

PROGRAMAZIO LABURRA

IKASTETXEAREN IZENA	OLABIDE IKASTOLA							2017/2018				
ARLOA / GAIA	GORPUTZ HEZKUNTZA						DATA	17/09/29				
ETAPA - MAILA	1 DBH		2 DBH		3 DBH		4 DBH	X	1 BATX.		2 BATX.	

1	HELBURUAK: GUTXIENGO GAITASUN MODUAN DEFINITUAK
----------	--

GAITASUN ESPEZIFIKOAK:

- 1.1.-Osasunaren eta bizi-kalitatearen egoera hobetzeko egiten den jarduera fisikoaren erabilera balioestea.
- 1.2.-Osasuna bere osotasunean ulertzea eta zaintzea.Hau da, osasunaren ezaugarri guztiak kontuan hartzea, eta, horrez gainera, arnasketa- eta erlaxazio-teknikak nahiz segurtasun-neurriak ezagutzea, bizi-kalitate onaz gozatzeko.
- 1.3.-Errendimendu motorraren aukerak handitzeko, egoera-fisiko hobetzeko, eta gorputzaren doitze-,menperatze- eta kontrol-funtzioak perfektionatzeko lanak egitea, eta zeregin horretan nor bere burua behartzeko jarrera hartzea.
- 1.4.-Banakako, taldetako eta aurkaritzako kirol-eta jolas-jarduerak ezagutzea eta egitea, eta horietan, araudi-oinarri teknikoak eta taktikoak aplikatzea; horrez gainera, ekintza horiek gero eta autonomiaz handiagoz gauzatzea.
- * Kultur ondare ludikoa eta motorra euskal tradizioko joken eta kirolen bidez lantzea.
- 2.1.-Jarduerak, jolasak eta kirola egitean, errespetuz jokatzeko, talde-lanean aritzeko eta kiroltasunez jarduteko trebetasunak eta jarrera izatea, bakoitzaren kultura, gizarte eta trebetasun desberdintasunak kontuan hartu gabe.
- 3.1.-Natura-ingurunekeo jarduera fisikoak eta kirol-jarduerak aztertzea, diseinatzea, antolatzea eta horietan parte hartzea.

HELBURUAK:

- 1.-Gorputzaren egoera fisikoa gainditu, klasean egindako testen bidez eta ezarritako baremoaren batzbestekoarekin konparatuz.(1.1. / 1.3.)
- 2.-Oinarrizko kalitate fisikoak eta bere garapen onerako behar den beroketa espezifikoa ezagutu.(1.1. / 1.2. / 3.1.)
- 3.-Oinarrizko kalitate fisikoak praktikatu proposatutako ekintzen bidez.(1.1. / 1.3. / 2.1.)
- 4.-Hasieran planteatutako akzio baten bidez, oinarrizko abilezien hainbat koordinazio inplikatzan duten mugimenduzko patrioiak errepikatu.(1.3. / 1.4.)
- 5.-Klasekideen mugimenduzko ekintzak konparatuz, atletismoan landutako teknikak identifikatu.(2.1.)
- 6.-Ajuste motorea eskatzen duten hainbat egoeren bidez, gorputza kontrolatu.(1.1. / 1.3. / 1.4.)
- 7.-Patinaiako oinarrizko teknikak(oreka, irristaketa aurrerantz eta atzerantz, frenaketa) ikasi.(1.1. / 1.2. / 1.3.)
- 8.-Afektibitateko arazoak bideratu (beldurra).(1.1. / 1.2.)
- 9.- Arriskutsuak diren kirol-jolas ihardueretako oinarrizko segurtasun neurriak ezagutu.(1.1. / 1.2.)
- 10.-Gai izatea ingunearekin erlazionatzeko ikusmen sentsurik gabe.(1.1. / 1.2. / 1.3. / 1.4. / 2.1. / 3.1.)
- 11.-Gorputzak eta lagunaren elkar ekintzak norberaren gorputzari eskeintzen dizkio sentzazio ezberdinak nabaritu. (1.1. / 1.2. / 1.3. / 1.4. / 2.1. / 3.1.)
- 12.- Esku pilotako jokoek eskatzen dituzten ajuste motoreak zein arauen ezagupenak identifikatu eta kontrolatu.
- 13.-Froga praktikoen bidez, boleibola eta saski-baloiko oinarrizko trebetasunak aplikatu. (1.1. / 1.3. / 2.1. / 3.1.)
- 14.-Froga praktikoen bidez, boleiboleko eta saski-baloiko oinarrizko trebetasun espezifikoak praktikatu. (1.1. / 1.3. / 2.1. / 3.1.)
- 15.-Froga idatzi baten bidez, boleiboleko saski-baloiko eta beisboleko arautegia identifikatu. (1.2.)
- 16.-Benetazko jokuan, boleiboleko , saski-baloiko eta beisboleko oinarrizko trebetasunak aplikatu.(1.1. / 1.2. / 2.1. / 3.1.)
- 17.-Boleiboleko, saski-baloiko eta beisboleko hainbat ekintzetan parte hartu (jokatzen eta arbitratzen)..(1.1. / 1.3. / 2.1. / 3.1.)

