

ESKOLA KIROLA · LH5

E1

Unitatea



Saio-sekuentziazio didaktikoa

 **kirolaisiren** eskutik



Taldearen ezagutza



Talde kohesioa



Saskibaloia



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



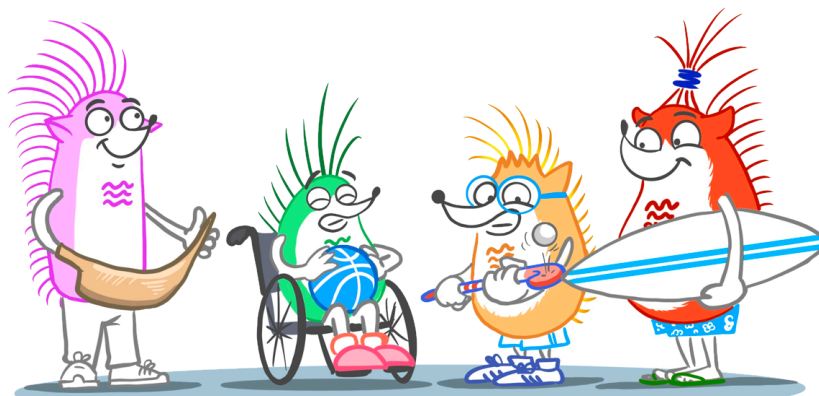
Talde kohesioa

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



Saskibaloia

Saioa 1	ARMIAARMA · HARIA MOZTU · AZERIAK, OILOAK ETA SUGEAK · BALOIA EHIZATU · BOLOAK	16
Saioa 2	STOP JOLASA · KOMEKOKOS · 4 ISKINAK · ERRELEBOAK SASKIBALOIA · DENAK SASKIRA	18
Saioa 3	BALOI ESERIA · HARRI ORRI HAR (SASKIBALOIA) · BALOI DORREA · 1:1 + SASKIRATZEA · ISPILUA	20
Saioa 4	KOMEKOKOS · ARMIARMAK ETA EULIAK · ZAPI ZAPI/ PAÑUELITO (SASKIBALOIA) · LASTERKETA PASEKA · BALOIA HANKAPEAN	22
Saioa 5	LURRA, URA, SUA, HAIZEA · ZALDIA ETA ZALDUNA · TXURIAK ETA BELTZAK · ERRELEBOAK (SASKIBALOIA) · PARTIDO TXIKIA	24
Saioa 6	HARIA MOZTU · BRILLET · HARRI ORRI HAR (SASKIBALOIA) · SIGI-SAGA ERRELEBOAK · JAURTIKETA TXAPELKETA	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, multikiroltasuna 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.

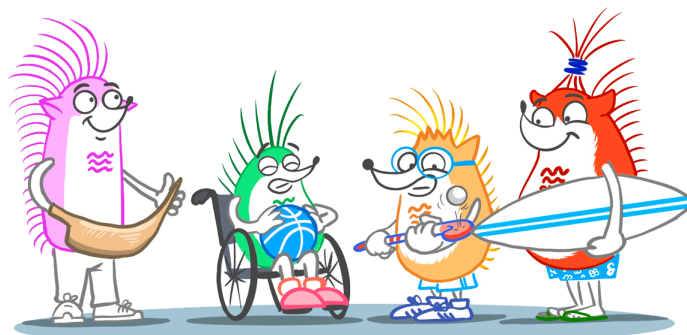
4. Saioen Egitura: 5 Fase nagusitan banatu dugu.

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 ("ubia" 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, ubia 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 aurerra 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 balantzeara 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,

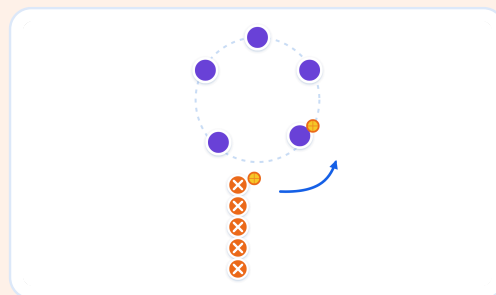
SAIOAREN ANTOLAKETA

HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.

