

ESKOLA KIROLA · LH5

E1

Unitatea



Saio-sekuentziazio didaktikoa

 **kirolaisiren** eskutik



Taldearen ezagutza



Talde kohesioa



Futbola



GIPUZKOA
Kirolak



Donostia
Kirola

AURKIBIDEA

0 SARRERA: ESKOLA KIROLEKO SAIOEN EREDUA ETA FILOSOFIA

2



Taldearen ezagutza

Saioa 1	RONDOA BALOIAREKIN · STOP, IZENAREKIN eta BALOIAREKIN · ISPILUA BALOIAREKIN · UHOLDEA BALOIAREKIN · ARMIARMA TALDE SAREA	4
Saioa 2	ZUBIA PILOTAREKIN · HIRUKO MARRA KOPERATIBOA · GIDARI ITSUA · PASE KOLEKTIBOAREN ERRONKA · ERLOJUPEKO KORAPILOA	6



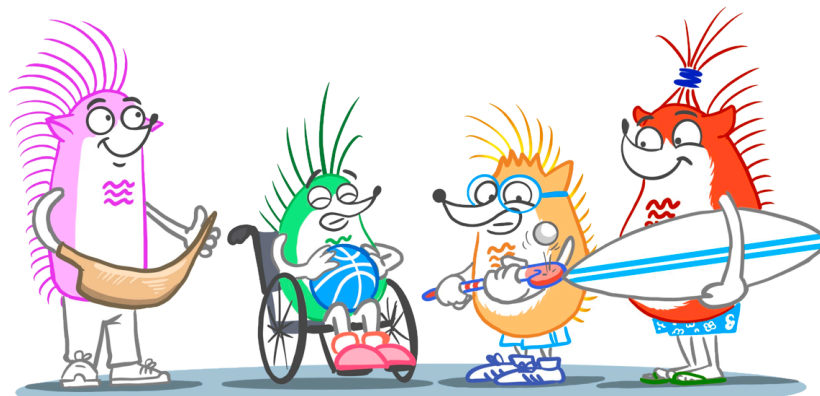
Talde kohesioa

Saioa 3	KOLOREAK IKUTU · BALOI HARRAPATZAILEA · 10 PASE ISILPEAN · KONTRABANDISTAK	8
Saioa 4	ERLOJUPEKOA · ERDIKO BALOIA MUGITU · IZARRA · MASAJIAK PILOTEKIN	10
Saioa 5	HARIA MOZTU BALOIAREKIN · BALOI ESERIA TALDEKA+BALOI SALBATZAILEA · BALOIAK LAPURTZERA · Modu ezberdinetara egin daiteke · KLAP	12
Saioa 6	HARRI, ORRI, HAR HARRAPAKETA · FUTBOLINA · KONOAK BOTATZERA · PETANKA	14



Futbola

Saioa 1	BANDERA PIRATA · BALOI ZENBAKIDUNAK · PIRATAK, MARINELAK ETA ALTXORRAK · 3x3 PARTIDAK · FUTBOL INDIO	16
Saioa 2	ARASLAMA · IZARRA · BALOIA LAPURTU · PRINTZESAREN JOLASA · PETANKA	18
Saioa 3	HARRAPEKETA KONBERGENTEA · HARIA MOZTU FUTBOLEKO BALOIAREKIN · UHARTE HUTSAK · ERABAKI ETA JAURTI · LUZEERA DESBERDINETATIK ZUTOINARI JOTZEA	20
Saioa 4	AZERI BUZTANA · BANDERA PIRATAK BALOIEKIN · ITZALAREN BILA · 3x3 PARTIDAK · GOLF FUTBOLA	22
Saioa 5	HARRAPAKETA BALOIEKIN · ERDIKO BALOIAK MUGITU · 10 PASEEN JOLASA · 2x1 · PENALTI JAURTIKETAK	24
Saioa 6	KATUA ETA XAGUA · ZAPI-ZAPI · EREMUA APROBETXATUZ · BEISBOL HANKA · ISILTASUNeko PASEAK	26



SARRERA: ESKOLA KIROLEKO SAIOEN EREDUA ETA FILOSOFIA

Esku artean duzun dokumentu hau Lehen Hezkuntzako 3. mailatik 6. mailara arteko ikasturte osoko saio-sekuentziazio sakon eta egituratua da. Saio hauek diseinatzeko orduan, Gipuzkoako Eskola Kirolaren eredua hartu dugu iparrorratz eta oinarri. Ereduek honek haurraren garapen integrala du helburu, emaitza itsuen gainetik prozesua eta pertsona bera jarritz. Jarraian, saio hauen atzean dagoen filosofia, egitura eta funtsezko zutabeak azaltzen dira, gida honi zentzua eta norabidea emateko.

1. Gure Filosofia: Hizkuntza, hezkuntza, multikiroeltasuna eta ludikotasuna ardatz

Euskara ezinbesteko ardatz estrukturala da gure herrialdeko eskola kiroleko ereduan. Eskola kirola haurraren garapen integralerako tresna den heinean, hizkuntzaren eta euskararen erabileraren dimentsioak berebiziko garrantzia du haurren hizkuntza-sozializazio prozesuan. Eskola eremu arautuan euskara bermatzen den arren, eskolaz kanpoko kirol-jarduerak funtsezkoak dira hizkuntza modu naturalean eta ludikoan bizitzeko.

Gure lanaren oinarrian dagoen filosofiak kirola ez du helburu gisa ikusten, haurra hezteko tresna gisa baizik. Eskola kirola ez da etorkizuneko txapeldunak sortzeko lantegi bat; haur bakoitzak bere gorputza ezagutzeko, taldean lan egiten ikasteko eta ohitura osasungarriak barneratzeko gunea da.

Horretarako, **ludikotasuna** da gure motor nagusia. Haurrak jolastuz ikasten du. Saio hauetan dibertsioa ez da osagai laguntzailea, ikaskuntza bermatzeko ezinbesteko baldintza baizik. Mugimenduaren bidez gozatzen duen haurrak bizitza osorako kirol-zaletasuna garatuko du.

2. Kirol Hastapena eta Oinarrizko Helburuak

LHko etapa honetan, **kirol hastapena** modu zabal eta kirol aniztasunean ulertzen dugu. Helburua ez da kirol baten teknika espezifiko muturreraino menderatzea, baizik eta haurraren **oinarrizko gaitasunak** (erresistentzia, erabaki hartzea, jaurtiketak, koordinazioa, erritmoa, indarra, kondukzioa, pase harrera ...) aberastea.

Gure oinarrizko helburuak honako hauek dira:

- Mugimendu-esperientzia, adina eta garapen-mailara egokitzea.
- Parte-hartze indibiduala eta talde-lana sustatzea.
- Autonomia, errespetua, inklusioa eta kiroltasuna bezalako balioak lantzea.
- Kirol-espezializazio goiztiarra saihestea, LH osoan zehar diziplina anitzeko esperientziak eskainiz.

3. Metodologia: Joko - Jolasak eta Transferentzia

Nola lortuko dugu baina haurrek jarduera fisikoan (kirol ezberdinetan) trebatzea teknikan sakondu gabe? **Jolas bidezko metodologiaren** bitartez. Jarraian ikusiko dituzuen saioetan, ariketa analitiko eta errepikakorren ordez, joko eta jolasak dira nagusi.

- **Talde jolasak edo/eta kooperatiboak:** LHko lehen zikloetan bereziki, elkarreragina eta koordinazioa lantzen duten jolasak lehenesten ditugu, lehiakortasun toxikoa alde batera utziz.
- **Transferentzia:** Diseinatutako joko guztiek badute helburu taktiko edo motor bat. Jolas batean ikasitakoak (espazioaren kudeaketa, desmarkeak, defentsa indibiduala, laguntza eskaintzea, jolasen barne logika ezberdinak

barneratzea,...) etorkizuneko edozein kirol-diziplinara **transferitu** daitezke. Horrela, jolas soil bat zena, etorkizuneko kirol-jarduerarako oinarri sendo bihurtzen da.

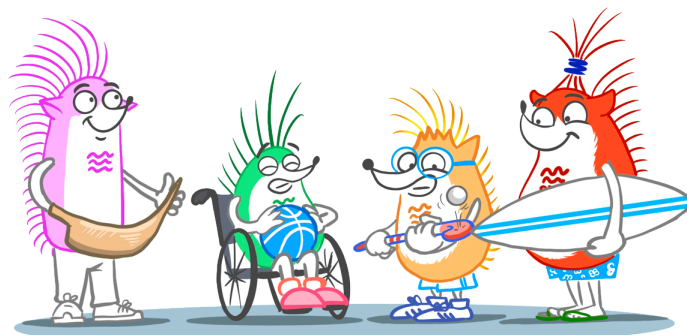
4. Saioen Egitura: 5 Fase nagusitan banatu dugu.

