortu nahi dugun. Galdetegiek asko errazten ahal digute lana, eta informazio argia eta zehatza biltzeko aukera ematen digute. Haien osagarri edo txandakatuz, beste tresna batzuk ere erabiltzen ahalko ditugu; adibidez, inkestak, behaketa zuzena, elkarrizketak, dinamikak eta jokoak.

Jarduera gauzatu baino lehen, ebaluazioa nola egingen den aztertu behar dugu, eta arduradunak esleitu: monitorea, zuzendaritza, parte-hartzaileak, etab.


2. Hasierako ebaluazioa (jarduera gauzatu baino lehen)

Jarduera ongi diseinatuta dagoela ziurtatzeko, oso kontuan izan behar ditugu bai testuingurua, bai parte-hartzaileen beharrak, eta taldearen ezaugarriak eta jarduera gauzatu aurreko espektatibak aztertu behar ditugu.

Programaren eduki guztia berrikusi behar dugu: logistika, eta jarduerak arrakasta izan dezan behar diren giza baliabideak eta baliabide material eta denborazkoak.


Jardueraren arrakasta zehazteko orduan neurtu behar ditugun alderdi guztiak azaldu behar ditugu (parte-hartzaileen kopurua, interakzio-mailak, etab.).

Atal honetan, tresna hauek hartuko ditugu kontuan:



TRESNAK

- ✓ Galdetegiak
- ✓ Inkestak
- ✓ Elkarrizketak
- ✓ Behaketa zuzena



TRESNAK

- ✓ Taldearen datuak eta beharrak biltzeko fitxa
- ✓ Baliabide materialen eta giza baliabideen zerrenda
- ✓ Adierazleak
 - Kualitatiboak
 - Kuantitatiboak

3. Prozesuaren ebaluazioa edo ebaluazio jarraitua (jarduera gauzatu bitartean)

Erabakigarria da jardueraren garapena denbora errealean behatzea. Horri esker, hainbat alderdi ebaluatzen ahal ditugu; esaterako, partaidetza, taldeko giroa, materialen erabilera eta espazioaren egokitzapena. Taldeen eta haien funtzionamenduaren behar zehatzetara egokitu behar dira programak (erritmoa, denborak, jarduera inklusiboak, baliabideak, espazioak, etab.).

Jarduera garatu bitartean oharrak hartzea eta parte-hartzaileen iritzia biltzea gomendatzen da, haien esperientziaren ikuspegi zuzena izan dezagun.



TRESNAK

- ✓ Jarraipena egiteko ohar-koadernoak
- ✓ Programazioa, eskuz idatzita
- ✓ Ebaluazio-fitxak, adierazle eta guzti
- ✓ Banakako jarraipena egiteko fitxak
- ✓ Taldeko jarraipena egiteko fitxak
- ✓ Materialaren kontrola

4. Bukaerako ebaluazioa (jarduera gauzatu ondotik)

Jarduera amaitutakoan, programa gauzatu bitartean lortu ditugun datu guztiak bildu behar ditugu (inkestak, elkarrizketak, taldeko bilerak, etab.).

Aurretik ezarritako adierazle eta helburuekin konparatu behar dugu informazio guztia, datuak ordenatu, eta laburpenak egin eta ondorioak atera behar ditugu.

Puntu honetan, monitoreen jarduna baloratu behar dugu: taldearen kudeaketa, gatazken konponketa, helburu pedagogikoen betetze-maila, eta sortutako harremana eta giroa. Era berean, parte-hartzaileen pertzepzioa eta asebetetze-maila jaso behar ditugu, baita haien iradokizunak ere, baldin badituzte.



TRESNAK

- ✓ Teknika kuantitatiboak
 - Inkestak
 - Galde-sortak
 - Bilerak
 - Jokoak eta ebaluazio-dinamikak
- ✓ Teknika kualitatiboak
 - Elkarrizketak
 - Oharra
 - Eztabaida-taldeak
 - Jokoak eta dinamikak

5. Txostena eta hobetzeko proposamenak

Txosten bat prestatu behar dugu programaren datu eta emaitza guztiekin, indargune, ahulgune eta hobetu beharreko eremuen azterketa bat barne. Txosten horretan, egingandako jarduera guztiak jaso eta irudikatu behar dira, etorkizuneko esku-hartzeetan kontuan hartzeko.

Txostenean, hobetzeko proposamenak eginen dira, eta ekintza zehatzak adieraziko dira etorkizuneko jarduerak berriro definitzeko eta, behar izanez gero, doikuntzak egiteko plangintzan, metodologian, baliabideetan edo taldearen kudeaketan.

Txosteneko emaitzak lantaldean zabaltzea gomendatzen da, etorkizuneko proiektuetan aplikatzeko eta egingandako lanaren gogobetetasuna partekatzeko.



TRESNAK

- ✓ Memoria edo txostena egiteko gidoia
- ✓ Koadernoak, bildutako datuekin
- ✓ Dokumentazio grafikoa
- ✓ Argazkiak

6. Berriz ebaluatzea eta jarraipena egitea

Azkenik, etorkizuneko esku-hartzeetan txertatu behar ditugu hobetzeko proposamenak, eta jarraipeneko eta ebaluazio jarraituko prozesu horiek gauzatzearren garrantzia baloratu.

5.2.1

Ebaluazio-adierazleak

Hona hemen ebaluazio-adierazle baten funtsezko ezaugarriak:

- **Neurgarria.** Kuantifikagarria edo egiaztagarria izan behar du.
- **Espezifikoa.** Programako edo jarduerako alderdi zehatz bati buruzkoa izan behar du.
- **Garrantzitsua.** Astialdiko hezkuntza-programaren helburuekin harreman zuzena izan behar du.
- **Aldi baterakoa.** Denboraldi jakin batean aldaketak edo emaitzak neurtzeko aukera eman behar du.



Astialdiko hezkuntzaren arloan erabiltzen den ebaluazio-adierazle bat berariazko tresna edo irizpide bat da, zeinak aukera ematen baitigu modu objektiboan neurtzeko hezkuntza-programa edo -jarduera batean proposatutako helburuak. Adierazleek asko errazten dute lortutako emaitzak kuantitatiboki edo kualitatiboki ebaluatzea, aurretik ezarritako helburuei dagokienez.

ADIERAZLEAK	
Adierazle kuantitatiboak	Adierazle kualitatiboak
<ul style="list-style-type: none"> • Ebaluatzen denaren kantitatea kalkulatzeko dute, ehunekotan, gradutan edo zenbakizko eskaletan. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ebaluatutakoaren kalitatea kalkulatzeko dute, balorazioak, erlazioak, kategoriak edo kalifikatzaileak erabiliz.
Alde onak	
<ul style="list-style-type: none"> • Adierazle hauen alde ona da oso erabilerrazak eta objektiboak direla informazioa biltzeko eta aztertzeko orduan. • Haien zehaztasun-maila handia haien esangura-maila txikiarekin zuzenean erlazionatuta dago. 	<ul style="list-style-type: none"> • Haien abantaila nagusia da zabal eta sakon aztertzen dituztela bildutako datuak. Eragozpena da zailagoa dela zenbatespen horiek sistematizatzea eta zehaztea, eta ez direla erabilerrazak datu eta emaitzekin alderatuta.
Adibideak	
<ul style="list-style-type: none"> • Egindako jardueren edo prestazioen kopurua • Parte-hartzaileen kopurua. Adina, sexua • Parte-hartzaileen kopurua, haien jatorri kulturalaren arabera • Eskarira edo taldearen beharretara egokitzeko maila • Erabiltzaileen asebetetze-maila • Bertaratze-maiztasuna • Monitore-taldearen bilera-kopurua • Bildutako zabor-kantitatea • Helburu bakoitzerako egindako jardueren kopurua • Helburuak erdietsi dituzten parte-hartzaileen portzentajea • Eskuraturiko tresnen kopurua • Askotariko jarduera-motak, garapen-arloaren arabera sailkatuak • Programa taldearen berariazko ezaugarrietara zenbat egokitzen den (egokitasun-maila) • Ebaluazioan zehar egindako inkesta positiboaren kopurua • Gatazka-kopurua 	<ul style="list-style-type: none"> • Proposamenaren kalitatearen pertzepzioa. • Baldintzak (ordutegiak, iraupena, prezioak) • Parte-hartzaileen motibazio-maila • Taldeko kohesioa • Parte-hartzaileen arteko konfiantza- eta afektibitate-giroa • Parte-hartzaileen arteko errespetu-maila • Balioak hartzea • Helburuekin erlazionatutako jarrera-aldaketak • Parte-hartzaileen interakzioak • Proposatutako jardueraren aurreko jarrera • Parte-hartzaileek programa barneratzea • Prozesuan zehar taldeak hartutako heldutasun-maila • Hartzaileen ohiturak aldatzea • Emaitzei jarraipena ematea, edo haiek orokortzea edo finkatzea • Helburuak erdiesteko programatutako jardueren koherentzia