BEROKETA

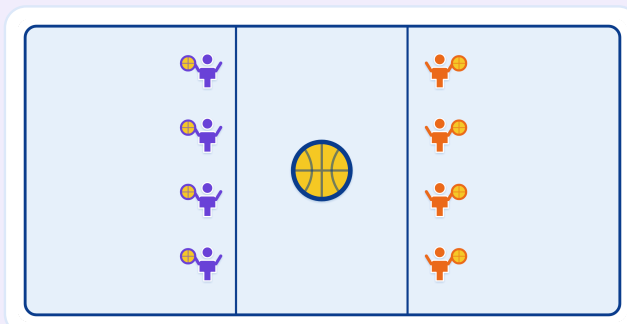
- ERLOJUPEKOA:** Taldea bi azpitaldetan banatuko da. Talde bat borobilean bat osatuz jarriko da eta bestea borobil horretatik kanpo ilaran.



- 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.

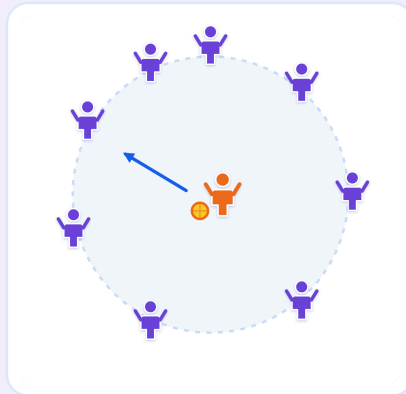
Talde baten eremura iristen diren baloiak (beste

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 teniseko 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.

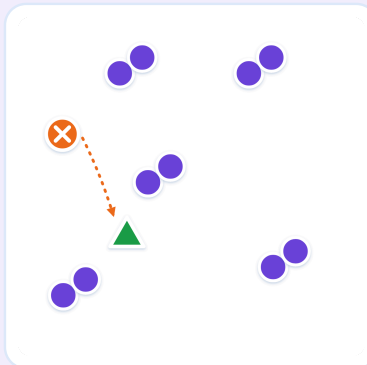
Baloia soilik punpatu ahal izango da (toke bakarrarekin alegia).

● **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 botatzeta izango da eta defentsarenak hau (konoak botatzeta) 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 eskubaloikoak. 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	Saskibaloia
SAIOA	1

SAIOAREN HELBURUAK

- Norberaren gorputza ezagutu eta gaitasun fisikoak hobetzea
- Jokalarien arteko harremanak lantzea
- Boteak eta paseak lantzea
- Kondukzioa lantzea
- Ondo pasatzea

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

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

● BEROKETA

- **ARMIARMA:** Harrapaketa jolasa da. Harrapatzaile bat (armiarma) kantzako erdiko marran egongo da, eta soilik marra horren gainetik mugitzeko aukera izango du. Besteak alde batetik bestera pasatzen saiatuko dira. Harrapatzen baditu, dauden lekuan geldituko dira libre daudenak harrapatzen saiatzen. Hauek, bakarrik besoak mugitzeko aukera izango dute, ezingo dute pausurik eman. Jolasak guztiak harrapatuak izan arte jarraituko du.
 - ALDAERA 1: Bakoitzak saskibaloiko baloi bat izango du, harrapatzailea eta harrapatuak izan direnak izan ezik.
- **HARIA MOZTU:** Talde guztiak batera jolasten du eta bat harrapatzailea izango da. Harrapatzaileak nor harrapatu nahi duen ozenki esango du eta bere atzetik korrika joango da. Bidean beste kide bat bien artean sartzen bada, haria mozten du eta hori harrapatzaia joan beharko da harrapatzailea. Norbait harrapatzen duenean, rola aldatzen da.
 - ALDAERA 1: Jolalasak prozedura berdinarekin jarraituko du baina oraingoan, partaide bakoitzak baloi bat izango du.

● ATAL NAGUSIA

- **AZERIAK, OILOAK ETA SUGEAK:** Harrapaketa jolas bat da. Hiru taldetan banatuko ditugu: batzuk azeriak dira, besteak oiloak eta beste batzuk sugeak (petoak erabiliko ditugu hauek ezberdintzeko). Azeriek oiloak harrapatzen dituzte, oiloek sugeak eta sugeek azeriak harrapatzen dituzte. Bakoitzak bere etxea du (txinoen bitartez irudikatuko dugu) eta honetan dagoen bitartean, ezin dute harrapatu. Bat harrapatzen dugunean, gure etxera eramango dugu. Harrapatuak direnak bere taldeko batek eskua ematen

badio, libratu egingo dira. Harrapatua gure etxera eramaten ari garen bitartean, ezin gaituzte harrapatu. Helburua azerientzat, oilo guztiak harrapatzea, oiloentzat, suge guztiak harrapatzea eta sugeentzat, azeri guztiak harrapatzea.

