



9

LANBIDE HEZIKETARAKO Materialak

**TALDEKO GORPUTZ-
ETA KIROL-EKINTZAK**

Euskara Zerbitzua
Ikasmaterialak

Toribio Etxebarria
Lanbide Heziketarako Materialak

9

Taldeko gorputz- eta kirol-ekintzak

Antton Anasagasti Arana

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

HEZKUNTZA, UNIBERTSITATE
ETA IKERKETA SAILA

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN,
UNIVERSIDADES E INVESTIGACIÓN

Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia

Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco

Vitoria-Gasteiz, 2003

ANASAGASTI ARANA, Antton

Taldeko gorputz- eta kirol-ekintzak / Antton Anasagasti Arana. — 1. argit. — Vitoria-Gasteiz : Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia = Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco, 2003
or. ; cm. — (Toribio Etxebarria. Lanbide Heziketarako Materialak ; 9)

ISBN 84-457-2056-2

1. Taldeko kirolak-Irakaskuntza. I. Hezkuntza, Unibertsitate eta Ikerketa Saila. II. Izenburua. III. Bilduma.

ARGITARATUTAKO IZENBURUAK:

1. Prototipo elektronikoen garapena eta eraikuntza
2. Finantza kudeaketa
3. Giza baliabideak
4. Kultur animazioa
5. Analisi kimiko eta tresna bidezkoa
6. Laborategiko antolaketa eta kudeaketa
7. Farmazia- eta parafarmazia-produktuen prestaketa
8. Esku-hartze komunitarioen metodologia
9. Taldeko gorputz- eta kirol-ekintzak

Hezkuntza, Unibertsitate eta Ikerketa Sailak onetsia (2003-09-02)

Argitaraldia:	1.a, 2003ko urria
Ale-kopurua:	600
©	Euskal Autonomia Erkidegoko Administrazioa Hezkuntza Unibertsitate eta Ikerketa Saila
Argitaratzailea:	Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco Donostia-San Sebastián, 1 - 01010 Vitoria-Gasteiz
Internet:	www.euskadi.net
Egilea:	Antton Anasagasti Arana
Azala:	Jesus Iturriza
Fotocomposaketa:	RGM, S.A.
Inprimaketa:	RGM, S.A. Padre Larramendi, 2 - 48012 Bilbao
ISBN:	84-457-2056-2
L.G.:	BI - 3.229-03

AURKIBIDEA

0. SARRERA	7
1. PROGRAMAZIOAREN ESPARRUA	11
1.1. Edukien egituraketa	13
1.2. Lan-unitateen sekuentziazioa eta ordutegiaren banaketa	14
1.3. Talde-kirolak: jarduerak eta ereduak	32
2. TEORIAREN ESPARRUA	41
2.1. Talde-kirolak: definizioa eta ezaugarriak	43
2.2. Talde-kirolen egituraketa funtzionalaren elementuak	43
2.3. Mugimenezko praxiologiaren ikuspuntutik landutako kirol-edukiak: rolak eta azpirrolak ..	44
2.4. Talde-kirolen berezitasun nagusiak	46
2.5. Talde-kiroletan aplikatutako didaktika	52
3. EREDU PRAKTIKOEN PROPOSAMENAK	57
3.1. Sarrera	59
3.2. Talde-kirolen azpirrol soziomotoreak	59
3.3. Teknika-/taktika-elementuak	59
3.4. Joko-ekintzaren analisisa (ludogramak)	60
3.5. Talde-kirolen jokoaren analisisa	62
3.6. Pasea eta pertzepzio-mekanismoa eskubaloian	62
3.7. Talde-kirolak eta ikasleei aurkezteko ekintzen zerrenda	62
3.8. Ikaslearen fitxa-ereduen txokoa	70
4. DOKUMENTU OSAGARRIAK	73
4.1. Eskubaloian: pasea eta pertzepzio-mekanismoa	75
4.2. Saskibaloian egitura funtzionala: «Basket» jokoaren analisisa	76
4.3. Taktikari buruzko hausnarketa	79
4.4. Oinarritzko trebetasunen garapenerako aldaerak	80
4.5. Talde-kirolak ezagutzeko hurbiltze progresiboa	82
4.6. Hezkuntza-premia bereziak	83
4.7. Grafikoetako nomenklatura	83
4.8. Saskibaloia: azterketa	86
4.9. Kirol-hastapenetan teknika eta taktika irakasteko ereduak	87
4.10. Zer egin dezakegu talde-kiroletan?	89
5. TALDE-KIROL EN KOADERNOA	91
5.1. Saskibaloia	93
5.2. Minibasketa	101
5.3. Areto-futbola	102
5.4. Eskubaloia	104
5.5. Boleibola	107
5.6. Zapi-errugbia	110
6. TERMINOLOGIA TEKNIKOA ETA ESAERAK	113
6.1. Terminologia teknikoak	115
6.2. Hiztegi txikia	120
6.3. Esaerak	121
7. BALIABIDE DIDAKTIKOAK ETA BIBLIOGRAFIA	127
7.1. Interneteko helbide interesgarriak	129
7.2. Bibliografia orokorra	131
7.3. Talde-kirolen euskarazko bibliografia eta bideogintza	133

Sarrera

0

Modulu honi dagokion Oinarrizko Currikulumaren Diseinuaren norabideei jarraiki, talde-kirolak aipatzean, batez ere, futbola, saskibaloia, eskubaloia eta boleibola adierazi nahi ditugu. Baina, horrez gain, talde-kirol terminoaren barruan beste modalitate batzuk ere adierazi behar dira, hala nola errugbia eta hockeya. Nahiz eta lan honetan guk kirol-talde horiek aukeratu izan, testuinguruaren eskariari, ikastetxeak eskaintzen dituen instalazioei eta ikasleen interesei erantzun beharko diegu lanbide-modulua garatzeko orduan.

Aisialdiko ekintzetan, aldez aurretik, parte-hartzailearen jarrera prestatu behar denez, talde-kirolaren aukerarik motibagarriena azaldu beharko da. Talde-kirolak giza trebetasunak garatzeko baliabide garrantzitsuak dira. Izan ere, kirol-jarduera, neurri handi batean, elkartasun-eta aurkakotasun-ekintzak izaten dira. Beraz, kirol-zereginetan aritzen diren pertsonak behar bezalako motibazioa lortzeaz gain, oinarrizko eta berariazko mugimenezko trebetasunez jabetzen dira, eta, horiek praktikatzean, disfrutatu egiten dute.

Talde-kirolen eremuak hainbat iaotasun eta trebetasunen azterketa hartzen du, eta honako irakaskuntzako hiru arlo hauetan erabiltzen dira: eskolan, aisialdian eta elitean. Arlo bakoitzak berariazko helburuak dauzka, baina helburu komun batzuk ere badituzte.

Talde-kirolen oinarrizko ezaugarriak komunak izan arren, arlo ezberdinetako arduradunek, parte-hartzailearen arabera, jokaera ezberdinak izango dituzte. Bistakoa da diferentziak argiak direla; irakaskuntzan, irakasleek HHko, DBHko, LHko edo Batxilergoko curriculumak bete beharko dute, ikasleek oinarrizko ezagutzak har ditzaten. Aisialdian, berriz, kirol-animatzaileak aurrean duen pertsona jarduera eta ariketa ludiko edo osasungarriak egitera bultzatu behar du, helburu osasungarriak lortzea eta ezagutza batzuk beharrezkoak direla ahaztu barik. Azkenik, goi-mailako entrenatzailearen kasuan, parte-hartzaileak jokalaria profesionalak dira, eta hau kon-tuan hartzekoa da. Ez ahaztu, goi-mailako kirola gutxi batzuentzat bakarrik dela, kirol-diziplina bakoitzean nabarmentzen direnentzat, hain zuzen ere.

Aisialdiko kirolaren eremuak ikuspegi zabala du bere garapenean. Eskolako eta goi-mailako kirolean ez bezala, pertsona askok dute praktikatzearen posibilitatea; horregatik, ez da mugatu behar eskolako curriculumean planteatzen den adinera, ezta goi-mailako kirolean eskatzen den prestakuntza fisikora ere. Beraz, aisialdiko kirola, batetik, eskola-umeekin aisialdi-jardueretan erabiliko da; esaterako, udalekuetan. Beste batetik, enpresako kirolean; adibidez, langile helduen taldeetan ere aplikatu daiteke. Eta hirugarren adineko pertsonekin ere bai, betiere adinarekiko egokitasun-arauak bete ondoren, eta talde-kirolen mugimenezko zeregin ohikoek burutzeko konplexutasuna eta zailtasuna aztertuta.

*Programazioaren
esparrua*

1

AURKIBIDEA

1. PROGRAMAZIOAREN ESPARRUA	11
1.1. Edukien egituraketa	13
1.2. Lan-unitateen sekuentziazioa eta ordutegiaren banaketa	14
1.2.1. Zehaztasunak: 10.-30. lan-unitateak	25
1.3. Talde-kirolak: jarduerak eta ereduak	32

1.1. EDUKIEN EGITURAKETA

Ezer baino lehen, behar-beharrezkoa da modulu honen zergatiari eta zertarakoari buruzko gogoeta egitea.

Eskolako Gorputz Hezkuntza arloan kirolen irakaskuntza behar baino gehiagotan mugatu izan da kirol-teknikak eskuratzera, hau da, hertsiki loturiko mugimenezko zeregin edo trebetasun isolatu batzuk lantzerantz. Ideia horrek keinu teknikoaren errepikatzean oinarritutako eskola-dinamikara eraman gaitu eta, horren ondorioz, ikasle askok asignatura horren interesa galdu egin du.

Hemen hartu nahi den ikuspegia jolasaren balioetik eta esentziaz abiatzen da. Horregatik, taktikatik teknikara pasatzea proposatzen dugu, hau da, *zergatik?* galderatik *zer?* galderara, jolasaren esentzia ezagutu eta jolastea —asko jolastea batik bat— ezinbestekoa dela uste baitugu. Atseginetik abiatuz teknikari gero eta zentzu handiagoa emango diogu, gero, teknika horretaz baliatuz lorpen handiagoak bilatzeko.

Talde-jolasaren eta kirolaren balio integratzailea berreskuratzeko gai ez eta mugimenezko zeregin isolatu batzuen eskurapen hutsean geratzen bagara, porrot egingo dugu modulu bakoitzari gizartean duen benetako berariazkotasuna eta afektua ematerakoan.

Esandakoarekin bat, modulu honek bi ikaskuntza-sekuentziari ekiten die berriro ere: trebetasunaren eta jolasaren beraren eboluzioari.