Helburuak eta xedeak ebaluazio-adierazleekin erlazionatzen dituen adibidea

HELURU OROKORRA	<ul style="list-style-type: none"> • Ingurune naturaleko kanpamentuetan parte hartzen dutenen artean errespetua eta ingurumen-kontzientzia sustatzea.
HELURU ESPEZIFIKOA	<ul style="list-style-type: none"> • Kanpamentuan parte hartzen dutenen artean natura babestea zeinen garrantzitsua den hobeki ezagutzea, eta ingurumena zaintzeko jardunbideak sustatzea.
XEDEAK	<ul style="list-style-type: none"> • Kanpamentuaren bukaeran, parte-hartzaileen % 80k ingurumena babesteko arau nagusiak ezagutu behar dituzte. • Parte-hartzaile guztiek naturaguneak basoberritzeko edo garbitzeko jarduera batean hartu behar dute parte gutxienez.
ADIERAZLE KUANTITATIBOAK	<ul style="list-style-type: none"> • Ingurumena zaintzeari buruzko tailer bat osatzen duten parte-hartzaileen ehunekoa (espero dena: % 100). • Kanpamentuan egindako basoberritze- eta garbiketa-jardueren kopurua (espero dena: gutxienez 2 jarduera). • Garbiketa-jardueretan bildutako zabor-kantitatea (kg-tan neurtua). • Kanpamentuan birziklapen-jardueretan behar bezala egiten dituzten parte-hartzaileen kopurua (espero dena: % 90).
ADIERAZLE KUALITATIBOAK	<ul style="list-style-type: none"> • Jardueretan natura errespetatzeari dagokionez parte-hartzaileen jarrerari buruz monitoreek egiten dituzten oharrak. • Ingurumen-jardueretan parte hartzen dutenen artean ikusitako konpromiso-maila. • Ekintzek ingurune naturalean duten inpaktua hautemateko moduari buruz parte-hartzaileek ematen dituzten lekukotzak. • Eguneroko bizitzan jardunbide ekologikoekin jarraitzeko motibazioa neurtzen duten kanpamentu-ondoko ebaluazioak.

5.2.2

Ebaluazioan parte hartzen duten eragileak

Proiektua programatu eta gauzatu duten pertsonak egin behar dute ebaluazioa, baita unean-unean hura garatzen lagundu duten beste pertsona batzuek ere.

Horrez gain, programan parte hartu duten pertsonak ere esku hartzen ahalko dute ebaluazioan, eta, horretarako, aurretik aukeratutako tresnak erabiliko dituzte.



5.3

Jardueren memoria idaztea: egitura, ezaugarriak, hobetze-proposamenak eta etorkizuneko ekintzen proposamenak

Ebaluazio egituratu bat da txosten edo memoria bat. Aisiako eta astialdiko jardueren programa garatzeari eta ezartzeari eta lortutako emaitzei buruzko ikuspegi orokorra ematen du. Ezarritako helburuak nola betetzen diren informatzea, dokumentatzea eta aztertzea da haren helburu nagusia, eta prozesua deskribatzen du, baita programak parte-hartzaileengan eta ingurunean duen eragina ere.

Aisiako eta astialdiko jardueren programei buruzko txosten edo memoriaren zatiak

1. Azala

Elementu hauek dauzka: txostenaren izenburua, programaren izena, erakunde arduraduna, egiteko tokia eta datak, eta memoriaren arduradunaren izena.

2. Aurkibidea

Txostenaren atal guztiak xehakutzen ditu, eta errazagoa da atal batetik bestera joatea.

3. Sarrera

Erakunde antolatzailearen, programaren eta testuinguruaren aurkezpena, baita txostenaren edo memoriaren helburuarena ere. Programaren jatorria azaltzen du, baita aisiaren eta astialdiaren arloan duen garrantzia ere.

Atal honetan, programaren helburu orokorrak zerrendatzen ahal dira, bai entretenimenduari dagokionez, bai parte-hartzaileen ikaskuntzari eta garapen pertsonal eta sozialari dagokienez.

Litekeena da, halaber, programaren ezaugarri orokorrak jasotzea.

TXOSTEN EDO MEMORIA BAT PRESTATZEA

Aisiako eta astialdiko jardueren programei buruzko txostenak edo memoriak arlo honetan programa edo proiektu bat planifikatzeari, garatzeari eta ebaluatzeari buruzko informazio esanguratsu guttia biltzen eta zehazten du. Dokumentu horretan, lortutako emaitzak aztertzen dira, indarguneak eta hobetu beharreko eremuak identifikatzen dira, baliabideen erabilera justifikatzen da, eta jasotzen da programak parte-hartzaileengan izan duen eragina.

4. Parte-hartzaileak

Parte-hartzaileen profila (adina, ezaugarri demografikoak eta bertaratuen kopuru osoa).

5. Datak eta iraupena

Programa gauzatzeko aldia, jarduerak egiteko egunak eta haien iraupena.

6. Non eginen den

Jarduerak egiteko aukeratu zen inguruneari edo kokapenari buruzko informazioa.

7. Oinarriak

Programaren izateko arrazoia justifikatzen duten alderdi guztiak, oinarri dituen printzipio teoriko edo pedagogikoak eta zentzua ematen dion testuingurua biltzen ditu. Atal honetan, programaren arrazoia, adierazgarritasuna eta sustatu nahi dituen balioak azaltzen dira.

8. Helburu orokorrak eta berariazkoak, eta xedeak

Helburu orokor bakoitza dagozkion berariazko helburuekin eta haien xedeekin erlazionatzen da.

9. Metodologia

Atal honetan, erabilitako lan-metodoa zehazten da. Adibidez, partaidetza sustatzeko hautatutako teknikak, jardueren sekuentzia, zereginen organigrama eta antolaketa, adinen arabera bereizketak, taldekako lana, etab.

10. Jardueren plangintza

Egindako jardueren kronogramaren deskribapen xehatua, motak aipatuta (jolasekoak, trebakuntzakoak, kirolakoak, kulturalak, etab.).

Garatutako metodologia azaldu behar dugu, baita jarduerak garatzeko oinarritzat hartu den ikuspegia ere (hezkuntzakoak, didaktikoa edo pedagogikoa).

Kronograma jardueren laburpena edo egutegia da, eta haietako bakoitzaren datak eta iraupena biltzen ditu.

Hemen, hasierako planarekiko izan den edozein aldaketa zehaztu behar dugu, baita programa gauzatzean sortu ziren ustekabekoak edo zailtasunak nola konpondu ziren ere.