Sekuentziazio honetako saio guztiek egitura argi, errepikakor eta seguru bat jarraitzen dute, bost fasetan banatuta. Egitura honek haurrari egonkortasuna ematen dio eta saioaren intentsitatea fisiologikoki zein emozionalki kudeatzen laguntzen du:

- 1 Harrera:** Saioaren hasiera da. Taldea borobilean eserita jarriko dugu, zerrenda pasa eta saioaren helburuak eta nondik norakoak azalduko dizkiegu. Harrera beroa eginez, haurrek konfiantza eta segurtasuna sentitzea bilatzen da.
- 2 Hasierako-fasea / Beroketa (Aktibazioa):** Haurrak fisikoki eta mentalki prestatu nahi ditugu. Fase honetan jolas dinamikoak, harrapaketa-jokoak eta arreta pizteko dinamikak erabiltzen dira. Giro ludikoa ezartzen da lehen minututik.
- 3 Atal Nagusia (Garapena):** Saioaren muina da, helburu nagusiak landuko diren momentua. Hemen proposatzen dira transferentzia handiena duten joko- jolas konplexuagoak (tekniko- taktikoki) , baita erronkak eta kirol-arauetara egokitutako egoerak ere . Parte-hartze maximoa eta inklusioa bilatzen da beti.
- 4 Atsedenera itzulera :** Saioaren intentsitatea jaitsi eta haurrak lasaitzeko unea da. Sormena eta gorputz adierazpena lantzeko jolasak, arnasketa jolasak eta kontaktuzko jolas erlaxatzaileak burutuko dira batipat. Helburua aldageletara, kalera edo etxera ahalik eta lasaien eta asetuen joatea da.
- 5 Itxiera eta agurra:** Saioaren amaiera da. Taldea batu eta balantze txiki bat egingo dugu, esperotako eta egindako jokabideek helburuak bete dituzten identifikatzeko. Hurrengo saiorako argibideak emango dira eta talde oihu edo leloarekin agurtuko gara.

Beroketa fasearen aurretik, taldea beti borobilean eseriko dugu eta saioaren helburuak eta nondik norakoak azalduko dizkiegu. Atsedenera fasearen ondoren berriz, saioaren feedback azkar bat eta hurrengo saio/partidurako argibideak emateko momentua izango da.

Gipuzkoako eskola kiroleko ereduaren esentzia jasotzen duen gida honek saio bakoitzari zentzua ematen dio. Erabili dezagun material hau haurren mugimendu-premiei erantzuteko, hezteko eta, batez ere, kirolaren bidez zoriontsu izan daitezen laguntzeko.





ANTOLAKETA	E1
MAILA	LH5
JFK	Taldearen ezagutza
SAIOA	1

SAIOAREN HELBURUAK

- Taldea osatzen duten partaideak ezagutzea.
- Taldearen dinamika eta jarduteko modua aztertzen hastea.
- Paratideen konpetentzia motorrak ezagutzen hastea,

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.
- Hezitzaileak bere burua aurketzuko du, oinarrizko datu batzuk emanez. (Izen abizenak, adina, praktikatutako kirola, ikasitako eskola, etc)
- Partaide bakoitzak bere burua aurkeztuko du, oinarrizko datu batzuk emanez (Izen abizenak, adina, praktikatutako kirola, ikasitako eskola, etc).

● BEROKETA

- **RONDOA BALOIAREKIN:** Kantxa erdi bat beharko edo eremu zabal bat beharko da jolas hau burutzeko. gehiegi izan gabe. Gomaespumazko baloi bat beharko da. Taldekide guztiek borobil bat osatu beharko dute, taldekide bat erdian jartzen delarik. Helburua baloia borobilean daudenn artean pasatzea izango da. Baloia pasatzen denean pasearen harrera egin behar duen izena ohikatu beharko da, izena ez esanez gero edota erdikoak baloia moztu edo lapurtzen badu rol aldaketa emango da eta partaide hori boroibleren erdian jarri beharko da.
- **STOP, IZENAREKIN eta BALOIAREKIN :** Harrapaketa jolas bat da, kantxa erdia beharko da jolas honetarako ere . Harrapatzaile bat egongo da gomaespumazko baloi bat edukiko duena, bere helburua iheslari bat harrapatzea izango da. Harrapatzaileak iheslari bat harrapatzeko bi aukera izango ditu, eskuekin ukitzea edo gomaespumarekin ukitzea, baloia jaurtitzeko aukera izango du. Baina iheslariak bestelako aukera bat dauka harrapatu ez izateko, stop esanez gero “izoztuta” gelditzeko aukera dauka, honela harrapatzaileak ezingo luke harrapatu. Kideren batek “izoztua” “berpiztu” nahiko baluke, bere hanka artetik pasa eta bere izena ohikatu beharko luke.

● ATAL NAGUSIA

- **ISPILUA BALOIAREKIN:** Talde guztia errenkada batean jarriko da lurrean dauden marren gainean (saskibaloiko futboleko edota eskubaloiko kiroletako espazioa delimitatzeko erabiltzen diren marrak). Taldekide bakoitzak eskubaloiko edo saskibaloiko baloi bat edukiko dute. Bata bestearen atzetik ibiltzen

hasiko dira, baloia punpatzen duten bitartea, beti marraen gainetik, lehenengoak mugimendurenbat egin beharko du, besoak gora eta behera mugituz adibidez, atzekoek, alegia, denek, berdina egin beharko dute, horrela 10 segunduz jardungo dute. Onodren errenkadan lehena zegoena azken tokira pasako da, eta lehengo doana berriz ere berdina egin beharko du, jolasa paratide guztiek errenkadaren burutik pasatzen direnean amaituko da. Denbora aurrera joan ahala abiadura bizkortu beharko dute.

- **U HOLDEA BALOIAREKIN:** Kantxa erdi baten zehar uztai batzuk banatuko ditugu, partaideak kantxatik zehar “trote”eran korrika aritu dira, eskuan duten baloia punpatuz, hezitzaileak uholde hitza esaterakoan, partaide guztiek uztaietan sartu beharko dute, uztai bakoitzean nahi aina partaide sartu daitezke, txanda bakoitzean uztai bat kenduko da. Helburua beraien artean laguntzea da, ahalik eta gehien uztaien sartzeko. Ez dago kanporaketarik, hau da, uzatien sartzen den azken partaideak ez da kanporatua izango. Jolasa partaideak dauden uztaietan jada ez direnean sartzen amaituko da.

● AT SEDENERA ITZULERA

- **ARMIARMA TALDE SAREA:** Borobilean eseriko dira taldea gehi hezitzailea. Begiraleak artilezko harila bat edukiko du. Begiraleak harilaren muturra helduta duela, bere izena eta galdera erraz bati erantzuna emanez jaurtiko dio beste norbaiti (adibidez: Garazi naiz eta mendira joateko gusutatzen zait). Ondoren harila hartu duenak berdina egingo du beste norbaiti jaurtiz. Jolasaren amaieran, artilezko marasma polit bat geratu da borobilaren erdian, talde kohesioa bisualki ordezkatzeko geratuko delarik.

● ITXIERA ETA AGURRA

- Taldea batu eta balantzea egingo dugu esperotako eta egindako jokabideek helburua bete duten identifikatzeko.
- etorkizun hurbileko saioari begira ipiniko gara.
- Talde ohie edo leloarekin bukatuko dugu saioa.

MATERIALA

- ◆ Konoak
- ◆ Harila
- ◆ Gomaespumazko baloia
- ◆ Uztaiak
- ◆ Saskibaloiko edo eskubaloiko baloiak

ESPazio ANTOLAKETA

- ◆ Kantxa erdi bat

OHARRAK



ANTOLAKETA	E1
MAILA	LH5
JFK	Taldearen ezagutza
SAIOA	2

SAIOAREN HELBURUAK

- Taldea osatzen duten partaideak ezagutzea.
- Taldearen dinamika eta jarduteko modua aztertzen hastea.
- Paratideen konpetentzia motorrak ezagutzen hastea,

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.
- Hezitzaileak bere burua aurketzuko du, oinarrizko datu batzuk emanez. (Izen abizenak, adina, praktikatutako kirola, ikasitako eskola, etc)
- Partaide bakoitzak bere burua aurkeztuko du, oinarrizko datu batzuk emanez (Izen abizenak, adina, praktikatutako kirola, ikasitako eskola, etc).