- ALDAERA 1: Bakoitzak baloi bat izango du eta boteak eginez desplazatuko dira. Jolasak prozedura berdinarekin jarraituko du.
- **BALOIA EHIZATU:** Haur taldea borobilean kokatuko da. Bi talde sortuko ditugu eta modu interkalatuan jarriko dira (taldekideak ondoan ez dira kokatuko). Bi baloi egongo dira, talde bakoitzak bat izango du. Helburua, bakoitzak bere baloia taldekideei ahalik eta azkarren pasatzea da. Talde baten baloia beste baloiaren aurretik pasatzen bada, talde horrek irabaziko du.
 - ALDAERA 1: Zutik egon beharrean, eserita paseak egin.
 - ALDAERA 2: Paseak airez egin beharrean, botearekin egin.
 - ALDAERA 3: Zentzuz aldatu.

● ATSEDENERA ITZULERA

- **BOLOAK:** Haur taldea bitan banatuko da. Talde bakoitzaren aurrean, konoak kokatuko dira alderantziz (boloak irudikatuz). Bi taldeak, ilaran jarriko dira eta binaka (talde batekoa eta bestekoa) baloia jaurtiko da (lurretik, boterik eman gabe). Helburua, guztion artean, kono gehien botatzea izango da. Txanda bakoitzean, kono gehien bota dituen taldeak irabaziko du.
 - ALDAERA 1: Talde bakoitzaren aurrean bi uztai kokatuko dira. Baloia bota baino lehen, bakoitzean pausu bat egin beharko da (2 pausu eta bota).

● 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

- ◆ 3 kolore ezberdineko petoak
- ◆ Txinoak
- ◆ Konoak
- ◆ Saskibaloiko baloi 1 partaide bakoitzeko

ESPAZIO ANTOLAKETA

- ◆ Saskibaloiko kantxa.

OHARRAK

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



ANTOLAKETA	E1
MAILA	LH5
JFK	Saskibaloia
SAIOA	2

SAIOAREN HELBURUAK

- Norberaren gorputza ezagutu eta gaitasun fisikoak hobetzea
- Desplazamenduak lantzea
- Kondukzioa lantzea
- Jaurtiketak lantzea
- Jokalarien arteko harremanak lantzea
- Ondo pasatzea

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.

● BEROKETA

- **STOP JOLASA:** Harrapaketa jolasa da eta harrapatzaile bat dago. Harrapatzailea datorrenean iheslariak “Stop” esanez gero, gelditzeko aukera izango du eta ezingo du harrapatua izan. “Stop” egoeratik libratzeko lagun bat hanka artetik pasa behar da. Partaide bat harrapatua izanez gero, harrapatzaile bihurtzen da.
 - ALDAERA 1: Bakoitzak baloi bat izango du eta boteak eginez desplazatuko da. “Stop” egoeran dagoena libratzeko, baloia hanken azpitik pasa beharko zaio.
- **KOMEKOKOS:** Harrapaketa jolas bat da eta honetan harrapatzaile bat dago. Denak kantzako marren gainetik ibili beharko dira. Inork ezingo du marren kanpotik ibili. Harrapatzaileak norbait harrapatzen duenean, rola aldatzen da.
 - ALDAERA 1: Bakoitzak saskibaloiko baloi bat izango du eta boteak eginez desplazatu beharko dira.
 - ALDAERA 2: Harrapatzaileak norbait harrapatzean, azken hau eseri beharko da eta besteei bidea oztopatuko die.
 - ALDAERA 3: Kantzaren marra bakoitzean zer egin beharko den zehaztu (atzeraka, trebea ez den eskuarekin boteak egin, ...) eta aplikatu.

● ATAL NAGUSIA

- **4 ISKINAK:** Konoak lekuak dira, etxeak. Konoetan dauden kideak beraien artean lekuak aldatu behar dituzte. Erdikoa aldiz, besteak mugitzen diren bitartean leku bat lortzen saiatu beharko da beste norbait erdian utziz. Helburua konoan bazaude, lekua mantentzea eta erdian bazaude lekua lortzea da.