Talde-kirol bakoitzaren edukien egituraketa proposatzean eta aztertzeke orduan, ondorengo laburpenean ikusiko dugunez, antzeko puntuak garatuko ditugu. Hala ere, zein da egituraketaren justifikazioa? Batetik, talde-kirolen praktika aisialdian eta, bestetik, horien kirol-hastapenean izango diren alde komunak.

Beraz, edukien egituraketaren proposamena ematean, honako hauek kontuan izan behar ditugu:

1. Talde-kirolen aisialdirako aukerak.
2. Talde-kiroletarako hastapeneko pausoak.
3. Kirolen oinarritzko arauak.
4. Kirol-teknikak eta kirol-trebetasunak. Aukeren analisia.
5. Erasoko elementu tekniko indibidualak.
6. Defentsako oinarri tekniko indibidualak.
7. Erasoko indibidualen oinarritzko taktikak.
8. Buruz buruko defentsako funtsezko elementu taktikoak.
9. Kirol-estrategia.
10. Erasoko talde-ekintzak.
11. Defentsako talde-ekintzak.
12. Ekipoaren kirol-egituraren egokitzapena. Erasoko eta defentsako ekintzen sinplifikazioa.
13. Talde-kiroletarako ekintzen programazioa kirol-sustapenean.
14. Talde-kiroletako gorputz-egokitzapena.

Puntu hauen arabera osatuko dira modulu honen lan-unitateak. Izan ere, lan honetan eduki antolatzailea honela izenda genezake: *talde-kirolen sustapenerako eta irakaskuntzarako prozedurak*.

1.2. LAN-UNITATEEN SEKUENTZIAZIOA ETA ORDUTEGIAREN BANAKETA

ANELE editorialak (1996) Lanbide Heziketako Ziklorako gaztelaniaz argitaratutako lanean oinarritzen da atal hau, eta irakasleak zein ikasleak nahi dutenean, sakonago edo erreferentzia gisa ere har dezakete.

Lan-unitate hauetan, funtsean, saskibaloia —nagusiki— eta boleibola baino ez dira garatzen. Gainerako talde-kirolak —futbola eta eskubaloia, kasu— ildo beretik jorratzea gomendatzen da, hemen zehaztasunak edo aldaketak besterik ez baitira garatuko; beraz, irakurleak beste bi lan-unitate hauek osorik lantzeko, saskibaloia fitxetara jo dezala, horietxek bakarrik baitaude guztiz garatuta.

Bestetik, jakin badakigu boleibola desberdina dela, ez baita *inbasio*-kirola, eta erasoko eta defentsako ekintza kolektiboen garapena beste talde-kiroletatik aparte garatuko da.

Esan bezala, fitxategia saskibaloirako bakarrik osatua dago, baina futbola eta eskubaloia talde-kirolak direnez, horietarako ere baliagarria da, zehaztasun batzuk izan ezik; atezainaren kasuan, esaterako. Irakurleak ikusiko duenez, boleibolaren tratamendua zerbait ezberdina da. Dena den, hau guztia honela planteatzen da:

1. lan-unitatea: talde-kirolak aisialdiko jarduera gisa (4 h),
2. lan-unitatea: talde-kiroletako oinarritzko gorputz-egokitzapena (12 h),
3. lan-unitatea: saskibaloia hastapenak (2 h),
4. lan-unitatea: saskibaloia arautegia (8 h),
5. lan-unitatea: erasoko eta defentsako teknika indibiduala (14 h),
6. lan-unitatea: erasoko eta defentsako taktika indibiduala (12 h),
7. lan-unitatea: erasoko talde-ekintzak (12 h),
8. lan-unitatea: defentsako talde-ekintzak (14 h)
9. lan-unitatea: aisialdiko beharrianetarako materialen, instalazioen eta arautegiaren egokitzapenak (12 h),
10. lan-unitatea: eskubaloia hastapenak (2 h),
11. lan-unitatea: eskubaloia arautegia (8 h),
12. lan-unitatea: erasoko eta defentsako teknika indibiduala (14 h),
13. lan-unitatea: erasoko eta defentsako taktika indibiduala (12 h),
14. lan-unitatea: erasoko talde-ekintzak (12 h),
15. lan-unitatea: defentsako talde-ekintzak (14 h),
16. lan-unitatea: aisialdiko beharrianetarako materialen, instalazioen eta arautegiaren egokitzapenak (12 h),
17. lan-unitatea: boleibolaren hastapenak (2 h),
18. lan-unitatea: boleibolaren arautegia (8 h),
19. lan-unitatea: erasoko eta defentsako teknika indibiduala (14 h),
20. lan-unitatea: erasoko eta defentsako taktika indibiduala (12 h),
21. lan-unitatea: erasoko talde-ekintzak (12 h),
22. lan-unitatea: defentsako talde-ekintzak (14 h),
23. lan-unitatea: aisialdiko beharrianetarako materialen, instalazioen eta arautegiaren egokitzapenak (12 h),
24. lan-unitatea: futbolaren hastapenak (2 h).
25. lan-unitatea: futbolaren arautegia (8 h),
26. lan-unitatea: erasoko eta defentsako teknika indibiduala (14 h),

27. lan-unitatea: erasoko eta defentsako taktika indibiduala (14 h),
28. lan-unitatea: erasoko talde-ekintzak (12 h),
29. lan-unitatea: defentsako talde-ekintzak (14 h),
30. lan-unitatea: aisialdiko beharrianetarako materialen, instalazioen eta arautegiaren egokitzapenak. (12 h).

Ondoren, lan-unitateak sekuentziatuko ditugu eta osotasunean aztertuko: prozedurak, kontzeptuak, ebaluazio-irizpideak eta irakasteko eta ikasteko ekintzak.

1. Lan-unitatea: talde-kirolak aisialdiko jarduera gisa

(Batez besteko denbora: 4 ordu)

Prozedurak (eduki antolatzailea)

.....

Kontzeptuak (sostenguko edukiak)

- Kirolen sailkapena: talde-kirolak.
- Talde-kirolen sailkapena: a) elementu komunak. b) elementu propioak.
- Kirolaren eragina pertsonengan.
- Talde-kirol ezagunenak.
- Talde-kirolei aplikatutako aisialdiko jokoaren printzipio orokorrak.

Ikaskuntza- eta irakaskuntza-jarduerak

- Talde-kirolen praktikaren onuren argibideak ematea eta aisialdi-ekintzetan duten aplikazioa.
- Talde-kirolez eztabaidatzea. Horien eragina osasun-hezkuntzan aisialdi eta osasun aldetik.
- Aisialdi-jardueretan gehien erabiltzen diren talde-kirolen dokumentazioa berrikustea.
- Talde-kirolen aplikagarritasuna testuinguru errealean behatzea.
- Talde-kiroletako ekintzen behaketa, horien aisialdirako aukerei buruzko ondorioak ateratzeko.

Ebaluazio-irizpideak

- Talde-kirolak aztertu eta bestelako kirol-ekintzetatik bereizten dituzten ezaugarriak azaltzea.
- Talde-kirolen arteko diferentziak azaltzea, bakoitzak berezko dituen ekintzei dagokienez.
- Alde fisiologikoa, soziologikoa eta psikologikoa kontuan izanda, talde-kirolen praktikak duen eragina ondo arrazoituta justifikatzea.
- Gizarte-harremanak kontuan harturik, ohiko talde-kirolen praktikan aisialdiko aukerak definitzea eta aztertzea.
- «Guztionezako kirola»-n aisialdiko talde-kirolen printzipioak azaltzea.

2. *Lan-unitatea: talde-kiroletarako oinarrizko gorputz-egokitzapena*

(Batez besteko denbora: 12 ordu)

Prozedurak (eduki antolatzailea)

- Talde-kiroletako oinarrizko tasun fisikoak.
- Talde-kiroletarako behar den egoera fisikoaren inplikazioa.
- Talde-kiroletako egoera fisikoaren garapenerako mugimenezko ekintzak.
- Talde-kiroletan egoera fisikoa garatzen duten mugimenezko ekintzen maneia.

Kontzeptuak (sostenguko edukiak)

- Talde-kiroletako egokitzapen fisikoaren printzipio orokorrak.
- Talde-kiroletako oinarrizko tasun fisikoen ezaugarriak.
- Talde-kiroletako iaioetasunaren jabetzan (eskuraketan) oinarrizko tasun fisikoen eragina.
- Talde-kirolei oinarrizko tasun fisikoen aplikazioa.
- Talde-kiroletan aplikatzeko oinarrizko tasun fisikoen aldizkakotasunaren printzipio orokorrak.
- Talde-kiroletako oinarrizko tasun fisikoen ebaluazio motak.

Ikaskuntza- eta irakaskuntza-jarduerak

- Talde-kiroletarako egokitzapen fisikoaren garrantzia erakustea.
- Talde-kiroletarako egokitzapen fisikoari buruzko dokumentazioa.
- Talde-kiroletako oinarrizko tasun fisikoen analisia.
- Adibide batzuk emanik, talde-kiroletan aplikatzeko oinarrizko tasun fisikoen identifikazioa.
- Talde-kirol bakoitzarentzako oinarrizko tasun fisikoen sailkapen garrantzitsuena.
- Talde-kiroletako oinarrizko tasun fisikoak garatu eta inplikaturako diren zereginen elaborazioa.
- Talde-kiroletako oinarrizko tasun fisikoen aplikaziorako zereginak erakustea.
- Talde-kiroletako oinarrizko tasun fisikoak ebaluatzeko zereginen eraiketa eta identifikazioa.

Ebaluazio- irizpideak

- Parte-hartzaileen interesak, beharrianak eta ezaugarriak biltzen dituen balizko ariketa praktikoa batean, egokitzapen fisikoan aplikatzeko ariketak deskribatzea.
- Egoera fisikoaren maila ebaluatzeko kontuan hartu beharreko parametroak seinaltatzea.
- Talde jakin baten aurrean, pertsona bakoitzaren egoera fisikoaren maila ezagutzea.

3. Lan-unitatea: saskibaloiazen hastapenak

(Batez besteko denbora: 2 ordu)

Prozedurak (eduki antolatzailea)

- Saskibaloiazi berez lotutako oinarritzko trebetasunen aplikazioa.
- Saskibaloiazen trebetasunen konbinazioa.
- Saskibaloiazen trebetasunen maila teknikozen identifikazioa.
- Oinarritzko trebetasunak ez menperatzeak, saskibaloiazen trebetasun berriak ikasteko orduan dakartzan zailtasunak identifikatzea.
- Antzinako ikasketen eta berrien arteko aldeak zuzentzeko ekintzak.
- Saskibaloiraiko trebetasun jakin batzuk hobetzeko eta menperatzeko egoera fisikoaren justifikazioa.

