

ESKOLA KIROLA · LH4

E2

Unitatea



Saio-sekuentziazio didaktikoa

 **kirolaisiren** eskutik



Taldearen ezagutza



Eskubaloia



Futbola



GIPUZKOA
Kirolak



Donostia
Kirola

AURKIBIDEA

0 SARRERA: ESKOLA KIROLEKO SAIOEN EREDUA ETA FILOSOFIA

2



Taldearen ezagutza

Saioa 1	KATU KATU · STOP, IZENAREKIN · ITZALA · UHOLDEA · ARMIARMA TALDE SAREA	4
Saioa 2	KATEA · ORBANA · SUHILTZAILEAK · GIZA ESTATUEN ARGAZKIA · IPOTXAREN IRITZIA	6
Saioa 3	UHARTE KOPERATIBOAK · KONOEN IRAULTZA · IRLA MAGIKOA · BALOI ESERIA · ZIRKUITU ELEKTRIKOA	8
Saioa 4	HARIA MOZTU · AZERIAK ETA ERBIAK · BALOIAK BESTE ALDERA · BALOIA EHIZATU · INDIAR FUTBOLA · TELEFONO HAUTSIA	10



Eskubaloia

Saioa 1	BANDERA PIRATA BALOIAREKIN · BALOIA LAPURTU · ZAPI-ZAPI · DORRE JOKUA	12
Saioa 2	BALOI ESERIA · UZTAIA GALDU · HARRI ORRI HAR baloiarekin (zirkuitua) · 10 PASEEN JOLASA + BALOIA GUNE BATEAN JASO	14
Saioa 3	ITZALA · BRILLET · DORREA BABESTU · 5 PASE ETA JAURTI · BONBA	16
Saioa 4	ETXEA GARBITU · MAZEDONIA · 1vs1 · BANDEN JOLASA · BOLOAK	18



Futbola

Saioa 1	AZERIAK, OILOAK ETA SUGEAK · ITZALA · EKAITZA · ARMIARMA BALOIAREKIN · PETANKA	20
Saioa 2	AZERI BUZTANA · SEMAFOROA · MAZEDONIA · PIRATAK ETA ALTXORRAK · BONBA HANKAREKIN	22
Saioa 3	TXURIA ETA BELTZA · BALOI LAPURKETA · ZAPI-ZAPI · ERRELEBOAK · LUZEERA DESBERDINETATIK ZUTOINARI JOTZEA	24
Saioa 4	ZALDIA ETA ZALDUNA · ETXEA GARBITU · HARRI-ORRI-AR BALOIAREKIN · 5 PASE ETA JAURTI · EA ZEIN AZKARRAGO	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.

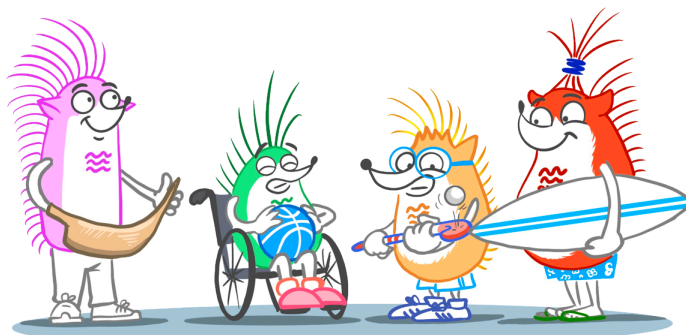
4. Saioen Egitura: 5 Fase nagusitan banatu dugu.

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	E2
MAILA	LH4
JFK	Taldearen ezagutza
SAIOA	1

SAIOAREN HELBURUAK

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

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

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

● BEROKETA

● KATU KATU

Kantxa erdi edo eremu zabal bat beharko da. Aparrezko baloi bat edukiko du hezitzaileak. Baloia gora jaurti eta partaidearen izena ohikatuko du honela. “KATU KATU KATTALIN”, eta Kattalinek baloia lurra ukitu baino lehen hartu beharko du. Ondoren, berak berdina egin beharko du beste kide baten izena esanez. Baloiak lurra ukituz gero, jolasa berdina aurrera joango da.

- ALDAERA 1: Saskibaloia, futbola edota eskubaloiko baloiarekin egitea.
- ALDAERA 2: “Esku Txarrarekin” egitea jaurtiketa goruntza.

● STOP, IZENAREKIN

Harrapaketa jolas bat da, kantxa erdia beharko da. Harrapatzaile bat egongo da bere helburua norbait harrapatzea izango delarik. Harrapatzeko iheslari bat ukitu beharko du soilik, baina iheslariak bestelako aukera bat dauka harrapatu aurretik, “stop” esanez gero “izoztuta” gelditzeko aukera dauka, honela harrapatzaileak ezingo du harrapatu. Kideren batek “izoztua” “berpiztu” nahiko baluke, bere hanka artetik pasa eta bere izena ohikatu beharko du.

- ALDAERA: “Izoztua” dagoenak postura bereziak egiteko (oreka lantzeko), hanka baten gainean.

● ATAL NAGUSIA

● ITZALA

Talde guztia errenkada batean jarriko da, lurra dauden marren gainean (saskibaloiko futboleko edota eskubaloiko kiroletako espazioa delimitatzeko erabiltzen diren marrak). Bata bestearen atzetik ibiltzen hasiko dira, beti marren gainetik. Lehenengoak mugimenduren bat egin beharko du, besoak gora eta behera

mugituz, adibidez, atzekoek, alegia, denek, berdina egin beharko dute, horrela 10 segunduz jardungo dute. Ondoren errenkadan lehena zegoena azken tokira pasako da, eta lehenengo doana berriz ere berdina egin beharko du, jolasa partaide guztiek errenkadaren burutik pasatzen direnean amaituko da.

-ALDAERA 1: Eskubaloiko, saskibaloiko edota futboleko baloiarekin kondukzio bat eginez dinamika berbera jarraituko dute.

● UHOLDEA

Kantxa erdi baten zehar uztai batzuk banatuko ditugu, partaideak kantxatik zehar korrika txikian arituko dira, hezitzaileak uholde hitza esaterakoan, partaide guztiek uztaietan sartu beharko dute. Uztai bakoitzean nahi adina partaide sartu daitezke, txanda bakoitzean uztai bat kenduko da. Helburua beraien artean laguntzea da, ahalik eta lagun gehien uztaietan sartzeko. Ez dago kanporaketarik, hau da, uztaietan sartzen den azken partaidea ez da kanporatua izango. Jolasa, partaideak dauden uztaietan jada ez direnean sartzen amaituko da.

● ATSEDENERA 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 emanaz jaurtiko dio beste norbaiti (adibidez: Garazi naiz eta mendira joatea gustatzen zait). Ondoren harila hartu duenak berdina egingo du beste norbaiti jaurtiz. Jolasaren amaieran, artilezko marasma polit bat geratuko 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 oihu edo leloarekin bukatuko dugu saioa.

MATERIALA

- ◆ Konoak
- ◆ Harila
- ◆ Aparrezko baloia
- ◆ Uztaiak

ESPazio ANTOLAKETA

- ◆ Kantxa erdi bat

OHARRAK



ANTOLAKETA	E2
MAILA	LH4
JFK	Taldearen ezagutza
SAIOA	2

SAIOAREN HELBURUAK

- Taldea osatzen duten partaideak ezagutzen jarraitzea.
- Taldearen dinamika eta jarduteko modua aztertzen jarraitzea
- Partaideen konpetentzia motorrak ezagutzen hastea.