- ALDAERA 1: Atzeraka, hanka batekin, alde batera desplazatzea.
- ALDAERA 2: Bakoitzak baloi bat izango du. Hasiera batean, nahi duten moduan boteak eginez mugitu beharko dira eta ondoren, atzeraka edota trebea ez den eskuarekin botea.
- **ERRELEBOAK SASKIBALOIA:** Haur taldea hiru taldetan banatuko da eta talde bakoitzak ilara bat osatuko du. Begiraleak seinalea ematen duenenan, talde bakoitzeko lehenengo pertsona aterako da zirkuitua osatuko du eta saskiraketa lortzen duenenan bueltatuko da, baloiarekin boteak emanez hurrengoari pasatzeko. Helburua, azkeneko taldekidea gainontzeko taldeak baino lehenago amaitzea da.
- ALDAERA 1: Puntu batetik bestera korrika, baloiarekin boteak emanez joango dira.
- ALDAERA 2: Konoak kokatuko dira eta sigi-saga eginez, konoak inguratu beharko dira (alde batetik eta bestetik).

● ATSEDENERA ITZULERA

- **DENAK SASKIRA:** Guztiak kantxako erdiko marraren gainean, ilaran kokatuko dira. Batera, baloia boteka eramanez kanastara gerturatuko dira eta bertara jaurtiko dute. Helburua, ahal izanez gero besteak baino lehen kanasta sartzea izango da.
- ALDAERA 1: Aurkariak izan beharrean, guztien artean puntuazio zehatz bat lortu beharko dute. Saskiratze bakoitzak puntuak markatuko ditu.

● 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

- ◆ Saskibaloiko baloi 1 partaide bakoitzeko
- ◆ Konoak

ESPazio ANTOLAKETA

- ◆ Saskibaloiko kantxa.

OHARRAK

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



ANTOLAKETA	E1
MAILA	LH5
JFK	Saskibaloia
SAIOA	3

SAIOAREN HELBURUAK

- Norberaren gorputza ezagutu eta gaitasun fisikoak hobetzea
- Kondukzioa lantzea
- Paseak, boteak eta jaurtiketak lantzea
- Jokalarien arteko harremanak lantzea
- Ondo pasatzea

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.

● BEROKETA

- **BALOI ESERIA:** Harrapaketa jolasa da eta baloia duena harrapatzailea da. Honek norbaiti baloiarekin emanaz gero, partaidea lurrean eseri beharko da. Baloia edonork har dezake. Baloia airean hartzen bada, parte-hartzaileak zutik jarraituko du. Salbatzeko, eserita egonda baloia hartzen bada, berriro zutik jartzeko aukera egongo da.

- ALDAERA 1: Baloi bat gehitu.

● ATAL NAGUSIA

- **HARRI ORRI HAR (SASKIBALOIA):** Partaideak bi taldetan banatuko ditugu. Zelai erdi batean egongo gara eta zelaiaren iskinetako marren atzean, talde bakoitzak ilara egingo du. Ilaran dauden lehenengo taldekideak hasiko dira. Marra jarraituko dute eta erdiko marrara iritsiko dira, bertan, elkar topo egingo dute. Biak elkartzean, "harri orri har" egin beharko dute. Galtzen duena bere ilarara itzuliko da eta azkenaren atzean kokatuko da. Zuzenean bigarren taldekidea aterako da, irabazlearekin topatu arte. Irabazleak aurrera jarraituko du hurrengo aurkariarekin elkartu arte. Jokalari batek zirkuito osoa burutzea lortzen badu, bere taldeak puntu 1 lortuko du (2 jokalarik, 2 puntu, etab.).

Partaide guztiek, mugitzeko, baloiarekin boteak eman beharko dituzte.

- ALDAERA 1: Partaideek trebea ez den eskuarekin boteak eman beharko dituzte.
- ALDAERA 2: Partaideak atzeraka mugituko dira.