Kontzeptuak (sostenguko edukiak)

- Saskibaloiazen aplikatzeko oinarritzko trebetasun eta iaioitasunak.
- Saskibaloiazen berariazko iaioitasun eta trebetasunak
- Saskibaloiazen oinarritzko eta berariazko trebetasunen maila.
- Saskibaloiazen berariazko eta oinarritzko trebetasunen arteko transferentzia.
- Egoera fisiko pertsonala eta saskibaloiazen burutzapen-maila.
- Saskibaloiazen berariazko trebetasunek kirolgilezen egoera fisikoan duten eragina.

Ikaskuntza- eta irakaskuntza-jarduerak

- Adibide batzuen aurrean, trebetasunak identifikatzea eta saskibaloiazen trebetasunak eskuratzerakoan duen eragina egiaztatzea.
- Aurreko betekizun batzuk menperatu ezean, saskibaloiazen trebetasun batzuk ikasteko dauden zailtasunak frogatzea.
- Geroxeago saskibaloiazen erabiliko diren trebetasunen hobekuntza ahalbidetuko diguten zereginak egitea.
- Saskibaloiazen trebetasunetan eragina izango duten ekintzak egitea eta aplikatzea, batik bat egoera fisikoaren mailaren hobekuntzan ondorioa izango dutenak.

Ebaluazio-irizpideak

- Mugimenezko garapenezen maila frogatu eta saskibaloiazen trebetasunen eskurapenean izango duen eragina identifikatzea.
- Egoera fisikoaren maila frogatu eta saskibaloiazen trebetasunetan izango duen eragina identifikatzea.
- Tebetasunen maila frogatzea eta saskibaloiazen berariazko trebetasunetan izango duen eragina identifikatzea.
- Tebetasun egokiez jabetu gabe, saskibaloiazen trebetasunak ikasteko zailtasunak deskribatzea.
- Pertsona-talde batean, mugimenezko trebetasunen mailak, gero, saskibaloiekin ekintzetan izango duen eragina aztertzea.

- Norberaren abileziaren maila frogatzea, saskibaloia-aren trebetasun berrien arabera auto-ebaluatzeko.

4. Lan-unitatea: saskibaloia-aren arautegia

(Batez besteko denbora: 8 ordu)

Prozedurak (eduki antolatzailea)

- Saskibaloiko oinarrizko arautegia-aren irakaskuntza.
- Saskibaloiko arauen aplikazioa.
- Saskibaloiko arauak aplikatzeko orduan sortutako egoera eztabaidagarriak ebatzea.

Kontzeptuak (sostenguko edukiak)

- Saskibaloiko arauak.
- Arauen eragina saskibaloio jokoaren posibilitate tekniko eta taktikoetan.
- Saskibaloiko epaileak egiten dituen seinaleak.

Ikaskuntza- eta irakaskuntza-jarduerak

- Saskibaloiko arautegia-aren irakurketa eta ulermena, arauekin ohitzeko.
- Saskibaloiko arauak aplikatzean, emandako zailtasunak egiaztatzea (frogatzea), kirol horren eremu mailei dagokienez.
- Epaile-lanaren azterketa (partidak ikuskatuz).
- Saskibaloiko arauak egoera errealean aplikaturik aztertzea.
- Saskibaloioan epaile-lanetan adituak direnen hitzaldietara joatea.
- Saskibaloio jokoan ikasleek epaile-lanak egitea.
- Saskibaloiko epaileen lana egoera errealean aztertzea.

Ebaluazio-irizpideak

- Saskibaloia-aren oinarrizko arauak egokiro interpretatzea.
- Adibide praktikoen aurrean saskibaloia-aren arauekin erlacionatutako egoerak ebatzea.
- Joko errealeko egoeran arauak menperatzen direla frogatzea, saskibaloio-partida batean epaile-lanak eginez.
- Saskibaloia-aren arauak irakasteko prozedura erakustea.
- Egoera errealean epailearen keinuak ezagutzea.

5. Lan-unitatea: erasoko eta defentsako teknika indibiduala

(Batez besteko denbora: 14 ordu)

Prozedurak (eduki antolatzailea)

—Erasotzaile baloidunaren eta defendatzailearen mugimenezko jokaerak.

- Erasotzaile baloidunaren ekintza teknikoak konplexutasun-maila txiki eta handiko egoeretan.
- Erasotzaile baloidunaren ekintza teknikoak defendatzaileari abantaila ateratzeko.
- Erasotzaile baloidunaren ohiko ekintza teknikoen analisia.
- Pasea, botea, iskin egitea eta saskira jaurtiketa-ekintzetarako mugimenezko zereginak planteatzea.
- Erasotzaile baloidunari aurre egiteko defentsa-teknikako ekintzak.
- Erasotzaile baloidunaren aurrean, defendatzailearen ekintza teknikoen analisia, aurkakotasun-maila txikietatik handietara.

—Pasearen, botearen eta saskira jaurtiketaren defentsa-ekintzen zereginak planteatzea.

- Erasotzaile baloidunaren ekintza teknikoen arabera, markatzailea kokatzea.

—Baloirik gabeko erasotzailearen eta defendatzailearen mugimenezko jokaerak.

- Baloirik gabeko erasotzailearen ekintza teknikoak.
- Baloirik gabeko erasotzailearen ekintza teknikoen analisia eta baita balizko ekintzena ere.
- Baloirik gabeko erasotzailearen ekintza teknikoak egitea.
- Markatzailearen ekintza teknikoak baloirik gabe dagoen erasotzaile bati aurre egiteko.
- Defendatzailearen ekintza teknikoen analisia baloirik gabe dagoen jokalaria bati aurre egitean.
- Defendatzaileari, maila praktikoan, baloirik gabeko erasotzaileari aurre egiteko ekintza teknikoen berri ematea.

Kontzeptuak (sostenguko edukiak)

—Erasotzailearen ekintza teknikoak baloirekin nahiz baloirik gabe.

—Defendatzailearen eta erasotzailearen ekintza tekniko egokien biomekanika ikertzea.

—Baloia duenaren eraso-ekintza teknikoen ezagutzea.

—Defendatzailearen ekintza teknikoen sailkapena, erasotzaile baloidunari aurre egiteko.

—Defendatzailearen ekintza teknikoen sailkapena, erasoan baloirik ez duen jokalaria aurre egiteko.

Ikaskuntza- eta irakaskuntza-jarduerak

—Partida bateko ekintzen analisia, erasotzailearen eta defendatzailearen aplikazio teknikoaren ikuspuntutik. Horretarako, saskibaloiarekin erlazionatutako film eta bideokaseteen bidez, eraso zein defentsa motak aztertu. Baloidun zein baloirik gabeko erasotzaile-ekintzetan, saskibaloia teknika egiaztatzea.

- Erasotzaile baloidunaren teknika-ekintzak (bat baino gehiago) lantzen dituzten jardueren zeregin progresiboa elaboratzea.
- Defentsa- eta eraso-ekintza teknikoak erakusten duten egoera ludikoak aurkeztea.

Ebaluazio-irizpideak

- Baloidun zein baloirik gabeko erasotzailearen aurrean, defendatzaileak eginiko ekintza teknikoen konplexutasuna eta zailtasunak aztertzea.
- Defendatzailearen eta baloidun nahiz baloirik gabeko erasotzailearen ekintza teknikoen faseak deskribatzea.
- Irudien bidez deskribatutako mugimendu teknikoen egikeran gerta daitezkeen akatsak detektatzea eta izendatzea, eta zuzenketarako berezko ariketak proposatzea, biomekanikaren alderditik onena den eredia kontuan izanik.

6. Lan-unitatea: erasoko eta defentsako taktika indibiduala

(Batez besteko denbora 12 ordu)

Prozedurak (eduki antolatzailea)

- Bat baten kontrako (1 1) egoeretan, erasotzaile baloidunaren ohiko ekintzak egitea.
- Bat baten kontrako egoeretan, erasotzaile baloidunaren ekintzen analisia.
- Erasotzaile baloidunaren ekintzen analisia postu espezifiko jakin batzuetan.
- Bat baten kontrako egoeretan, erasotzaile baloidunaren ekintzak aplikatzea.
- Bat baten kontrako egoeretan, baloirik gabeko erasotzailearen ohiko ekintzak egitea.
- Bat baten kontrako egoeretan, baloirik gabeko erasotzailearen ekintzak aztertzea.
- Baloirik gabeko erasotzailearen ekintzak postu espezifiko jakin batzuetan aztertzea.
- Bat baten kontrako egoeretan, erasotzaile baloidunari eta baloirik gabeko erasotzaileari markatzaileak egin behar dizkion ekintzak.
- Bat baten kontrako egoeretan, baloidun eta baloirik gabeko erasotzaileari defendatzaileak egin beharreko ekintzak aztertzea.
- Bat baten kontrako egoeretan, baloidun eta baloirik gabeko erasotzaileari defendatzaileak egin beharreko ekintzak aplikatzea.
- Defendatzailearen kokapena, baloirik ez duen erasotzaileak eta erasotzaile baloidunak egiten dituzten ekintzei erantzuteko.

Kontzeptuak (sostenguko edukiak)

- Defendatzaileek planteatzen dituzten arazoei irtenbidea eman nahian, baloidun eta baloirik gabeko erasotzaileek egin ditzaketen ekintzak ezagutzea.
- Erasotzaileek planteatzen dituzten arazoei irtenbidea eman nahian, baloidun eta baloirik gabeko erasotzaileen aurrean markatzaileak egin ditzakeen ekintzak ezagutzea.
- Jokoan zehar defendatzaile eta erasotzaileek postu espezifiko jakin batzuetan egin ditzaketen ekintzak ezagutzea.
- Defentsako egoera jakin batzuetan, baloia duen erasotzailearen abantaila lortzeko ekintzetatik ondorioak ateratzea.
- Baloidun eta baloirik gabeko erasotzaileen ekintzak identifikatzea, defendatzailearen ekintzen aurrean proposatutako helburua lortzeko.

Ikaskuntza- eta irakaskuntza-jarduerak

- Taktika indibidualako ekintzak aurkeztea, baloi-jabetzarekin edo gabe, film eta bideo-kaseteen bitartez.
- Behatutako taktika indibidualako ekintzen zailtasun-mailak egiaztatzea.
- Erasotzailearen eta defendatzailearen ekintza taktiko indibidualak garatzeko zereginen progresio bat agertzea.
- Bat baten kontrako egoeretan, baloia duen erasotzailearen ekintzetako alternatibak aurkeztea.
- Markatzailearen eta erasotzailearen ekintza taktiko indibidualak praktikan ezartzeko zereginak sortzea.
- Defentsa- eta eraso-taktika indibidualako ekintzak erakustea, zailtasunaren mailak kontuan izanik.
- Bakarkako taktika sinplifikatuen ekintzak aurkeztea, aisialdian eta ekintza ludiko praktikoen erabiltzeko.
- Bat baten kontrako egoeretan, baloirik ez duen erasotzailearen ekintzak egiaztatzen praktikak egitea.
- Bat baten kontrako egoeretan, baloirik gabe dagoen erasotzailearen ekintzetarako alternatibak aurkeztea.
- Bat baten kontrako egoeretan, baloidun edo baloirik gabeko erasotzailearen aurreko defendatzailearen ekintzetarako alternatibak aurkeztea.