● BEROKETA

- **ZUBIA PILOTAREKIN:** Talde osoa gunean zehar banatzen da. Hiru edo lau hurrek petoa jantziko dute eta "harrapatzaileak" izango dira. Bi ikaslek eskubaloio edo saskibaloio pilota bana izango dute. Harrapatzaileek norbait ukitzen dutenean, harrapatutakoa lurrean hankak zabalik ("zubia" eginez) geratuko da geldirik. Libre uzteko, beste ikasle batek hanka azpitik pasa beharko du. Pilotadun ikasleak ezin dira harrapatu. Beraz, estrategia pilota arriskuan dagoen bati pasatzean datza, salbatzeko, edo harrapatuta dagoenaren ondoan dagoenari pasatzea, zubia lasaiago pasatu dezan.
- **HIRUKO MARRA KOPERATIBOA :** Gunearen alde batean 9 uztarekin 3x3ko karratu bat osatzen da (hiruko errenkadan jokatzeko txantiloia). Handik 15-20 metrora taldeak jartzen dira ilaran. Talde bakoitzak kolore bateko 3 kono (edo 3 peto) ditu. Errelebo lasterketa bat da. Lehenengoak korrika irten, kono bat uztai baten barruan utzi eta bueltatzen da hurrengoari eskua emateko. Hiru konoak jarri ondoren oraindik norbaitek hiruko errenkadan jartzea lortu ez badu, hurrengo korrikalariak euren taldeko kono bat lekuz aldatu dezakete. Ilaran itxaroten daudenek ezin dute lo egon; estrategikoki oihukatu eta gidatu behar dute korrika doan taldekidea konoa non jarri dezakeen esateko (ikuspegi orokorra dutelako).
- Aldaera: Eskubaloio, saskibaloio edo futboleko baloiarekin kondukzioak eginez.

● ATAL NAGUSIA

- **GIDARI ITSUA:** Bikoteka jartzen dira. Bikoteko batek begiak itxiko ditu (edo estali) eta besteak kirol pilota bat izango du eskutan. Gunean zehar konoak sakabanatuta egongo dira. Gidariak bere bikotea ahoz soilik gidatu behar du gunean zehar (ezin du ukitu). Helburua da lurrean dauden konoak saihestea eta, aldi berean, gidariak pilota lurrean botatzen duen bakoitzean, bikote "itsuak" pilota norabide horretan bilatzea eta jasotzea.
- **PASE KOLEKTIBOAREN ERRONKA:** Talde handia bi azpitaldeetan banatzen da (bakoitza bere eremuan, edo eremu berean defendatzailerik gabe hasieran).

Taldeak txandaka jokatzen du. Helburua da saskibaloiko edo eskubaloiko pilota batekin **15 pase jarraian** egiteko gai izatea, baina arau honekin: **ezin zaio pilota pasatu berriro eman dizunari eta taldekide guztiek ukitu behar dute pilota** 15 paseak amaitu baino lehen.

● ATSEDENERA ITZULERA

- **ERLOJUPEKO KORAPILOA:** Borobilean jartzen dira, oso gertu. Eskuak aurrerantz luzatu eta bakoitzak aurrean dituen bi pertsona desberdinen eskuak hartzen ditu (ezin ditu albokoarenak hartu). Giza korapilo handi bat sortuko da. Eskutik askatu gabe, denon artean mugitu eta biratu behar dute korapiloa askatu eta borobil garbi bat osatu arte.

● ITXIERA ETA AGURRA

- Taldea batu eta balantzea egingo dugu esperotako eta egindako jokabideek helburua bete duten identifikatzeko.
- etorkizun hurbileko saioari begira ipiniko gara.
- Talde ohia edo leloarekin bukatuko dugu saioa.

MATERIALA

- ◆ Konoak
- ◆ Harila
- ◆ Gomaespumazko baloia
- ◆ Uztaiak
- ◆ Saskibaloiko edo eskubaloiko baloia

ESPAZIO ANTOLAKETA

- ◆ Kantxa erdi bat

OHARRAK



ANTOLAKETA	E1
MAILA	LH5
JFK	Talde kohesioa
SAIOA	3

SAIOAREN HELBURUAK

- Taldea osatzen duten partaideak ezagutzea.
- Taldearen dinamika eta jarduteko modua aztertzen hasia.
- Paratideen konpetentzia motorrak ezagutzen hasia,

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.
- Hezitzaileak bere burua aurketzuko du, oinarrizko datu batzuk emanez. (Izen abizenak, adina, praktikatutako kirola, ikasitako eskola, etc)
- Partaide bakoitzak bere burua aurkeztuko du, oinarrizko datu batzuk emanez (Izen abizenak, adina, praktikatutako kirola, ikasitako eskola, etc).

● BEROKETA

- **KOLOREAK IKUTU:** Taldea eremuan zehar korrika txikian ibiliko dira. hezitzaileak kolore bat ohikatzen duenean: “Horia!”, taldekide guztiak eremuan zehar dauden objektu horiak ikutzera lasterka joan beharko dira. Azkenekoari “arrautza” bat gehituko zaio. Dinamikak aurrera jarraitu ala partaideak “arrautzak” pilatzen joango dira, partaide batek 3 “arrautza” dituenean, alegia, 3 aldiz azkena gelditu denean jolasa amaituko da.

● ATAL NAGUSIA

● BALOI HARRAPATZAILEA

- Eskubaloiko kantxa bateko atea inguratzen duen eremua erabiliko da jolas honetarako (edo antzeko dimentsioak dituen eremu bat). Harrapatzaileak soilik edukiko du baloia hasieran. Jolasa hasterakoan harrapatzaileak baloiarekin korri egiteko aukera izango du norbait harrapatzeko (baloiarekin ukitzeko). Behin lehen iheslaria “harrapatuta” dagoela, gelditzen diren gainontzeko iheslariak harrapatu beharko dituzte baloiarekin ukitzen, baina hemendik aurrera ezino dira baloia eskuetan dutela korri egin. Hau da, paseak egiten hurbildu beharko dira iheslariak harrapatzera, pasa eta mugitu, norbait ukitzeko gertu eduki izan arte. Iheslariak harrapatu ala, harrapatzaile bihurtuko dira.

● 10 PASE ISILPEAN

- Taldea bi azpitaldeetan banatuko dugu, helburua 10 pase jarraian egitea da. Aurkariak baloia airean edo lurrian dagoela "lapurtu" dezakete, ala bada, ahuek ere 10 pase egin beharko dituzte. Aldera honetan baina isilpean egin beharko dute jolas guztia, ezingo dute ez altuan zenbatu ez bestelako ezer esan. Helburuan taldekideen arteko keinuak eta begiradak ezagutzea da.

● ATSEDENERA ITZULERA

● KONTRABANDISTAK

- Taldekide guztiak borobilean begiak itxita ditzutela eseriko dira. Hezitzaileak ikasle baten bizkarrean ukitu txiki bat emango du bera kontrabandista izendatuz. Mundu guztiak begiak irekitzerakoan, kontrabandistaren helburua taldekideei isilpean begia keinatzea izango da "zigilu sekretua" pasatzeko, eta keinua jaso duenak hiru segundora eskua altxatu beharko du (keinuak aldatzen joan daitezke, aurretik adostu badira, bekainak atxa, begi bat itxi, mingaina atara,...). Soilik kontrabandistak egin ditzake keinuak, kontrabandista ez den norbaitek adostutako keinurenbat egiten badu jolasetik kaleratua izango da. Gainerako "mugazainak" kontrabandista zein den asmatu behar dute.

● ITXIERA ETA AGURRA

- Taldea batu eta balantzeta egingo dugu esperotako eta egindako jokabideek helburua bete duten identifikatzeko.
- etorkizun hurbileko saioari begira ipiniko gara.
- Talde ohia edo leloarekin bukatuko dugu saioa.

MATERIALA

- ◆ Konoak
- ◆ Uztaiak
- ◆ Saskibaloiko edo/eta eskubaloiko baloiak

ESPazio ANTOLAKETA

- ◆ Kantxa erdi bat

OHARRAK

- ◆ Baloi harrapatzailearen jolasean eremu txiki izatea garrantzitsua da, hasiera batean ez baita erraza bi pertsonen artean norbait baloiarekin ukitzera. Jolas guztietan bezala, baina bereziki jolas honetan, hezitzailearen parte hartze aktiboa jolasa dinamikoagoa egiten badu, ez eduki zalantzarik eta jolastu.



ANTOLAKETA	E1
MAILA	LH5
JFK	Talde kohesioa
SAIOA	4

SAIOAREN HELBURUAK

- Taldea osatzen duten partaideak ezagutzea.
- Taldearen dinamika eta jarduteko modua aztertzen hastea.
- Paratideen konpetentzia motorrak ezagutzen hastea,

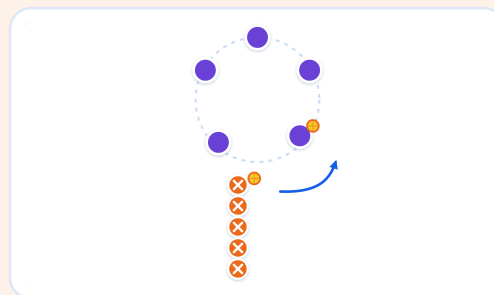
SAIOAREN ANTOLAKETA

HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.

BEROKETA

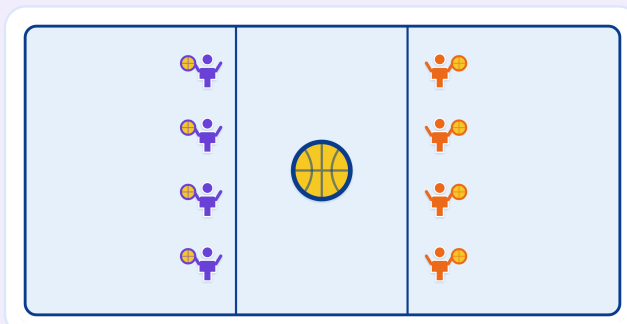
- ERLOJUPEKOA:** Taldea bi azpitaldetan banatuko da. Talde bat borobilean bat osatuz jarriko da eta bestea borobil horretatik kanpo ilaran.



