



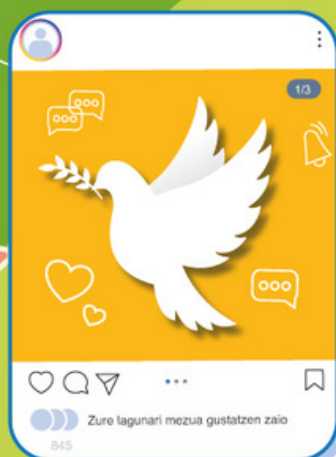
**GARAPEN
JASANGARRIRAKO
HELBURUAK**



Ikas-egoerak

Bihurtu dezagun biral bakea

Lehen Hezkuntzako lehen zikloa





Bihurtu dezagun biral bakea © SED GGKE 2026k garatutako hezkuntza-proposamena da. Material honek baimen hau du: Creative Commons CC BY-NC-ND 4.0

Egileak: Ana Martín Bautista, Cristian Gómez Martín, Florencia Agustina Bulacio Vaira, Izaskun Adot Larumbe eta Tania Días Basurdo, SED GGKEko HGHE batzordeko kideak, Ana Fernández Moya proiektuen koordinatzailearen eta Beatriz de la Banda Velázquez batzorde iraunkorreko kidearen laguntzarekin.

Berrikuspen teknikoa: Nuria Salvatierra Villada, Jesús Rojas Aguilar, Rocío Rodríguez Rueda, Esther Lechado Hurtado, Coral de la Camara García, Teresa Rodríguez Pérez de Ayala, Isabel de la Cruz Sierra, Agnola Soler Ortiz, Inmaculada LLacer Moreno Auriolés, M^a del Carmen Millán Herrera, Sevillako Maristen ikastetxeko irakasle taldeko kideak.

Diseinuak: Zootropo Studio.

Maketazioa: Victoria Daima, SED GGKEko komunikazio-arduraduna.

“Erein dezagun bakea” proposamen didaktikoa

Testuinguruan jartzea eta 16. GJHarekiko lotura

16. GJHak errespetua oinarri izango duten gizarteak eraiki nahi ditu. Ziklo honetan, indarkeria ez da digitala izaten, harremanekin lotutakoa eta fisikoa baizik: bultzadak, irainak edo bazterketa jolasean. Lehen Hezkuntzako lehen zikloan, 16. GJHa (Bakea, Justizia eta Institutuzio Sendoak) ez da irakasten, bizi egiten da. Adin horretan, sentitzen dutena (amorrua, frustrazioa) eta egiten dutena (jotzea, oihukatzea) bereizten ikasten ari dira oraindik. **Bihurtu dezagun biral bakea** kanpaina, SEDen proposamenak honako oinarri hauek ditu:

- **Bakea aktiboa da:** ez da “ez jotzea”, txanda eskatzen jakitea da. Ez da “ez oihukatzea”, behar bat adierazten jakitea da.
- **Justizia Errestauratiboa vs. Zigorra:** zigorrak beldurra izaten edo ezkututzen baino ez du erakusten, justizia errestitutiboak (16. GJHaren oinarria) erantzukizuna erakusten du. Ikaskide baten marrazkia apurtzen badut, zigorrak harengandik urruntzen nau; erreparazioak beste pertsonarekin denbora bat egotera behartzen nau, hari begietara begiratzera, haren tristura ulertzera eta egindakoa konpontzeko modu bat bilatzera.
- **Kutsatze-efektua:** 1. eta 2. mailetan, imitazioa da ikasteko tresnarik indartsuena. Zaintzeko keinuak “biral egitean”, sortutako egoerak konpontzeko, komunikatzeko eta adeitasunez jokatzeko baliabideak izatea gatazka bera baino indartsuago bihurtzen dugu.
- Helburua ez da haurrek gatazkarik ez izatea (hori ezinezkoa da), baizik eta, gatazka agertzen denean, **komunikazioa erabil dezatela, hots, hitzen bidez konpon dezatela**, eskuak erabili beharrik gabe. **“Nor izan da?” (errudunak bilatu)** galdetzetik **“Nola konponduko dugu?” (irtenbideak bilatu)** galdetzera igaro nahi dugu.

Esparru teorikoa

1. Kontzeptuak

Enpatia, premia (indarkeriarik gabeko komunikazioa), erreparazioa, behaketa.

2. Saioa gidatzeko galderak

1. urratsa. Lasaitu.

2. urratsa. Pentsatu. Zer gertatu da benetan (epaitu gabe)? Nola sentitzen da nire ikaskidea? Zer egin dezakegu hobeto senti dadin? Zer behar du? Zer behar dut? Guztiontzat onuragarria izango den zer irtenbide bilatu dezakegu?

3. urratsa. Hitz egin eta adierazi honako hauek: zure iritzia, zure emozioak, zer behar duzun.

4. urratsa. Entzun besteari eta ulermena erakutsi.

5. urratsa. Bilatu guztiontzako onak izango diren irtenbideak.

3. Helburuak eta curriculumeko elementuak

- Oinarrizko emozioak identifikatzea norberarengan eta besteengan.
- Egitate edo gertaera bat (gertatu zena) eta iritzi bat (besteaz pentsatzen dudana) bereiztea.
- Eskaera argiak egitea, bakearen hizkuntza erabiliz.
- Konpetentziak: herritartasunerako konpetentzia, indarkeriarik gabeko komunikazioa.



1. IE: “Behar ikusezinen detektibeak” (ordu 1)

Helburuak

- Enpatia garatzea, ekintza bakoitzaren atzean behar bat dagoela aitortuta.
- Entzute aktiboa sustatzea desadostasun-egoeretan.

Aurrez prestatu beharreko materialak

- Hasierarako: ipuina inprimatuta edo proiektatuta (behean txertatu dugu).
- Garapenerako: karto mehearekin egindako lupak (ikusi jarraian). Lupa urdin bat eta lupa laranja bat banatuko ditugu 4-5 ikasleko talde bakoitzeko.
- Itxierarako: zuhaitz handi bat, paper jarraituan marraztua edo horman itsatsitako folioekin egina. Oso sustrai handiak izan behar ditu, eta tarte zabala adarretan, hostoak/fruituak itsasteko. Hosto eta sustrai formako txartel ebakigarriak.