Ebaluazio-irizpideak

- Defentsa- eta eraso-taktika indibidualako mugimendu motak egiten jakiten dela frogatzea, bai egoera errealean baita egoera erraztuan ere.
- Erakustaldi batzuen aurrean, defentsa- eta eraso-taktika indibidualako ekintzak egitean, akatsak adieraztea.
- Defentsa- eta eraso-taktika indibidualako ariketa praktikoa egitean, ohiko akatsen aurrean, egin beharreko zuzenketak zein diren adieraztea.
- Defentsa- eta eraso-taktika indibidualako ekintzen ikaskuntza- eta irakaskuntza-prozesuan erabili ahal diren ikus-entzunezko baliabideak maneiatzea.

7. Lan-unitatea: erasoko talde-ekintzak

(Batez besteko denbora: 12 ordu).

Prozedurak (eduki antolatzailea)

- Eraso indibidualaren eta zonaren aurka izaten diren eraso- prozedurak praktikatzeko.
- Eraso indibidualaren eta zonaren aurkako erasoaren analisia.
- Eraso indibidualaren eta zonaren aurkako erasoaren aplikatzea, talde-praktika moduan.
- Buruz burukoaren eta zonaren aurkako erasoaldietan, jokalariei guztien ekintzak (talde-jokaldiak).
- Buruz burukoaren eta zonaren aurkako erasoaldietan, jokalariei guztien ekintzak aztertzea (talde-jokaldiak).
- Defentsa berezien aurkako eraso-alternatibak erakustea, buruz buruko eta zonakako defentsa-konbinaketak erabiliz.

- Abantaila numerikoko egoerak eta ebazpenak.
- Abantaila numerikoko egoerei aurre egiteko alternatibak.
- Eraso-ekintzen araberrako gibeleratze-alternatibak.
- Defentsa-gibeleratzean gertatzen diren egoerak aztertzea.

Kontzeptuak (sostenguko edukiak)

- Zonaren aurkako erasoaren eta buruz buruko defentsaren aurkako erasoak. Desberdintasunak.
- Taktika indibiduala eta trebetasun teknikoak menperatzea erasoko talde-ekintzak ebazteko abiapuntu.
- Nagusitasun eta berdintasun numerikoko egoeretan, defentsak egiten dituen talde-ekintzen aurrean, erasoko talde-ekintzak deskribatzea.
- Aldizkari espezializatuak irakurtzea, eta bai defentsa indibidualaren, bai zonakako defentsaren kontrako eraso- mugimenduetatik ondorioak ateratzea.

Ikaskuntza- eta irakaskuntza-jarduerak

- Defentsa mota desberdinen arabera, erasoko talde-ekintzak erakusten dituzten ikus-entzunezko materialak aztertzea eta ikuskera lantzea.
- Defentsa mota desberdinen arabera, aurkako taldearen eraso-mugimenduei buruzko hitzaldi eta mahai inguruetan parte-hartzea.
- Aurrez, jokalarit talde baten ezaugarri teknikoak eta taktika indibiduala ezagutzetik abiatuz, buruz buruko defentsaren kontrako eta zonaren kontrako erasoko taktika kolektiboak sortzea.
- Talde-taktikan aplikatzeko, ondorengo egoeren aurkezpena (oinarrizko elementuak): bi biren aurka (2 2), hiru hiruren aurka (3 3) eta nagusitasun numerikoa.
- Parte-hartzaile guztiek egite-maila (mugimenezko gaitasunaren maila) erakusteko aukera izan dezaten, talde-ekintzak egokitzea.
- Ikaskideek parte hartuz, erasoko talde-ekintzak garatzea, era berean, hainbat iritzi eta akats elkartrukatzeko eta identifikatzeko foro bat egiteko balio dezan.
- Erasoko talde-ekintza taktikoak ikastean, progresiorako balio duten zereginak erakustea.
- Irakurketa eta bideokaseteak baliaturik, erasoko talde-ekintzaren taktikak praktikan eratzten direla egiaztatzea.
- Erasoko talde-ekintzak joko eran eta kirol-jarduera sinplifikatu moduan aurkeztea, gaitasun fisikoaren maila alde batera utzirik, eta edozein pertsonak garatzeko moduan.

Ebaluazio-irizpideak

- Parte-hartzaile guztiek beren gaitasuna erakusteko, zonaren kontrako eraso-sistema bat eta buruz burukoaren kontrako beste bat garatzea.
- Defentsa-egoeren arabera, modu praktikoa erakustea erasoko talde-mugimendu taktikoak ezagutu eta aplikatzen direla.
- Buruz burukoaren eta zonaren aurkako erasoko talde-ekintzak ikasteko progresio egoia ezagutu eta aplikatzen dela erakustea.
- Egite tekniko erraza lortzearen, buruz burukoaren eta zonaren kontrako eraso errazten duten talde-ekintzak arrazoibidez azaltzea.

8. Lan-unitatea: defentsako talde-ekintzak

(Batez besteko denbora: 14 ordu)

Prozedurak (eduki antolatzailea)

- Buruz buruko eta zonakako hainbat defentsa-prozedura.
- Erasotzaileen banako eta taldeko ekintzei aurre egiteko, buruz buruko eta zonakako defentsak aplikatzea, alde sendoak eta alde ahulak kontuan izanik.
- Defentsa eragingarria lortzeko talde-ekintzetan lan egitea.
- Buruz buruko eta zonakako defentsa-konbinazioak inplikaturik dauden txandatze-defentsen aurrean erasotzaileen erreakzioak praktikatzea.
- Kontraerasoko egoerak analizatzeko prozedurak.
- Defentsa-ekintzetatik abiatuz, kontraeraso-egoeretan zuzeneko erabakiak hartzea.

Kontzeptuak (sostenguko edukiak)

- Buruz buruko eta zonakako defentsen ezaugarrien teoria osagarriak ezagutzea.
- Buruz buruko eta zonakako defentsa motak.
- Jokalarien ekintzak, buruz buruko defentsa batean eta zonakako defentsa batean kokatuta daudenean.
- Erasoko talde-ekintzen aurrean defendatzaileen ekintzekin erantzutea.
- Aurkakoen ezaugarriak eta norberaren jokalarien ezaugarriak kontuan izanik, defentsa-ekintzak ezagutzea.

Ikaskuntza- eta irakaskuntza-jarduerak

- Erasoko moten arabera egiten diren defentsako talde-ekintzak erakusten dituzten bideo eta filmen analisisa eta ikustatzea.
- Erasoko aurkako defentsako talde-mugimenduei buruzko hitzaldi eta mahai inguruetara joatea.
- Jokalari multzo baten taktika eta bakarkako teknikaren ezaugarrietatik abiatuz, erasoko talde-ekintzei kontra egiteko defentsak eraikitzea.
- Buruz buruko eta zonakako defentsen oinarritzko desberdintasunen analisisa.
- Buruz buruko defentsa taktikoaren aplikazioaren oinarritzko elementutzat harturik, bi biren kontrako (2 2) eta hiru hiruren kontrako (3 3) egoerak aurkeztea.
- Defentsako talde-ekintzak egokitzea ikasle taldearen egite- mailara.
- Ikaskideen laguntzaz, defentsako talde-ekintzak garatzea, iritzi-elkartrukerako eta, era berean, akatsak identifikatzeko balioko duena.
- Buruz buruko eta zonakako defentsaren taktikako talde-ekintzen ikaskuntzaren progresiorako balio izango duten zereginak erakustea.
- Defentsako talde-ekintzak joko eran eta kirol-jarduera erraztuan aurkeztea, edozein pertsonak gara ditzan, gaitasun fisikoa alde batera utzirik.

Ebaluazio-irizpideak

- Buruz buruko eta zonakako defentsa-sistema bana garatzea, parte- hartzaile guztiek defentsa-gaitasunak erakusteko aukera izateko.

- Eraso-egoerei aurre egiteko defentsako talde-mugimendu taktikoak aplikatu eta ezagutzen direla modu praktikoan erakustea.
- Buruz buruko eta zonakako defentsako talde-ekintzen ikaskuntza lortzeko progresio egokia aplikatu eta ezagutzen direla erakustea.
- Egite tekniko erraza lortzeko defentsa-ekintzak errazten dituzten talde-ekintzak ondo arrazoituz azaltzea.

9. *Lan-unitatea: aisialdiko beharrianetarako materialen, instalazioen eta arautegiaren egokitzapenak*

(Batez besteko denbora: 12 ordu)

Prozedurak (eduki antolatzailea)

- Saskibaloian barruan aisialdiko ekintzak oinarritzat harturik, materialak, instalazioek, jokalariek eta arauen aldaketak eskaintzen dituzten aukerak aztertzea.
- Saskibaloiko aisialdi-ekintzen bidez materialarekin, instalazioekin, jokalariekin eta arauen aldaketekin praktikak egitea.
- Saskibaloiko ekintza erraztuetan, parte-hartzaileen ikasketan mailan gertatzen diren aldaketak aisia-praktikan interes handia duten elementuak direla eta, era berean, konplexutasun handiagoko egoeretara transferi daitezkeela kontuan hartzea.
- Saskibaloian sinpletze- eta txandakate-egoeren aplikazioa jokalarien partaidetza-maila gorena izan dadin.
- Kirolgileentzat egokitzapen moduan balio dezaketen minibasketean oinarrituriko ekintzak aplikatzea.

Kontzeptuak (sostenguko edukiak)

- Saskibaloia aisia-ekintzetara egokitzeko kirolaren aspektu aldagarriak.
- Aisialdiko saskibaloian jardueretan oinarrituriko ekintza erraztuak.
- Aisialdiko saskibaloian praktika egokia egiteko jokalarien egite-mailaren araberrako egokitzapenak.
- Aisialdiko saskibaloian jarduten diren pertsonen mailaren eta partaidetza gorenaren araberrako egokitzapenen sailkapena.

Ikaskuntza- eta irakaskuntza-jarduerak

- Kirol-aisialdian partaidetza helburutzat harturik, saskibaloian elementuak errazteko eta aldatzeko aukerak aurkeztea.
- Aisialdiko ekintzetarako saskibaloian aukera erraztuak erakustea.
- Saskibaloian praktikaren egite-maila desberdinetarako ekintza erraztuak garatzea.
- Minibasketaren analisia, kirolgileen beharrianetara eta aukeretara egokitzeko.
- Minibasketa oinarritzat harturik, aisialdirako ekintzak garatu, saskibaloian egokitzeko.
- Ikaskideekin aisialdian aplikatuko diren saskibaloian egoera erraztuen adibideak praktikan ezarri.
- Minibasketa oinarritzat harturik, kirolgileak egokitzeko ekintzak garatzea.