11. Ebaluazioa

Ebaluazioak objektiboa izan behar du, eta aurretik aipatu ditugun puntu guztiak bildu behar ditu. Kasuan kasuko adierazleak aintzat hartuta egiten da, eta alderdi ebaluagarri guztiak izan behar ditu kontuan: helburuak, metodologia, baliabideak, instalazioak, edukiak, jarduerak, espazioak, kokapena, denborak, parte-hartzaileen kopurua, programaren betetze-maila, aurrekontua, etab.

- ✓ **Ebaluazio kuantitatiboa.** Partaidetzari, erabilitako baliabideei eta lortutako emaitzei buruzko zenbakizko datuak.
- ✓ **Ebaluazio kualitatiboa.** Parte-hartzaileen asebetetzea, esperientziak eta haietan hautemandako aldaketak aztertzen ditu. Talde teknikoaren oharrak jasotzen dira, baita parte-hartzaileen eta, hala badagokio, haien familien lekukotzak ere.
- ✓ **Emaitzak eta lorpenak.** Lorpenen deskribapena, proposatutako helburuen arabera. Hemen, grafikoak edo taulak jartzen ahal dira, edo lortutako emaitzak ulertzen laguntzen duen beste edozein tresna bisual.

Programaren eragina aztertzeke orduan, kontuan hartu behar dugu zer eragin duen parte-hartzaileengan, bai ikaskuntzari dagokionez, bai haien ongizate emozional edo sozialari dagokionez.

12. Ondorioak

Atal honetan, programaren arrakastari buruzko azterketa orokorra eta subjektiboa egiten da. Besteak beste, hautemandako indarguneak eta ahuleziak aipatu behar dira, erabilitako metodologiari buruzko hausnarketak egin, eta etorkizuneko programetarako hobekuntza-gomendioak eman.

Programa eta haren ondorioak ebaluatu ondotik, hurrengo edizioetarako aldaketa- edo hobekuntza-proposamenak garatu behar ditugu, parte-hartzaileen esperientzia eta proiektuaren eraginkortasuna optimizatzeke.

13. Eranskinak

Txostena babesten duten dokumentu gehigarriak dira; besteak beste, asebetetze-inkestak, mapak, planoak, lanak, grafikoak, jardueren argazkiak, finantza-txostenak, araudiak, izena emateko eredu-fitxak, familientzako gutunak, etab.



06

Osasunerako hezkuntzako estrategiak eta metodoak

6.1

Osasunerako hezkuntzako oinarrizko kontzeptuak. Bizi-ohitura osasungarriak aplikatzea

Ikuspegi orokorretik begiratu behar diogu osasunaren kontzeptuari: gaixotasunik eza baino askoz ere gehiago da. Benetako osasunak oreka fisikoa, mentala eta soziala dakar berekin, eta prebentzio-ohituren eta bizimodu osasungarrien bitartez lortzen da hori. Gorputzaren zainketa ez ezik, ongizate emozionala eta soziala ere hartzen du barnean; ongizate horri esker, osoki bizitzen ahal gara, eta bizi-kalitate ona izaten ahal dugu.

Aisian eta astialdian heztean, ohitura osasungarriak sustatzen dira: naturarekiko harremana, ariketa fisikoa eta kirola egitea, dantza egitea, sozializatzea, etab. Alderdi horiek guztiek ongizate globala indartzen dute, eta oreka fisikoa, mentala eta soziala izateko aukera ematen dute.

Astialdia modu osasungarrian erabiltzeari buruzko hezkuntza bizi-kalitatea hobetzeko bide eta estrategia baten parte da, eta osasunaren ideia zabal eta positiboa indartzen du. Horrela, pertsonak aktiboki hasten dira beren burua zaintzen, eta denboran iraunen duten ohiturak hartzen dituzte.

DEFINIZIOA

Osasunaren Mundu Erakundeak (OME) honela definitzen du osasuna: "erabateko ongizate fisiko, mental eta soziala, eta ez soilik gaixotasunik ez izatea".

Halaber, esperientziaren bidez ikastea lortzen da: jarduera ludikoen bitartez gorputza eta burua zaintzea zeinen garrantzitsua den ikusten da, eta errazago hartzen dira portaera osasungarriak.

Osasunerako hezkuntzak pertsonak gaitu nahi ditu beren ongizatearen aldeko erabakiak hartu ditzaten, eta bizimodu osasungarriagoa lortzeko jarduerak sustatzen ditu. Programa horietako batzuek kirola, elikadura orekatua, estresaren kudeaketa, ingurumenaren errespetua eta pertsonen arteko harreman indartsuak susta ditzakete, testuinguru ludikoan boluntarioan eta parte-hartzailean.

Gaixotasunen arrisku-faktoreei buruzko informazioa baino harago doa, eta oso garrantzitsua da pertsonen garapen osorako; hortaz, astialdiko monitoreen lehen-tasuneko zereginetako bat izan behar du, eta prebentzio-programak eta osasuna sustatzeko programak garatuz lortzen da.

Programa horietan, norberaren osasuna kontrolatzeko eta babesteko beharrezko ezagutza, jarrera, balio eta trebetasunak nola zabaldu azaldu behar da.



6.1.1

Ohitura osasungarriak

Hautzaroan eta nerabezaroan hartzen diren ohitura osasungarriak funtsezkoak dira bizimodu osasungarriaren oinarriak ezartzeko, eta, hala, pertsonen garapen osoa bermatzeko.

Eta horietan, gorputza eta burua etengabe hazten eta heltzen ari dira; hortaz, ezinbestekoa da hurrek eta nerabeek beren ongizate fisikoa eta emozionala indartzen duten ohiturak hartzea.

Funtsezkoa da gaixotasunak prebenitzea eta bizimodu orekatua eta betea eraikitzea bizitzako etapa goiztiar hauetan. Ohitura osasungarriaren onurek (egoki jatea eta lo egitea, ariketa egitea, drogarik ez kontsumitzea, etab.), bizi-kalitatea uanean bertan hobetzeaz gain, eragin iraunkorra ere badute helduaroan.

Elikadura

Hautzarotik eta nerabzarotik ongi elikatzen hasiz gero, hazkunde eta garapen egokiak bermatzen ahal dira, eta osasun-arazoak saihesten bitzta osoan.

Eta erabakigarri horietan, gorputza bizkor aldatzen da, bai fisikoki, bai kognitiboki, eta, beraz, beharrezkoa da funtsezko nutriendez egoki hornitzea. Gainera, hautzaroan, elikadura-ohituren oinarriak ezartzen dira, eta, egoki finkatzen badira, bitzta osoan gordetzen dira.

Nerabezaroan, gorputza bizkor hazten da, eta areagotu egiten dira nutrizio-beharrak, bereziki bitamina, mineral, proteina eta kalorienak. Hori dela eta, etapa honetan, funtsezkoa da dieta orekatua sustatzea, zeinak nutriendetan aberatsak diren askotariko elikagaiak izan behar baititu; besteak beste, frutak, barazkiak, bihi osoko zerealak, gihar-proteinak eta gantz osasungarriak.

Halaber, nerabzaroa oso garai garrantzitsua da ikaste-ko zer harreman dagoen elikadura onaren eta ongizate orokorraren artean, nola fisikoa hala emozionala. Hori dela eta, aldi honetan oso garrantzitsua izanen da elikadura-nahasmenduak saihestea.

Astialdiko monitoreek kontziente izan behar dute eta informazioa bildu behar dute elikadura-nahasmenduei buruz (adibidez, bulimia, anorexia eta obesitatea); horrela, prebentzio-lana egiten ahalko dute, eta hautzaroan eta nerabezaroan arazo horiek detektatzen laguntzen ahalko dute.

Eta horietan, funtsezkoa da elikadura-ohitura osasungarriak irakastea; hala, arriskuak txikituko dira helduaroan, eta patologia kronikoak saihestuko, hala nola obesitatea, diabetesa eta gaixotasun kardiobaskularrak.