- Borobilean dagoen taldeak, baloiarekin paseak egin beharko dituzte, paseak egiten boril osoa egiten dutenean, bira bakoitza zenbatu beharko dute. Ilaran daudenak ordea baloia boteka eraman beharko dute borobila inguratuz. Ilarakoak banaka, erreleboka, landuko dute kondukzioa. Talde honetako azkenak buelta ematean borobilekoak paseak egiteari utziko diote eta ozen esan beharko dute zenbat egin dituzten. Gero taldeek rol aldaketa egingo dute. Talde baten helburua paseak ahalik eta azkarren egiten den bitartean beste taldearen kondukzioak ahalik eta azkarren egitea izango da.

ATAL NAGUSIA

ERDIKO BALOIA MUGITU



- Taldea bi azpitaldetan banatuko da, taldekide bakoitzak eskubaloiko baloi bat edukiko du eskuetan. Talde bakoitza bere eremuan egongo da. Helburua erdia dagoen baloi medizinala aurkieren marra pasaztean datza. Horretarako, taldekide bakoitzak bere baloia indarrarekin jaurtiko du baloi handia mugiarazteko.

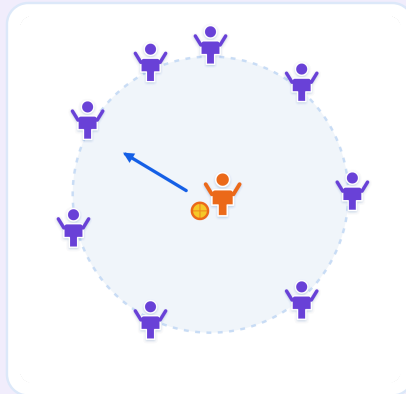
Talde baten eremura iristen diren baloiak (beste

taldekoek botatakoak) hartu daitezke erdiko baloia beste eremura bultzatzeko, beti ere bakoitzaren marra eremuaren atzetik.

Baloiak jaurti egin behar dira, ezin dira arrastaka bota.

● IZARRA

- Taldea borobilean jarriko da, partaide bat erdian jarriko delarik. Taldekide batek baloia edukiko du, pase bat egingo dio erdian dagoenari, pasea egin eta erdira joango da. Erdian dagoenak harrera egin eta hurrengoari pasea egingo dio



● ATSEDENERA ITZULERA

● MASAJIAK PILOTEKIN

- Talde bikoteka banatuko da, hezitzaileak teniseko pilota pare bat emango dio bikote bakoitzari. Bikotekide bat lurrean eserita edo buruz behera etzanda jarriko da. Beste bikotekideak pilotak edukiko ditu eskuan, hezitzaileak seinale ematerakoan tenisko pilotekin mugimendu zirkularrak egiten gorputzeko musukulu ezberdinetatik pasako dizkio pilotak, 3-4 minutu ostean rol aldaketa emango da.

● ITXIERA ETA AGURRA

- Taldea batu eta balantzea egingo dugu esperotako eta egindako jokabideek helburua bete duten identifikatzeko.
- etorkizun hurbileko saioari begira ipiniko gara.
- Talde ohia edo leloarekin bukatuko dugu saioa.

MATERIALA

- ◆ Konoak
- ◆ Uztaiak
- ◆ Saskibaloiko edo/eta eskubaloiko baloiak
- ◆ Teniseko Pilotak

ESPazio ANTOLAKETA

- ◆ Kantxa erdi bat

OHARRAK



ANTOLAKETA	E1
MAILA	LH5
JFK	Talde kohesioa
SAIOA	5

SAIOAREN HELBURUAK

- Taldea osatzen duten partaideak ezagutzea.
- Taldearen dinamika eta jarduteko modua aztertzen hastea.
- Paratideen konpetentzia motorrak ezagutzen hastea,

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.

● BEROKETA

- **HARIA MOZTU BALOIAREKIN:** Talde kantxan zehar sakabanatuko dugu, harrapaketa jolas bat da. Iheslari guztiak baloiarekin joango dira kondukzioak egiten, futbol, saski edo eskubaloiko baloiekin. Harrapatzaileak ez du baloirik eramango eta norbait harrapatzeko ukitzearekin nahiko izango da. Harrapaketa jolas honetan baina ezberdintasun nagusia, hariaz moztean datza. Hau da, harrapatzaileak ozen ohikatu behar du hasieran zeinen bila doan (harrapatzera), beste oheslari bat bien artetik pasatzen bada (haria mozten badu), bere bila joan beharko da.

● ATAL NAGUSIA

● BALOI ESERIA TALDEKA+BALOI SALBATZAILEA

- Jolas honetarako pista erdi bat beharko eta goma-aparrezko baloi bat (edo gehiago) beharko dugu.. Taldea bi azpitaldetan banatuko dugu. Hezitzaileak baloia airera botako du hartzen duenak 3 pausu emateko aukera izango du baloia eskuetan duela norbaiteri jaurtitzeko. Baloia norbaiteri ukitu eta lurra ukittzen badu, eserita geratu beharko da jo duten tokian. Baloiarekin kolpatu baina eskuekin hartzea lortzen badu, jokalaria honek hiru pausu eman eta jaurtitzeko aukera edukiko luke . Beste koloreko edo itxurako baloi bat egongo da eta hau baloi salbatzailea izango da. Horrela baloi bakoitzak funtzio bat izango du; batek beste taldekoak “hiltzen” dituen bitartean besteak lurrean daudenak libratzen ditu. Salbatzeko, baloi salbatzailea lurrean dagoen beste pertsona (taldekide) bateri pasatzeraekin nahikoa da. Baloi salbatzailea lapurtu daiteke, baina baloi salbatzailearekin soilik 3 segundu egon zaitezke eskuetan, bestela, bota utzi edo pase bat egin beharko da. Aurkarien talde osoa eserita eta baloi salbatzailerik gabe dagoenean amaituko da jolasa.

● BALOIAK LAPURTZERA

- Eremu mugatu baten barruan talde osoko partaide bakoitzak eskubaloiko edo saskibaloiko baloi bat punpatzen ibiliko dira eremuan zehar. Hezitzaileak agindua ematen duenean, kideen baloiak “lapurtzeko” momentu hasiko da. Helburua kideei baloi lapurtu edo kentzea izango da.

● Modu ezberdinetara egin daiteke:

- Baloi kentzen badiote, joko kanpo geratzea, azken partaidea geratu arte.
- Baloia lapurtu eta bi baloiekin punpatzera behartzera (ondoren errazaga izateko lapurtzeko)
- 10 minutuetan baloi gehien “lapurtu” dituenak, irabazlea izatea.
- 10 minutuetan baloia gutxien lapurtu diotenari irabazle izendatzea.
- Espazioa txikitzen edo handiagotzen joatea.

● ATSEDENERA ITZULERA

● KLAP

- Talde borobilean eseriko da, partaideetako batek aparrezko baloi bat eskuetan edukiko duelarik. Helburua borobilean dauden taldekideei paseak egitean datza, baina baloia egin aurretik baloia erori eta lurra ukitzen badu, partaide horri “arrautz” bat gehituko zaio, partaide batek 3 “arrautz” dituenean jolasa amaitutzat emango da.

● ITXIERA ETA AGURRA

- Taldea batu eta balantzea egingo dugu esperotako eta egindako jokabideek helburua bete duten identifikatzeko.
- etorkizun hurbileko saioari begira ipiniko gara.
- Talde ohia edo leloarekin bukatuko dugu saioa.

MATERIALA

- ◆ Konoak
- ◆ Uztaiak
- ◆ Saskibaloiko edo/eta eskubaloiko baloiak

ESPazio ANTOLAKETA

- ◆ Kantxa erdi bat

OHARRAK



ANTOLAKETA	E1
MAILA	LH5
JFK	Talde kohesioa
SAIOA	6

SAIOAREN HELBURUAK

- Taldea osatzen duten partaideak ezagutzea.
- Taldearen dinamika eta jarduteko modua aztertzen hastea.
- Paratideen konpetentzia motorrak ezagutzen hastea,

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.

● BEROKETA

HARRI, ORRI, HAR HARRAPAKETA:

Harrapaketa jolasa da hau. Parte hartzaile kopuruaren arabera, harrapatzaile bakarra edo gehiago egongo dira. Harrapatzaileak norbait harrapatzen duenean, harri-orri-har jokoa egin behar dute beraien artean. Harrapatzaileak irabazten badu, harrapatua izan dena lurrean eseriko da baina iheslariak irabazten badu jokoa, ihesean jarraituko du.