Ebaluazio-irizpideak

- Saskibaloiko materialean, instalazioetan, arautegian eta jokalariekin egin daitezkeen al-daketak arrazoibidez azaltzea, testuinguru anitzetan egokituak izan daitezen.
- Parte-hartzaileen ezaugarriak jasotzen dituen adibide praktiko baten aurrean, saskibaloiren aisia-jardueretan maila goreneko partaidetza lortzeko beharrezko egokitzapenak deskribatzea eta zerrendatzea.
- Aisialdiko jardueretarako beharrezko egokitzapenak kontuan izanik, saskibaloian asimilazio-jokoen garapenerako adibide praktikoak deskribatzea eta hautatzea.
- Aurreikusten diren saskibaloiekintzak praktikatzeko beharrezko materiala, instalazioak eta arautegiko baliabideak zerrendatzea.

1.2.1. Zehaztasunak: 10-30. lan-unitateak

Atal honetan, irakasleak 10.etik 30.eraingoko lan-unitateak osatzeko egin behar dituen al-daketak edota eransteke zehaztasunak agertuko dira.

1.2.1.1. Eskubaloia eta futbola: lan-unitateak osatzeko zehaztasunak

Eskubaloia eta futbola lantzerakoan, lan-unitateak osatzeko, ondorengo zehaztasunak sartu beharko dira lehenago, txosten honetako saskibaloiren programazioaren garapenarekin alderatzeko; hain zuzen, eskubaloirako 12., 13. eta 14. lan-unitateetan, eta futbolerako 26., 27. eta 30. lan-unitateetan egin beharrekoak.

*12. Lan-unitatean: erasoko eta defentsako teknika indibiduala (eskubaloia)**Prozedurak (eduki antolatzailea)*

—*Erasotzaile baloidunaren eta defendatzailearen mugimenezko jokaerak:*

- Erasotzaile baloidunaren ekintza teknikoak, konplexutasun-maila txiki eta handi-goko egoeretan.
- Erasotzaile baloidunaren ekintza teknikoak, defendatzaileari abantaila ateratzeko.
- Erasotzaile baloidunari aurre egiteko defentsako teknika-ekintzak.
- Erasotzaile baloidunaren ohiko ekintza teknikoen analisia:

—Pasea, botea, iskin egitea eta baloia atera botatzeko ekintzetarako mugimenezko zereginak planteatu.

- Erasotzaile baloidunaren aurrean defentsak egin beharreko ekintza teknikoak aztertzea, aurkakotasun-maila txikietatik handienetara. Horretarako:

—Pasearen defentsa, botearen defentsa eta baloia atera botatzearen (jaurtitzearen) defentsa-ekintzetarako zereginak planteatu.

- Markatzailea kokatzea erasotzaile baloidunaren ekintza teknikoen arabera.

—*Baloirik gabeko erasotzailearen eta defendatzailearen mugimenezko jokaerak:*

- Baloirik gabeko erasotzailearen ekintza teknikoak.
- Baloirik gabeko erasotzailearen ekintza teknikoen analisia eta baita balizko ekintzen analisia ere.

- Baloirik gabeko erasotzailearen ekintza teknikoak egitea.
- Markatzailearen ekintza teknikoak, baloirik gabe dagoen jokalaria bati aurre egiteko.
- Defendatzailearen ekintza teknikoak aztertzea, baloirik gabe dagoen jokalaria bati aurre egitean.
- Defendatzaileari, maila praktiko batean, baloirik gabeko erasotzailearen aurrean egin beharreko ekintza teknikoen berri ematea.
- Atezainaren ekintza teknikoak, eta horien analisisa.

Kontzeptuak (sostenguko edukiak)

- Baloidun nahiz baloirik gabeko erasotzailearen ekintza teknikoak.
- Defendatzailearen eta erasotzailearen ekintza tekniko egokien biomekanikaren ikerketa.
- Baloia duenaren erasoko ekintza teknikoak ezagutzea.
- Defendatzailearen ekintza teknikoak sailkatzea, erasotzaile baloidunari aurre egiteko.
- Defendatzailearen ekintza teknikoak sailkatzea, erasoan baloirik ez duen jokalaria aurre egiteko.
- Atezainaren ekintza teknikoak sailkatzea.

13. Lan-unitatean: erasoko eta defentsako taktika indibiduala (eskubaloia)

Prozedurak (eduki antolatzailea)

- (...)
- Postu espezifikoaren arabera defentsak egin beharreko ekintzak aztertzea.

Kontzeptuak (sostenguko edukiak)

- (...)
- Erasotzaile baloidunaren ekintzak antzematea, defentsako egoera eta erasoko postu jakin batzuetan abantaila lortzeko asmoz.

Ebaluazio- irizpideak

- (...)
- Taktika indibiduala aplikatzerakoan, aurkakoak egiten dituen ekintzak kontuan izanik, defendatzailea eta erasotzailea non kokatu jakitea.

14. Lan-unitatean: erasoko talde-ekintzak (eskubaloia)

Prozedurak (eduki antolatzailea)

- Eraso indibiduala eta zonaren aurka izaten diren erasoko prozedurak praktikatzeko.
- Zonakako defentsa moten kontra izaten den erasoaren oinarritzko ezberdintasunak aztertzea.

- Zonakako defentsa moten kontra, buruz buruko eta zonaren aurkako erasoaldietan jokalarari guztien ekintzak aztertzea (talde-jokaldiak).
- Defentsa berezien aurkako eraso alternatibak erakutsi, batik bat defentsa indibiduala eta zonakako defentsen konbinazioak erabiltzen direnean.
- Eraso indibiduala eta zonaren aurkako erasoak aztertzea.
- Banakako eta zonakako erasoaren aplikazioa jokalarien taldekako praktika moduan.
- Buruz buruko eta zonaren aurkako erasoaldietan jokalarari guztien ekintzak (talde jokaldiak).
- Abantaila numerikoaren egoerak eta ebazpenak.
- Abantaila numerikoaren egoerei aurre egiteko alternatibak.
- Eraso-ekintzen arabera gibelera-erakutsi.
- Defentsa gibelera-erakutsi erabili behar diren egoerak aztertzea.

Kontzeptuak (sostenguko edukiak)

- (...)
- Zonakako defentsa jakin batzuk erasotzeko erak.

26. Lan-unitatean: erasoko eta defentsako teknika indibiduala (futbola)

Prozedurak (eduki antolatzailea)

- Erasotzaile baloidunaren eta defendatzailearen mugimenezko jokaldiak.
 - Erasotzaile baloidunaren ekintza teknikoak, konplexutasun-maila txiki eta handi-goko egoeretan.
 - Erasotzaile baloidunaren ekintza teknikoak, defendatzaileari abantaila ateratzeko.
 - Erasotzaile baloidunaren ohiko ekintza teknikoak aztertzea:
 - Baloia ukitu, sakea, pasea, driblinga, baloi-gidatzea, baloiaren kontrola, iskin egitea eta baloia atera botatzeko (jaurtitzeko) ekintzetarako mugimenezko zereginak planteatu.
 - Erasotzaile baloidunari aurre egiteko defentsako teknika-ekintzak.
 - Erasotzaile baloidunaren aurrean, defentsak egin beharreko ekintza teknikoak aztertzea, aurkakotasun maila txikienetatik handienetara. Horretarako: pasearen eta sakeen defentsa; driblinga eta gidatzearen defentsa; eta baloia atera botatzeko (jaurtitzeko) ekintzetarako mugimenezko zereginak planteatu.
 - Markatzailea kokatzea erasotzaile baloidunaren ekintza teknikoen arabera.
- Baloirik gabeko erasotzailearen eta defendatzailearen mugimenezko jokaerak.
 - Baloirik gabeko erasotzailearen ekintza teknikoak.
 - Baloirik gabeko erasotzailearen ekintza teknikoak eta balizkoak aztertzea.
 - Baloirik gabeko erasotzailearen ekintza teknikoen maneia.
 - Defendatzailearen ekintza teknikoak baloirik gabe dagoen jokalarari bati aurre egiteko.
 - Defendatzailearen ekintza teknikoen analisia baloirik gabe dagoen jokalarari bati aurre egitean.
 - Defendatzaileari, maila praktikoa batean, baloirik gabeko erasotzailearen aurrean egin daitezkeen ekintza teknikoen berri ematea.
 - Atezainaren ekintza teknikoak eta haien analisia.

Kontzeptuak

- Baloidun nahiz baloirik gabeko erasotzailearen ekintza teknikoak.
- Defendatzailearen eta erasotzailearen ekintza tekniko egokien biomekanika ikerketa.
- Baloia duenaren erasoko ekintza teknikoen ezagupena.
- Defendatzailearen ekintza teknikoen sailkapena, baloidun erasotzaileari aurre egiteko.
- Defendatzailearen ekintza teknikoen sailkapena, erasoan baloirik ez duen jokalariai aurre egiteko.
- Atezainaren ekintza teknikoen sailkapena.

Ikaskuntza- eta irakaskuntza-jarduerak

- Erasotzailearen eta defendatzailearen aplikazio teknikoaren ikuspuntutik begiratuta, partida bateko ekintzen analisia. Horretarako, saskibaloiarekin erlazionatutako film eta bideokaseteez baliatu, eta erasoko zein defentsako taktikaren behaketa egin.
- Erasotzailearen ekintzak gauzatuz, baloiarekin zein baloi gabe, saskibaloia teknika egiaztatzea.
- Zeregin progresiboa elaboratzea, erasotzaile baloidunaren teknika-ekintzak (bat baino gehiago) inplikaturako jarduerak aurkeztuz.
- Defentsa eta erasoko ekintza teknikoak erakusten dituzten egoera ludikoak aurkezte.
- Erasoko ekintza teknikoen erakustaldi praktikoa, baloiarekin zein baloirik gabe.
- Egite-akatsen zuzenketarako eta hori lortzeko behar diren egoerak elaboratzeko, baloirik gabeko jokalariai aurrean egiten diren defentsako ekintza teknikoen froga praktikoa.
- Trebetasun-mailak kontuan izanik, iaiotasun hauen posibilitateak behatzen laguntzeko, besteekin parte-hartzea (lankidetzak-erlazioak planteatzea).

27. Lan-unitatean: erasoko eta defentsako taktika indibiduala (futbola)

Ikaskuntza- eta irakaskuntza-jarduerak

- (...)
- 1 1 egoeretan, baloidun eta baloirik gabeko erasotzaileari aurre egiteko defendatzailearen ekintza-alternatibak aurkezte.