GOGOAN IZAN

Bizimodu osasungarria izateko, funtsezkoa da hautzarotik eta nerabzarotik hasita sustatzea elikadura orekatua.

Nerabeentzako gomendio orokorrak

- ✓ Egunean bost otordu egitea: gosaria, ha- maiketakoa, bazkaria, askaria eta afaria.
- ✓ Egunero frutak, barazkiak eta ortuariak jatea.
- ✓ Egunero esnekiak hartzea.
- ✓ Karbohidrato konplexuak jatea, zerealetatik eratorriak (ahal dela, bihi osoko zerealak iza- nen dira, zuntz gehiago dutelako; adibidez, garia eta arrosa), baita tuberkuluak ere (esa- terako, patatak).
- ✓ Lekaleak, fruitu lehorrak, arrautzak eta arra- ina maiz jatea.
- ✓ Haragi gorri eta hestebete gutxiago jatea, baita bestelako haragi prozesatu gutxia- go ere (adibidez, hanburgesak, saltxitxak, etab.), eta, haien ordeztu, haragi zuriak auke- ratzea (azalik gabeko hegaztikiak eta untxia).
- ✓ Gantz asean kontsumoa mugatzea, eta trans gantzik ez kontsumitzea.
- ✓ Elikagaiak prestatzeko eta ontzeko beti oli- ba-olio birjina erabiltzea.
- ✓ Noizean behin kontsumitzea snackak, eda- ri freskagarriak, zuku azukredunak, opilak, etab.
- ✓ Ura erregularlari edatea, egunean gutxienez 6-8 basokada.
- ✓ Koiperik behar ez duten egoste-teknikak erabiltzea (esaterako, plantxa, labea, lurr- na, etab.), eta frijituak eta arrautza-irinak saihestea.
- ✓ Egunero ariketa fisikoa egitea.
- ✓ Egunean gutxienez 8 ordu lo egitea.

Marta Garcés-Rimón eta Marta Miguel Castro.

Elikaduraren Zientzietako Ikerketa Institutua, Ikerketa Zientifikoen Kontseilu Gorena. INJUVE aldizkaria, 112. zk.

Ariketa fisikoa

Funtsezkoa da txikitatik sustatzea ariketa fisikoa, hau- rren garapen osoa ahalbidetuko duten ohitura osasun- garrien parte baita.

Harreman zuzena dago jarduera fisikoaren eta ongizate emozional eta mentalaren artean. Hori dela eta, erregu- larki ariketa egiteko ohitura haurtzarotik hartzea da bi- zimodu aktiboaren oinarria; hori lagungarria gertatuko zaigu osasun-arazoak saihesteko, hala nola obesitatea eta gaixotasun kardiobaskularrak.

Jarduera fisikoa eginez, trebetasun sozialak garatzen ahal ditugu, eta talde-lana sustatzen. Hezkuntza-ikus- pegi hori nahiko ohikoa da astialdiaren arloan, eta jar- duera fisikoen proposamen ugari integratzen dira pro- grametan; jarduera horiek osasuna bultzatzen dute, eta bizimodu orekatua sustatzen dute.

Halaber, neurozientziak frogatu du ariketa fisiko erre- gularrak eragin positiboa duela garunaren garapenean eta funtzionamenduan, bereziki haurtzaroan eta ne- rabezeroan. Osasun kardiobaskularra eta muskularra hobetzeaz gain, jarduera fisikoak garunaren neuroplas- tizitatea hobetzen du; hau da, haren egokitzeko eta be- rrantolatzeko ahalmena. Halaber egiaztatu da memoria, kontzentrazioa eta ikasteko gaitasuna hobetzen dituela; garuneko zelula berriak sortzen ditu, eta konektibitate neuronalak hobetzen du.

Ariketa egitean, neurotransmisoreak askatzen dira (adibidez, dopamina eta serotonina), zeinak funtsekoak baitira ongizate emozionala erregulatzeko eta aldarte ona izateko.

Azken batean, ezinbestekoa da haur eta gazteen egu- neroko ohituretan jarduera fisikoa sartzea, bai osasun fisikoa bermatzeko, bai haien gaitasun kognitiboak eta emozionalak indartzeko.



Biosofía: Ejercicio físico y cerebro,
Nazareth Castellanos y José Luis
Trejo. (Youtube).



<https://bit.ly/4iEtlfk>



Legezko eta legez kanpoko drogen kontsumoa

Hautzaroan eta nerabezaroan drogak kontsumitzeak (legezkoak edo legez kanpokoak izan) ondorio larriak izaten ahal ditu garunaren osasunean eta garapenean. Behar-beharrezkoak diren garuneko eremuei eragiten ahal die (adibidez, erabakiak hartzeaz, bulkadak kontrolatzeaz eta emozioak erregulatzeaz arduratzen direnei), eta ondorioak ditu epe luzera haur eta nerabeen osasun mentalean eta ikasteko gaitasunean.

Ikuspegi psikologikotik, drogak kontsumitzeak nahasmentu mentalak garatzeko arriskua handitzen du; esaterako, herstura, depresioa eta psikosia.

Litekeena da drogak kontsumitzen dituzten nerabeen egoera emozionala eta portaera nabarmen aldatzea, eta horrek eragina izanen du haien errendimendu akademikoan, kontzentratzeko arazoak eta motibazio-falta sortzen baititu.

Gainera, droga-kontsumoa osasun fisikoko arazoekin erlazionatuta dago; esaterako, arnasbideetako gaixotasunak, gaixotasun hepatikoak, etab.

Nerabezaroa garai erabakigarria da menpekotasunak garatzeko. Drogak goiz kontsumitzeak menpekotasuna garatzeko arriskua handitzen du, eta, gainera, sozializazio-prozesuei eragiten die, baita familiako, eskolako eta lagun-taldeko pertsonen arteko harremani ere. Arlo horietan gatazkak sortuz gero, arrisku-portaerak agertzen ahal dira, eta nerabeek arriskuan jartzen ahal dute beren segurtasuna.

Higienea

Hautzaroan eta nerabezaroan, higiena funtsezkoa da osasunerako eta ongizaterako. Oso onuragarria da txikitatik higiene-ohitura egokiak hartzea eta mantentzea, eta funtsezkoa da gaixotasunak saihesteko eta osasun orokor ona sustatzeko.

Loa

Loa behar-beharrezkoa da garapen fisiko eta mentalerako, bereziki nerabezaroan, funtsezkoa baita garuna osatzeko eta ongizate emozionalaren oinarriak sendotzeko.

Azken urteetan, zenbait azterlanek frogatu dute gazteek gero eta gutxiago lo egiten dutela, eta osasuneko eta hezkuntzako adituak oso kezkatuta daude.

Hona hemen nerabezaroan atsedean-orduak murriztea eragin duten faktoreetako batzuk: gailu elektronikoen gehiegizko erabilera, presio akademiko eta sozialak, eta bizi-ohituren aldaketak. Horrek ondorio negatiboak izaten ahal ditu epe motzera eta luzera, eta gazteen errendimendu kognitiboari eta osasun fisiko eta emozionalari eragiten ahal die.

Osasunaren Mundu Erakundeak (OME) nabarmendu du egoki lo egitea funtsezkoa dela osasun fisiko eta mentalerako. Gomendio hauek egiten ditu adinaren arabera lotan eman beharreko orduetaz buruz:

ADINA	GOMENDATUTAKO LO-ORDUAK
Eskolaurrekoak (3-5 urte)	Egunean 10-13 ordu
Eskola-aldia (6-13 urte)	Egunean 9-12 ordu
Nerabeak (14-17 urte)	Egunean 8-10 ordu
Helduak	Egunean 7-9 ordu

Funtsezko beste alderdi bat **loaren kalitatea** da. Indarberritzailea izateko, jarraitua izan behar du, eta fase gutietatik pasatu behar du, lo sakona eta REM fasea barne.