- **BALOI DORREA:** Haurrek bi taldetan jarraituko dute. Talde bakoitzeko taldekide bat bere taldekideen aurkako aldean kokatuko da, banku batean. Taldekideen artean, paseka ibiliko dira. Baloia eskuetan izanda ez da pausurik egiteko aukerarik egongo. Helburua, beste taldeak baloia lapurtu gabe, bankuan dagoen taldekideari baloia helaraztea izango da (pase bat eginez).
- ALDAERA 1: Puntuazioa sartzea.
- ALDAERA 2: Partaideek bi aukera izango dituzte: bankuan dagoen taldekideari pasatzea eta puntu 1 lortu edo saskira jaurti eta sartuz gero, 2 puntu lortu.
- **1:1 + SASKIRATZEA:** Kantxako erdiko marran, bi talde osatuko dira eta bakoitzak ilara bat egingo du. Ilarako lehenengoak ateratzen dira eta lehenengoa iristen denak, baloia hartuko du. Baloia hartu duenak saskian sartu behar du. Baloia ez duenak hartu, baloia lapurtu eta saskiratzen saiatu behar da. 1:1eko jokaldiak aurrera eramango dira.

● ATSEDENERA ITZULERA

- **ISPILUA:** Haurrak binaka jarriko dira. Bata bestearen ispilua izango da: batek bestearen keinuak edo ekintzak errepikatuko ditu. Bata bestearen aurrean jarrita ispilu batean egongo balitz bezala egongo dira.

● ITXIERA ETA AGURRA

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

MATERIALA

- ◆ Gomaespumazko 2 baloia
- ◆ Saskibaloiko baloi bat pertsona bakoitzeko

ESPazio ANTOLAKETA

- ◆ Saskibaloiko kantxa.

OHARRAK

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



ANTOLAKETA	E1
MAILA	LH5
JFK	Saskibaloia
SAIOA	4

SAIOAREN HELBURUAK

- Norberaren gorputza ezagutu eta gaitasun fisikoak hobetzea
- Kondukzioa lantzea
- Boteak eta paseak lantzea
- Jokalarien arteko harremanak lantzea
- Ondo pasatzea

SAIOAREN ANTOLAKETA

HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.

BEROKETA

- KOMEKOKOS:** Partaide bat "komekokoa" izaten hasiko da eta besteak harrapatzen saiatu behar da, guztiak saskibaloiko zelaia marren gainetik mugitzen diren bitartean. Parte-hartzaileek pistaren lerroak jarraituz bakarrik egin dezakete aurrera ihes egiteko. "Komekokoak" beste jokalaria bat ukitzen duenean, jokalaria hori izango da "komekoko" berria. Jokoak aurrera jarraituko du denak harrapatuak izan arte edo ezarritako denbora bukatu arte.

Jolas honek, espazioaren pertzepzioa lantzeko zein saskibaloiko zelaia mugekin familiarizatzeko aukera emango du.

- ALDAERA 1: Partaide guztiek baloi bat izango dute eta boteak egin beharko dituzte marretatik mugitzen diren bitartean
- ALDAERA 2: Kantxako marren arabera, ekintza bat ala beste gauzatu beharko da (trebea ez den eskuarekin boteak eman, atzeraka, korrika, ...).

ATAL NAGUSIA

- ARMIAIRMAK ETA EULIAK:** Bi talde egingo dira: Armiarmak eta euliak. Euli gehiago egongo dira armiarma baino (gutxi gora behera armiarmak, eulien kopuruaren erdia izango dira). Euliak fondoko marran kokatuko dira eta baloi bat izango dute. Beraien artean paseak egin beharko dituzte eta hauen helburua, baloia beste aldera iristea izango da. Armiarma, beste kantxa erdian kokatuko dira eta soilik alde batera eta bestera mugitzeko aukera izango dute (ezingo dira ez aurrera ezta atzera joan ere). Hauen helburua, baloia lortzea izango da.
 - ALDAERA 1: Rolak aldatzen joango gara eta jolasaren mekanismoaren arabera, armiarma gutxiago edo gehiago jarriko ditugu.
 - ALDAERA 2: Euliek, mugitzeko boteak eman beharko dituzte.
 - ALDAERA 3: Bai edo bai, euli guztiek baloia ukitu beharko dute beste aldera iritsi baino lehen.
- ZAPI ZAPI/ PAÑUELITO (SASKIBALOIA):** Haur taldea 2 zatitan banatuko da. Talde bakoitzeko haur bakoitzak zenbaki bat aukeratuko du (1etik Xera haur kopuruaren arabera, taldekideekin adostuz). Bi taldeek, bi ilara sortuko dituzte eta partaideak bata besteari begira jarriko dira. Erdian hezitzailea egongo da eta 2 baloi

kokatuko dira. Hezitzaileak zenbaki bat ozen esango du eta zenbaki hori duen taldeko haur bakoitza (2 haurrak) bere baloiarengana korrika hurbilduko da, hau hartu eta boteak eginez bere taldea dagoen tokira itzuli beharko da ahalik eta azkarren.