30. Lan-unitatean: aisialdiko beharrianetarako materialen, instalazioen eta arautegiaren egokitzapenak (futbola)

Ikaskuntza- eta irakaskuntza-jarduerak

- (...)
- Aisialdi-futboleko egokitzapen posible moduan, zazpina jokalariko futbolean oinarritutako jarduerak garatzea.

1.2.1.2. *Boleibola: lan-unitateen aldaketak*

Boleibola lantzeko, *lan-unitateetan* zenbait *aldaketa* egin beharko dira, lehenago eman den saskibaloiko programazioaren garapenarekin alderatuz. 19., 20., 21. eta 22. lan-unitateetan egin beharko dira.

19. *Lan-unitatean (osoa): erasoko eta defentsako teknika indibiduala (boleibola)*

Prozedurak (eduki antolatzailea)

- Erasotzailearengandik baloia hartzeko ohiko ekintza teknikoak.
- Baloia hartzean, erasotzailearen ohiko ekintza teknikoak aztertzea:
 - Pase-ekintzak, erorikoak eta horien aplikazioa paserako, eta erremate-ekintzak lantzeko mugimenezko zereginak planteatu.
- Erasotzailearengandik baloia hartzean, abantaila hartzeko ekintza teknikoak.
- Defendatzailearen ekintza teknikoak, eraso-ekintzei aurre egiteko.
- Baloia hartzerakoan defentsako ekintza teknikoak.
- Konplexutasun-maila txiki eta handiagoko egoeren aurrean, defendatzailearen ekintza teknikoak aztertzea:
 - Sakearen harrera, erorikoak eta haien aplikazioa baloia hartzeko, eta errematearen harrera lantzeko mugimenezko zereginak planteatzea.
- Baloia hartzen ez duen erasotzailearen ekintza teknikoak.
- Baloia hartzen ez duen erasotzailearen ekintza tekniko posibleen analisisa. Oinarrizko posizioak, desplazamenduak eta gelditzeak.
- Baloia hartzen ez duen erasotzailearen ekintza teknikoak menperatzea.
- Baloia hartzen duen jokalaria laguntzen dion defendatzailearen ekintza teknikoak.
- Baloia hartzen duen jokalaria laguntzen dion defendatzailearen ekintza teknikoak aztertzea.
- Erasotzaile baloidunaren ekintza teknikoen arabera defendatzailea kokatzea.

Kontzeptuak (sostenguko edukiak)

- Baloia jotzen duenaren erasoko ekintza teknikoak eta baloirik ez duten jokalarienak.
- Defendatzailearen eta erasotzailearen ekintza tekniko egokien ikerketa biomekanikoa.
- Egite praktikoa baten aurrean, baloia jotzen duen jokalaria erasoko ekintza teknikoak hautematea.
- Baloirik gabeko jokalaria batek egiten dituen erasoko ekintza teknikoak hautematea.
- Defendatzailearen ekintza teknikoen sailkapena, baloia hartzeari aurre egiteko.

Ikaskuntza- eta irakaskuntza-jarduerak

- Erasotzailearen eta defendatzailearen aplikazio teknikoaren ikuspuntutik begiratuta, partida batean gertatzen diren ekintzak aztertzea. Horretarako, boleibolarekin erlazionatutako film eta bideokasetez baliatu, eta erasoko zein defentsako taktikaren behaketa egin.
- Erasotzailearen eta defendatzailearen ekintza teknikoen egiaztatze praktikoa.

- Baloia jotzen duen erasotzailearen ekintza teknikoan (bat baino gehiago) zeregin progresiboa sortzea.
- Defentsa eta erasoko ekintza teknikoak erakusten dituzten egoera ludikoen aurkezpena.
- Trebetasun-mailak kontuan harturik, beste ikaskideekin iaotasun horien hainbat aukera behatzea.

Ebaluazio-irizpideak

- Erasotzaileak, baloidunak zein baloirik gabekoak, eta defendatzaileak eginiko ekintza teknikoen konplexutasun eta zailtasunak analizatzea.
- Baloia jotzen duen erasotzailearen ekintza teknikoen faseak deskribatzea, baita honi babesa ematen dionarenak eta defendatzailearenak ere.
- Deskribatutako mugimendu teknikoetan egin daitezkeen akatsak detektatu eta izendatuko ditugu irudien bidez, eta biomekanikaren alderditik eredu onena kontuan hartu eta zuzenketarako ariketak proposatuko ditugu.

20. Lan-unitatean (osoa): erasoko eta defentsako taktika indibiduala (boleibola)

Prozedurak (eduki antolatzailea)

- Blokeo, erremate eta sake egoeretan parte hartzen duten erasotzaile eta defendatzaileen ohiko ekintzak.
- Blokeo-, erremate- eta sake-egoeretan parte hartzen duten erasotzaile eta defendatzaileen ohiko ekintzak aztertzea.
- Postu espezifiko jakin batzuetako erasotzaile eta defendatzaileen ekintzak aztertzea.
- Postu espezifiko jakin batzuetako erasotzaile eta defendatzaileen ekintzak aplikatzea.
- Aurkako jokalaria egiten dituen ekintzen arabera erasotzaileak eta defendatzaileak kokatzea.

Kontzeptuak (sostenguko edukiak)

- Aurkariak planteatutako arazoen aurrean defentsak edo erasotzaileak egin ahal dituzten ekintzak.
- Jokoan zehar erasotzailearen eta defendatzailearen ekintza taktikoak postu jakin batzuetan.
- Erasotzaileen eta defendatzaileen ekintzak antzematea, honela aurkariaren egoera jakin batzuen aurrean abantaila lortzeko.
- Erasotzailearen eta defendatzailearen ekintzak identifikatzea, aurkariaren ekintzen aurrean proposatutako helburua lortzeko.

Ikaskuntza- eta irakaskuntza-jarduerak

- Taktika indibidualeko ekintzak aurkeztea, baloidun zein baloirik gabekoenak, film eta bideokaseteen bitartez.
- Behatutako taktika indibidualeko ekintzen zailtasun-mailak egiaztatzea.
- Erasotzailearen eta defendatzailearen ekintza taktiko indibidualetako zereginen progresioa agertzea.

- Bat baten kontrako egoeretan erasotzailearen eta defendatzailearen ekintzen alternatiben aurkezpena.
- Defendatzailearen eta erasotzailearen ekintza taktiko indibidualak praktikan ezartzeko zereginak sortzea.
- Aurkezten diren zailtasun-mailak kontuan izanik, defentsako eta erasoko taktika indibidualeko ekintzak irakastea.
- Taktika indibidualeko ekintza erraztuak aurkeztea, aisialdi eta ekintza ludiko praktikotan ezartzeko.

Ebaluazio-irizpideak

- Defentsa eta eraso indibidualeko mugimendu taktikoak egiteko erak ezagutzen direla erakustea, bai egoera errealetan eta baita egoera erraztuetan ere.
- Erakustaldien bidez, defentsako eta erasoko taktika indibidualeko ekintzetan egiten diren akatsak adieraztea.
- Defentsako eta erasoko taktika indibiduala lantzean, ohiko akatsak gertatzen direnean, zein diren egin beharreko zuzenketak adieraztea.
- Defentsako eta erasoko taktika indibidualeko ekintzen ikaskuntza eta irakaskuntza-prozesuan erabili ahal diren ikus-entzunezko baliabideak maneiatzea.

21. Lan-unitatean: erasoko talde-ekintzak (boleibola)

Prozedurak (eduki antolatzailea)

- (...)
- Sakearen harrera-sistemak:
 - Sakea hartzeko sistemen oinarrizko diferentziak. Bi, hiru, eta lau jokalarirekin hartzea.
 - Sakearen harrera-sistemen arteko diferentzien analisia.
- Bi eta hiru jokalarirekin eraso babesa eta konbinazio-sistemak:
 - Eraso-babesa eta konbinazio-sistemen analisia.
 - Eraso-babesa eta konbinazio-sistemen aplikazioa.
- Atzelariak erabiliz egindako eraso-sistemak: analisia eta aplikazioa.
- Erasoko talde-jokaldietan jokalaria guztien ekintzen aplikazioa, eta horren garrantziaren analisia.
- Defentsa moten kontrako eraso-alternatibak: blokeoa erabiliz eta blokeoa erabili gabe.

Kontzeptuak (sostenguko edukiak)

- Erasoa antolatzeko orduan baloia hartzeko eren arteko desberdintasunak.
- Harreraren aplikazioa eta horren erabilera menperatzea, erasoko talde-ekintzak ebazteko abiapuntu.
- Babesaren eta konbinazioen arabera egindako eraso-formen arteko diferentziak.
- Baloi-jartzaile finkoarekin eta txandakako jartzailearekin erasoko ekintzak burutzeko, erasoko talde-lanak deskribatzea.

—Aldizkari espezializatuen irakurketatik eraso-mugimenduei buruzko ondorioak ateratzea.

22. Lan-unitatean: defentsako talde-ekintzak (boleibola)

Prozedurak (eduki antolatzailea)

—(...)

—Defentsa-antolaketarako prozedurak.

—Alde sendoak eta alde ahulak kontuan izanik, erasotzaileen ekintzei aurre egiteko, hainbat defentsa motaren aplikazioa.

—Defentsa eragingarria lortzeko, defentsako talde-ekintzetan lan egitea.

—Blokeoaren berma edo babesak.

—Defentsa-egoeretan jokalarien konbinazio, aldaketa eta trukaketa:

- Defentsa-egoeretan jokalarien konbinazio, aldaketa eta trukaketaren analisi-prozedurak.
- Defentsa-egoeretan jokalarien konbinazio, aldaketa eta trukaketaren aplikazioa.

Kontzeptuak (sostenguko edukiak)

—Defentsa-antolaketan osagarri teorikoak.

—Hainbat defentsa-antolaketa ezagutzea.

—Jokalarien ekintzak defentsa-antolaketa motaren arabera.

—Defendatzaileen ekintzak talde-defentsaren antolaketa motetan.

—Aurkakoen ezaugarriak eta norberaren jokalarien ezaugarriak kontuan izanik, defentsa-ekintzak ezagutzea.

1.3. TALDE-KIROLAK: JARDUERAK ETA EREDUAK

Jarraian, 5. lan-unitateko jarduerak aurkeztuko ditugu. Horretarako, saskibaloia aukeratu dugu talde-kirolaren adibide gisa. Unitate honetan guztira 14 ordu emango dira, baina atal honetan oinarri teknikoetarako fitxa-ereduak bakarrik eskainiko dira; beraz, 8 ordurako lana.