Jarduera

1. Hasiera (10 min)

Irakasleak ikasgelako benetako gatazka batekin lotutako ipuin labur bat kontatuko du. Ikasleak “pista ikusezinak” bilatzen dituzten detektibeak izango dira.

Leioako ikastetxe batean ikasten dute Sarak eta Santik.

Sarak marraztea maite du; gaur, ostadar eder bat marrazten igaro du jolas-ordu guztia, eta oso harro dago bere lanaz.

Alboan, Santi dago. Dinosaurio bat marrazten saiatzen ari da, baina burua ez zaio ondo ateratzen; behin eta berriz ezabatu du, eta papera hautsi egin da ia. Haserre, jaiki egin da, eta, Sararen ondotik igarotzean, KASK!, ostadarraren marrazkia zimurtu dio, eta erditik hautsi du.

Sara negarrez hasi da, atsekabeturik, eta Santi zutik geratu da, lurrera begira, ezer esan gabe. Ikaskide guztiak isil-isilik geratu dira.

2. Garapena (20 min)

Bi koloretako kartoi meheekin egindako lupak erabiliko dira:

Lupa Urdina (Gertaerak): zer egin zuen zehazki ipuineko neskatoak? ("Gaiztoa da" esan gabe).

Lupa Laranja (Bihotza): Zer behar zuen neska horrek? Arreta? Zaintza? Laguntza?

3. Itxiera (25 min + 5min hitzak zuhaitzean jartzeko)

Haur batek emozio bat adierazteko keinua egingo du, eta beste batek zer emozio den asmatu behar du eta laguntzeko modu bat proposatu behar du.

Antzeztu beharreko emozioen zerrenda:

-Frustrazioa / Haserrea / Tristura / Nekea / Abandonua / Isolamendua (bakarrik sentitzea) / Laguntza bilatzea / Poztasuna / Nork bere mugak gainditzea / Ilusioa.

Ikasgelako dinamikaren adibidea:

-Martinak "nekea" imitatuko du (aharrausi egingo du, oinak arrastatuko ditu, burua pausatuko du).

-Lukasek zer emozio den asmatuko du: "Nekatuta zaude!".

-Lukasek nola lagundu proposatu du: "Nekatuta bazaude, nire aulkia utziko dizut, atsedena har dezazun".

Azken emaitza "Ikaskideen beharren zuhaitza" izango da, eta guztion oinarritzko beharrak idatziko ditugu zuhaitzaren sustraian. Hostoak edo fruituak. Horietan idatziko ditugu behar edo premia horien aurrean laguntzeko ditugun moduak.

- **Sustraiak:** detektibeek aurkitu dituzten oinarritzko beharrak (adibidez, zaintzea, laguntzea, ondoan egotea, entzutea, atsedena) idatziko ditu irakasleak zuhaitzaren sustraian.
- **Hostoak edo fruituak:** bikote bakoitzak paperezko orri bat hartuko du, eta, aurreko jolasean adierazitakoaren arabera, elkarri nola lagunduko dioten idatzi edo marraztuko du. Haurrek idatzitako adibidea: "Norbait triste badago (Emozioa), besarkada bat emango diot (Laguntzeko modua)" edo "Norbait bakarrik badago, baloiarekin jolasteko gonbita egingo diot".

Hostoak adarretan itsasteak honako hau sinbolizatzen du: ikaskideek sustraiak ureztatzen dituztenean (beharrei erantzunez), zuhaitzak bake-fruituak ematen ditu, eta fruitu horiek "biral" bihurtuko dira ikastetxe osoan.



Lupa urdin



Lupa laranja



2. IE: “Marmartiaren laborategia” (Indarkeriarik gabeko jokabideen itzulpena) (1h 30 min)

Helburuak

- Iritzien eta irainen eta iruzkin objektiboen artean bereiztea.
- Adierazpen bortitzak laguntza-eskaera bihurtzea.

Aurrez prestatu beharreko materialak

- Pertsonaia nagusia: ondoren aurkezten diren aukeretako batzuk hautatu eta inprimatu.
- 5 gatazka-txartel handi (magnetikoak edo belkrodunak arbelerako), jolastokiko benetako esaldiekin inprimatuta: 1) “Zuk ezin duzu gurekin jolas egin!”; 2) “Kendu, ni nengoen aurretik!”; 3) “Ez dizkizut nire margoak uzten!”; 4) “Utzi bakean!”; 5) “Eman hori, oraintxe bertan nahi dut!”
- “Itzulpenaren taula”: taula bat, kartoi mehe handi bat edo arbelean hiru zutabetan banatutako espazio bat, dagozkion ikonoak marraztuta: 1. zutabea: zer ari da gertatzen benetan? /Gertaera objektiboa (betaurreko batzuen ikonoa); 2. zutabea: nola sentitzen da “marmartia”?/Emozioa eta beharra (bihotz baten ikonoa); 3. zutabea: nola eskatu daiteke minik eman gabe? /Indarkeriarik gabeko jokabidea (elkarrizketa sinbolizatzen duen aho baten ikonoa).
- “Erronken menuaren” proiektorea edo kopia inprimatuak (5 eskaera zailen eta 6 egoera zailen zerrenda), bikoteek itxierako erronka aukeratu ahal izan dezaten.
- DIN A5 folioak (folio arruntak, erditik moztuta), ikasleek itzulpenen zirriborroak egin ditzaten.
- Kartoi mehe distiratsuz egindako 5 txartel garbi (bana talde txiki bakoitzarentzat), Marmartiaren azken bertsio garbia eta itzulia idazteko.
- “Harrizko zubiaren” fotokopiak: kopia bat bikote bakoitzeko. Zubiaren marrazkiak lekua utzi behar du ezkerrean (egoera zailerako), erdiko arkuan (sentimendurako) eta eskuinaldean (erantzun enpatikorako).
- Materiala mahai bakoitzean: errotuladoreak, koloretako margoak eta kola-barra.
- Horma-irudia muntatzeko: karrozari-zinta, zeloak edo Blu-Tack motako mastika, ikasgelako horman zubi guztiak elkarren ondoan itsasteko eta bidea osatzeko.