○ ALDAERA 1: Azkarren iritsi denak puntu 1 irabazi (taldearen lehiakortasunaren arabera).

○ ALDAERA 2: Bi zenbaki batera esan eta eskua emanda zapiaren bila joan.

- **LASTERKETA PASEKA:** Haur taldea bitan banatuta jarraituko du. Talde bakoitza, fondoko marraren atzean kokatuko da, ilara bat sortuz. Ilara bakoitzaren aurrean, 8 txino kokatuko ditugu. Txanda bakoitzean, talde bakoitzeko bi haur batera aterako dira. Ilara bakoitzaren aurrean, 4 txino ezkerrean eta beste 4 txino eskuinean egongo dira eta hauek diagonalean kokatuta egongo dira. Eskuinean dagoen den haurra hasiko da eta ezkerrekoari, bere lehenengo txinora iristean, baloia pasako dio. Zuzenean, aurrera egin beharko du, hurrengo txinora iritsi arte eta baloia berriro jaso arte. Modu honetan paseka egongo dira, ahalik eta azkarren, azkeneko txinora iritsi arte. Guztira, bikote bakoitzak 7 pase egingo ditu.

○ ALDAERA 1: Azkeneko txinora iristean, saskira jaurtiketa egiteko aukera egongo da.

● ATSEDENERA ITZULERA

- **BALOIA HANKAPEAN:** Haur taldea borobilean jarrita kokatuko da, hankak zabalik. Jolas hau aurrera eramateko gomaespumazko baloi bat erabiliko da. Bakoitzak bere hanken artean dagoen hutsunea defendatu beharko du eta baloia hurbiltzean, eskuekin joko zaio beste baten hanken artean sartzeko asmoz. Hanken artean sartzen bada, partaideak soilik esku bat erabiltzeko aukera izango du defendatzeko. Bi aldiz sartzen bada, bizkarrez jarri beharko da baina bi eskuak berreskuratuko ditu. Hirugarren aldian, bizkarrez eta esku bat bakarrik izango du eta laugarren aldian berriro hasierako egoerara itzuliko da (beste partaideei begira eta bi eskuekin). Baloia beti lurretik mugitzen saiatu beharko da (ez igotzen).

○ ALDAERA 1: Bigarren baloi bat sartuko dugu.

○ ALDAERA 2: Laugarren aldiz sartzen bada, jolasetik kanpo geldituko da.

● 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

- ◆ Saskibaloiko baloi bat haur bakoitzeko
- ◆ Gomaespumazko 2 baloi
- ◆ Zapi bat
- ◆ 16 txino

ESPAZIO ANTOLAKETA

- ◆ Saskibaloiko kantxa.

OHARRAK

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



ANTOLAKETA	E1
MAILA	LH5
JFK	Saskibaloia
SAIOA	5

SAIOAREN HELBURUAK

- Norberaren gorputza ezagutu eta gaitasun fisikoak hobetzea
- Kondukzioa lantzea
- Jokalarien arteko harremanak lantzea
- Ondo pasatzea

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.