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.
- Hezitzaileak zerrenda pasako du, jada 2. saiorako ia partaide guztien izena jakin beharko luke, zerrenda pasatzean hori ikustarazi beharko luke. Izena esatean ikasleari aurpegira begiratuz. Keinu honek ikasleari konfidantza emango dio.

● BEROKETA

● KATEA

Harrapaketa jolas dinamikoa. Ikasle bat izango da harrapatzailea; norbait ukitzen duenean, eskua ematen diote elkarri eta biak doaz hurrengoaren bila. Harrapatu ahala, katea luzatuz doa. Katea ezin da hautsi. Geldi daudenean koordinatu egin behar dute norantz mugitu norbait harrapatzeko, estrategian eta komunikazioan zentratuz. Jolas honetarako espazioa ongi markatzea garrantzitsua da, espaziotik ateratzen diren iheslariak, katera batu beharko baitira.

● ORBANA

Harrapaketa jolas bat da, kantxa erdia beharko duzu jolas hau burutzeko ere. Harrapatzaile bat egongo da bere helburua norbait harrapatzea izango delarik. Harrapatzeko iheslari bat ukitu behar du soilik. Iheslaria harrapatua izanez gero, ukitu dioten tokian (adibidez, ipurmasailean) eskua jarri beharko du (orbana estalduz) eta modu honetan (eskua hor duelarik) beste iheslari bat harrapatu beharko du berriz ere rol aldaketa eman dezan.

● ATAL NAGUSIA

● SUHILTZAILEAK

Pista erdi bat beharko da jolas hau burutzeko. Espazioan zehar begiraleak kolore ezberdinetako hainbat uztai jarriko ditu espazioan zehar, hauek “suak” izango dira. Begiralek aparrezko baloi bat hartu eta gora botako du “su horia” esanez adibidez. Ikasleak baloia (“ura”) hartu beharko dute eta paseak eginez (ezin da baloiarekin mugitu) baloia uztai horiaren gainean utzi beharko dute. Ondoren beste baloi bat hartu eta berdina egin beharko du begiraleak, horrela su guztiak itzali arte.

- ALDAERA: Behin dinamika ulertu dutela, 2 minututan su guztiak itzaltzeko erronka jarri diezaieke hezitzaileak taldekideei.

● GIZA ESTATUEN ARGAZKIA

Jolas honetarako kantxa erdi bat beharko da. Partaideak pistatik zehar ibiltzen edo korrika txikian mugitu dira. Begiraleak “4ko arraunlariak” oihukatuko du, eta partaideak 4 pertsonetako “figura” bat osatu beharko dute arraunean daudela antzeztzen, baina modu estatikoan, hau da geldirik, estatu bat bezala. Begiraleak laukote bakoitzera hurbilduko da eta argazkia ateratzen duen keinua egingo du. Ondoren begiraleak jolasarekin jarraitzeko esan eta berriz ere dinamika errepikatu beharko da. “3”ko txirrindulariak, “2”ko tango dantzariak, “6”ko arrratzaileak, etab.

- ALDAERA: Saskibaloiko, eskubaloiko eta futboleko baloiarekin ere egin daiteke jolas hau, kondukzioak eginez.

● ATSEDENERA ITZULERA

● IPOTXAREN IRITZIA

Haur guztiak lurrean esertzen dira borobil handi batean eta begiak ixten dituzte erabat isilik. Hezitzaileak, haur baten izena esango du isilpean bere ondora hurbilduz. Izendatutako haurrak begiak ireki gabe oso ahots baxuarekin ipotx baten moduan iritzi bat edo soinu leun bat egin beharko du. Taldekideek nor den asmatu beharko dute begiak ireki gabe. Gero asmatzen duenak hurrengo txandako ipotxa nor izango den aukeratuko du hezitzailearen laguntzarekin.

● 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

- ◆ Konoak
- ◆ Aparrezko baloia
- ◆ Uztaiak

ESPAZIO ANTOLAKETA

- ◆ Kantxa erdi bat

OHARRAK



ANTOLAKETA	E2
MAILA	LH4
JFK	Taldearen ezagutza
SAIOA	3

SAIOAREN HELBURUAK

- Taldea osatzen duten partaideak ezagutzen jarraitzea.
- Taldearen dinamika eta jarduteko modua aztertzen jarraitzea
- Partaideen konpetentzia motorrak ezagutzen hasia.

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.
- Hezitzaileak zerrenda pasako du, jada 2. saiorako ia partaide guztien izena jakin beharko luke, zerrenda pasatzean hori ikustarazi beharko luke. Izena esatean ikasleari aurpegira begiratzuz. Keinu honek ikasleari konfidantza emango dio.

● BEROKETA

● UHARTE KOPERATIBOAK

Pista osoan zehar 10-12 uztai banatzen dira lurlean. Ikasleak txistuaren erritmoan korrika dabilta aroen artetik. Txistuaren soina amaitu bezain laster haur bakoitzak aro baten barruan sartu behar du. Txanda bakoitzean, entrenatzaileak 2 edo 3 aro kenduko ditu. Helburua da ikasleek elkarri laguntzea (gerritik helduta, hanka bakar baten gainean jarrita) geratzen diren aro bakanetan denak sartu daitezen, inor kanpoan utzi gabe.

Ezin da inor bultzatu aro batetik kanporatzeko. Helburua talde osoa salbatzea da, ez norbanakoa. Taldekideren batek lurra ukitzean (uztai barruan sartzen ez delako) jolasa amaitutzat emango da.

● KONOEN IRAULTZA

Joko eremuan zehar 20-30 kono txiki jartzen dira sakabanatuta (batzuk zutik eta beste batzuk lurlean etzanda). Ikasleak bi taldetan banatzen dira: "Eraikitzaileak" eta "Iraultzaileak". Hezitzailearen seinalearekin batera, eraikitzaileek botata dauden konoak zutik jartzen saiatu behar dute. Iraultzaileek, aldiz, zutik daudenak botatzen dituzte. Minutu bat igarotakoan jokoa gelditu eta zutik zein botata dauden konoak zenbatzen dira irabazlea nor den jakiteko. Ezin da konorik ostikatu ezta oinekin zapaldu ere; eskuekin soilik ukitu daitezke. Ezin da kono bat babestu gorputzarekin beste taldeari bidea oztopatzeko.

- ALDAERA: Eskubaloiko baloiarekin bota behar izatea konoa.

● ATAL NAGUSIA

● IRLA MAGIKOA

Jolas honetarako imajinazioa erabili beharko dugu, jolasa loratzeko eta esperientzia hobetzeko izateko. Kono txiki batzuekin laukizuzen bat osatuko dugu, talde osoa sartzeko tamainakoa. Taldeari itsasontzi batean daudela azalduko diegu. Itsasontzi horrek zulo bat dauka ura sartzen ari da eta 10 minututan hondoratu egingo da. Espazioaren beste aldean (laukizuzenetik 15 bat metrotara) beste laukizuzen bat egongo da (irla). Helburua taldekide guztiak eremu horretara pasatzea izango da "salbatu" ahal izateko. Pasatzeko baina, ezin da lurra ukitu (ura), hau ukitzen bada itsasontzia bueltatu beharko dira. Laguntzeko uztaiak

magiko batzuk emango dizkigu, uztai hauen gainean bai egon gaitezke. Uztaiaren barruan norbait badago uztai ezin da mugitu. Uztaiaren barruan taldekide bat baino gehiago egon daiteke. Jolasa 10 minututan amaituko da, helburua lortu edo ez bada lortu ere.

- ALDAERA: Itsasontzi pirata balitz altxorra ere egon beharko luke, pixudun baloiak edo edozein material pisutxu izan daiteke. Hau ere salbatu beharko lukete, alegia, eremu batetik bestera pasa beharko dute.