Kontuan hartu beharreko gomendioen artean, ordutegi erregularra izatearena dago. Egunero ordu berean oheratzeak eta jaikitzeak erritmo zirkadianoa erregulatzen laguntzen du, eta loaren kalitatea hobetzen du.

Gainera, atsedena indarberritzailea izatea ziurtatzeko, beharrezkoa da loaren higiearekin erlazionatutako ohitura osasungarriak hartzea; besteak beste:

- Oheratu aurretik kafeinarik eta janari astunik ez hartzea.
- Lo egin aurretik jarduera lasaigarriak egitea.
- Gauean pantaila distiratsuko gailu elektronikoen erabilera mugatzea.

Lo-faltak eragin zuzena du osasunean, bai fisikoki, bai emozionalki. Arazo larriekin erlazionatuta dago; adibidez, obesitatea, II motako diabetesa, gaixotasun kardiobaskularrak eta aldar-tearen nahasmenduak.

Aldiz, ongi lo eginez gero, osasun orokorra hobea izanen da; alegia, immunitate-sistema indartsuagoa, kontzentratzeko gaitasun handiagoa, memoria hobea, eta estresa kudeatzeko gaitasun handiagoa.

Gizarte-harremanak

Gizarte-harreman positiboak eta gizarte-babesa funtsezkoak dira pertsonen ongizate beterako. Zoriontsuagoak egiten gaituzte, kidetza-zentzua sortzen dute, eta bizi-ohitura osasungarriak hartzea sustatzen dute.

Ohitura osasungarriak baloratzen eta bultzatzen dituzten babes-sareen parte izanda, motibazio handiagoa izaten dugu osasuna zaintzeko portaera positiboak geureganatzeko eta mantentzeko.

Halaber, osasun fisiko eta emozional onak gizarte-harreman osasungarriak sortzeko eta mantentzeko gaitasuna hobetzen du, eta, ondorioz, ongizate orokorrerako zirkulu positiboa eta onuragarria sortzen da.

6.2

Monitoreak osasunerako hezkuntzan dituen erantzukizunak aztertzea

Osasuna sustatzeak aukera paregabea ematen du haur, nerabe eta gazteen bizi-ohituretan eta bizimoduetan eragin positiboa izateko eskolatik kanpo eta astialdiko hezkuntzaren arloan.

Sozializazio-eragile eta hurbileko erreferentzia gisa jarduten dutenez, monitoreek funtsezko eginkizuna dute arlo honetan. Jarduera ludikoak antolatzeaz gain, osasuna sustatzeko prebentzio-programak diseinatzeaz ere arduratzen dira.

Orobat, ereduak ere badira, eta, haien jarrerarekin eta portaerarekin, inspirazio-iturri bihurtzen dira bizi-ohitura osasungarriak hartzeko.

Haien zereginetako bat ere bada lankidetzan, errespetuan eta elkarrekiko zaintzan oinarritutako inguruneak sortzea; alderdi horiek ezinbestekoak dira parte-hartzailerik garapen betea izan dezaten jardueretan.

6.3

Arrisku-jokabideak prebenitzeko baliabideak eta metodoak planifikatzea

Jokabide arriskutsuak saihesteko, ezinbestekoa da baliabideak eta metodoak planifikatzea, bereziki aisiako eta astialdiko hezkuntzaren arloan, non zeharkako eta lehentasunezko gaia baita eta sistematikoki aplikatu behar baita programa guztietan.

Ongi egituratuta dagoen estrategia bat izan behar du; estrategia horrek kontuan izan behar ditu eskuragarri dauden baliabide material eta giza baliabide guztiak, eta metodo eraginkorrak aplikatu behar ditu parte-hartzaileen artean arrisku-jokabideak saihesteko (substantzien kontsumoa, indarkeria, jazarpena edo portaera arriskutsuak).

Lehenik, arrisku-jokabide horiek identifikatu behar ditugu, kontuan izanik bai ardurapean ditugun pertsonen adina eta gizarte-ingurunea, bai beste kanpo-elementu batzuk, hala nola substantzien eskuragarritasuna, gainbegiratze-falta edo taldearen presioa.

Arrisku-jokabideak goiz detektatzeko eta kudeatzeko, etengabe trebatu behar du astialdiko monitoreak, eta beharrezko tresnak dituela ziurtatu behar du.

Esku hartzeko teknikak erabiltzen ere jakin behar du, eta kanpo-baliabideekin eta profesional espezializatuekin koordinatzeko kanalak ezarri, zeinak gaituta baitaude jokabide horiei heltzeko berariazko programen bitartez.

6.3.1

Alkohola eta tabakoa kontsumitzea

Arrisku asko ditu alkohola kontsumitzeak. Epe motzera, istripuak, indarkeria, harreman pertsonaletako arazoak, intoxikazioa eta sexu-harreman ez-segurua eragiten ahal ditu. Epe luzera, 200 gaixotasun baino gehiago eragiten ahal ditu (diabetesa, hipertentsioa, patologia hepatikoak eta kardiobaskularrak, narriadura kognitiboa, herstura eta depresioa), eta zenbait minbizi-motarekin erlazionatuta dago (ahokoa, eztarrikoa, esofagokoa, gi-belekoa, kolonekoa eta, emakumeengan, bularrekoa).

Gero eta gazteago hasten dira alkohola eta tabakoa kontsumitzen (13 edo 14 urte aldera). Adin horietan, berdinkideen taldeak eragin handia du sozializazio-prozesuetan, familiaren kalterako.

6.3.2

Elikadura eta jarduera fisiko desegokia

Elikadura desegokia eta jarduera fisiko eskasa arrisku-faktore garrantzitsuak dira zenbait gaixotasun eta osasun-arazo izateko. Ohitura ez oso osasungarri horiek gaixotasun kroniko ez-kutsakorrek garatzeko arriskua handitzen dute; esaterako, obesitatea, II motako diabetesa, gaixotasun kardiobaskularrak eta zenbait minbizi-mota.

ELIKADURA DESEGOKIA

Dieta ez oso orekatuak:

Gantz aseetan, azukreetan eta sodioan aberatsak diren elikagai prozesatu gehiegi eta fruta, barazki eta zuntz gutxiegi kontsumitzen baditugu, gehiegizko pisua eta obesitatea izateko arriskua dugu.

Elikadura-urritasunak:

Oinarrizko mikronutriente nahikoak (adibidez, bitaminak eta mineralak) ez dituen dieta batek garapen fisiko eta kognitiboari eragin diezaioke, bereziki haur eta nerabeenari.

JARDUERA FISIKO ESKASA

Sedentarisinoa:

Erregulariki ariketarik ez egiteak gaitasun kardiobaskularra, muskularra eta hezurretakoa murrizten ditu, eta zenbait gaixotasun izateko arriskua handitzen da; adibidez, hipertentsioa, diabetesa eta osteoporosia.

Eragin psikologikoa:

Jarduera fisiko erregularra, gorputzerako ez ezik, bururako ere onuragarria da: aldartea hobetzen du, eta nahasmendu mentalak garatzeko arriskua txikitzen da; esaterako, herstura eta depresioa.