Jarduera

1. Hasiera (15 min)

Pertsonaia (txotxongiloa edo marrazkia) aurkeztuko dugu ikasgelan. Ez dugu pertsonaia “gaizto” gisa aurkeztuko, baizik eta ikastetxeko egoerak gainditu duen eta komunikatzen ez dakien pertsona gisa. Ondoren, irakasleak adibide moduan aurkeztu dezake: “Ikaskideok, ‘Marmartia’ aurkeztu nahi dizuet. Bere ikastetxean, ikasleek elkar ulertzeko arazoak dituzte. Marmartiak ez du minik eman nahi, baina arazo bat du: ez daki indarkeriarik gabeko jokabideen hizkuntzan hitz egiten. Jolas-orduan edo ikasgelan zerbaitek gogaitzen duenean, arantzaz betetako ezkutu bat ateratzen du, eta besteekiko zubiak hausten dituzten esaldiak esaten ditu. Gaur gure bake-laborategira etorri da, bere baitan zer gertatzen zaion itzultzen laguntzea behar duelako”.

Irakasleak bost gatazka-txartelak arbelean jarriko ditu, pertsonaiaren inguruan. Adibidez:

–“Irakurri txartel hau: 'Zuk ezin duzu gurekin jolas egin!'. Norbaitek jolastokian hori esaten duenean, zer gertatzen da beste haurrarekin? Hurbildu edo urrundu egiten da?”

–“Eta 'Ni nengoen aurretik!' oihu egiten badu, jangelako ilaran bultza eginez? Giroa lasaitzea lortzen du, edo borroka bat hasten du? ”

Esaldi horiek “tranpa-esaldiak” direla azalduko dugu, pertsona horrek benetan behar duena ezkututzen dutelako.

2. Garapena (20 min eta 40 min artean)

Ikasgela “Itzulpen-laborategi” bihurtuko da. Bost lantalde txikitan banatuko ditugu ikasleak. Talde bakoitzari Marmartiaren tranpa-esaldi bat esleituko zaio. Horretarako, irakaslea zutik jarriko da ikasleen aurrean, eta azalduko die gorputz osoa aktibatu behar dela Marmartiaren adierazpenak itzultzeko. Irakasleak hiru keinu hauek modu dibertigarrian antzeztuko ditu, eta ikasleei imitatzeke eskatuko die, ispiluak balira bezala:

1. Egiaren betaurrekoak! (Irakasleak esku bakoitzeko hatz erakuslea eta hatz lodia elkartuko ditu, zirkuluak osatuz, eta begietan jarriko ditu, betaurrekoak balira bezala). Zer esan nahi du horrek? Ikusten dena soilik esan daitekeela, bideo-kamera batek grabatuko lukeena, asmatu eta iraindu gabe. Guztiok jantziko ditugu betaurrekoak! Zer ikusten dugu? Folio zimurtu bat, baloi bat...

2. Bihotza borborka! (Irakasleak eskuak gurutzatuko ditu bularrean, bihotzaren gainean). Zer esan nahi du horrek? Barrurantz begiratzen dugula, zer sentitzen den edo benetan zer behar dugun jakiteko. Beldur naiz? Haserre nago? Laguntza behar dut? Eskuak bihotzera guztiok!

3. Hitz atseginak! (Irakasleak bere ahoa seinalatuko du leunki hatz erakuslearekin). Zer esan nahi du horrek? Ahoa erabiltzen dugula gauzak lasai eskatzeko, mesedez eta exijitu gabe. Ahoa seinalatuko dugu!"

Beroketa-jolasa (3 min): irakasleak honako hau esango du ozen: "2. urratsa!" , eta haurrek bihotza egingo dute azkar. "1. urratsa!", eta betaurrekoak jantziko dituzte. Horrek bermatzen du kodea buruz ikasi dutela, idatzi aurretik.

Gero, idazteko materiala emango zaie, eta irakasleak taldeak gidatuko ditu, arbeleko Itzulpen Taula erabiliz. Talde bakoitzak bere esaldia aztertu behar du, jokabide baketsuen eskemapean:

Marmartiak esandako esaldia	1. keinua: ikusten dena	2. keinua: sentitzen dena	3. keinua: eskatzen duguna
"Kendu, ni nengoen aurretik!"	Bi pertsonak aldi berean jarri nahi dute ilaran.	Justizia eta ordena errespetatzea behar dut.	"Ni aurretik nengoen ilaran, jarri nire atzean, mesedez."
"Ez dizkizut nire margoak uzten!"	Une honetan, nire materialak erabiltzen ari naiz.	Nire zeregina amaitu nahi dut, eta nire gauzak zaindu.	"Nik behar ditut orain. Marrazkia amaitutakoan utziko dizkizut."
"Utzi bakean!"	Ukitzen ari zait, edo hurbilegitik hitz egiten."	Nire espazioa behar dut lasai egoteko.	"Nekatuta nago, eta bakarrik egon nahi dut une batez, mesedez."
"Oraintxe nahi dut!"	Beste ikaskide batek duen baloia nahi dut.	Baloi horrekin jolasteko gogo handia dut.	"Utziko al didazu baloia, zuk amaitzen duzunean?"

Garapenarekin amaitzeko, talde bakoitzak "itzulitako" bertsioa idaztea proposatzen da, hau da, eskatzen duguna kartoi mehe distiratsu batean idaztea. Ikasleek txartelaren ertza zubien edo esku-emateen marrazkiekin apaindu dezakete, esaldi horrek pertsonak batzen dituela sinbolizatuz.

3. Itxiera (30min + 10min; erantzunak zubiaren fotokopietan idazteko)

Irakasleak binaka jarriko ditu ikasleak, eta Eskaera Zailak (lotsa edo beldurra ematen dutenak) eta Egoera Zailak (amorrua ematen dutenak) ebazteko entrenatuko dutela azalduko die, horretarako gorputzeko hiru urratsak erabiliz.

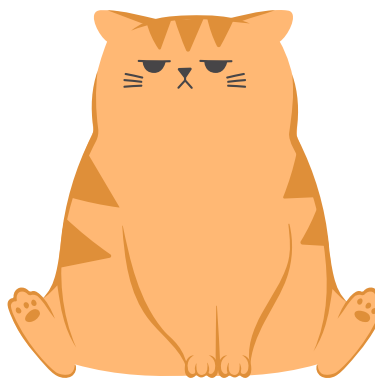
1. urratsa: irakasleak adibide bat emango du arbelean (5 min) Bakarrik utzi aurretik, ikasle boluntario batekin batera aterako da erdira, eta egoera zail bat simulatuko du, keinuak nola erabiltzen diren erakusteko.