● BALOI ESERIA

Jolas honetarako pista erdi bat beharko dugu eta aparrezko baloi bat. Hezitzaileak baloia airera botako du hartzen duenak 3 pausu emateko aukera izango du baloia eskuetan duela norbaiti jaurtitzeko. Baloia norbaiti ukitu eta lurra ukitzen 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. Eserita dauden jokalariai berriz ere zutitzeko eta jolasten jarraitzeko bi aukera eduki dituzte. Lehena, lurrean daudela baloi bat pasatzen bada, lurretik edo airetik eta hartzea lortzen badute, lurrean dagoen beste bati pasea eginez gero berriz ere zutitzeko aukera edukiko dute. Beste aukera lurrean zaudela baloiarekin zutik dagoen norbaiti baloia berriz jo eta baloiak lurra ukitzen badu ere zutitzeko aukera edukiko luke. Azken partaidea zutik eta baloia eskuetan duela amaituko da jolasa.

- ALDAERA: Baloi eseria taldeka, soilik aukaria jo daiteke baloiarekin. Baloiarekin ezin da ibili baina taldekideei pasatzeko aukera dute. Aurkari guztiak lurrean esertzen dituen taldeak irabaziko du.

● ATSEDENERA ITZULERA

● ZIRKUITU ELEKTRIKOA

Haur guztiak borobilean esertzen dira eta elkarri eskua ematen diote. Hezitzailea borobileko bat gehiago da. Begiak ixten dituzte denek. Entrenatzaileak bere eskuineko kideari eskua leun estutzen dio ("korrante elektrikoa" piztuz). Kide horrek, bulkada jaso bezain azkar, bere eskuinekoari estutu behar dio eskua, eta horrela korranteak borobil osoari buelta eman arte. Azkenekoak bulkada jasotzean, eskua altxatu eta ozenki esaten du: "Iritsi da!".

Korrantea norabidez aldatu daiteke (eskuinera edo ezkerrera) edo entrenatzaileak bi bulkada bidali ditzake aldi berean bi norabideetan, non topo egiten duten ikusteko. Estutzeak oso leuna izan behar du (minik eman gabe). Ezin dira begiak ireki.

● 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

- ◆ Konoak
- ◆ Aparrezko baloia
- ◆ Uztaiak

ESPazio ANTOLAKETA

- ◆ Kantxa erdi bat

OHARRAK



ANTOLAKETA	E2
MAILA	LH3
JFK	Taldearen ezagutza
SAIOA	4

SAIOAREN HELBURUAK

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

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.

● BEROKETA

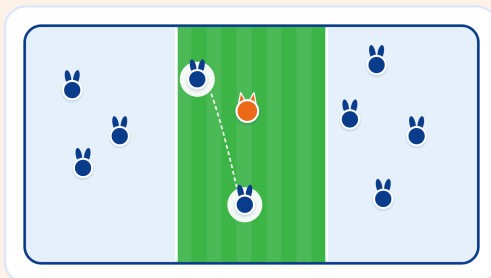
● HARIA MOZTU

Harrapaketa jolas bat 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 harrapatzera joan beharko da harrapatzailea. Norbait harrapatzen duenean, rola aldatzen da.

● AZERIAK ETA ERBIAK

Eremua 3 zatitan banatuko da. Azeriaren eremua (berdea) eta erbien eremua (zuriak). Azeriak erbiak harrapatzen saiatuko dira, behin norbait harrapatzean azerian bihurtuz.

Azeriak bere eremutik korrika joateko aukera izango du, erbien zelaian egotean berriz, txingoka (hanka baten gainea). Erbiak bere zatietan korrikan joateko aukera izango dute ez ordea azeriaren eremutik pasatzen direnean, txingoka joan beharko dutelarik.



● ATAL NAGUSIA

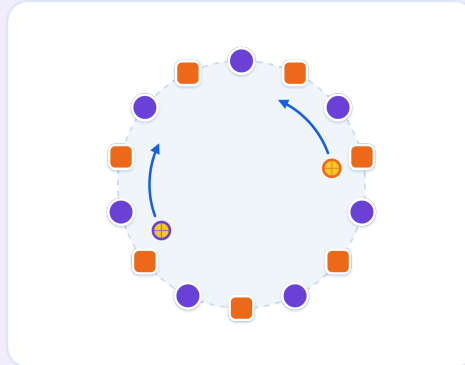
● BALOIAK BESTE ALDERA

Taldea bi azpitaldetan banatuko da, eremua ere bitan banatuko da talde bat bestea aldez aurre duela. Partaide bakoitzak baloi bat edukiko du eskuetan (saskibaloiko, eskubaloiko edo aparrezko baloiak izan daitezke). Denbora tarte batean (2 minutu) beste taldearen eremua ahalik eta baloi gehienez betetzean datza helburua. Bakoitzaren eremura iristen diren baloiak denbora tarte horretan etengabe beste eremura bota ditzakete partaideek. Denbora igaro ostean, hezitzaileak "Denbora!" ohikatuko du, partaide guztiak geldirik eta zelai bakoitzean duaden baloiak kontatuko dira. Bere eremuan baloi gutxien dituen taldeak irabaziko du jolasa.

- **BALOIA EHIZATU**

Denak borobil batean jarriko dira, bi azpitaldetan banatuko da taldea.

Taldeakideak interkalatuak egongo dira bata bestearen artean. Talde baten baloiak bestea “harrapatu” beharko du, pase mota ezberdinak probatu daitezke; botearekin, airez, ... Baloi batek, bestea “harrapatzen” duenean amaituko da jolasa.



● **INDIAR FUTBOLA**

Talde osoa borobilean jarriko da zutik, hankak irekita eta bata bestearen hankak ondoan jarrita (ukitzen). Aparrezko baloi bat egongo da, helburua baloia bestearen hanka tartetik pasatzea izango da. Baloia beti lurretik arrastaka erabili behar da. Baloia ezin da hartu, soilik kolpatu daiteke. Partaide bati hanka artetik baloia pasatzen badiote (gola sartzen badiote) esku batekin jolastuko du. Bigarren gol bat sartzen badiote, bizkarrez eta bi eskurekin jolastuko du.

Hirugarren aldiz, bizkarrez eta esku batekin eta laugarren aldian kanporatua da.

● ATSEDENERA ITZULERA

● **TELEFONO HAUTSIA**

Taldea lurrean eserita eta borobilean jarriko da. Taldeko partaide batek zerbait esaten dio bere ondokoari belarrira. Honek bere ondorengoari etab. Azkenak ulertu duena altuan esan behar du. Horrela, lehenengoak esan duenarekin zerikusirik ez duela ikusten 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.

MATERIALS

- ◆ Konoak
- ◆ Aparrezko baloia
- ◆ Uztaiak

ESPAZIO ANTOLAKETA

- ◆ Kantxa erdi bat

OHARRAK



ANTOLAKETA	E2
MAILA	LH4
JFK	Eskubaloia
SAIOA	1

SAIOAREN HELBURUAK

- Eskubaloiko zelaia ezagutzea
- Baloira eta ingurura moldatzea
- Botea eta pase-harrera lantzea

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.
- Lehenengo saioa izanik, eskubaloiaz jada zer dakiten, informazioa lortzen joango gara.

● BEROKETA

● BANDERA PIRATA BALOIAREKIN

Talde bakoitzak bere zelaiko ate eremuan (6 metroetan) konoak/baloiak 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.