2 EDUKIEN DENBORALIZAZIOA					
ORD.	1. ebaluazioa	ORD.	2. ebaluazioa	ORD.	3. ebaluazioa
2	Saio orokorrak jokuen bitartez.	6	Esku-pilota. Norberak bere pilota egin eta saio praktikoak burutu.	7	Boleiboleko oinarrizko trebetasunak praktikatu eta partidak jokatu.
13	Egoera fisikoa: Oinarrizko kalitateak neurtzeko froga praktikoak	2	Erlaxazioa eta adierazkortasuna.	7	Saski-baloiko oinarrizko trebetasunak praktikatu eta partidak jokatu.
4	Atletismoa: Hesiak	10	Patinaiari erabiltzen diren oinarrizko trebetasunak praktikatu.	1	Saski-baloiko, boleiboleko eta beisboleko oinarrizko trebetasun eta arauak buruzko azterketa teorikoa.
				8	Klaseko taldekideekin 5 talde eginez saski-baloian, beisbolean eta boleibolean liga bat ospatu.

3	METODOLOGIA
<p>Hasieran irakasleak planteatutako akzio baten bidez, iharduera fisiko ezberdinak burutu eta praktikatu.</p> <p>Metodologia parte hartzailea: ikaslea ikasprozesuaren protagonista izan dadin, irakasleak zuzenki parte hartzera bultzatuko du.</p>	<p>Hasieran irakasleak emandako irizpideak jarraituz, asmatu ekintza ezberdinak taldeka burutzeko.</p> <p>Kurtsoan zehar planteatzen diren ekintzek elkarketa ezberdinak egitera bultzatzen dute: indibidualki, bikoteka, talde txikiak...</p>

4	BAILABIDEAK
IRAKASLEAREN LIBURUA: Manual fichero de Educación Física E.S.O. 12 a 16 años.	EDITORIALA: PAIDOTRIBO
IRAKASLEAREN LIBURUA: 1.300 ejercicios y juegos aplicados a las actividades gimnásticas.	EDITORIALA: PAIDOTRIBO
IRAKASLEAREN LIBURUA: 1000 ejercicios y juegos con material alternativo.	EDITORIALA: PAIDOTRIBO
IRAKASLEAREN LIBURUA: Deportes escolares: Ed. Física en secundaria y bachillerato.	EDITORIALA: AGONOS

5	EBALUAZIO SISTEMA						
KALIFIKAZIO IRIZPIDEAK							
<p>Prozedur praktikoko indibidualek, zein taldekoek eskatzen duten barneko logika menperatu beharko dute. Bakoitzaren gaitasunen ezaugarriak kontutan hartuko dira ahalegin pertsonalak baloratzeko, egokitzapen indibiduala eginez.</p>	<p>Kontzeptuen atala gainditzeko, honen %50 gaindituta izan beharko da.</p> <p>Jarreraren kasuan hauek dira baloratuko diren atalak:</p> <p>Higiene ohiturak.</p> <p>Puntualitatea.</p> <p>Gaiarekiko parte hartze aktiboa.</p> <p>Begirunea, pertsonak zein materialarekiko.</p> <p>Euskararen erabilpena.</p> <p>Hiru atal hauen batuketa % 50era heldu beharko da gaia gainditzeko.</p>						
KALIFIKAZIOEN BALIO PORTZENTUALA	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="text-align: center;">KONTZEPTUAK</td> <td style="text-align: center;">%10</td> <td style="text-align: center;">PROZEDURAK</td> <td style="text-align: center;">% 70</td> <td style="text-align: center;">JARRERAK</td> <td style="text-align: center;">% 20</td> </tr> </table>	KONTZEPTUAK	%10	PROZEDURAK	% 70	JARRERAK	% 20
KONTZEPTUAK	%10	PROZEDURAK	% 70	JARRERAK	% 20		

6	BERRESKURAPEN SISTEMA
<p>Kurtsoz promozionatzeko azterketa teoriko-praktiko bat egin beharko da.</p> <p>Azterketa honek zati teoriko orokor bat izango du (egoera fisikoa) eta gero aukeran hurrengo gaiak:</p>	

Kirol indibiduala bezala, hesien jauziak.
Talde kiroleratik, boleibola edo saski-baloia.
Alde praktikoan oinarritzko trebetasunak erakutsi beharko ditu
aukeraturtako kiroleretan. Alde teorikoan, oinarritzko kontzeptuak
eskatuko zaizkio.