Iheslari bat lurretik altxatzeko ere bestelako aukera bat egongo da, lurrean dagoen beste batekin, harri orri har jokoa egin eta irabazten duenak altxatzeko aukera edukiko du.

TXURIA ETA GORRIA:

Talde bi ilaratan jarriko da. Bata besteari bizakarra emanaz eta batetik bestetik metro bateko distantzia utziz. Ilara bat gorria izango da eta beste zuria. Begiraleak, “gorria!” oihukatzen badu, gorriek zuriak harrapatu behar dituzte. Begiraleak “zuria!” oihukatzen badu, zuriak gorriak harrapatu behar dituzte.

● ATAL NAGUSIA

● FUTBOLINA :

Taldea bi azpitaldeetan banatuko dugu. Futboleko kantxa txiki bat sortuko dugu, marra orizentalak datieunak .Ondoren benetako futbolinean bezala, jokalariai marren gainean jarriko dira, marren eta hauen gainean jarriko ditugun jokalarien kopurua taldearen partaideen arabera aldatu ahal izango da.

Jokalariai (atezaina barne) marren gainean bakarrik mugitu daitezke daitezke, ezker zein eskuinera, inoiz ez aurrera zein atzera.

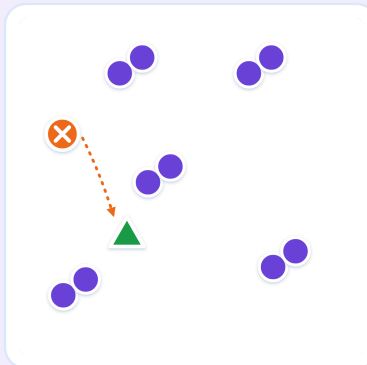
Baloia soilik punpatu ahal izango da (toke bakarrarekin alegia).

● KONOAK BOTATZERA:

Jolas honetarako kantxa erdi bat beharko dugu. Taldea bi azpitaldetan banatuko dugu eta kantxan zehar hainbat kono jarriko ditugu sakabanatuak. Talde bakoitzak rol bat edukiko du, erasotzaileak eta defentsak. Erasotzaileen helburua ahalik eta denbora gutxienean kono guztiak botatzea izango da eta defentsarenak hau (konoak botatzea) eragozte. Erasotzaileek ezingo dute baloiarekin mugitu, hau da, paseka mugitu ahalko dira. Defentsak aldiz ezingo dira konoaren ondoan ipini estatikoan, beraien “marka”rekin joan beharko dira. Defentsa indibiduala sustatuz. Denbora gutxienean kono guztiak botatzen dituen taldea izango da irabazlea.

KATUA ETA XAGUA BALOIAREKIN

Jolas honetarako kantxa erdia beharko dugu. Harrapaketa jolas bat izango da. Harrapatzaile bat (X) egongo da, baloia duen bakarra izango dena. Iheslari bat (hirukia) eta etxean daudenak, hauek bikoteka egongo dira besotik helduta (borobilak).



Iheslaria bikote bateko partaide bateri besoa hartzen dioenean, bikoteko bestea iheslari bihurtu eta ihesi joan beharko da.

ALDAERA: Iheslaria bikotekide baten ondoan jarri eta besotik heltzen dionean, beste bikotekidea automatikoki harrapatzailea bihurtuko da.

ALDAERA: Rol guztiak baloiarekin jardutea.

● ATSEDENERA ITZULERA

PETANKA:

Azpitalde ezberdinetan banatuko dugu taldea, adierazten diegun marraren atzean kokatuz. Talde bakoitza marra baten atzean jarriko da. Talde bakoitzak kolore tamaina edo forma bateko pilotak edukiko ditu. Hau da, talde batek teniseko pilotak baditu, besteak eskubaloioak. Taldeak marra baten atzean kokatu beharko dira. Marraren aurrean kono bat egongo da hezitzaileak erabakitzen duen distantzian. Helburua, taldearen pilota konotik ahalik eta hurbilen uztea izango da.

● ITXIERA ETA AGURRA

- Taldea batu eta balantzea egingo dugu esperotako eta egindako jokabideek helburua bete duten identifikatzeko.
- etorkizun hurbileko saioari begira ipiniko gara.
- Talde ohia edo leloarekin bukatuko dugu saioa.

MATERIALA

- Konoak
- Saskibaloiko, teniseko edo/eta eskubaloiko baloiak

ESPazio ANTOLAKETA

- Kantxa erdi bat

OHARRAK



ANTOLAKETA	E1
MAILA	LH5
JFK	Futbola
SAIOA	1

SAIOAREN HELBURUAK

- Baloiarekin segurtasuna eta konfiantza berreskuratzea
- Baloia oinekin gidatzea eta kontrolatzea
- Futboleko arauak errebasatzea
- Pasea eta harrera

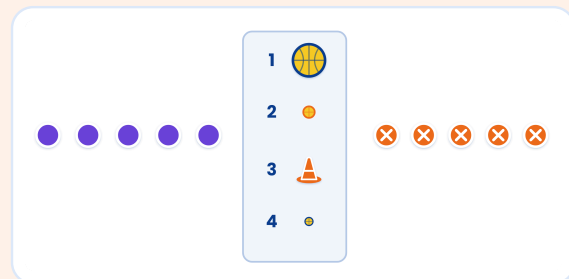
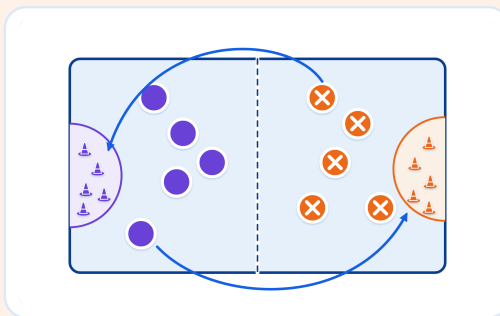
SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.
- Futboleko arauen azalpen edo errebaso txiki bat egingo da.

● BEROKETA

● BANDERA PIRATA:



Talde bakoitzak bere eremuaren zati batean (borobil handian) bere konoak izango ditu. Aldi berean beraien konoak babestu eta besteak lapurtzen saiatu beharko dira. Talde bateko kide bat aurrera egin eta zelai erdia pasatzen duenean, beste taldeko batek harrapatu edo ukitzen badu, atzera bueltatu beharko da, bere zelai erdira. Aldiz, beste taldearen borobil handira ailegatzen bada harrapatua izan gabe, kono bat lapurtu eta bere etxera (borobil handira) eramango du. Helburua beste taldeari kono guztiak lapurtu eta etxera ekartzea izango da.

● BALOI ZENBAKIDUNAK:

Talde bakoitza ilaran bata bestearen aurrean irudian bezala kokatuko dira. Erdian zenbakituak dauden baloi batzuk egongo dira, lauak ezberdinak. Begiraleak zenbaki bat oihukatuko du eta ilaran lehenengoak daudenak baloiaren bila joango dira. Baloia hartzen duenak baloi motaren arabera saskiratzea edo gola sartuko du. Baloia hartzen ez duenak baloia lapurtzen saiatuko da. Helburua baloia aurkaria baina lehen hartzea eta saskiratzea, futbol edo eskubaloikoa gola egitea da.

- ALDAERA: Binaka aterako dira eta paseak egin beharko dituzte jarutiketa edo saskiratzea egin aurretik. Defentsek hori ekiditen saiatu beharko dute.

● **PIRATAK, MARINELAK ETA ALT XORRAK:**



Bi taldetan banatuko dira: “piratak” eta “marinelak” eta bakoitzak zelaia-aren alde batean bere etxea izango du. Jokalari bakoitzak baloi bat izango du. Zelaia-aren erdian konoak egongo dira, “altxorrak”. Jokalari bakoitzak baloiarekin joan beharko du altxor bat hartzera eta bere etxera eramatera. Baina aurkari batek harrapatzen badu, altxorra galdu egingo du.

- ALDAERA: Altxorra galtzeko aurkaria harrapatu beharrean baloia lapurtu beharko da, momentu batean norberaren baloia albo batean utziz.

- **3x3 PARTIDAK:**

Zelai txiki batean 4 ate egingo dira konoekin eta 3 vs 3 partidetan arituko dira. Talde batek baloia duenean, edozein atetik atera daiteke gola sartzeko. Ez dago taldeko ate finko bat, hau da, atea aldatzeko aukera dago uneoro, edozein atetan sartu dezakete gola. Honek haurrei burua altxatzea eta espazio libreak bilatzera eramango ditu.

● **ATSEDENERA ITZULERA**

● FUTBOL INDIO:

Denak borobilean hankak irekita eta bata bestearen ondoan hanka elkarren ondoan jarrita kokatuko dira. Baloia beti lurretik arrastaka bota beharko dute. Baloia ezingo dute hartu, kolpea emanez jokatu da. Baloia behin hanka artetik pasatzen bada (gola sartzen badizute), esku batekin jolastuko du jokalaria horrek. Bigarren gola sartzerakoan, bizkarrez jolastuko da. Hirugarren aldiz, bizkarrez eta esku batekin eta laugarren aldian kanporatua izango da. Helburua elkarri ahalik eta gol gehien sartzzea da.