5. Lan-unitatea: saskibaloiko eraso-oinarri teknikoak

(Erasotzaile baloidunaren teknika indibidualaren ikaskuntza: 2 h)

1. JARDUERA: *Saskibaloiarekin zerikusia duten bideo eta filmen laguntzaz, eraso- eta defentsa-ekintzak behatu. Partida batean gertatzen diren ekintzak analizatu, defendatzailearen eta erasotzailearen ikuspuntutik.*

Jarduera mota:

—Taldea-kirolaren trebetasunak irakasteko prestakuntza eta metodologia.

Lekua: ikasgelan

Denbora: 2 ordu

Nola: banaka eta talde txikitan

Helburuak:

- Saskibaloia ren egite tekniko zuzenak aurkeztea.
- Joko-egoera errealean, saskibalo i-teknikaren aplikazioa frogatzea.

Materialak, dokumentu osagarriak, eta baliabide teknologiko eta didaktikoak:

- Mugimendu teknikoak erakusten dituzten bideo eta filmak.
- Saskibalo iko mugimendu teknikoak nola egiten diren ikusten lagunduko digun bibliografia.
- Telebista, magnetoskopia...

JARDUERAREN GARAPENA/SEKUENTZIA

Irakaslea:

- Ikusgai dagoen materiala aurkeztu.
- Behatu behar dutenaren gainean azalpen txiki bat eman.

Saioaren jarraipena:

- Klasearen garapena kontrolatu.
- Ekintza teknikoak komentatu eta aspektu teknikoak ulertzen direla frogatu.
- Erabilitako materialari buruzko informazio gehigarria eman.

Ikasleak:

- Ikasi eta egin behar dituzten mugimendu teknikoak ulertu direla praktikaren bidez erakutsi.
- Saskibaloia ren ekintza teknikoak azaldu behar dituzten fitxak bete.

Ebaluazioa:

- Keinu teknikoak bereiztea eta identifikatzea.

Bibliografia: erabiltzeko edota kontsultarako beharrezkoa:

- PEYRÓ, R.: *Manual para escuelas de baloncesto*, Madril: Ed. Gymnos.
- BLÁZQUEZ, D.: *Iniciación a los deportes de equipo*: Ed. Martinez Roca, 1986.
- CASTEJÓN, F.J.: *Fundamentos de iniciación deportiva y actividades físicas organizadas*: Ed. Dykinson.
- COMAS, M.: *Baloncesto, más que un juego: Fundamentos I*: Ed. Gymnos.
- DOMINGUEZ, J.L.: «Bolitxe», *Gure saskibaloia hobetuz*, Donosti: Erein, 1990.

- COBO, A. eta LASA, A.: *Entrenatzaile eta irakasleentzako fitxa didaktikoak. Beroketa, eskubaloia, errugbia, saskibaloia*, Bergara: Deba Bailarako Euskara eta Kirol zerbitzuak, 1996, 50 fitxa.
- TUDURI, I.; ALBAS, C. eta MALVIDO, S.: *Kirola gure artean: saskibaloia (bideoa)*. *Euro-bideo ikus-entzunezkoa*, Donostia: 1999 [bideoaren iraupena: 20'].
- GIPUZKOAKO SASKIBALOI FEDERAKUNTZA: *Saskibaloian hasteko programa teknikoa*, Donostia: Gipuzkoako Foru Aldundia: Gazteria eta Kirol Departamentua, 1998.

5. Lan-unitatea: saskibaloiko eraso-oinarri teknikoak

(Erasotzaile baloidunaren teknika indibidualaren ikaskuntza: 2 h)

2. JARDUERA: *Baloidun eta baloirik gabeko erasotzailearen ekintzak praktikatuz, saskibaloian behar den teknikaren froga praktikoa.*

Jarduera mota:

—Saskibaloia. Ekipoko kirol-trebetasunak irakasteko prestakuntza eta metodologia.

Lekua: ikasgela eta kantxan.

Denbora: 2 ordu.

Nola: banaka eta talde txikitan.

Helburuak:

- Erasoko oinarri teknikoekin lotuta dauden oinarrizko trebetasunak bereganatzea.
- Erasoko oinarri teknikoen egite motak frogatzea.
- Olgetazko jarduera fisikoetan erabiltzen diren erasoko oinarri teknikoak aurkezten dakitela frogatzea.

Materialak, dokumentu osagarriak, baliabide teknologiko eta didaktikoak:

- Magnetoskopioa, diapositiba-proietorea, telebista...
- Fitxategia eta Bibliografia (mugimenduak egiteko azalpenak ez ezik, ikasteko moduak ere erakusteko).

JARDUERAREN GARAPENA/SEKUENTZIA

Irakaslea:

- Mugimendu teknikoen azalpen teorikoa eta ikasleen praktika.
- Jarduerak gauzatzeko ikasleen espazio-banaketa.
- Akatsak zuzendu eta zailtasunak identifikatu.
- Ikasleen aldetiko zereginak aurkeztu era alternatibo eta ludikoan.

Saioaren jarraipena:

- Klasearen garapena kontrolatu.
- Akatsak zuzendu eta behatutako akatsen arabera alternatibak planteatu.
- Erabilitako materialari buruzko informazio gehigarria eman.
- Ikasleak aurkez ditzakeen aukerei alternatibak proposatu, hark erreferentzi-puntu moduan har dezan.

Ikasleak:

- Egin behar dituzten mugimendu teknikoak aztertu eta interpretatu.
- Irakasleak aurkezten dituen ekintza praktikoak egin.
- Aisialdi-ekintzetan irakasteko, oinarri teknikoek eta haien progresioek erakutsiko digutenarekin fitxak bete.
- Aisialdi-testuinguruan, saskibaloiko eraso-oinarriak irakasteko modu alternatiboak aurkeztu.

Ebaluazioa:

- Keinu teknikoak identifikatzea.
- Keinu teknikoak egitea.
- Olgetazko jarduera fisikoan egin daitezkeen keinu teknikoak ikasteko zereginak aurkezte.

Bibliografia: erabiltzeko edota kontsultarako beharrezkoa:

- PEYRÓ, R.: *Manual para escuelas de baloncesto*, Madril: Ed. Gymnos.
- BLÁZQUEZ, D.: *Iniciación a los deportes de equipo*, Martinez Roca, Madril, 1986.
- CASTEJÓN, F.J.: *Fundamentos de iniciación deportiva y actividades físicas organizadas*: Ed. Dykinson.
- COMAS, M.: *Baloncesto, más que un juego: Fundamentos I*, Madril: Ed. Gymnos.
- DOMINGUEZ, J.L.: «Bolitxe», *Gure saskibaloia hobetuz*, Donostia: Erein, 1990.
- COBO, A. eta LASA, A.: *Entrenatzaile eta irakasleentzako fitxa didaktikoak. Beroketa, eskubaloia, errugbia, saskibaloia*, Bergara: Deba Bailarako Euskara eta Kirol zerbitzuak, 1996, 50 fitxa.
- TUDURI, I.; ALBAS, C. eta MALVIDO, S.: *Kirola gure artean: saskibaloia (bideoa). Euro-bideo ikus-entzunezkoak*, Donostia: 1999 [bideoaren iraupena: 20'].
- GIPUZKOAKO SASKIBALOI FEDERAKUNTZA: *Saskibaloian hasteko programa teknikoa*. Donostia: Gipuzkoako Foru Aldundia: Gazteria eta Kirol Departamentua, 1998.

Oharrak, segurtasun-neurriak eta arreta: kirol-lesioak ekiditeko taldearen egiteak kontrolatu.

5. Lan-unitatea: saskibaloiko eraso-oinarri teknikoak

(Erasotzaile baloidunaren teknika indibidualaren ikaskuntza: 2 h)

3. JARDUERA: Zereginen progresioa sortu, erasotzaile baloidunaren ekintza teknikoak inplikatzeko dituzten jarduerak agertuz.

Jarduera mota:

—Saskibaloia. Talde-kirolen trebetasunen irakaskuntzarako metodologia.

Lekua: ikasgela eta kantxa.

Denbora: 2 ordu.

Nola: banaka eta talde txikitan.

Helburuak:

—Oinarri teknikoak aplikatzea saskibaloiarekin zerikusia duten jarduerak ludikoetan.

—Erasoko oinarri teknikoen progresiorako estrategiak aurkeztea.

Materialak, dokumentu osagarriak, eta baliabide teknologiko eta didaktikoak:

—Mugimendu teknikoak aplikatzeko fitxak, jarduerak ludikoen azalpenarekin.

—Mugimendu teknikoak ikasteko moduari buruzko material bibliografikoa.

JARDUERAREN GARAPENA/SEKUENTZIA

Irakaslea:

—Azalpen teorikoa egiterakoan, mugimendu teknikoak «era motibagarrian» erabiliz aurkeztu.

—Ikasleen praktika.

—Jarduerak egiteko ikasleen espazio-banaketa.

—Akatsak zuzendu eta zailtasunak identifikatu.

—Ikasleen aldetik, zereginak aurkeztu era ludikoan.

Saioaren jarraipena:

—Klasearen garapena kontrolatu.

—Akatsak zuzendu eta behatutako akatsen aurrean alternatibak planteatu.

—Erabilitako materialari buruzko informazio gehigarria eman.

—Ikasleak aurkez ditzakeen aukerei alternatibak proposatu, hark erreferentzi-puntu moduan har ditzan.

Ikasleak:

- Ekintza ludikoen aurkezpenerako aukerak aztertu eta interpretatu. Ekintzok egin beharreko mugimendu teknikoak praktikatzera bideratuta egongo dira.
- Ekintza praktikoak irakasleak aurkezten duen ran egin.
- Aisialdian irakatsiko ditugun jarduera ludikoak erakusten dituzten fitzak bete.
- Aisialdi jardueretan saskibaloiko eraso-oinarriak irakasteko erak aurkeztu.

Ebaluazioa:

- Keinu teknikoak irakasteko progresio motak identifikatzea.
- Keinu teknikoak osatzen dituzten jarduerak burutzea.
- Keinu teknikoak ikasteko zeregin ludikoak aurkeztea, Jolas Jarduera Fisikoan aplikatu daitezkeen.

Bibliografia: erabiltzeko derrigorrezkoa edota kontsultarako beharrezkoa:

- LASIERRA, G. eta LAVEGA, P.: *1.015 juegos y formas jugadas de iniciación a los deportes de equipo*, Barcelona: Paidotribo, 1993.
- BLÁZQUEZ, D.: *Iniciación a los deportes de equipo*, Madril: Martinez Roca.
- CASTEJÓN, F.J.: *Fundamentos de iniciación deportiva y actividades físicas organizada*: Dykinson.
- DOMINGUEZ, J.L.: «Bolitxe», *Gure saskibaloia hobetuz*, Donostia: Erein/Gipuzkoako Foru Aldundia, 1990.
- COBO, A. eta LASA, A.: *Entrenatzaile eta irakasleentzako fitxa didaktikoak. Beroketa, eskubaloia, errugbia, saskibaloia*, Bergara: Deba Bailarako Euskara eta Kirol zerbitzuak, 1996, 50 fitxa.
- GIPUZKOAKO SASKIBALOI FEDERAKUNTZA: *Saskibaloian hasteko programa teknikoa*, Donostia: Gipuzkoako Foru Aldundia: Gazteria eta Kirol Departamentua, 1998.
- VARY, P.: *1.000 ejercicios y juegos de Baloncesto*, Barcelona: Hispano Europea, 1993.
- OLIVEIRA, J.: *1.250 ejercicios y juegos en baloncesto*, Barcelona: Paidotribo, 1992.