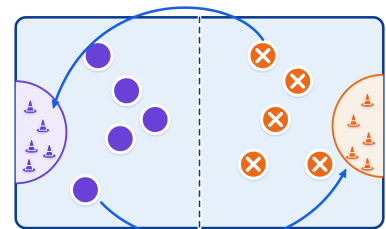
ALDAERA 1: Balo bat hartzean botatuz eraman beharko dute.

● BALOIA LAPURTU

Area barruan jarriko dira jokalariek guztiak, bakoitzak bere baloia duelarik. Jokalari bakoitzak bere baloia botatu behar du, eta botea egiten duen bitartean arerioei baloia kentzen saiatuko da, berea zaintzen duen bitartean. Baloia galdu, areatik irten, bikoitzak egin... gertatzen denean, botez korrika irten eta zelaiaren albo bat ukitu/zapaldu beharko du, ahalik eta lasterren areara sartuz berriz jokoan jarraitzera.

ALDAERA 1 (erraztu): Espazio gehiago emango zaie (zelai erdia,...) espazio gehiago egonez, baloia defendatzeko erraztasuna handitzen da.

ALDAERA 2 (bukatzeko): Eliminatzen joango da, baloia "galtzen" duena espaziotik atera eta bakarra gelditu arte. "Eliminatuak" beste zona batean jarraitu dezakete, jarduera berdina egiten, ez geldik egoteko.



● ATAL NAGUSIA

● ZAPI-ZAPI

Bi taldeetan banatuko dira, erdian begiralea egongo da bi baloiekin eta taldekide bakoitzak zenbaki bat izango du. Begiraleak zenbaki bat oihukatuko du eta zenbaki hori duen jokalaria begiralearengana korrika egingo dute. Begiralearengana iristean eskuetan duen baloi bat hartu eta baloia botatuz aurkako taldearen

aterantz joango dira. Jaurtitzeko aukera bakarra izango dute, gola sartzen duen lehenengo jokalaria puntu bat lortuko du taldearentzat. Jokalarien artean erabakiko dute zein jarriko den atezain bezala

ALDAERA 1: Bi zenbaki esan, jokalaria binaka ateratzeko. Baloia hartzean paseka iritsiko dira atera, bertan jaurtitzeko.

● DORRE JOKUA



Bi talde egingo dira. Jokalarien artean 5 pase lortu beharko dituzte gutxienez dorrean dagoen taldekideari baloia pasa baino lehen. Baloia eskuetan izanda 3 pausu eman daitezke eta beste taldeak baloia lapurtu gabe helburura betetzea lortu beharko dute.

Bankuan dagoen taldekideari baloia pase batez helaraztean puntu bat irabaziko dute (gola izango balitz bezala). Dorrean duden jokalaria aldatzen joango dira.

ALDAERA 1: Gutxieneko pase kopurua aldatu.

● ATSEDENERA ITZULERA

○ LARGEROARI EMAN

Denak 6 metroko marran jarriko dira. Bakoitzak baloi bat izango du eta bertatik largeroari ematen saiatuko dira. Zutoinari emanez gero puntu bat lortuko dute.

● 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

- Eskubaloiko baloiak
- Bankuak

ESPazio ANTOLAKETA

- Eskubaloiko kantxa

OHARRAK

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



ANTOLAKETA	E2
MAILA	LH4
JFK	Eskubaloia
SAIOA	2

SAIOAREN HELBURUAK

- Bote eta pase-harrera lantzea
- Baloira eta ingurura moldatzea
- Espazioen kokapena ezagutzea

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.
- Saioa, helburuak eta saiotik nahi duguna azaldu

● BEROKETA

● BALOI ESERIA

Aparrezko baloia erabiliko da.

Baloia duena harrapatzailea izango da.

Baloiarekin ematen badio, lurrean eseri beharko da.

Baloia edonork har dezake.

Baloia airean hartzen bada, ez da eseri behar.

Eserita egonda baloia hartzen bada, bi aukera daude salbatzeko:

- Eserita dagoen beste bati baloia pasa
 - Zutik dagoen bati baloiarekin eman.
- Helburua iheslari guztiak lurrean esertzea.

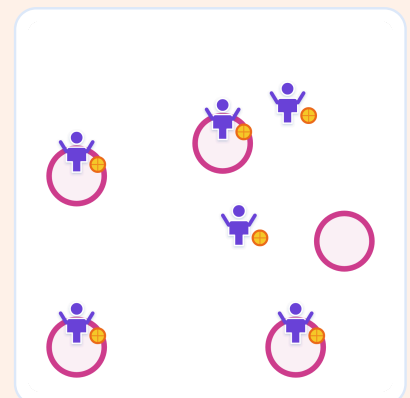
ALDAERA 1: Baloi gehiago sartu

● UZTAIAGALDU

Taldeetan banatuko dira. Jokalari bat izan ezik, beste guztiak joko eremuan zehar sakabanaturik daude uztaien barruan. Jokalari guztiek uztai barruan zein kanpoan baloiari bote eraginez jardun behar dute. Uztai barruan dauden jokalariek elkarren artean lekuz aldatzea dute helburu. Uztairik ez duen jokalaria toki libre batera iristen saiatu behar da. Aldaketa bakoitzeko puntu bat eskuratzen da. Puntu gehien lortzen duenak irabaziko du. 30 segundu baino gehiago jarraian uztai berean gelditzen den jokalaria puntu bat galduko du.

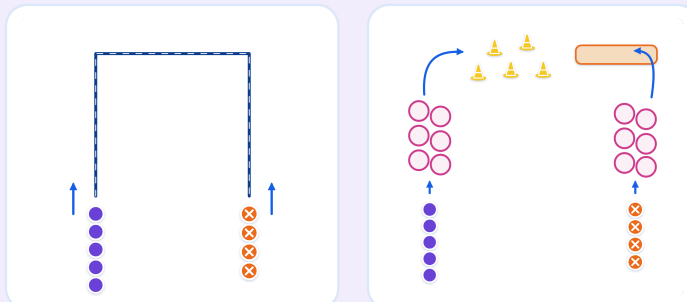
ALDAERA 1: Aldaketak irakasleak agintzen duenean egin.

ALDAERA 2: Bi jokalari edo gehiago uztai gabe utzi.



● AT AL NAGUSIA

● HARRI ORRI HAR baloiarekin (zirkuitua)



Bi talde. Talde bakoitzeko lehenengoa baloiarekin. Biak bide berdina egin beharko dute baino kontrako zentzuan baloiarekin bote eginez. Bidean aurkitzen direnean, gelditu eta harri-orri-har egin beharko dute. Irabazten duenak bidean aurrera egingo du eta galdu duena bere ilarara itzuliko da. Galdu duenaren taldeko hurrengoa korrika aterako da aurkariarengana bidetik. Aurkitzerakoan harri-orri-har egingo dute berriro ere. Helburua besteen eremura iristea da puntu bat lortzeko.

ALDAERA 1: Bidean oztopo finkoak jarri daitezke kondukzioa zailtzeko: konoak (zig-zag), uztaiak, bankuak (gaintetik joateko), etab...

● 10 PASEEN JOLASA + BALOIA GUNE BATEAN JASO

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. Eskubaloiko oinarritzko arautegia errespetatuko da: urratsak, faltak, ... Hamar pase jarraian egitea lortzen duen taldeak aurretik zehaztutako eremu baten barruan jaso beharko dute baloia puntua eskuratzeko. Joko eremua jokalarien maila, ezaugarri eta kopuruaren arabera mugatuko da.

ALDAERA 1: Joko eremuaren neurriak aldatuz.