● ITXIERA ETA AGURRA

- Taldea batu eta balantzea egingo dugu esperotako eta egindako jokabideek helburua bete duten identifikatzeko.
- Etorkizun hurbileko saioari begira ipiniko gara.
- Talde oihu edo leloarekin bukatuko dugu saioa.

MATERIALS

- ◆ Petoak
- ◆ Konoak
- ◆ Futboleko baloiak
- ◆ Saskibaloiko baloi bat
- ◆ Eskubaloiko baloi bat
- ◆ Aparrezko baloi bat edo bi

ESPAZIO ANTOLAKETA

- ◆ Kantxa

OHARRAK

- ◆ Aldaerak haur taldearen gaitasun mailaren arabera aplikatu daitezke (ez da beharrezkoa guztiak aurrera eramatea).



ANTOLAKETA	E1
MAILA	LH5
JFK	Futbola
SAIOA	2

SAIOAREN HELBURUAK

- Pasea eta harrera
- Baloia kontrola
- Taldekideei pasea errazteko espazioan mugitzea

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.

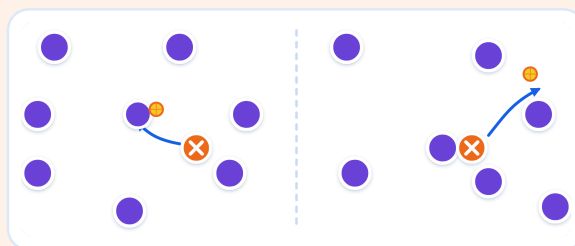
● BEROKETA

● ARASLAMA:

Taldea lau azpitaldetan banatuko da. Karratu batetako iskinetan uztaiak dauden tokian kokatuko dira, talde bakoitza bere uztaiean. Erdian pelotekin beste uzta bat egongo da. Begiraleak jolasaren hasiera ematerakoan, talde bakoitzetik lehenengoak aterako dira erditik pelota hartu eta euren etxera eramateko. Pelota utzi eta hurrengoari eskua ematerakoan aterako da bigarren taldekidea eta beste pelota baten bila joango da. Pilotak erditik edo besteen etxeetatik lapurtu ahalko dira. Bakoitzaren etxeko pilotak ezin dira defendatu. Talde batek 3 pelota etxean dituenean jolasa amaitutzat emango da.

- ALDAERA 1: Etxean eduki beharreko pilota kopurua aldatu. Edo guztira duaden pilota kopurua gutxitu ala gehitu.
- ALDAERA 2: Parte-hartzen ari den taldekideak futboleko baloia kondukzioan eraman beharko du.

● IZARRA:

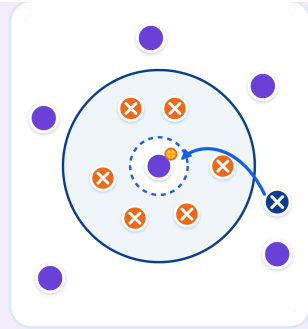


Taldea borobilean jarriko da, partaide bat erdian jarriko delarik. Taldekide batek baloia edukiko du, pase bat egingo dio erdian dagoenari, pasea egin eta erdira joango da. Erdian dagoenak harrera egin eta hurrengoari pasea egingo dio eta bere lekua hartuko du. Jokalaria, pasea egiten duen tokira lekualdatu beharko da.

● ATAL NAGUSIA

● BALOIA LAPURTU:

4-6 jokalaria zela txiki batean kokatuko dira, bakoitza baloi batekin espazioan zehar mugituz. Entrenatzaileak "LAPURRA!" esatean, jokalaria bakoitza beste baten baloia ukitzen saiatuko da. Baloia galdu duenak beste baloi bat aurkitu beharko du. Ez da kontaktu fisikorik egongo.



● PRINTZESAREN JOLASA:

Bi talde egingo dira. Talde bat borobil barruan defentsan. Beste taldea borobil kanpoan erasoan eta talde honetako bat erdiko borobil txikian. Kanpoan erasoan dagoen taldeak ezin du borobil barruan sartu. Barruan dagoen taldea ezin da borobiletik atera. Erdian dagoena ezin da bere borobiletik atera. Kanpoko taldekideek nahi adina pase egin ditzakete beraien artean erdikoari baloia pasa baina lehen. Defentsan daudenak (erdiko borobilekoak) baloia 2 aldiz oztopatzen badute, lekuz aldatuko dira taldeak. Erasotzaileentzat helburua baloia erdian dagoen taldekideari pasatzea izango da. Defentsan daudenentzat, aldiz, beste taldekoek baloia erdikoari ez pasatzea izango da. Erdikoak, bere taldekideen pasea jasotzea bilatu beharko du.

● ATSEDENERA ITZULERA

● PETANKA:

Ikasleak binaka edo hirunaka jarriko dira, eta talde bakoitzak futboleko baloi bana izango du. Lehenik, hezitzaileak pilota txiki bat edo kono bat jarriko du helburu gisa. Txandaka, ikasleek futboleko baloia oinarekin poliki jaurtiko dute, helburutik (pilota txiki edo konotik) ahalik eta gertuen uzteko. Baloia gehien hurbiltzen duenak irabaziko du txanda. Lasaitze fasea denez, baloia poliki jaurtiko dute eta ondoren lasai itzuliko dira hasierako tokira.

● ITXIERA ETA AGURRA

- Taldea batu eta balantzeta egingo dugu esperotako eta egindako jokabideek helburua bete duten identifikatzeko.
- Etorkizun hurbileko saioari begira ipiniko gara.
- Talde oihu edo leloarekin bukatuko dugu saioa.

MATERIALA

- Futboleko baloiak, bakoitzarentzat bat
- Petoak
- Pelotak
- Uztaiak

ESPazio ANTOLAKETA

- Kantxa

OHARRAK

- Aldaerak haur taldearen gaitasun mailaren arabera aplikatu daitezke (ez da beharrezkoa guztiak aurrera eramatea).



ANTOLAKETA	E1
MAILA	LH5
JFK	Futbola
SAIOA	3

SAIOAREN HELBURUAK

- Espazioan mugitzea eta aprobetxatzea
- Leku egokiak aurkitzea
- Baloirik gabe mugitzea
- Jaurtiketa

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.

● BEROKETA

● HARRAPEKETA KONBERGENTEA:

Ikasle guztiak kantxa erdian ibiliko dira. Hasiera batean bi harrapatzaile egongo dira, eta aparrezko baloi bat izango dute. Hauen helburua gainontzekoak baloiarekin ukitzea izango da, baloia jaurti gabe. Baina baloia duen harrapatzaileak ezingo du mugitu, hau da, beste harrapatzaileak mugitu beharko du. Beraz, paseak eginez harrapatu beharko dituzte besteak, banan-bana. Norbait harrapatzean harrapatzaile bihurtuko da beste biek batera. Jolasa denak harrapatuak daudenean amaituko da.

● HARIA MOZTU FUTBOLEKO BALOIAREKIN:

Taldea kantxan zehar sakabanatuko dugu, harrapaketa jolaserako. Iheslari guztiak baloiarekin joango dira kondukzioak egiten, futboleko baloiekin. Harrapatzaileak ez du baloirik eramango eta norbait harrapatzeko ukitzearekin nahikoa izango da. Harrapaketa jolas honetan baina ezberdintasun nagusia, hariaz moztean datza. Hau da, harrapatzaileak ozen ohikatu behar du hasieran zeinen bila doan (harrapatzera), beste iheslari bat bien artetik pasatzen bada (haria mozten badu), bere bila joan beharko da.

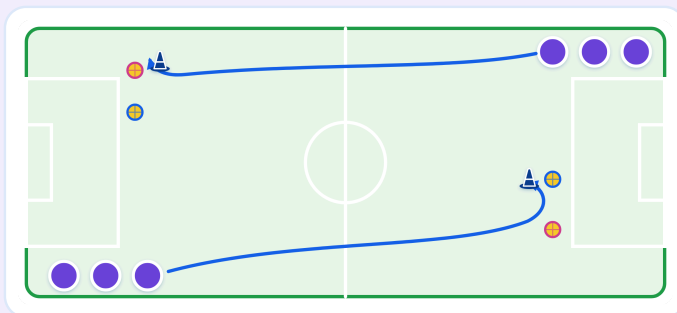
● ATAL NAGUSIA

● UHARTE HUTSAK:

3 vs 3 arituko dira markatutako eremu karratu batean. Eremu horren iskinetan 4-5 uharte (uztai edo kono) egongo dira eta erasotzaileen helburua baloia ahalik eta uharte gehienetara sartzeta izango da. Horretarako, erasotzaile bat uhartean dagoenean pase bat jaso behar du. Behin pase bat jasotzean bertatik mugitu beharko du beste uharte batera edota zelaitik libre. Horrez gain, ezingo dute uharte berean 2 aldiz jarraian gola sartu. Defentsak ezin dira uharteen barruan sartu, kanpotik bakarrik defendatu dezakete eta gainontzeko zelai osoan libre mugitu daitezke.