Egoera: ikaskide batek ezabagoma berria kendu dizu mahaitik, baimenik eskatu gabe. Irakasleak keinuak erabiliz erantzungo du:

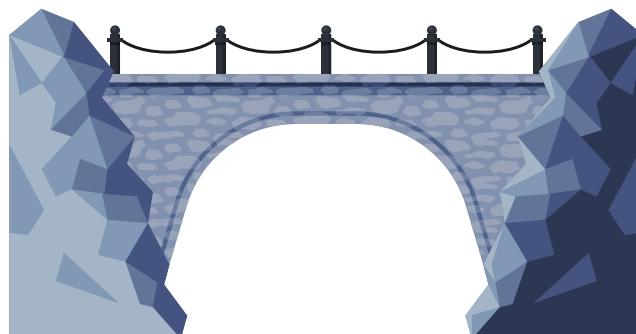
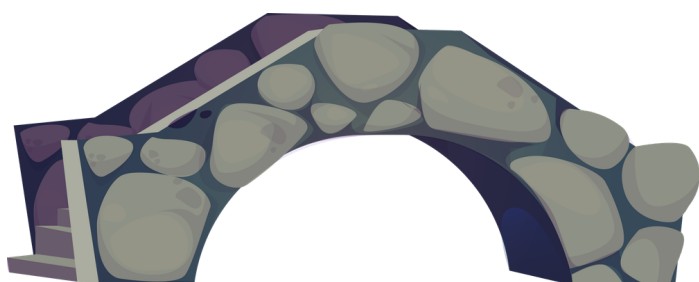
1. Betaurrekoak (ikusten dudana): “Nire ezabagoma berria baimenik eskatu gabe hartu duzula ikusi dut”.
2. Bihotza (sentitzen dudana): “Ez zait asko gustatu, nire gauza berriak zaintzea gustatzen zaidalako”.
3. Ahoa (eskatzen/esaten dudana): “Mesedez, eskatu ezabagoma hartu aurretik. Itzuliko didazu amaitzen duzunean?”

Ondoren, irakasleak erronken bi zerrendak banatuko edo proiektatuko ditu. Bikote bakoitzean, A ikasleak erronka planteatuko du, eta B ikasleak “Bakea biral bihurtuko duen erantzuna” bilatuz erantzun beharko du, hiru urratsak jarraituz nahitaez (Betaurrekoak, Bihotza, Ahoa). Denboraren erdia igarotzen denean, rola aldatuko dituzte.

Pertsonaia nagusia



Harrizko zubiaren

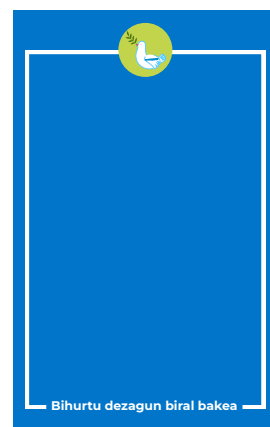
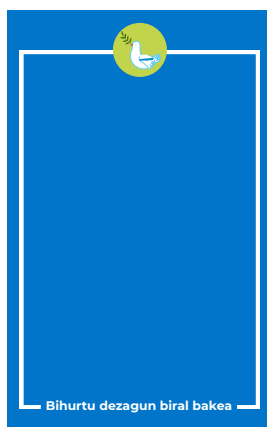
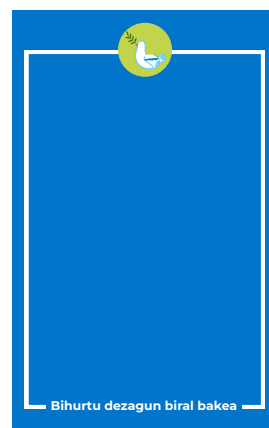
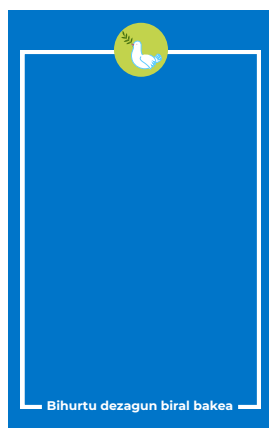




Gatazken txartelak



Osatzeko txartelak



Erronken menua bikoteentzat (aukeratu bana):

1. aukera: eskaera zailak (enpatiaz eskatzen ikastea)

- **A erronka:** zure ikaskideak egin duen marrazkia nahi duzu. Nola eskatuko diozu?
- **B erronka:** jada hasi den jolas batean sartu nahi duzu. Nola esango duzu: "Zuekin jolas egin dezaket?"
- **C erronka:** ikaskide batek errotuladore berri politak ekarri ditu. Nola eskatuko dizkiozu?
- **D erronka:** penalti bat egin diote zure lagunari, eta zuk bota nahi duzu. Nola eskatuko diozu?
- **E erronka:** lagun asko dauden lantalde batean zu aukeratzea nahi duzu. Nola eskatuko diezu?

2. aukera: egoera zailak (indarkeriarik gabe erantzuten ikastea)

- **A egoera:** marrazki bat egin duzu lagun bati edo irakasleari oparitzeko, eta ikaskide batek kendu egin dizu.
- **B egoera:** jolas-orduan taldeak egitean, norbait haserretu egin da, egokitu zaion taldeagatik, kapitaina ez delako edo bere lagunak onenarekin ez dagoelako.
- **C egoera:** norbaitek zorrozkailea edo ezabagoma berria kendu dizu mahaitik, mesedez eskatu beharrean.
- **D egoera:** lagun bat izugarri haserretu da jolastokian jolas batean galdu egin duelako, eta esan du ez duela gehiago jolastuko.
- **E egoera:** ikaskide batek lehena izan nahi du beti gauza guztietan (ilaran, hitz egitean, materiala hartzerakoan).
- **F egoera:** talde-lanean, taldekide bat tematu egiten da eta bere proposamena bakarrik egitea nahi du, besteei entzun gabe.