ALDAERA 2: Arau bereziak jarri:

- ☐ Ezin da pase bat bueltatu
- ☐ Pase guztiak baloiari bote eraginez egin behar dira

● AT SEDENERA IT ZULERA

● Banaka bakoitza baloi batekin:

- ☐ Baloia botatuz eseri eta altxa
- ☐ Baloia botatuz etzan buruz-behera eta altxa
- ☐ Baloia botatuz etzan buruz-gora eta altxa
- ☐ Eserita, baloia botatuz gorputza inguratu



● IT XIERA ETA AGURRA

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

MATERIALA

- ◆ Aparrezko baloiak
- ◆ Uztaiak
- ◆ Bankuak
- ◆ Konoak

ESPazio ANTOLAKETA

- ◆ Eskubaloiko kantxa

OHARRAK

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



ANTOLAKETA	E2
MAILA	LH4
JFK	Eskubaloia
SAIOA	3

SAIOAREN HELBURUAK

- Botea eta jaurtiketa lantzea
- Baloi eta ingurura moldatzea
- Desplazamenduak lantzea

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.
- Saioa, helburuak eta saiotik nahi duguna azaldu

● BEROKETA

● ITZALA:

Eremu zehatz bat markatuko da, ahal bada eskubaloiko zelaia. Bikoteka jarriko dira eta bakoitzak baloi bana hartuko du. Baloi uneoro botean eraman beharko dute. Batak bestea jarraituko du, hau da, lehenengoak egiten duena bigarrenak errepikatu beharko du.

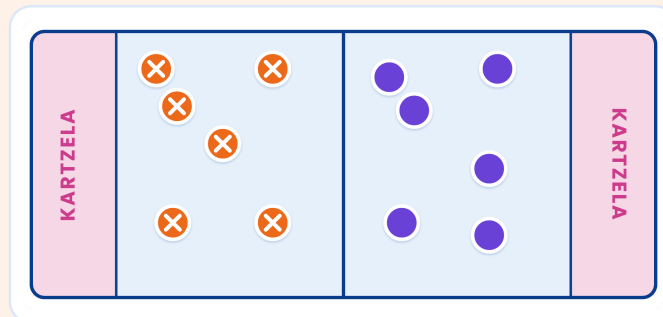
ALDAERA 1: Eskuin edo ezkerrarekin botatzea.

ALDAERA 2: Lehenengo bigarrenari ihes egiten saiatzea.

● BRILLET

Bi taldetan banatuak jokatuko dute. Borobilak bere eremuan eta x-ak berean.

EREMUA:



Eskuekin aparrezko baloi pasatuz eta jaurtiz jokatzen da. Talde bateko jokalariek beste taldeko bat baloiarekin jo beharko du. Baloiak norbait jotzean 'emanda' dago. Jokalari hori "kartzela" izeneko eremura joan beharko du, arerioen ondoko 'kartzelara'. Kartzelatik jaurti eta beste taldeko bati emanez gero, salbatu eta hasierako eremura itzuli ahal izango du. Bere taldeko azkeneko jokalaria bezala geratzea lortu duen jokalaria kartzelatik 3 jaurtiketa izango ditu salbatzeko.

Talde batek aurkako taldeko jokalaria guztiak kartzelara bidali eta azkeneko jokalaria horren 3 jaurtiketak saihestean, talde irabazlea dela esan ahal izango dugu.

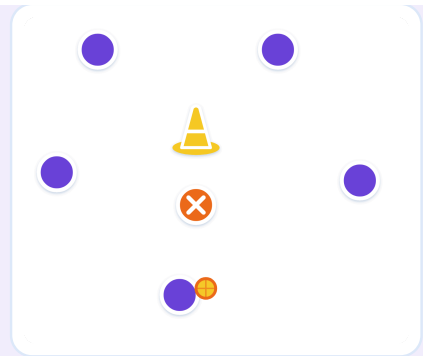
● ATAL NAGUSIA

● DORREA BABESTU

5-6 jokalariko taldeak egingo dira. Hauek borobil bat osatu eta erdian kono bat izango dute. Taldeko bat erdian egongo da eta bere helburua konoa babestea izango da. Borobila osatzen dutenen helburua, berriz, erdian dagoen konoari ematea da. Jokalaria eskubaloiko baloi elkarren artean pasako dute eta aukera ikustean konoari emango diote. Erdiko jokalaria oztopatu egingo die, baita jaurtiketa gelditzen saiatu ere. Erdiko jokalaria aldatzen joango da, denak pasa arte.

ALDAERA 1: 5 pase eman beharko dituzte gutxienez jaurti baino lehen.

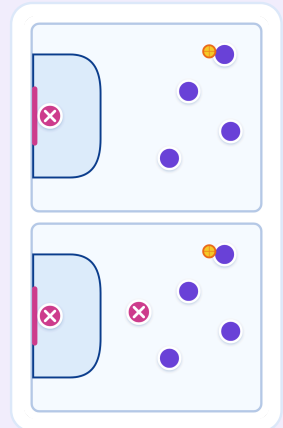
ALDAERA 2: Defentsak/erdiko jokalaria balaia due jokalaria ikutzen badu lekuz aldatuko dira.



● 5 PASE ETA JAURTI

Atezain bat jarriko da. 4 jokalaria zelaiko erdiko marrik aterako dira ateruntz, beraien artean 5 pase egin beharko dituzte gutxienez eta 9-6 metrotara iristean balaia daukan jokalaria 3 pausu eman eta jaurti egingo du.

ALDAERA 1: Defentsa bat jarriko da eraso pixkat zailtzeko. ALDAERA 2: Ezin da balaia botatu, dena pase bitartez izan behar du.



● ATSEDENERA ITZULERA

● BONBA

Denak borobilean eta erdian bat eserita eta begiak itxita.

Borobilean daudenak beraien artean paseka ibiliko dira beti zentzu berdinean.

Erdikoa aldiz zenbatzen egongo da begiak itsita:

- 30 zenbatzean eskubiko besoa zabalduz ABIXU hitza esango du.
- Gero 20 zenbatu eta ezkerreko besoa zabalduz ARRISKU esango du
- Azkenik 10 zenbatu eta buru gainean txalo eginez BONBA ohiukatuko du.

Une horretan balaia duen jokalaria eliminatua egongo da. Eliminatua zaudenean lurrean eseri beharko duzu hankak luzatuz pasea egiten zizun kideak salto batez zure gainetik pasa eta hurrengoari balaia helarazteko. Jokalarien helburua azken eliminatua izatea 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

- ◆ Eskubaloiko baloiak
- ◆ Bankuak
- ◆ Aparrezko baloiak

ESPAZIO ANTOLAKETA

- ◆ Eskubaloiko kanta

OHARRAK

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



ANTOLAKETA	E2
MAILA	LH4
JFK	Eskubaloia
SAIOA	4

SAIOAREN HELBURUAK

- Espazioen kokapena ezagutzea
- Botea eta jaurtiketak lantzea
- Eraso-defentsa egoerak trebatzea

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.
- Saioa, helburuak eta saiotik nahi duguna azaldu

● BEROKETA

● ETXEA GARBITU:

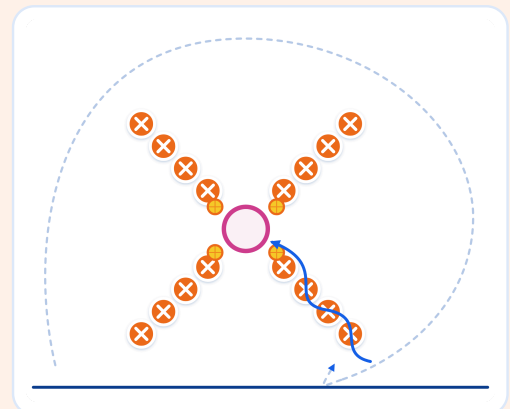
Bi talde osatuko dira, eta talde bakoitzak eremu bat izango du, bata bestearen parean kokatuta. Eremu bakoitzaren barruan hainbat baloi egongo dira. Talde bakoitzaren helburua bere etxea ahalik eta baloi gutxienekin uztea izango da, baloiak hankarekin jo eta lurretik kontrako taldearen eremura bidaliz. Talde bakoitzak bere eremutik bakarrik jokatu beharko du. Denbora amaitzean, edo talde batek bere eremua baloirik gabe uzten duenean, jolasa amaituko da. Kontuz ibili beharko dute inor ez jotzearekin.