- ALDAERA 1: Jolasa oso zaila bada, kondukzioan ere uharteetan sartzeko aukera emango zaie.
- ALDAERA 2: Uharteak gehitu ala gutxitu.

● ERABAKI ETA JAURTI:



Bi ilaratan jarriko dira, kantzaren alde bakoitzean ilara bat. Ilara bakoitzetik lehenengoa aterako da. Baloia konduzkiean eramaten aurkako porteriara hurbilduko da eta bertan bi kono egongo dira, eskubia (gorria) eta ezkerria (urdina). Ikasleak alde bat aukeratu eta bertatik porteriara jaurtiko du. Ondoren, baloia jaso eta beste ilaran jarriko da.

Jaurtiketa egin bezain pronto hurrengo jokalaria aterako da. Porterian atezaina jartzea edo ez jartzea erabaki daiteke. Ez bada atezainik egongo puntuazioa ezberdineko konoak jar daitezke.

- ALDAERA: Zirkuitu bat edo oztopoak jarri jaurtiketa egin aurretik

● ATSEDENERA ITZULERA

● LUZEERA DESBERDINETATIK ZUTOINARI JOTZEA:

Ikasleak binaka jarriko dira eta bikote bakoitzak futboleko baloi bat izango du. Konoak edo ateko zutoinak leku finko batean egongo dira, eta haiek jotzeko jaurtiketa-lerroak distantzia desberdinetara markatuko dira. Lehenengo, gertuen dagoen lerrotik jaurtiko dute. Bikoteko kideren batek helburua jotzen duenean, biak hurrengo lerroa pasatuko dira, helburutik urrunago dagoen marrara. Horrela, azken lerroa iritsi arte jarraituko dute. Lasaitze fasea denez, baloia lasai eta kontrolatua jaurtiko dute, zehaztasuna eta kontzentrazioa landuz.

- ALDAERA 1: Zutoina jo ordez langa jotzea.
- ALDAERA 2: Hainbat kono jartzea eta bakoitzak puntuazio ezberdin bat izatea.

● ITXIERA ETA AGURRA

- Taldea batu eta balantzea egingo dugu esperotako eta egindako jokabideek helburua bete duten identifikatzeko.
- Etorkizun hurbileko saioari begira ipiniko gara.
- Talde oihu edo leloarekin bukatuko dugu saioa.

MATERIALA

- ◆ Aparrezko baloia
- ◆ Futboleko baloiak
- ◆ Konoak
- ◆ Uztaiak

ESPazio ANTOLAKETA

- ◆ Futboleko kanta

○ HARRAK

- ◆ Aldaerak haur taldearen gaitasun mailaren arabera aplikatu daitezke (ez da beharrezkoa guztiak aurrera eramatea).



ANTOLAKETA	E1
MAILA	LH5
JFK	Futbola
SAIOA	4

SAIOAREN HELBURUAK

- Defentsa indibiduala lantzea
- Aurkaria markatzea
- Baloia berreskuratzea

SAIOAREN ANTOLAKETA

HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.

BEROKETA

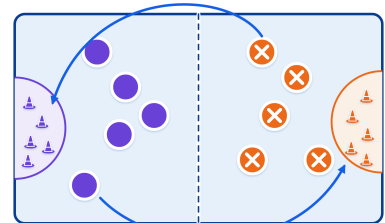
AZERI BUZTANA:

Eremu bat zehaztuko da, kantxa erdia adibidez. Ikasle bakoitzak zapi edo peto bat jarriko du ipurditik zintzilik, isatsa balitz bezala. Helburua gainontzekoen isatsak kentzea izango da, norberaren isatsa mantentzen saiatzen den bitartean. Norbaitek isats bat lapurtzen duenean, eskuan gordeko du. Bere isatsa lapurtzen badiote, ordea, eskuan duen isats bat ipurditik jarri beharko du. Isatsik gabe geratzen den ikasleak jolasean jarraituko du, beste jokalarien isatsak lapurtzen saiatuz.

- ALDAERA: Bakoitzak baloi bat izango du hanketan eta beste norbaiti buztana kentzeko baloia kontrolpean izan behar du

BANDERA PIRATAK BALOIEKIN:

Talde bakoitzak bere eremuaren zati batean (borobil handian) bere konoak izango ditu. Aldi berean beraien konoak babestu eta besteenak lapurtzen saiatu beharko dira. Talde bateko kide bat aurrera egin eta zelai erdia pasatzen duenean, beste taldeko batek harrapatu edo ukitzen badu, atzera bueltatu beharko da, bere zelai erdira. Aldiz, beste taldearen borobil handira ailegatzen bada harrapatua izan gabe, kono bat lapurtu eta bere etxera (borobil handira) eramango du. Helburua beste taldeari bere kono guztiak lapurtu eta etxera ekartzea izango da. Baina oraingo honetan jokalaria bakoitza baloi batekin arituko da. Baloia lapurtzen badiote norbaiti harrapatua bezala atzera egin beharko du.



ATAL NAGUSIA

ITZALAREN BILA:

Bi taldetan banatuko dira: erasotzaileak eta defentsak. Erasotzaile bakoitzak baloi bat izango du eta defentsa bakoitzak erasotzaile bat izango du esleituta: "bakoitzak bat". Hezitzaileak "AURRERA!" esatean, erasotzaile guztiak baloiarekin libre mugituko dira markatutako eremuan zehar. Defentsa bakoitzak bere

aurkaria jarraitu eta markatu beharko du. Erasotzaileek norabidea alda dezakete, azeleratu, gelditu... eta defentsak ezin du bere aurkaria galdu hezitzaileak "LAPURTU!" esan arte. Momentu horretan defentsek baloia berreskuratzen saiatu behar dute. Bestalde, erasotzaileek koloretako kono ezberdinak izango dituzte zelairen barruan, beraz, hezitzaileak kolore bat esaten duenean, erasotzaileek bertara iritsi behar dute baloiarekin. 30-45 segundoren ondoren, rolak aldatuko dira.

- ALDAERA 1: Defentsek baloia lapurtzean jaurtiketa bat egin behar dute.
- ALDAERA 2: Hezitzaileak "Marka aldaketa" esan dezake eta defentsek beste norbait jarraitu beharko dute.

● 3x3 PARTIDAK:

Zelai bakoitzean bi ate txiki egongo dira, bata alde bakoitzean. Partida normalak izango dira, baina defentsa indibidualari emango zaio garrantzia, bat batekin jartzea eta horri jarraitzea.

- ALDAERA: Bakoitzak bere marka jarraitzeko gai direnean, aurkaria edo marka aldatu dezakete defentsen artean.

● ATSEDENERA ITZULERA

● GOLF FUTBOLA:

Kono batzuk kantxan banatuko dira. 4 talde egingo dira eta ikasleek baloia oinarekin kolpe txikien bidez kono batetik bestera eramaten saiatu beharko dute. Helburua ahalik eta ukitu gutxienekin ibilbidea egitea izango da. Ez da lasterketa izango; kontrola eta zehaztasuna izango dira helburua.

● ITXIERA ETA AGURRA

- Taldea batu eta balantzea egingo dugu esperotako eta egindako jokabideek helburua bete duten identifikatzeko.
- Etorkizun hurbileko saioari begira ipiniko gara.
- Talde oihu edo leloarekin bukatuko dugu saioa.

MATERIALA

- ◆ Petoak edo zapiak
- ◆ Kolore ezberdinetako konoak
- ◆ Futboleko baloiak

ESPAZIO ANTOLAKETA

- ◆ Futboleko kantxa

OHARRAK

- ◆ Aldaerak haur taldearen gaitasun mailaren arabera aplikatu daitezke (ez da beharrezkoa guztiak aurrera eramatea).



ANTOLAKETA	E1
MAILA	LH5
JFK	Futbola
SAIOA	5

SAIOAREN HELBURUAK

- Erasoko erabakiak hartzea
- Kondukzioa
- Pasea eta harrera
- Jaurtiketa

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.

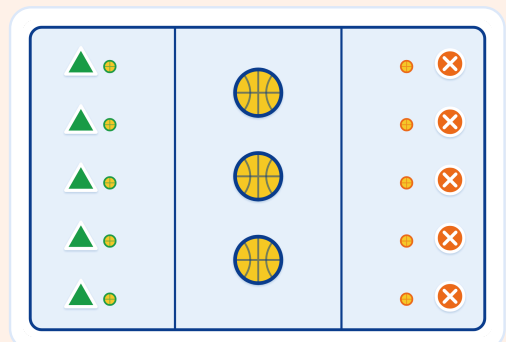
● BEROKETA

● HARRAPAKETA BALOIEKIN:

Ikasle guztiak eremu batean sakabanatuta egongo dira. Ikasle bat harrapatzailea izango da eta gainerakoak iheslariak. Iheslarien artean 2 futboleko baloi egongo dira, eta baloiak “etxea” izango dira, beraz, baloia duen ikaslea ezin da harrapatua izan. Baina baloia duen ikasleak ezin du baloia denbora guztian beretzat gorde (5 segundo); beste iheslari bati hankarekin pasea egin behar dio, baloia taldean zehar mugituz. Baloia uneoro hankarekin gidatuko da.