Azkenik, bikote bakoitzak Harizko Zubi baten marrazkiaren fotokopia bat jasoko du. Marrazki horretan, zubiaren ezker aldean egoera zaila (arazoa) idatzi behar dute. Zubiaren arkuan (alde bat bestearekin lotzen duten harriak), nola sentitzen diren idatzi behar dute, eta, azkenik, eskuinaldean, elkarrekin diseinatu duten erantzun enpatikoa idatzi behar dute. Amaitzeko, ikasle guztiek beren zubiak margotuko dituzte eta elkarren ondoan itsatsiko dituzte ikasgelako horman, bide luze bat osatuz.

3. IE: “Biralizatu ditzagun bake-keinuak”

(45 minutuko eskola + behatzeko jolas-ordua)

Helburuak

- Indarkeriazko ekintzen aurrean ekintza baketsuak bereiztea eta balioestea.
- Ikasleak ahalduntzea, bakearen kulturaren sortzaile gisa.

Aurrez prestatu beharreko materialak

Hasierarako eta motibaziorako

- Proiektorea, pantaila eta bozgorailuak ikasgelan.
- [Lehen Hezkuntzako bideoa](#).

Garapenerako (“Bake-altxorren ehiza”)

- “Altxor-ehiztariaren koadernoak”: liburuxka txiki bat, ohar-bloka edo inprimatutako fitxa bat ikasle bakoitzarentzat, formula bisualaren bi laukiekin: 1) Begi baten ikonoa: “Ikusi dut...” (Ekintza ona idazteko edo marrazteko tokia); 2) Aurpegi irribarretsu baten ikonoa: “Zoriontsu sentitu naiz...” (Emozioa idazteko edo marrazteko tokia).
- Arkatzak eta margoak, behaketaren ondoren fitxak betetzeko (jolas-orduan, ikasgelan edo etxean familiarekin).

Itxierarako eta azken emaitzarako (eskolaren aukeraren arabera hautatzekoa)

A aukera hautatuz gero (sare sozialak):

- “Pantaila” fitxa, fotokopiatua; sare sozialetan argitaratutako irudi bat simulatzen du, eta ikasleek, binaka, beren bake-mezua sortu behar dute.

B aukera hautatuz gero (irratia):

- Gidoiaren fitxa, berriemailearen izena idazteko tarteekin + albiste positiboa fotokopiatuta.
- Ahots-grabagailua, tableta edo smartphonea, ahots-oharren aplikazio erraz bat instalatuta duena.

C aukera (Bakearen Egunkaria) hautatzen bada:

- “Bakearen Egunkariaren” txantiloia fotokopiatuta: goiburuen diseinua duten folioak; titular handi bat idazteko lekua izango dute, bai eta une horretako marrazki bat eta albisteak idazteko hiru lerro ere.
- Guraizeak, kola-barra eta errotuladoreak, egunkaria denen artean egindako horma-irudi handi batean maketatzeko.

Jarduera

1. Hasiera (10 min)

Irakasleak azalduko du gauza onak ere izan daitezkeela “biralak”. Besteak zaintzeko keinuak bilatuko ditugu.

2. Garapena (15 min)

“Bake-altxorren ehiza”. Jolas-orduan edo eskolan, hurrek gauza onak egiten detektatu behar dituzte ikaskideak (partekatzen, altxatzen laguntzen, entzuten). Itzultzean, honela azaldu behar dute: “Ikusi dut...” (behaketa) eta “Zoriontsu sentitu naiz...” (sentimendua).

3. Itxiera (20 min)

Bikote bakoitzak sare sozialetako argitalpen baten itxura duen fitxa bat jasoko du. Errespetua, inklusioa, elkartasuna eta bizikidetza baketsua sustatuko dituzten eduki positiboak sortzea izango da helburua. Ikasleek “biralizatu” nahi duten bake-mezu bat landuko dute. Bikote bakoitzak mezu labur bat idatziko du marrazkiarekin batera. Fitxa bakoitzak kanpainaren #Hashtag ofiziala eta ikasleek berek sortutako #Hashtag bat izango ditu.

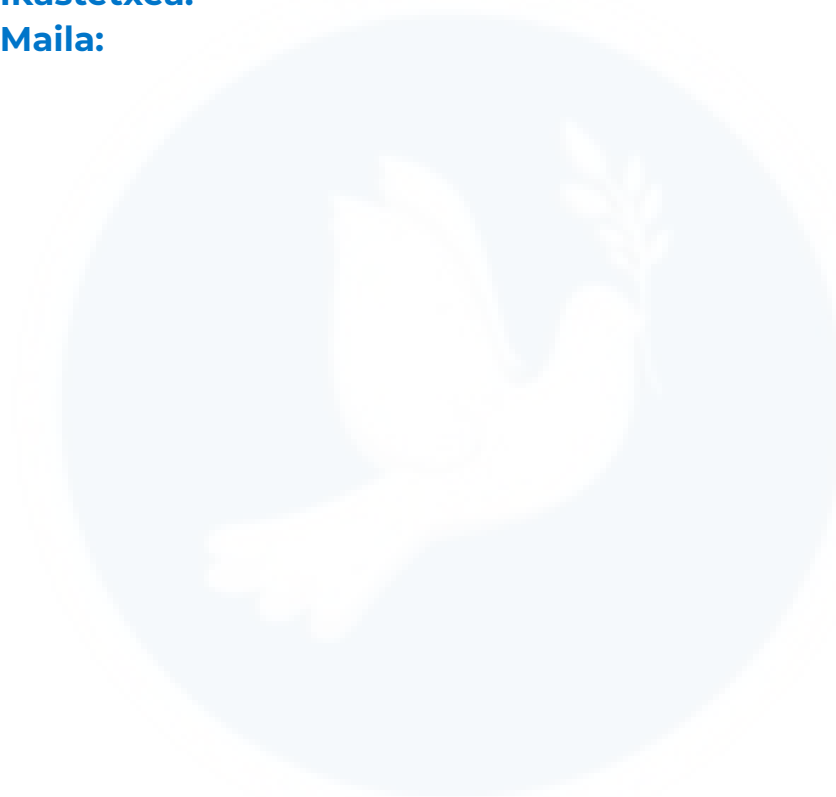
Azken produktua ikasgelako bake-mezuak/irratsaioa/egunkaria biltzen dituen bideo bat izango da, eskolak egokitzen jotzen duen formatuaren arabera, eta izenburu honekin: “Bihurtu dezagun biral bakea 1. eta 2. mailatan”; ikasleek bake-altxorrak biral bihurtuko dituzte.