ALDAERA 1: baloiek ezin dute eremu batetik bestera lurretik pasa, beraz, airetik bota beharko da baloia

● MAZEDONIA

Taldeetan banatuko dira. Talde bakoitzak ilara bat osatuko du, talde guztien artean izar itxurako irudi bat osatuz, eta izarren erdian uztail bat jarriko da. Lerro bakoitzeko jokalaria bakoitzari zenbaki bat jarriko zaio. eta ilaran aurrean baloi bat izango dute. Hezitzaileak zenbaki bat oihukatuko du, eta zenbaki hori duten guztiek aurrean daukaten baloia hartu eta korrika hasi beharko dute izarren kanpoaldetik, denak zentzu berean korri eginez. Kanpoko biribil guztia egin ondoren jokalaria bakoitzak bere lerrora itzuli eta bere taldekideen artean zig-zag eginez erdian dagoen uztailan utziko dute baloia. Lehenago iristen den jokalaria puntu bat irabaziko du bere taldearentzat.

ALDAERA 1: Baloia botatzen



● ATAL NAGUSIA

● 1vs1

Bi ilara egingo dira zelai erdian eta aurrean dagoen atean atezain bat. Ilaran dauden lehenengo jokalaria aurrera begira egongo dira eta hezitzailea beraien atzean jarriko da. Hezitzaileak beraien gainetik edo azpitik botako du baloia, baloia hartzen duen lehenengo jokalaria erasotzaile bihurtuko da eta bestea, berriz,

defentsa izango da eta baloia lapurtzen saiatuko da. Erasotzaileak baloia botatuz 6 metrotara joan eta gola sartzea du helburu, defentsak gola ekidin beharko du. ALDAERA 1: Hasierako posizioa aldatu daiteke: eztanda, eserita, atzera begira, etab. ALDAERA 2: Talde bakoitzeko bi jokalaria atera, 2vs 2 aurka egiteko.

● BANDEN JOLASA

Eskubaloiko zelai erdia erabiliko da eta bi talde egongo dira. Talde batek beste aldera iritsi beharko du pase bitartez (boterik gabe eta hiru pausu bakarrik baloidunak). Zelaiaren alboan 2 jokalaria egongo dira eta erasoko taldearekin jolastuko dute beti. Hauei pasa beharko diegu gero desmarkeak landu eta berriz baloia jasoaz fondoko marrara iristeko asmoz. Partida baten funtzionamendua izango du, baloia galtzeak, urratsak etabarrek posizio aldaketa ekarriko du, eta fondora iritsita puntu bat emango zaio taldeari.

ALDAERA 1: Bandetan egon ordez jokalaria "komodinak" zelai barruan egon daitezke.

● ATSEDENERA ITZULERA

● BOLOAK



Kono batzuk alderantziz jarriko dira lurrean boloak imitatzen. Jokalariak ilaran egongo dira eta banaka jaurtiko dute. Baloia lurretik arrastaka joan behar da eta jokalaria bakoitzak ahalik eta bolo gehien botatzen saiatu beharko 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

- ◆ Eskubaloiko baloiak
- ◆ Konoak
- ◆ Uztaia

ESPAZIO ANTOLAKETA

- ◆ Eskubaloiko kantxa

OHARRAK

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



ANTOLAKETA	E2
MAILA	LH4
JFK	Futbola
SAIOA	1

SAIOAREN HELBURUAK

- Baloiarekin trebatzea
- Baloia gidatzea
- Futboleko arauak ezagutzea/errepasatzea

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.
- Futboleko arauen azalpen txiki bat emango da.

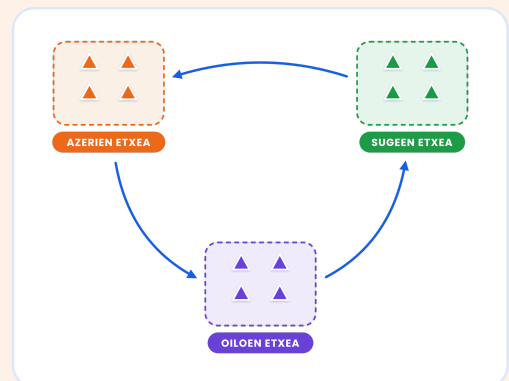
● BEROKETA

- **AZERIAK, OILOAK ETA SUGEAK:** Harrapaketa jolas bat izango da. Hiru talde egingo dira, azeriak, oiloak eta sugeak. Talde bakoitzak bere etxea izango den eremu bat izango du, eta hirur emuen artean distantzia berdina egongo da. Azeriek oiloak harrapatu beharko dituzte, oiloek sugeak eta sugeek azeriak. Norbait harrapatzean, harrapatzailearen etxera eraman beharko du harrapatutakoa eta bertan harrapatuak dauden guztiek “katea” egingo dute beraien taldeko beste norbaitek bostekoa emanaz salbatu arte. Salbatua izan ondoren, jolasean jarraituko dute. Jolasa talde bateko partaide guztiak harrapatuak daudenean bukatuko da.

● ITZALA:

Eremu zehatz bat markatuko da, ahal bada futboleko zelaia. Bikoteka jarriko dira eta bakoitzak baloi bana hartuko du. Baloia uneoro hanketan kondukzioan eraman beharko dute. Batak bestea jarraituko du, hau da, lehenengoak egiten duena bigarrenak errepikatu beharko du.

- ALDAERA 1: Eskuin edo ezker hankarekin gidatzea.
- ALDAERA 2: Lehenengo bigarrenari ihes egiten saiatzea.
- ALDAERA 3: Lehenengoak nahi duenean eskua altxa eta hatz kopuru bat jarriko du eskuetan, bigarrenak hatz kopuru hori esan beharko du.



● ATAL NAGUSIA

● EKAITZA:

Eremu zehatz bat markatuko da. Jokalari bakoitzak baloi bat izango du eta libre arituko dira baloia eremu horretan gidatzen. Eremuan zehar etxeak izango diren uztaiak egongo dira, eta begiraleak “ekaitza!” esatean uztaietan sartu beharko dute baloiarekin.

- ALDAERA: Uztaiak gutxitu, horrela azkartasunak garrantzia handiagoa izango du

● ARMIARMA BALOIAREKIN:

Ikasle guztiak baloi batekin zelaia alde batean kokatuko dira, eta 2 ikasle “armiarmak” izango dira zelaia erdian. Armiarmek “armiarma!” esatean, jokalariek guztiak baloia oinarekin gidatuz zelaia beste aldera joan beharko dute, baina armiarmak hauen baloia oinarekin ukitzen saiatuko dira. Baloi ukitzen dieten ikasleak baloia albo batean utzi eta armiarma bihurtuko dira. Ikasle guztiak harrapatuta daudenean jokia amaituko da.

- ALDAERA 1: Hezitzaileak esango du zein oinekin gidatu behar duten baloia.
- ALDAERA 2: Armiarmek baloia lapurtu egin behar dute, ukitzea ez da nahikoa izango.