● BEROKETA

- **LURRA, URA, SUA, HAIZEA:** Partaide guztiak ilara batean kokatuko dira, guztiak hezitzaileari begira. Bakoitzak baloi 1 izango du eskuetan. Hezitzaileak esaten duenaren arabera, hurrek ekintza bat ala beste bat egin beharko dute. Hezitzaileak “lurra” esatean, parte-hartzaileek baloia eskuetan mantendu beharko dute. “Ura” esaterakoan, boteak eman beharko dituzte eskuineko eskuarekin. “Sua” esatean, boteak emango dituzte ezkerreko eskuarekin eta “haizea” esaterakoan, baloia airera bota eta berriz eskuratuko dute. Hezitzaileak nahi duen ordenean eta abiaduran esango ditu hitzak.
 - ALDAERA 1: Beste hitz batzuk ere sar daitezke, beste ekintza batzuk gehitzeko (pausu bat aurrera, pausu bat atzera, etab.).
 - ALDAERA 2: Akatsak egitean haurrak kanporatu eta bukaerarte gelditzen dena irabazlea izango da.
- **ZALDIA ETA ZALDUNA:** Partaideak borobilean binaka egongo dira (hasiera batean, baloirik gabe). Aurrean jarriko den partaideak zaldia izango da eta atzekoa zalduna. Hezitzaileak zaldia esatean, zaldi guztiek borobilaren inguruan korrika egin beharko dute hauen tokira iritsi arte (itzuli bat). Zalduna esatean, zaldunek gauza bera egingo dute. Zaldia eta zalduna esaterakoan, bikote bakoitzak elkarri eskua eman beharko diote eta korrika egingo dute hauen tokira iritsi arte.
 - ALDAERA1: Bikote bakoitzak baloi bat izango du. Zaldia edo zalduna esatean, boteak eginez desplazatuko dira. Zaldia eta zalduna esatean, paseak eginez aurrera joango dira.
 - ALDAERA 2: Zaldiak eta zaldunak desplazatu beharko dira hezitzaileak seinale bat (txalo, adibidez) egin arte. Txalo egiterakoan, ahalik eta azkarren bere bikotearekin elkartu beharko dira (beti zentzu berdina jarraituz).

● ATAL NAGUSIA

- **TXURIAK ETA BELTZAK:** Haurrak bi taldetan banatuko ditugu. Bi ilara sortuko ditugu kantxa erdian eta partaideak parez pare jarriko dira (2m inguruko distantzia batean). Ilara bateko haurrak “txuriak” izango dira eta beste ilarakoak “beltzak”. Hezitzaileak “txuria” esatean, “txuriek” ihes egingo dute (zuzen kanasta

ondoan dagoen marrera iritsi arte) eta “beltzak” “txuriak” harrapatzen saiatuko dira (marrara iritsi baino lehen). Ondoren, “txuriek” kanasta ondoan egongo den baloia hartuko dute eta baloia saskiratzen saiatuko dira. Hezitzaileak “beltza” esatean, berdina egingo da baina alderantziz (“beltzek” ihes egin eta “txuriek” “beltzak” harrapatu).

- ALDAERA1: Berdina egin daiteke baina “beltza” edo “txuria” esan beharrean, beste hitz batzuk sartu edota zenbaki bakoitiak eta bikoitiak sartu, adibidez.
- ALDAERA 2: Berdina egingo da baina kanasta sartzen saiatzean, baloia ez duena defendatzaile bezala egongo da.

- **ERRELEBOAK (SASKIBALOIA):** Partaideak bi taldetan banatuko dira. Jolas honetarako saskibaloiko 2 baloi erabiliko dira eta 2 txino kokatuko dira. Talde bakoitza, ilara bat sortuz, marraren atzean kokatuko da. Ilarako aurreko kideek baloia izango dute eta boteak eginez, ahal bezain azkar desplazatuko dira, hezitzaileak edo beste kide batek seinalea ematerakoan. Hauek, bakoitzak duen pareko txinoraino joango dira, honen itzulia egin eta buelta egingo dute. Iristean, bigarren kideei baloia emango diete eta hauek berdina egin beharko dute. Jolasak jarraituko du, guztiek joan eta itzulia gauzatu arte. Helburua, arauak errespetatuz ahalik eta azkarren desplazatzea izango da. Lehenengo iritsiko den taldeak irabaziko du.

- ALDAERA 1: Bi ilaren aurrean, txino bat gehitu, itzultzean hurrengo kideari baloia eskura eman beharrean, txinoan gelditu eta kideari pasea egiteko.

● ATSEDENERA ITZULERA

- **PARTIDO TXIKIA:** Saskibaloiko partido motza aurrera eramango da, honen arauak berrikusteko aukera izan dezaten.

● 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

- ◆ Saskibaloiko baloi 1 partaide bakoitzeko
- ◆ 4 txino

ESPazio ANTOLAKETA

- ◆ Saskibaloiko kantxa.