MONITOREARENTZAKO Iradokizunak

- ✓ Heztea eta kontzientziaztea, arrisku-jokabideak prebenitzeko informazio egokia emanez.
- ✓ Hautabide osasungarriak eskaintzea. Jarduera fisikoetan eta informazio- edo zabalkunde-kanpainen parte hartu dadin sustatzea, alderdi komunitarioa lantzen duten elkarteekiko konpromisoari helduz.
- ✓ Bizimodu osasuntsurako trebetasunak garatzea, hainbat teknikaren bitartez: estresa kudeatzea, presio soziala kontrolatzea, emozioak kudeatzea, arazoak konpontzea, komunikazio eraginkorra izatea eta erabakiak hartzea.
- ✓ Beste pertsona batzuen laguntzarekin pertsonen arteko harremanak sustatzen dituzten gune seguruak eta osasungarriak sortzea.
- ✓ Autoestimua bultzatzea, norberarenganako segurtasuna eta konfiantza eraikiz. Berariazko bizi-prozesuetan laguntzen duten baliabideak eta babesak ematea.
- ✓ Haur eta nerabeen artean autonomia eta autozainketa sustatzea.

6.3.3

Afektibitatea eta sexualitatea

Sexualitatea eta afektibitatea funtsezko alderdiak dira haur, nerabe eta gazteen garapen beterako. Biak estuki lotuta daude. Lehenengoak identitatearekin, afektuekin, gainerakoekin harremanetan jartzeko eta gure emozioak adierazteko moduarekin erlazionatutako alderdiak hartzen ditu barnean. Afektibitatea, bestalde, gure sentimenduak eta lotura emozionalak bizitzeko eta kudeatzeko modua da.

Sexualitatea gizaki sexuduna izateagatik pertsona bakoitzak duen bizipen indibiduala da. Esperientzia hori pertsonala eta bakarra da, bizitza osoan zehar garatzen da, eta sentsazioak, emozioak, sentimenduak eta nahiak konbinatzen ditu.

Sexualitatea adieraztean, zenbait jokabide eta komunikazio pertsonaleko modu batzuk sortzen dira, eta errespetuz, askatasunez, erantzukizunez eta kontzienteki aukeratuz bizi behar dira beti. Jokabide horiek modu osasungarrian bideratzen diren guztietan, plazera eta ongizate emozionala ekarriko dute.

Erotika giza sexualitatearen adierazpena da. Alderdi eta adierazpen-eremu indibidual eta sozial ugariaren bitartez agertzen da; adibidez, nola pentsatzen dudan, nola sentitzen eta komunikatzen naizen, nola adierazten ditudan gauzak, nola mugitzen naizen, nola jokatzeko dudan, nola egiten ditudan gauzak, nola hedatzen naizen, nola tratatzen dudan neure burua eta nola tratatzen ditudan besteak.

Erotika bihurtutako sexualitatea argi eta garbi ikusten eta sentitzen da zenbait arlotan; esaterako, artean, kirolean, dantzan, elkarrizketa batean, eztabaidetan, festetan eta ospakizunetan.

Horren haritik, sexualitatea "sexuazioaren eta kulturaren" arteko nahasketa gisa ulertzen ahal da, eta nahasketa horretan ohitura eta sinesmen kulturek gizarte bakoitzean ematen diete forma sexuari eta haren adierazpenei. Unibertso sinboliko hori eraikitzeke, biologia, kultura, esperientziak, sentimenduak eta arbasoengandik jasotako sinesmenak hartzen dira oinarritzat.

Pertsona bakoitzak aske sentitu behar du bere sexualitatea adierazteko, errespetuz eta arduraz, tabuak eta gizarte-presioak gaindituz. Horrek berekin dakar sexu bakoitzari esleitutako rol eta estereotipoak buruz dauden sinesmen mugatzaileak eta kulturalki jasotako desberdinkeriak eraldatzea eta sortzen diren gatazkak gainditzea.

Sexualitatea bete-betean bizitzeko, bizitza sexual gogobetegarria eta aberasgarria izan behar da, beti errespetuz, elkarrekikotasunez eta berdintasunez jokatzuz.

Lehen esan dugun bezala, pertsonak dituen eta besteekin eta bere buruarekin erlazionatzeko moduan eragina duten sentimendu, emozio eta aldardeen multzoa da afektibitatea.

Hezkuntza-arloan, funtsezkoa da afektibitatea, ikaskuntza- eta garapen-prozesuak estuki lotuta baitaude emozioekin eta esperientzia afektiboekin.

Nerabezaroan eta gaztaroan, pertsonen arteko harreman konplexuagoak garatzen eta gure sexu-identitatea arakatzeko hasten gara. Aldi horietan, astialdiko hezkuntzak kontuan izan behar du afektibitatea eta sexualitatea ohitura osasungarrien parte direla eta arlo horietan hezkuntza ona izateak bizitzarako eta maitasunerako oinarriak ezarriko dituela.

Astialdiko hezkuntzaren arloa oso egokia da ikuspegi integraletik tratatzeko sexualitatea. Izan ere, modu osasungarrian, arduraz eta kontzienteki bizitzen irakasten du.

Guztientzako espazio inklusiboak eta seguruak sortzeko, beharrezkoa da generoari eta sexualitateari zeharkako gai gisa heltzea. Horrek esan nahi du ez direla landu behar gai isolatu gisa, eta printzipio gidari gisa integratu behar direla jarduera eta dinamika guztietan, berdintasuna eta aniztasunarekiko errespetua sustatzeko.

Sexualitatea bizitzeko funtsezko printzipioak

- ✓ **Nork bere burua ezagutzea.** Ezinbestekoa da gure emozioak, nahiak eta lehentasun sexualak arakatzeko eta ezagutzea sexualitate osasungarria izateko. Prozesu horretan, gure sexu-joera identifikatuko dugu, eta benetako genero-identitatea eraikiko dugu, kanpo-presiorik gabe.
- ✓ **Adostasuna.** Sexu-harreman orok elkarrekiko adostasun librean oinarrituta egon behar du. Norberaren sexualitatea bizitzeak berekin dakar mugak ulertzea, bai norberarena, bai besteena, eta nork bere gorputzari buruz erabakiak hartzeko duen eskubidea errespetatzea.
- ✓ **Errespetua eta aniztasuna.** Sexualitatea askotarikoa da, eta, bete-betean bizitzeko, genero-identitateko eta sexu-joeretako desberdintasunak onartu

behar dira. Printzipio honek besteekiko eta sexualitatea bizitzeko duten moduarekiko errespetua sustatzen du, baita bizikidetzatza inklusiboagoa ere.

- ✓ **Zintzotasuna.** ESexualitatea bizitzeko eta partekatzeko modurik eboluzionatuena da. "EZ" identifikatzen ikastea datza, erru, beldur edo lotsarik gabe, nork bere burua konkistatzearen adierazle eta ahalmen pertsonalaren adierazpen gisa; benetako ikaskuntza-eta hazkunde-prozesua da, geure mugak aitortuko ditugu, eta maitasunaren oinarriak ezarriko ditugu.
- ✓ **Erantzukizuna eta autozainketa.** Norberaren sexualitatea bizitzeak esan nahi du arduraz jokatu behar dela norbera eta bikotekidea babesteko, antisorgailuak erabiliz eta aldizkako mediku-azterketen bitartez osasun sexuala zainduz.
- ✓ **Betetasuna eta askatasuna** Astialdiko hezkuntzak, halaber, sexualitate-aniztasuna integratu behar du, eta gazteen sexu-joera eta genero-identitate askotarikoak aitortu eta errespetatu. Hori lortzeko, beharrezkoa da:
 - Segurtasun- eta konfiantza-espazioak sortzea, pertsona bakoitzak askatasunez adieraz dezan nahi duena, iritzia jasotzeko edo baztertuta izateko beldurrik gabe.
 - Sexu-aniztasunarekiko errespetuan heztea. Askotariko sexu-joerak eta -identitateak ikusgai jartzen dituzten jarduerak sustatzea, elkarrekiko errespetua eta ulermena bultzatuz. Hor, sexu-aniztasuneko gaiei heltzen dieten solasaldiak, jokoak eta dinamikak sartzan ahal dira.
 - Funtsezkoa da pertsona "desberdinarekiko" dugun begirada heztea, haren sentimenduak eta beharrak kontuan hartuz, eta hura gizaki gisa hartuz (haren izaerak oinarritzko alderdiak biltzen ditu: afektua, maitasuna, begirunea, errespetua, zainketa, onarpena, elikadura, atsedena, arreta, etab.)
 - Oso garrantzitsua da informazio egia eta irekia ematea sexu-identitateari buruz: mitoak eta aurreiritziak desmuntatzen lagunduko dugu, eta elkarbizitza inklusiboagoa sustatuko dugu.