Eranskina

3. saioa: sare sozialen fitxa

Izenak:
Ikastetxea:
Maila:



Gure bake-mezua: _____

#Bihurtudezagunbiralbakea



Eranskina

3. saioa: egunkariaren azalaren fitxa

Osatu ikastetxeari eta mailari buruzko informazioarekin

Bihurtu dezagun biral bakea

Egunkaria _____

Titularra

*Erantsi hemen
ikastaldearen
argazkia,
kanpainaren
kartelarekin
batera*

2. albiste

3. albiste

4. IE: “Lasaitasunaren txokoko arkitektoak” (45 min)

Helburuak

- Espazio fisikoak gure lasaitasunean eta portaeran nola eragiten duen jabetzea (egiturazko analisia).
- Emozioak kudeatzeko eta gatazkak konpontzeko leku seguru bat sortzen laguntzea.

Aurrez prestatu beharreko materialak

Hasierarako (eremu zaratatsuak/deserosoak detektatzeko)

- Arbela eta errotuladoreak (urduri jartzen dituzten lekuak adierazteko).
- Aukerakoa: gometsak edo eranskailu gorri eta berdeak, ikastetxearen edo ikasgelaren plano inprimatua izanez gero, “zarata” eremuak (gorria) eta “lasaitasun” eremuak (berdea) markatzeko.

Garapenerako (planoaren diseinua taldean)

- Kartoi mehe handi bat edo paper jarraitua (horma-irudia): “arkitektoen plano” izango da, eta txoko ideala marraztuko dute bertan.
- Koloretako txartelak edo post-itak: talde bakoitzak proposatzen dituen elementuak (kuxinak, arauak, kartelak) marrazteko edo idazteko, horma-irudi handian itsatsi aurretik.
- Marrazteko materiala: errotuladoreak, koloretako margoak, argizarizko margoak eta kola-barra.

Itxierarako (muntaketa fisikoa eta inaugurazioa)

Elementu fisikoak (ikastetxeak edo familiek ekarritakoak):

- Alfonbra txiki bat, estera edo mantatxo bat, txokoko zorua mugatzeko.
- Esertzeko kuxin erosoak.
- Kaxa edo saski txiki bat (“Lasaitasunaren kaxa”), estresaren aurkako pilotak edo ukimen-estimulazioko jostailuak (fidgetak) dituenak; emozioei eta lasaitasunari buruzko ipuin ilustratuak; marrazki lasaigarriak edo mandalak, euskarri zurrun pare bat, haien gainean koloreztatzeak.
- Kartel handi bat, espazioaren izenarekin (adib.: “2. mailako Lasaitasunaren Txokoa”) eta garapenean adostutako arau sinpleekin (adib.: “Banan-banan sartu”, edo “Isiltasuna errespetatzen dugu”).
- Gailu teknologikoa: tableta, kamera digitala edo telefono mugikorra, inaugurazioko argazkiak egiteko.
- Argazki-muralerako: karrozari-zinta edo Blu-Tack motako mastika, ikasleen erretratuak txokoan edo gelako horma-irudian itsasteko.

Jarduera

1. Hasiera (10 min)

Irakasleak “urduri” jartzen dituzten edo deseroso sentiarazten dituzten ikasgelako edo ikastetxeko lekuak identifikatzera gonbidatuko ditu ikasleak, (adibidez, esekitokia, arropa denak pilatzen direnean, edo zarata handiko txoko bat). “Bakea biral bihurtzeko” lasai egoten lagunduko diguten lekuak behar ditugula azalduko diegu.

2. Garapena (10 min)

Taldeka, leku hori baketsua izateko moduan diseinatuko dugu. Ikasleek elementu zehatzak proposatuko dituzte, beren beharretan oinarrituta: “Kartel bat behar dugu, 'itxaron zure txanda' jarriko duena, elkarri bultzarik ez egiteko”, edo “Kuxin bat behar dugu, triste gaudenean esertzeko”. Horma-irudi batean marraztuko ditugu elementuak, eta gero plano gisa balioko du.

3. Itxiera (20 min)

“Lasaitasunaren txokoa” fisikoki muntatuko dugu ikasgelan, aukeratutako materialekin (estresaren aurkako pilotak, ipuinak, marrazki lasaigarriak). Inauguratzeko, ikasle bakoitzak lasaitasun-keinu bat egingo du txokoan, eta argazki bat aterako du ikasgelako horma-irudirako, espazio hori guztiona dela sinbolizatuz.



**Eskua galderekin, bitartekotza-
txokorako**

Entzun

beste pertsonari, eta ulertzen
duzula adierazi. Jarri haren
lekuan: zer sentitzen du?
Zer behar du?

Hitz egin

Deskribatu zer gertatu den ("Hau gertatu
da:..."), nola sentitzen zaren ("Sentitzen
dudana da:..."), eta zer eskatu behar duzun
("Mesedez, haxe eskatu nahi dizut:...")

Pentsatu

Zer gertatu da? Nola
sentitzen zara? Nola
konpon dezakezu?