O HARRAK

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



ANTOLAKETA	E1
MAILA	LH5
JFK	Saskibaloia
SAIOA	6

SAIOAREN HELBURUAK

- Norberaren gorputza ezagutu eta gaitasun fisikoak hobetzea
- Paseak eta boteak lantzea
- Jaurtiketak lantzea
- Kondukzioa lantzea
- Jokalarien arteko harremanak lantzea
- Ondo pasatzea

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

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

● BEROKETA

- **HARIA MOZTU:** Talde guztiak batera jolasten du eta bat harrapatzailea izango da. Harrapatzaileak nor harrapatu nahi duen ozenki esango du eta bere atzetik korrika joango da. Bidean beste kide bat bien artean sartzen bada, haria mozten du eta azken hori harrapatzera joan beharko da harrapatzailea. Norbait harrapatzen duenean, rola aldatzen da.
 - ALDAERA 1: Bakoitzak baloi bat izango du eta boteak emanez mugituko dira.
- **BRILLET:** Partaideak bi taldetan banatuko dira. Talde bat zelai erdi batean kokatuko da eta bestea bestean. Talde bakoitzaren atzean, zona txiki bat sortuko da, kartzela izango dena. Jolasa aurrera eramateko aparrezko baloi bat erabiliko da. Helburua, beste taldeko partaideak baloiarekin ukitzea izango da (beti burutik behera). Beste taldeko kide bat ukituz gero, azken hau, jaurti duenaren taldearen atzeko kartzelara joango da. Kartzelatik ateratzeko, baloia eskuratu beharko da (kartzela zonatik atera gabe) eta beste taldeko partaide bat ukitu beharko da baloia jaurtiz. Ahalik eta beste taldeko pertsona gehien ukitzen eta horrela, kartzelan sartzea saiatu beharko dira.
 - ALDAERA 1: Mugitzeko boteak egitea ezinbestekoa izango da.
 - ALDAERA 2: Beste aldera jaurti baino lehen, taldekide guztiek baloia ukitu beharko dute, paseak eginez (bi eskuekin).

● ATAL NAGUSIA

- **HARRI ORRI HAR (SASKIBALOIA):** Partaideak bi taldetan banatuko ditugu. Zelai erdi batean egongo gara eta zelaiaren iskinetako marren atzean, talde bakoitzak ilara egingo du. Ilaran dauden lehenengo taldekideak hasiko dira. Marra jarraituko dute eta erdiko marrara iritsiko dira, bertan, elkar topo egingo dute. Biak elkartzean, "harri orri har" egin beharko dute. Galtzen duena bere ilarara itzuliko da eta azkenaren atzean kokatuko da. Zuzenean bigarren taldekidea aterako da, irabazlearekin topatu arte. Irabazleak aurrera jarraituko du hurrengo aurkariarekin elkartu arte. Jokalari batek zirkuito osoa burutzea lortzen badu, bere taldeak puntu 1 lortuko du (2 jokalarik, 2 puntu, etab.). Partaide guztiek, mugitzeko, baloiarekin boteak eman beharko dituzte.
- **SIGI-SAGA ERRELEBOAK:** Haur taldea bi taldetan banatuko dugu. Bi ilara sortuko ditugu eta ilara bakoitzaren aurrean, 4 txino kokatuko ditugu kantxan zehar. Erreleboari hasiera ematean, haurrek sigi-saga eginez, txinoak zeharkatu beharko dituzte, alde batetik eta bestetik. Lehenengoak amaitzean, bigarrenari eskua ukituko dio eta honek gauza bera egingo du. Helburua, guztiek ahal bezain azkar zirkuitoa burutzea izango da.
 - ALDAERA 1: Zirkuitoa modu ezberdinetan gauzatu: Hanka batekin, atzeraka, boteak eginez (esku trebea eta ahula erabiliz), ...
 - ALDAERA 2: Zirkuitoan zehar, saskira jaurtiketa saiakera 1 egongo da eta zuzenean itzuliko da.

● ATSEDENERA ITZULERA

- **JAURTIKETA TXAPELKETA:** Haur guztiak kanasta azpian kokatuko dira, bakoitza baloi batekin. Helburua, denbora zehatz batean, denen artean ahalik eta saskiratze gehien egitea 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 oihu edo leloarekin bukatuko dugu saioa.

MATERIALA

- ◆ Saskibaloiko baloi 1 pertsona bakoitzeko
- ◆ Aparrezko baloi 1
- ◆ 8 txino

ESPazio ANTOLAKETA

- ◆ Saskibaloiko kantxa.

OHARRAK

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