● 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. Baloi gehien hurbiltzen duenak irabaziko du txanda. Lasaitze fasea denez, baloi poliki jaurtiko dute eta ondoren lasai itzuliko dira hasierako tokira.

● ITXIERA ETA AGURRA

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

MATERIALA

- ◆ Petoak (2 kolore)
- ◆ Futboleko baloiak, bakoitzarentzat bat
- ◆ 12 kono
- ◆ Uztaiak

ESPazio ANTOLAKETA

- ◆ Kantxa

OHARRAK

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



ANTOLAKETA	E2
MAILA	LH4
JFK	Futbola
SAIOA	2

SAIOAREN HELBURUAK

- Baloiaaren kondukzioa
- Pasea eta harrera

SAIOAREN ANTOLAKETA

● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.

● BEROKETA

● AZERI BUZTANA:

Eremu bat zehaztuko da, kantxa erdi bat 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 dituen isats bat ipurditik jarri beharko du. Isatsik gabe geratzen den ikasleak jolasean jarraituko du, beste jokalarien isatsak lapurtzen saiatuz.

● SEMAFOROA:

Eremu bat zehaztuko da, kantxa erdia adibidez. Ikasle bakoitzak futboleko baloi bat izango du eta baloia oinarekin gidatuz mugituko dira. Hezitzaileak kolore edo hitz bat esango du, eta bakoitzak dagokion ekintza egin beharko du:

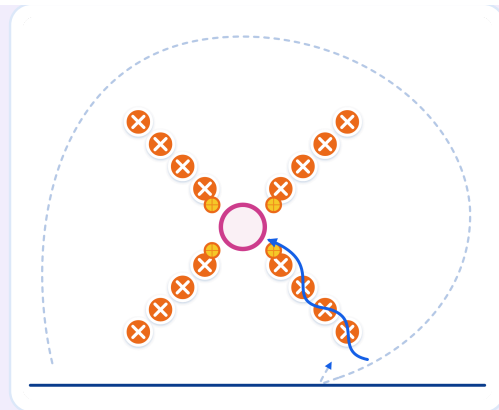
- Berdea: kondukzio azkarra.
- Horia: kondukzio motela.
- Gorria: geldirik geratu.
- Pasea: hurbilen dagoen kide bati pasea egin eta beste baten pasea jaso.
- Atzeraka: Buelta erdia eman eta atzeraka eramango dute baloia
- ALDAERA: 1. Eremuan obstakuluak jarri, konoak, adibidez. 2. Hezitzaileak koloreak esan beharrean eskuekin zenbakia markatuko du, horrela, ikasleek hezitzailea begiratu beharko dute eta momentu batean begirada baloitik kenduz

● ATAL NAGUSIA

● MAZEDONIA:

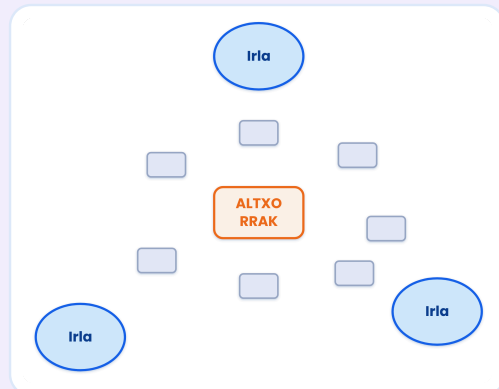
Ausaz 4 talde osatuko dira eta talde bakoitza lerro batean kokatuko da, lau lerroek izar baten forma osatuz. Izarraren erdian kono bat jarriko da. Talde bakoitzeko ikasleek zenbaki bat izango dute, taldeko kide kopuruaren arabera. Hezitzaileak zenbaki bat esatean, zenbaki hori duten 4 ikasleek lerroaren aurrean dagoen baloia hankekin hartu eta izarraren kanpoaldetik buelta bat emango dute, berriro beren lerroa iritsi arte. Bertan, taldekideek hankak zabalik izango dituzte, eta korrika etorri den ikasleak baloia hanka artetik pasatu beharko du, erdiko konoa jotzen saiatuz. Konoa lehenengo jotzen duen taldeak puntu bat lortuko du.

- ALDAERA: Korri egin ondoren beraien lerroa iristerakoan lerroan dauden taldekideen artetik zigi-zaga egin eta erdiko konoa hartzea.



● PIRATAK ETA ALT XORRAK:

3 talde egongo dira eta bakoitzak bere irla izango du. Zelaiaren erdian altxorrak izango diren hainbat objektu egongo dira, eta objektu horien kanpoaldean baloia botatzeko eremu batzuk markatuko dira (karratu grisak marrazkian). Talde bakoitza bere irlatik abiatuko da, eta baloia duen jokalaria ezingo du mugitu, paseen (3 pase gutxienez) bidez baloia botatzeko eremu batera iritxi beharko dute bertatik baloia jaurti eta objektu bat jotzeko. Objektua joz gero, taldekide batek hura hartu eta taldekide guztien laguntzaz irlara eraman beharko dute, beti ere taldekideen artean paseak eginez. Baloia jaurtitzen duen pertsonak ezingo du beti berdina izan.



● ATSEDENERA ITZULERA

● BONBA HANKAREKIN:

Borobil handi bat egingo da, eta erdian pertsona bat eseriko da 1 etik 30era zenbatzeko. Gainerakoek futboleko baloia hankarekin elkarri pasatuko diote, baina erdikoak BONBA! esaten duenean (30era iristean) baloia duen ikaslea kanporatu egingo da. Kanporatutako ikaslea lurrean eseriko da bere lekuan eta, handik, pasea oztopatuko duenez, bere ondoan dagoen baloia duen ikasleak lehenengo baloia pixka bat gidatu, eserita dagoen ikaslearen oztopoa saihestu eta ondoren pasea egin beharko du. Jokoa ikasle bat geratzean amaituko 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

- ◆ Futboleko baloia
- ◆ Peto edo zapiak
- ◆ Konoak
- ◆ Uztaia

ESPazio ANTOLAKETA

- ◆ Kantxa

OHARRAK

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



ANTOLAKETA	E2
MAILA	LH4
JFK	Futbola
SAIOA	3

SAIOAREN HELBURUAK

- Baloiaaren kondukzioa
- Pasea eta harrera
- Jaurtiketa

SAIOAREN ANTOLAKETA

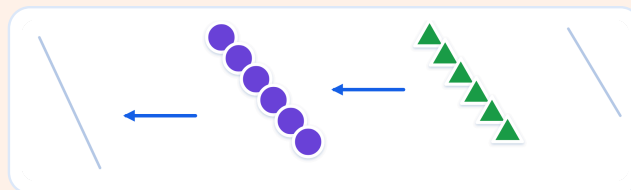
● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.

● BEROKETA

● TXURIA ETA BELTZA:

Bi lerro osatuko dira bata bestearen ondoan. Lerro bakoitza talde bat izango da: beltza eta txuria. Ikasle bakoitzak aurrean duen kontrako taldeko ikaslea izango du bikote. Hezitzaileak “beltza!” esaten duenean, talde beltzeko ikasleek beren bikotea den txuria harrapatu beharko dute. “Txuria!” esaten duenean, alderantziz egingo da. Harrapatutako bikote bakoitzak puntu bat lortuko du.



● BALOI LAPURKETA:

Eremu zehatz bat markatuko da, kantxa erdia adibidez. Ikasleen erdiek futboleko baloi bana izango dute, eta beste erdiek ez dute baloirik izango. Baloia duten ikasleek etengabe baloia oinarekin gidatu beharko dute, eta baloirik ez dutenek baloia lapurtzen saiatuko dira. Norbaitek baloia lapurtzen duenean, rolak aldatuko dituzte: baloia lapurtu duenak baloiaarekin jarraituko du, eta baloia galdu duenak beste baten baloia lapurtzen saiatuko da.