○ Norberaren sexualitatea ezagutzeak eta onartzeak ohitura osasungarriak sortzen ditu

Sexu-hezkuntza integralak autoezagutzan eta norberarekiko eta besteekiko errespetuan oinarritutako sexualitate osasungarria sustatzen du. Era berean, beste pertsona batzuekin sexu-harremanak izaten hasteak dituen ondorioetan heztea dakar: adostasuna, elkarrekiko menpekotasun emozionala, tratu-desberdinkeria, manipulazioa, sexu-transmisiozko infekzioen aurkako babesa (STI), eta planifikatu gabeko haurdunaldiak.

Sexualitatea arduraz garatzeko, alderdi hauek hartu behar dira kontuan:

- Baimen informatua eta kudeaketa emozionala. Geure bulkadez, nahiez eta emozioez kontziente izan behar dugu. "EZ" elkarrekiko errespetuaren zati gisa onartzen eta horren ondoriozko frustrazioak kudeatzen ikastea.
- Antisorgailu seguruak erabiltzea eta gaixotasunak saihestea, aldizka mediku-azterketak eginez. Ohitura horiek autozainketa, erantzukizuna eta norberaren eta besteren ongizatearekiko errespetua islatzen dute.
- Sexu-aniztasuna onartzea, eta joera eta sexu-identitate askotarikoak errespetatzea.

○ Afektibitatea, ohitura osasungarriak sortzeko balio gisa

Afektua balio unibertsala da, eta denok behar dugu gure ongizate emozional eta fisikorako. Autoafektuan eta adeitasunean du jatorria. Bi faktore horiek estuki lotuta daude amodio propioarekin, autoestimuaekin eta emozioen erregulazioarekin.

Errespetuan, adeitasunean, enpatian eta komunikazioan oinarritutako harreman afektiboek autoestimua eta kidetza-zentzua indartzen dute, eta oreka emozionala sustatzen.

Adeitasuna ohitura bihurtzen ahal da. Pertsonen arteko harreman osasungarriak eraikitzeke tresna bat da, eta berekin dakar emozioak onartzea eta egoki adieraztea. Errespetuan, enpatian eta komunikazio positiboan oinarritutako loturak ezartzeko aukera ematen du, dinamika manipulatioak, toxikoak edo indarkeriazkoak saihestuz.

Astaldiko monitorea erreferentzia bihurtzen ahal da balio horiek sustatzeko orduan, eta ingurune seguruak, afektiboak eta osasungarriak sortzeko aukera ematen duten jarrera positiboak ereiten ditu.

Hori lortzeko, keinu sinpleak egitea gomendatzen da; esaterako, irribarre egin, begietara begiratu, bertan dagoe-la erakutsi eta aktiboki entzun. Errespetuzko elkarrizketa sustatzen duten esaldiak edo hitzak ere erabili; adibidez, "mesedez", "eskerrik asko", "sentitzen dut", "entzuten dizut", "ulertzen dizut", "pozez betetzen nau zure lorpenak, eta laudatu egiten dut".



GOGOAN IZAN

Adin goiztiarretatik afektibitatea eta sexualitatea modu positiboan integratzeak laguntzen du bizitza emozional eta sexual beteagoa eraikitzen, eta, hala, osasun mentaleko arazoak, gaixotasun sexualak eta pertsonen arteko gatazkak izateko arriskua murrizten da.



MONITOREARENTZAKO iradokizunak

Funtsezkoa da harreman afektibo eta sexualak, generoa, sexu-aniztasuna eta antzeko gaiak zeharka integratzea hezkuntza-jarduera guztietan. Tailerrak, taldeko dinamikak eta jarduera ludikoak diseinatzean etengabe (ez puntualki) landu behar dira, genero-berdintasuna eta sexu-aniztasuna gazteen bizitzako eguneroko alderdi gisa normalizatzeko.

Horrela, garapen pertsonal eta sozialeko espazio izateaz gain, astaldiko hezkuntza funtsezko tresna bihurtzen da berdintasuna, errespetua, aniztasuna eta beste balio batzuk sustatzeko, zeinak oinarrizkoak baitira gizarte inklusiboagoa eta ekitatiboagoa izan dadin.

6.4

Bizi-ohitura osasungarriak sustatzeko metodoak

Ohitura osasungarriak sustatzearen helburua da pertsonak heztea eta motibatzea, haien ongizate fisikoa, mentala eta emozionala handitzen duten jokabideak eta bizi-moduak berenganatu ditzaten.

Astialdiko hezkuntzaren arloan, eragin nabarmena izaten ahal da ohitura osasungarriak ezarri eta sustatzeko, haien inguruan sentsibilizatzeko eta haietan hezteko prozesuan.

Ohitura osasungarriak zeharka lantzeaz gain, estrategia eta ekintza espezifikoak ere ezartzen ahal dira:

1. Programa espezifikoak eta prebentzio-ekintzak:

- Tailerrak, solasaldiak eta informazio-kanpainak. Osasun fisikoko, mentaleko eta emozionaleko gaiei buruz sentsibilizatzera zuzendutako hezkuntza-jarduerak.
- Testuinguru komunitarioetan egiteko jarduerak. Ekitaldi publikoak, jaialdiak eta gertaera espezifikoak; sentsibilizatorako plataforma eraginkorrak izaten ahal dira.

2. Hausnartzeko eta ikasteko jarduera ludikoak:

- Kanpamentuetan eta antzeko testuinguruetan jokoak eta dinamikak txertatzea, esperientzien bidez ohitura osasungarriei buruz hausnartzeko.
- Jarduera horietan behaketa erabiltzea parte-hartzaileen inguruko ondorioak ateratzeko.

3. Hezkuntzako materialak eta material digitalak sortzea:

- Hezkuntza-baliabide erabilerrazak diseinatzea (esaterako, bideoak eta beste baliabide digital batzuk), bizimodu osasungarriak errazago zabalatzeko eta haiei buruz errazago sentsibilizatzeko.

4. Gazteentzako espazio osasungarriak sortzea eta babestea:

- Jarduera fisikorako, jolaserako, elkarbizitarako eta sormenezko adierazpenerako espazio irisgarriak eta seguruak sustatzea.
- Espazio horiek inklusiboak eta errespetuzkoak izan behar dute, eta arriskuak prebenitzeko printzipioetara egokitu behar dute.

5. Autonomia eta autozainketa sustatzea:

- Gazteak ahalduntzea, beren osasunari buruzko erabaki informatuak hartu ditzaten, bai elikadurari eta ariketa fisikoari dagokienez, bai harreman afektibo eta sexuarekiko eta autozainketa emozionalari dagokienez.
- Tresna praktikoak eskaintzea emozioak, estresa, heretura eta pertsonen arteko errespetuzko harremanak kudeatzeko.

Funtsezkoa da administrazio publikoek eta funtsezko beste eragile batzuek modu koordinatuan lan egitea baliabide gehigarriak lortzeko, litekeena baita halakoak ez egotea eskuragarri astialdiko erakunde edo elkarrekin. Elkarlan horiei esker, estrategia eraginkoragoak eta jasangarriagoak ezartzen ahal dira ohitura osasungarriak sustatzeko.

Gainera, garrantzitsua da zer baliabide komunitario dauden ezagutaraztea, gazteek eskuratu ahal izan ditzaten, eta laguntza izatea, arrisku-egoera edo erronka espezifikoak baldin badaude.