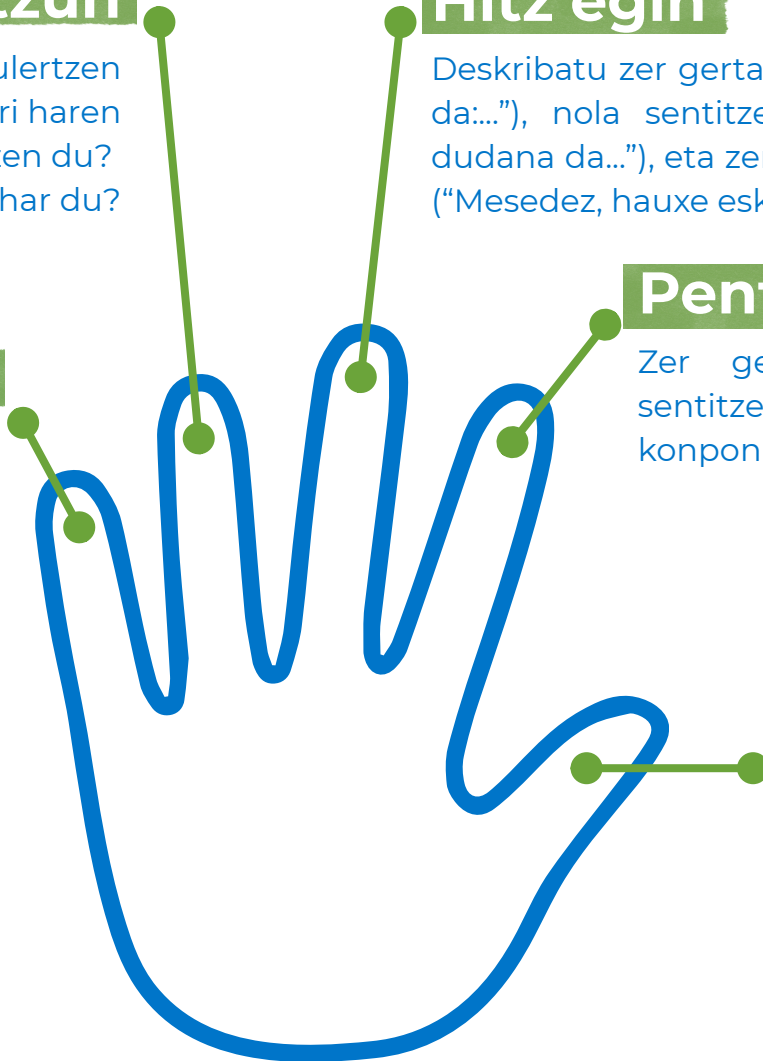
Bilatu

irtenbidea

bi aldeetarako.
Proposatutako hainbat
irtenbiderekin saiatuko
gara, egokiena aurkitu
arte..

Lasaitu

Hartu arnasa.



5. IE: “Akordioen zubia” (45min)

Helburuak

- Enpatia lantzea, bestearen jarrera eta sentimenduetara fisikoki hurbilduz.
- Erreparaziorako akordioak lortzea, gatazka zaintzeko aukera bihurtzeko.

Aurrez prestatu beharreko materialak

Hemen duzu Indarkeriarik gabeko Komunikazioa/Elkar zaintzeko Itunak lerroko jarduera honetarako materialen zerrenda osoa eta bateratua. Ikasleak sartu baino lehen irakasleak ikasgela azkar prestatu ahal izateko moduan antolatuta dago.

Zoruko egiturarako (topatzeko lerroak)

•Karrozari-zintaren 2 edo 3 biribilki (masking tape), edo kolore deigarriko zinta itsaskorra: lurrean lerro luzeak itsasteko erabiliko da. Lerro nagusi bat behar da batzarra egiteko gunerako (hasierako adibidea), eta, bigarren mailako lerroei dagokienez, ikasgelan osatzen diren 4 ikasleko taldeak adina beharko dira.

•Aukerakoa:koloretako klarionak, jarduera jolastokian edo erraz margotu eta ezabatu daitekeen zoru batean egiten bada.

Garapenerako (4ko taldeetan lan egiteko)

•Gatazka-egoeren txartelak: irakasleak asteen zehar ikasgelan edo jolastokian gertatutako benetako gatazkak idatziko ditu aurrez (adibidez: “Azken baloiagatik borrokatu dira”, “Ikasle batek beste bat bultzatu du ilaran, eta irainak bota dizkiote elkarri”, “Ikaskide batek ez ditu margoak partekatu nahi izan”). Egoera desberdina emango zaio 4ko talde bakoitzari.

•Arbela eta errotuladoreak: “lekukoek” pausoa eman aurretik baliozkotu behar dituzten 3 pauso bisualak idatzita uzteko:

Behaketa: zer gertatu da?

Sentimendua: nola sentitzen da?

Beharra: zer behar du ongi egoteko?

Itxierarako eta azken emaitzarako

•“Elkar zaintzeko Itunaren” txantiloia inprimatuta (ikusi ondoren)

•“Eskolako akordioen karpeta” (ikusi azala jarraian): artxibatzeko karpeta bat, karpeta sailkatzaile bat edo koaderno handi bat apainduta, ikasgelan beti ikusgai egongo dena. Sinatutako itun guztiak karpetan artxibatu eta itsatsiko dira, taldeko gainerako kideentzat eredu izan daitezen.

•Idazteko materiala: arkatzak, bolalumak edo errotuladore finak, itunak sinatzeko.

•Kola-barra edo zinta itsaskorra: akordioen karpetan itunak itsasteko.

Jarduera

1. Hasiera (10 min)

Ikasgelan gertatutako gatazka baten aurrean, irakasleak lerro luze bat marraztuko du zoruan (edo zinta itsaskorra erabiliko du). Gatazkan parte hartu duten bi kideak lerroaren mutur banatan jarriko dira, bata bestearen aurrean, arazoak sortu duen distantzia irudikatuz.

2. Garapena (10 min + 20 minutuko praktika 4ko taldetan)

Irakasleak gidatuko du topaketa. Lau laguneko taldeetan, urrats bat aurrera egin behar dute, ikaskidearengan indarkeriarik gabeko komunikazioa adierazten duen zerbait ikusten duten bakoitzean. Asmoa da lauko talde horietan akordioak lortzea pausoa eman aurretik. Modu ludikoagoan egin daiteke, besoetatik lotutako taldeetan harrapaketa-katera jolastuz:

- Pauso bat emango dut zer gertatu zen entzuten badut (Behaketa).
- Pauso bat emango dut nire ikaskidea nola sentitzen den ulertzen badut (Sentimendua).
- Pauso bat emango dut ondo egoteko zer behar duen ulertzen badut (Beharra).
Amaieran, lerroaren erdian elkartuko dira biak, eta distantzia emozionala "txikiagotu" egingo da.

Jarduerarekin hasi aurretik, beste adibide bat eman daiteke guztion aurrean, jarduera nola egin ikusi ahal izateko; talde bakoitzari egoera desberdin bat planteatzea proposatzen da, astean zehar aurkeztutako gatazketan, adibidez.