- ALDAERA: Kantxan 3-4 “etxe” (konoekin markatutako eremuak) jarriko dira. Baloia dutenek etxe batean sartu ahal izango dute 3 segundoz, lapurtuak ez izateko.

● ATAL NAGUSIA

● 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. Baloia lehenengo iristen denak baloia hartu eta oinarekin gidatuz bere etxera eraman beharko du. Beste ikaslea, berriz, baloia lapurtzen saiatuko da eta bere etxera eramanez puntua lortzen saiatuko da.

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

● ERRELEBOAK:

Ausaz 4 talde egingo dira, eta talde bakoitza kono baten atzean kokatuko da. Talde bakoitzak baloi bat izango du. Txandaka, ikasleek hainbat errelebo egingo dituzte:

- Kondukzioa: Baloia oinarekin gidatu konoraino, konoari buelta eman eta hasierara itzuli. Ondoren, baloia hurrengo taldekideari eman/utzi.
- Pasea: Baloia konoraino gidatu eta, itzulerako bidearen erdian, hurrengo taldekideari pasea egin.
- Slaloma: Konotik bueltatu aurretik, hainbat konoren artean zigi-zaga egin beharko dute baloia oinarekin gidatuz.
- Eskuineko eta ezkerreko oina: Joaneko bidean eskuineko oinarekin gidatu beharko dute baloia, eta itzuleran ezkerrekoarekin.
- Konoa bota: Konoraino baloia gidatu eta bertatik jaurtiketa batekin aurrean dagoen konoa botatzen saiatu beharko dute. Ondoren, baloia hartu eta hasierara itzuliko dira.
- Bikoteka: Bi ikasle batera aterako dira eta baloia elkarri pasaz egin beharko dute ibilbidea. Konotik bueltatu eta hurrengo bikoteari emango diote baloia.

● 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 lerrora pasatuko dira, helburutik urrunago dagoen marrara. Horrela, azken lerrora iritsi arte jarraituko dute. Lasaitze fasea denez, baloia lasai eta kontrolatuta jaurtiko dute, zehaztasuna eta kontzentrazioa landuz.

- ALDAERA: 1. Zutoina jo ordez langa jotzea. 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 ohia edo leloarekin bukatuko dugu saioa.

MATERIALA

- ◆ Futboleko 6 baloi
- ◆ Konoak

ESPazio ANTOLAKETA

- ◆ Futboleko kantxa

OHARRAK

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



ANTOLAKETA	E2
MAILA	LH4
JFK	Futbola
SAIOA	4

SAIOAREN HELBURUAK

- Baloia erabiltzeko
- Pasea eta harrera
- Jaurtiketa
- Defentsa indibiduala

SAIOAREN ANTOLAKETA

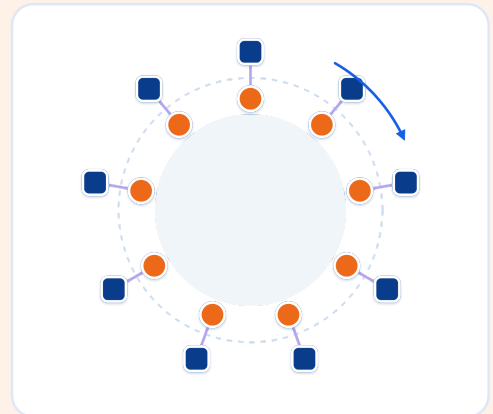
● HARRERA

- Denak borobilean eserita hasiko dute saioa.

● BEROKETA

● ZALDIA ETA ZALDUNA:

Binaka “arrekonkon” edo bata bestearen gainean jarriko dira, denek borobil bat osatuz. Beraiek erabakiko dute nor izango den zaldia (azpian kokatzen dena) eta nor izango den zalduna (zaldiaren gainean jartzen dena). Borobilaren erdian begiralea egongo da zalduna edo zaldia esanez, eta honen arabera, aipatutako pertsonaia hori izango da borobilari kanpotik buelta osoa eman beharko diona. Adibidez: zaldia esanez gero, zalduna zaldiaren gainetik jaitsi eta zaldiak buelta osoa eman behar du. Zalduna esaten badu berriz, zalduna izango da zalditik jaitsi eta borobilari bira osoa eman beharko diona. Biak esanez gero aldiz, dauden moduan buelta osoa eman behar diote borobilari. Bere lekura iristen den lehenengo bikoteak lortuko du puntua.



● ETXEA GARBITU:

Bi talde osatuko dira, eta talde bakoitzak eremu bat izango du, bata bestearen parean kokatuta. Eremu bakoitzaren barruan hainbat baloi egongo dira. Talde bakoitzaren helburua bere etxea ahalik eta baloi gutxienekin uztea izango da, baloiak hankarekin jo eta lurretik kontrako taldearen eremura bidaliz. Talde bakoitzak bere eremutik bakarrik jokatu beharko du. Denbora amaitzean, edo talde batek bere eremua baloirik gabe uzten duenean, jolasa amaituko da. Kontuz ibili beharko dute inor ez jotzearekin.

- ALDAERA: Baloiek ezin dute eremu batetik bestera lurretik pasa, beraz, airetik bota beharko da baloia

● ATAL NAGUSIA

● HARRI-ORRI-AR BALOIAREKIN:

Bi talde egingo dira eta zirkuitu bat prestatuko da. Horrela talde bakoitzeko bat iskina batetik aterako da eta elkartzen direnean “Harri-orri-ar!” esan eta harria, papera edo guraizea atera beharko dute. Ondorioz, irabazten duenak aurrera jarraituko du. Galtzen duena bere lekura itzuliko da eta bere taldekide bat aterako

da zirkuitu bera jarraituz. Zirukitua baloiarekin egiteko izango da, kondukzioan. Beraz, talde bakoitzak 2 baloi izango ditu.

● 5 PASE ETA JAURTI:

Bi talde egingo dira. Baloia duen taldeak 5 pase jarraian egin beharko ditu, beste taldeak baloia lapurtu gabe. Pase bakoitza egin aurretik, jokalaria baloiarekin kondukzio txiki bat egiteko aukera izango du, baina distantzia laburrean. 5 paseak lortzen dituztenean, taldeak porteriara edo konoekin markatutako atera jaurti beharko du, eta gola sartuz gero puntu bat lortuko du. Baloia beste taldeak lapurtzen badu edo pasea galtzen bada, baloiaren jabetza beste taldearentzat izango da. Puntu gehien lortzen dituen taldeak irabaziko du. Defentsari garrantzia emango zaio, bat batekin jartzeari, defentsa taldeko bakoitzak erasotzaile bat aukeratu eta uneoro hura defendatzean zentratuko da.

● ATSEDENERA ITZULERA

● EA ZEIN AZKARRAGO:

Ikasleak borobilean jarriko dira, eta ikasle batek borobilaren kanpotik buelta osoa emango du korrika. Bitartean, borobilean dauden gainerako ikasleek futboleko baloiarekin 10 pase egin beharko dituzte, kanpotik korrika doan ikaslea bere hasierako lekura iritsi aurretik. 10 paseak lortzen badituzte, taldeak puntu bat lortuko du. Ondoren, beste ikasle batek egingo du korrika, denek parte hartu arte. Jolasa ongi joateko borobila handitu edo txikitu egin beharko 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

- Futboleko baloiak
- Konoak
- Uztaiak

ESPazio ANTOLAKETA

- Kantxa

OHARRAK

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