● ERDIKO BALOIAK MUGITU:

Taldea bi azpitaldetan banatuko da, talde bakoitzak baloi kopuru bat izango du etxean. Talde bakoitza bere eremuan egongo da. Helburua erdia dauden baloiek (fitball-ak adibidez) aurkarien marra pasatzea da. Horretarako, futboleko baloia indarrarekin jaurtiko dituzte baloi handia mugiarazteko. Talde baten eremura iristen diren baloia (beste taldekoek botatakoak) hartu daitezke eta berriro erabili, erdiko baloia beste eremura bultzatzeko, beti ere bakoitzaren marra eremuaren atzetik.



● ATAL NAGUSIA

● 10 PASEEN JOLASA:

Bi taldeetan banatuko dira. Baloia duen taldeko jokalaria, elkarren artean baloia pasatuz, hamar pase jarraian egitea lortzen saiatuko dira. Baloia ez duen taldeak, berriz, baloia berreskuratu beharko du. Futboleko oinarritzko arautegia errespetatuko da: eskua, faltak... Hamar pase jarraian egitea lortzen duen

taldeak puntu bat lortuko du. Joko eremua jokalarien maila, ezaugarri eta kopuruaren arabera mugatuko da.

- ALDAERA: 10 paseak lortu eta gero, eremutik atera eta futboleko atera jarutiketa egin beharko dute puntua lortzeko.

● 2x1:

Hiru ikasleko taldeak egingo dira. Bi erasotzaileek baloia izango dute eta defendatzaile baten aurka jokatuko dute. Erasotzaileek elkarren artean paseak egin, baloia gidatu edo, aukera dutenean, ate txikira jaurti beharko dute. Defendatzailea baloia lapurtzen saiatuko da. Erasotzaileek defendatzailearen kokapenaren arabera erabaki beharko dute noiz gidatu eta noiz eman pasea. Baloia galdu edo jaurtiketa amaitzean, rolak aldatu egingo dira. Defendatzaileari zer tapatzen duen argi erakustea eskatuko zaio, hau da, erasotzaileen arteko pasea defenditzen badu, erasotzaileek konduzkioa edo atera jaurtiketa egitea erabaki beharko lukete. Aldiz, defendatzaileak jaurtiketa edo konduzkioa oztopatuko balu, erasotzaileak pasea egin beharko luke.

● ATSEDENERA ITZULERA

● PENALTI JAURTIKETAK:

Atezain bat jarriko da eta penalti jaurtiketak egingo dituzte. Atezainak aldatzen joango dira.

● ITXIERA ETA AGURRA

- Taldea batu eta balantzea egingo dugu esperotako eta egindako jokabideek helburua bete duten identifikatzeko.
- Etorkizun hurbileko saioari begira ipiniko gara.
- Talde oihu edo leloarekin bukatuko dugu saioa.

MATERIALA

- ◆ Fitball-a edo baloi ezberdinak
- ◆ Futboleko baloia
- ◆ Konoak

ESPazio ANTOLAKETA

- ◆ Futboleko kantxa

OHARRAK

- ◆ Aldaerak haur taldearen gaitasun mailaren arabera aplikatu daitezke (ez da beharrezkoa guztiak aurrera eramatea).



ANTOLAKETA	E1
MAILA	LH5
JFK	Futbola
SAIOA	6

SAIOAREN HELBURUAK

- Talde-lana
- Eremua aprobetxatzea

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.

● BEROKETA

● KATUA ETA XAGUA:

Bikoteka jarriko dira borobil handi batean, bikoteak eskutik helduta egongo direlarik. Bikote bat askatuko da eta hauetako bat harrapatzailea izango da eta bestea iheslaria. Harrapatzaileak iheslari hori ikutzean rolak aldatuko dira eta iheslaria harrapatzaile bihurtuko da. Iheslariak borobilean dagoen norbait eskutik heldzean, beste aldekoa askatu eta iheslari bihurtuko da.

- ALDAERA (mugikortasuna handitzeko): Borobileko bikoteak, geldik egon beharrean, zelaitik mugitzen egongo dira eskutik emanda, iheslari eta harrapatzaileei hurbilduz edo eta hauetatik aldentuz

● ZAPI-ZAPI:

Bi talde osatuko dira eta talde bakoitzean zenbakiak banatuko dira. Adibidez, talde bakoitzean 6 ikasle badaude, 1etik 6ra zenbakituko dira. Talde bakoitzak korrika hasteko lerro bat izango du, eta bi lerroen erdian hezitzailea kokatuko da futboleko baloi batekin. Hezitzaileak zenbaki bat esango du, adibidez, "Hiru!". Orduan, 3 zenbakia duten bi ikasleek korrika egin beharko dute baloia hartzera. Baloiara lehenengo iristen denak baloia hartu eta oinarekin gidatuz bere etxera eraman beharko du. Beste ikaslea, berriz, baloia lapurtu eta bere etxera eramanez puntua lortzen saiatuko da.

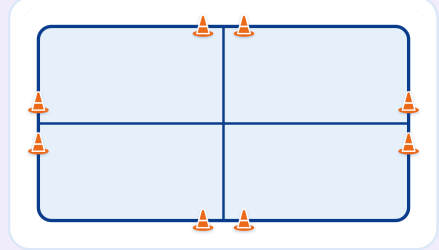
- ALDAERA: Baloi hartu ondoren, ikasleak kono edo atearen zutoin bat jo beharko du jaurtiketa eginez, puntua lortzeko. Horrela, jaurtiketa ere landuko da. Baloi lehenengo hartu ez duenak hori ekiditen saiatu beharko da.

● ATAL NAGUSIA

● EREMUA APROBETXATUZ:

4vs4 edo 5vs5 taldeetan banatuko dira eta zelai laukizuzena izango da joko eremua. Zelaiaren lau aldeetan 4 ate txiki kokatuko dira, atezainik gabe. Bi taldeek partida jokatu dute eta lau atetatik edozeinetan gola sartzen saiatu beharko dute. Ate bat defendatzen ari badira, erasotzaileek beste alde batean espazio librea bilatu beharko dute. Taldeak gola sartu aurretik gutxienez 3 jokalarik parte-hartu behar dute jokoan.

- ALDAERA 1: Zelaia 4 zatitan banatuko da eta defentsek 4 zatitako 1 libre utzi beharko dute. Horrela, erasotzaileek eremu hori aurkitu beharko dute.
- ALDAERA 2: Gehiago mugitzeko zelaia 4 zatitan banatuko da eta talde erasotzaileak pase bat egin duenean beste karratu batera mugitu behar du.



● BEISBOL HANKA:

2 talde egingo dira: erasotzaileak eta defendatzaileak. Erasotzaileak ilaran jarriko dira eta lehena bateatzailea izango da. Defentsetako "pitxerrak" baloia bateatzaileari pasako dio eta honek baloia jaurti beharko du. Baloia jo ondoren, korrika hasiko da markatutako baseetatik. Bitartean defendatzaileek baloia hartu eta paseen bidez pitxerraren basera eramaten saiatuko dira. Baloia pitxerrarengana iritsi aurretik erasotzaileak ibilbidea amaitzen badu, puntu bat lortuko du. Erasotzaileak ibilbidea amaitzen ez badu baina base batean badago, hurrengo erasotzaileak baloia jotzean, aurrera egin ahal izango du. Base batean erasotzaile bat badago eta beste erasotzaile batek base horretara iristen bada, aurrekoa hurrengo basera joan beharko da. Baloia pitxerrera iritxi eta erasotzailearen bat baseren batean ez badago, kanporatuta izango da eta ilerara itzuli beharko du punturik lortu gabe.

Defendatzaileen bateatzailearen baloia airean hartzean, hau da, botea eman aurretik jasotzean, rolak aldatuko dira.

● ATSEDENERA ITZULERA

● ISILTASUNENKO PASEAK:

4-5 ikasleko taldeetan zirkulu bat osatu eta baloi bat izango dute. Hitz egin gabe, paseak egin beharko dituzte. Begiradarekin eta keinuekin komunikatu beharko dira.

● ITXIERA ETA AGURRA

- Taldea batu eta balantzea egingo dugu esperotako eta egindako jokabideek helburua bete duten identifikatzeko.
- Etorkizun hurbileko saioari begira ipiniko gara.
- Talde oihu edo leloarekin bukatuko dugu saioa.

MATERIALA

- ◆ Futboleko baloiak
- ◆ Uztaik
- ◆ Petoak

ESPazio ANTOLAKETA

- ◆ Kantxa

OHARRAK

- ◆ Alderak haur taldearen gaitasun mailaren arabera aplikatu daitezke (ez da beharrezkoa guztiak aurrera eramatea).