Etengabeko ahalegina egin behar da ohitura osasungarriak sustatzeko; horren haritik, etengabeko hezkuntza, baliabide erabilerrazak eta elkarlana behar dira hainbat gizarte-esparrutan. Ezinbestekoa da hainbat partaidetza-metodo aplikatzea, eta beti gazteak prozesuan parte hartzera animatzea, beren ongizatearen protagonista gisa.

Epe luzera bizimodu orekatuak eta seguruak sustatzen dituen ikuspegi integrala, hezkuntzako eta komunitarioa hartzean dago gakoa, eta gazteei laguntzea identitate sendoa, autonomia eta osasungarria eraikitzen.

07

Bibliografía

○ 1. KAPITULUA

50. zk. Ocio y Tiempo Libre.
Injuve, Gazteriaren Institutua.

74. zk. Jóvenes y educación no formal.
Injuve, Gazteriaren Institutua.

<https://www.injuve.es/>

<https://bit.ly/3FxDjR9>

<https://www.juventudnavarra.es/>

<https://bit.ly/3Rh49j5>

○ 2. KAPITULUA

Guía práctica y breve: para identificar y clasificar factores de riesgo y protección.
alliancecpha.org

<https://bit.ly/41QM6ol>

Manual de aprendizaje basado en juegos.
boscoglobal.org

<https://bit.ly/42gGhIS>

La educación en valores desde una perspectiva no formal.
Revista 74 Injuve.

<https://bit.ly/43W0ehs>

www.misdinamicas.com

<https://bit.ly/3FFwZHo>

La educación fuera de la escuela: Ámbitos no formales y educación social.

Trilla, J. (2003). Editorial Ariel.

Lan honetan, hezkuntza ez-formala aztertzen da, eta aisiaren eta astialdiaren arloetan hezitzaileek zer rol duten eta garapen sozial eta pertsonalari zer ekarpen egiten dioten nabarmentzen du.

Repensar la educación en el tiempo libre.

Ezequiel Ander-Egg, E. (2003). Editorial Homo Sapiens.

Liburu honek hausnarketa kritikoa egiten du hezkuntzak astialdian duen garrantziari eta monitoreek gizartean izaten ahal duten rol eraldatzaileari buruz.

Educación en el tiempo libre: Una visión integradora.

González, E. (2015). Editorial Narcea.

Lan honek astialdiko hezkuntzaren alderdietan sakontzen du; besteak beste, jardueren plangintza, zeharkotasunaren garrantzia eta gizarte-inpaktua.

Pedagogía del oprimido.

Freire, P. (1972). Siglo XXI Editores.

Nahiz eta berariaz astialdiari buruzkoa ez izan, funtsezkoak dira Freirek hezkuntza liberazio- eta eraldaketa-prozesu gisa ikustearen inguruan dituen ideiak astialdiko monitorearen hezkuntza-lana ulertzeko.

Animación sociocultural y educación en el tiempo libre.

Rodríguez, V. (2008). Editorial Octaedro.

Testu honetan, hezkuntzaren arloan esku hartzeko eremu gisa aztertzen da animazio soziokulturala, eta taldeak dinamizatzen eta gizarte-partaidetza sustatzen dituzten monitoreak egiten duen lana nabarmentzen da.

Educaweb.

www.educaweb.com

Hezkuntza-atari honetan, astialdiko monitoreentzako prestakuntzari buruzko informazioa ematen da, eta badaude animazio eta hezkuntza ez-formalari buruzko artikulak eta gidak ere.

<https://bit.ly/4hnfTeD>

**Espainiako Gazteriaren Kontseilua (CJE).**

www.cje.org

Gazteriari, partaidetzari eta astialdiko hezkuntzari buruzko dokumentazioa eta argitalpenak eskaintzen ditu, balioak eta eskubideak sustatzen dituztenak.

<https://bit.ly/41leJol>

**Ikaskuntza-zerbitzuaren Espainiako Sarea.**

www.aprendizajeservicio.net

<https://bit.ly/41EenyT>

**3. KAPITULUA****Animación sociocultural y tiempo libre.**

De Pablos Pons, J. (2008). Madrid: Editorial Síntesis.

Liburu honek animazio soziokulturalari buruzko esparru teoriko eta praktikoa ematen du, eta antolaketak eta lantaldeko bilera eraginkorrek duten garrantzia nabarmentzen du.

Comunicación en pequeños grupos. Teoría y Práctica.

Adams, D., & Galanes, G. (2016). México: McGraw-Hill.

Testu honek talde txikietako komunikazioaren dinamikei heltzen die. Irakurgai baliagarria da lantaldeen bilerak nola kudeatu eta optimizatu ulertzeko.

Métodos de trabajo en equipo y de desarrollo de la capacidad de liderazgo.

Zaccagnini, J. L. (2007). Buenos Aires: Ediciones Granica.

Ikuspegi praktikoa ematen du taldeak gidatzeari eta kudeatzeari buruz, bereziki animazio soziokulturalean eta antzeko testuinguruetan.

Animación sociocultural. Una metodología de intervención.

Martínez, M. (2010). Barcelona: Editorial Octaedro.

Liburu honek ikuspegi metodologikoa ematen du, eta bilerak planifikatzean eta antolatzean aplikatzen ahal da animazio soziokulturaleko proiektuetan.

Webguneak:

Edualter: Bakerako, garapenerako eta kulturartekotasunerako hezkuntza-baliabideen sarea.

<http://historic-ng.edualter.org/>

<https://bit.ly/4iE2Rum>

**4. KAPITULUA****Ideien koaderno.**

www.juventudnavarra.es

<https://bit.ly/4iCULIF>



5. KAPITULUA

Evaluación de programas de ocio y tiempo libre para jóvenes.

Espainiako Gazteriaren Institutua (INJUVE). (2014). Madrid: Osasun, Zerbitzu Sozial eta Berdintasun Ministerioa.

Gida praktikoa eskaintzen du gazteei zuzendutako jolas-programak ebaluatzeko, eta gizarte-eragina eta eragin pertsonala neurtzeko funtsezko irizpideak nabarmentzen ditu.

Programar, acompañar, evaluar.

Francisco j. Vega. Víctor j. Ventosa. Gizarte hezkuntza.

Evaluación del aprendizaje en educación no formal.

Recursos prácticos para el profesorado.

José Luis Pulgar Burgos. Hezkuntza Kontseilaritza, Madrid. Narcea S.A ediciones. 2005.

6. KAPITULUA

Nafarroako Gazteriaren Institutua.

Gazteriari buruzko azterketa monografikoak - Nafarroako Gazteriaren Institutua (juventudnavarra.es)

<https://bit.ly/4iFyyU8>



Nafarroako Kirolaren eta Jarduera Fisikoaren Institutua.

Liburutegia - Nafarroako Kirolaren eta Jarduera Fisikoaren Institutua (deportenavarra.es).

<https://bit.ly/4kyy9EJ>



Hábitos de vida saludable desde la adolescencia.

Revista de Estudios de Juventud 112.

<https://bit.ly/4iaKRYB>



Alicia y el cerebro maravilloso: un cuento para entender lo que pasa en tu cabeza.

Pequeños curiosos. 2022ko martxoaren 17koa. Nazareth Castellanos.

Salud joven navarra.

www.saludjoventnavarra.es

<https://bit.ly/4kyyAyR>



Gozamenez.

www.gozamenez.com

<https://bit.ly/4kyy0Gd>



Sexualitatea eta etika

Estudios de Juventud nº 63. (injuve.es)

<https://bit.ly/4klwahg>



Gazteekin eta sexualitatearekin erlazionatutako material-sorta.

Estudios de Juventud nº 121. (injuve.es)

<https://bit.ly/4hjy0Pm>