3. Itxiera (20 min)

Erdian daudenean, elkarri eskua eman eta "Elkar zaintzeko Ituna" sinatuko dute (paper txiki batean, gatazka ez errepikatzeko zer egingo duten idatziko dute). Itun hori "biralizatu" egingo da, eta ikasgelako akordioen karpetan itsatsiko dugu, konponbidearen adibide gisa besteentzat.

Eranskina

4. saioa: "Elkar zaintzeko Itunaren" txantiloiak

Bihurtu dezagun biral bakea



Elkar zaintzeko ituna

Zer egingo dugu konpontzeko?

A ikaslearen sinadura

B ikaslearen sinadura

Eranskina

4. saioa: "Ikasgelako akordioen karpeta" azala

Bihurtu dezagun biral bakea



Ikasgelako akordioak

*Erantsi hemen
ikasleen argazkia,
kanpainaren
kartelarekin
batera*





10 minutuko dinamikak bakearen kultura indartzeko

1. dinamika: irakasleak emozio bat erakutsiko du (adibidez, tristura), hitzik egin gabe. Haurrek zer emozio den asmatu behar dute. Ondoren, emozio hori zaintzeko eskaera bat proposatu behar dute (adib. "Besarkada bat behar dut").

Ikuspegia: sentimenduak benetako beharrekin lotzea.

2. dinamika: kaxa batean, indarkeriarik gabeko komunikazioko esaldiak dituzten txartelak gordeko ditugu: "...sentitzen naiz", "Jolas egingo dugu?", "Barkatu". Norbait bakarrik edo haserre sentitzen denean, kaxara joan daiteke eta txartel bat aukeratu dezake, lagun bati emateko.

Ikuspegia: komunikazioa errazten du, haserrearen ondorioz hitzak ateratzen ez direnean.

3. dinamika: biribilean eseriko dira. Irakasleak bake-esaldi bat xuxurlatuko du (adib. "Materiala zaintzen dugu"). Mezu hori esango diote elkarri, eta berdin iritsi behar da azkeneko ikaskidearengana. Aldatu eta negatibo bihurtzen bada, mezuak batzuetan zergatik hondatzen diren aztertuko dugu (zurrumurruak).

Ikuspegia: egiaren eta entzutearen garrantziaz kontzientziatzea.

4. dinamika: haur bat erdian jarriko da, eta besteek, ikusi dutenaren arabera, aste horretan hark egin duen gauza on bat esango diote txandaka.

Ikuspegia: indar positiboa eta kide izatearen sentimendua (erakunde sendoa).

5. dinamika: musika jarri, eta haurrek dantza egingo dute. Musika gelditutakoan, irakasleak emozioa esango du (adibidez, "Beldurra!"), eta beldur-aurpegia jarriko dute guztiek. Ondoren, honako galdera egingo zaie: "Zer behar du beldur den estatua batek?".

Ikuspegia: besteen beharrak identifikatzea, gorputz-adierazpenaren bidez.

6. dinamika: haur batek gustuko duen zerbait kontatuko du 30 segundoz. Ikaskideak entzundakoa errepikatu behar du: "Hauxe da esan duzuna:..."

Ikuspegia: iritzia eman aurretik, entzute aktiboa eta eta parafraseatzea lantzea.

7. dinamika: jolas-ordutik itzultzean, irakasleak zerrenda bat jarriko du lurrean. Mutur batek "Ardura handiz" adierazten du, eta besteak "Batere ardurarik gabe". Haurrak marraren alde batean edo bestean kokatuko dira, gaurko egunean talde gisa nola portatu diren aintzat hartuta.

Ikuspegia: taldeko behaketa eta errudunik gabeko autokritika sustatzen ditu.

Ebaluazioa

A.Ebaluazio-errubrika

Ebaluazio-irizpideak	Lortutakoa	Prozesuan
Identifikazioa: ezagutzen ditu oinarrizko sentimenduak berarengan eta besteengan?		
Behaketa: zer gertatu zen azaldu dezake, iraindu edo epaitu gabe?		
Enpatia: triste edo haserre dagoen norbaiti laguntzeko moduren bat proposatzen du?		
Parte-hartzea: arauak eta bakerako guneak sortzen laguntzen du?		
Erreparazioa: barkamena eskatzen du edo zerbait konpontzen saiatzen da oker dagoenean?		

B. Elkarlanaren bidez ebaluatzeko tresna, “bakearen lorpenen horma-irudia”: ikasle batek dinamiketako bat aplikatzen duen bakoitzean (adibidez, Lasaitasunaren Txokoa erabiltzen badu edo Akordioen Zubia gurutzatzen badu), kolorezko eranskailu bat itsatsiko du horma-irudian. SEDen kanpaina amaitzean, talde osoak lortutako “keinu biralen” kopurua ospatuko da.

C. “Zaintzaren eskua” autoebaluazioa: esku baten marrazki batean, bi astetan zehar, hatzak margotuko dira egunez egun, suposizio horiek betetzen diren heinean (betetzen den baso bat ur balitz bezala, hatz bakoitzak irizpide bat adieraziko du:

Entzun dut?

Sentitzen nuena esan dut?

Mesedez eskatu dut?

Norbaiti lagundu diot?

Konponbidea bilatu dut, oker nengoenean?

Amaitzean, eskuak ikasgelan itsatsiko dira.

Arrakastaren irizpidea: gatazka baten ondoren, ikasleak gutxienez behar bat identifikatu du, eta konponbideak sortzen parte hartu du, zigorrera jo gabe.

Gelako emaitzak partekatu nahi dituzu?

Bidaliezaguzu materiala (argazkia, bideoak, jardueraren laburpena) helbide honetara: comunicacion@sedongd.org.

*SED GGKEtik, gure kanaletan argitaratuko ditugu zuek bidalitako lanak, **bakea biral egiteko eta kanpainaren eragina ikusarazteko.***

Ebaluatu materiala!

Bidaliezaguzu zure iruzkina **inprimaki** honen bidez.

Kanpainaren eragina ebaluatzeko eta etorkizuneko ekintzetarako hobetzeko aukerak identifikatzeko eta baloratzeko soilik tratatuko ditu datuak SED GGKEak.