Oharrak, segurtasun-neurriak eta arreta: kirol-lesioak ekiditeko taldearen egite praktikoak kontrolatu.

5. Lan-unitatea: saskibaloiko eraso-oinarri teknikoak

(Erasotzaile baloidunaren teknika indibidualaren ikaskuntza: 2 h)

4. JARDUERA: *Erasoko eta defentsako ekintza teknikoak erakusten dituzten egoera ludikoak aurkeztu.*

Jarduera mota:

— Talde-kirolen trebetasunak irakasteko metodologia.

Lekua: ikasgelan eta kantxan.

Denbora: 2 ordu.

Nola: banaka eta talde txikitan

Helburuak:

— Egoera ludikoetan saskibaloiko egite teknikoak egin.

— Saskibaloiko ekintza teknikoak aplikatuko dituzten jokoak sortu.

Materialak, laguntzarako dokumentuak, eta baliabide teknologiko eta didaktikoak:

— Saskibaloitari zuzendutako jokoei buruzko material bibliografikoa.

JARDUERAREN GARAPENA / SEKUENTZIA

Irakaslea:

— Saskibaloiko ekintza teknikoak jasotzen dituzten jokoak aurkeztu.

— Saskibaloiko teknika irakasteko jokoak aplikatu eta sortu.

Saioaren jarraipena:

— Irakasleak klasearen garapena kontrolatzen du.

— Irakasleak, egoera ludikoetan, ekintza teknikoak aurkeztu behar ditu.

— Ikasleen aldetik, aurkeztutako jarduerari buruzko informazio gehigarria eman.

Ikasleak:

— Saskibaloi-teknika irakasteko jarduera ludikoak azaltzen dituzten fitxak bete.

— Saskibaloi-teknika irakasteko joko proposak egin.

Ebaluazioa:

— Irakasleak aurkeztutako egoeretan erakutsiko diren teknika-egite praktikoak.

— Teknika lantzeko jokoak erakustea.

Bibliografia: erabiltzeko edota kontsultarako beharrezkoa:

- LASIERRA, G. eta LAVEGA, P.: *1.015 juegos y formas jugadas de iniciación a los deportes de equipo*, Barcelona: Paidotribo, 1993.
- BLÁZQUEZ, D.: *Iniciación a los deportes de equipo*: Martinez Roca, 1986.
- SERGIO, C.: «El juego en la enseñanza del baloncesto», *Apuntes técnicos*, n.º 9, AVEB, 1999.
- GONZALEZ, E.: «Aplicaciones del juego al baloncesto», *Apuntes técnicos* n.º 7, AVEB, 1997.
- VARY, P.: *1.000 ejercicios y juegos de Baloncesto*, Barcelona: Hispano Europea, 1993.
- OLIVEIRA, J.: *1.250 ejercicios y juegos en baloncesto*, Barcelona: Paidotribo, 1992.

Oharrak, segurtasun-neurriak eta arreta: kirol-lesioak ekiditeko taldearen egiteak kontrolatu.

Teoriaren esparrua

2

AURKIBIDEA

2. TEORIAREN ESPARRUA	41
2.1. Talde-kirolak: definizioa eta ezaugarriak	43
2.2. Talde-kirolen egituraketa funtzionalaren elementuak	43
2.3. Mugimenezko praxiologiaren ikuspuntutik landutako kirol-edukiak: rolak eta azpirrolak .	44
2.4. Talde-kirolen berezitasun nagusiak	46
2.4.1. Erasoaren eta defentsaren printzipioak	46
2.4.2. Harremanen ezaugarriak	47
2.4.3. Ezaugarri fisiko/fisiologikoak	49
2.4.4. Teknika eta taktika arloak	49
2.5. Talde-kiroletan aplikatutako didaktika	52
2.5.1. Ikasketa-faseak	52
2.5.2. Ikasketako irizpide eta orientabide didaktiko batzuk	53
2.5.3. Kiroletan hasteko aldiak, Sanchez Bañuelosen arabera	53
2.5.4. Talde-kirolak irakasteko bitartekoak eta metodoak	54

2.1. TALDE-KIROLAK: DEFINIZIOA ETA EZAUGARRIAK

Talde-kirolak jokalaria kopuru jakin batekin (kirolaren arabera desberdina dena) osatutako bi talderen arteko lehiak izaten dira.

Ondo definitutako arautegia dute eta, gehienetan, baloi bat bitarteko. Talde bakoitzeko kirolariek beste taldekoek baino puntu gehiago lortzea dute helburua, eta kirolarien arteko laguntasun- eta aurkakotasun-harremanak izaten dira. Bi talde elkarren aurka, mugimenezko trebetasun eta jarduera fisiko jakin batzuek baliatuz. Talde bien arteko gatazka eta borrokak ekiditeko, agerraldi horiek arau batzuek erregulatzen dituzte.

Lan honetan, talde-kirolen barnean, nagusiki, ondorengo kirol hauek sartu ditugu: futbola, eskubaloia, saskibaloia eta boleibola; talde-kirol hauek guztiek ezaugarri orokor berdintsuak dituzte, boleibolak salbu, azken honek zenbait berezitasun baititu.

Aipatu bezala, talde-kirolek elkarrekin ezaugarri batzuk dituzte, baina era berean badi-tuzte aparteko eta banan-banako beste ezaugarri batzuk ere. Esaterako, puntu komun bat lankidetasun-jarduera da; bi talde elkarren aurka, baina euren artean lankidetzan aritzen dira.

Talde-kirolen ezaugarri komunak hauek dira: elkartasuna eta lankidetzatza, aurkakotasuna, mugimenezko trebetasunak, jarduera fisikoa eta arauak, eta hauetaz gain, beste elementuren bat gehi liteke. Futbolak, saskibaloiak, errugbiak eta eskubaloiak aipatutako ezaugarriak dituzte baina boleibolak ezberdin egiten duen elementu bat du: jokalekua erdi bitan zatitzen duen sarea.

Boleibolean, kirolarien arteko kontaktuak eta baloia gidatzea debekatuta daude, futbolean edota errugbian ez bezala, horietan guztiz libre baitira bai kontaktua, bai baloia gidatzea. Honetan datza, beraz, boleibolaren eta beste talde-kirolen arteko diferentzia. Azken hauek inbasio-kirolak dira, helburua lortzeko aurkakoen eremuko toki jakin batera heldu behar baita. Boleibolean, aldiz, jokalariek ez dute inbaditzen aurkakoen eremua.

Geroxeago, lan honetan ikusteko aukera izango dugun bezala, aipatutako talde-kirolek, jende gehienak praktika ditzan, aldaki ugari dituzte, pertsona bakoitzaren egoera fisiko edo motrizitate mailaren arabera.

2.2. TALDE-KIROLEN EGITURAKETA FUNTZIONALAREN ELEMENTUAK

Ondorengo koadroan, estrategia ikasteko jokabide baten sintesia dugu. Bertan, kirol-jokoen egituraketako elementu bakoitzaren ondorio funtzional batzuk azalduko ditugu.

ELEMENTU ESTRUKTURALAK	A <i>Jokalari baloiduna</i>	B <i>Baloi-jabetza duen ekipoko baloirik gabeko jokalaria</i>	C <i>Baloirik gabeko ekipoko baloirik gabeko jokalaria</i>
<i>Espazioa</i>	—Gola edo puntua lortzeko espazio libreak sortu eta bilatu.	—Baloia aurkakoaren eremura helduko dela segurtatzeko espazio libreak zabaldu eta bilatu.	—Progresio-bideak itxi, aurkakoari kanporako espazioak eskainiz. —Pase-marrak eta jaurtiketak edota hartzeak itxi.
<i>Denbora</i>	—Jokoaren azelerazioa/desazelerazioa kontrolatu norberaren borondatez.	—Jokoaren azelerazioa/desazelerazioa kontrolatu norberaren borondatez.	—Jokoaren azelerazioa/desazelerazioa kontrolatu norberaren borondatez.
<i>Mugikaria</i>	—Mugikaria mantendu. —Aurrera egin. —Helburua lortu.	—Mugikariak aurrera egiteko eta mantentzeko laguntzak (babesa) eskaini.	—Mugikaria berreskuratu. —Progresioa oztopatu. —Helburua babestu.
	A-B	B-B	C-C
<i>Taldekideak</i>	—Taldekideak edo taldekideek hasitako joko-ekintzei jarraitu edo amaitu. —Taldekideak joko-ekintza jarraitu edo amaitu ezan jokatu. —Taldekideak edo taldekideek hasitako joko-ekin-	tzei jarraitu edo amaitu. —Taldekideak joko-ekintza jarraitu edo amaitu ezan jokatu.	—Baloidunaren taldekidearen hurbileko espazioak itxi. —Defentsa indibidualean, aurkaria aldatu. —Laguna gainditzen duen jokalaria baloidunaz arduratu.
	A-C		
<i>Aurkakoak</i>	—Norberaren ekintzaren bidez defendatzailearen edo defendatzaileen arreta bereganatu eta beste leku batzuetara eramanez, espazio libreak sortu. —Aurkariaren ibilbidea edo kokalekua ekiditea, aurkariaren kokalekuak joko progresioa mugatzen baitu.	—Helburuaren eta aurkakoaren artean tartekatatu, aurkariaren ekintzei erantzunez. —Aurkakoaren ekintza ustelak eragiteko aurrea hartu.	

2.3. MUGIMENEZKO PRAXIOLOGIAREN IKUSPUNTUTIK LANDUTAKO KIROL-EDUKIAK: ROLAK ETA AZPIRROLAK

Gai honetaz, gaur egun, autorerik garrantzitsuena lan oparoa egin duen José Hernández Moreno da, eta atal hau argitzeko, kirolaren praxiologiaren analisisian erabiltzen dituen dokumentuez baliatuko gara. Haren ustez, sei parametro daude kontuan hartzekoak:

1. *Teknika edo egite-ereduak*: kirol bakoitzak teknika propioak ditu. Gizabanakoak mugimendu mekaniko batzuk egin behar ditu, nahi duen mugimenezko jokaera praktikan eraginkorra izan dadin.

2. *Araueak*: arauak zer dagoen onartuta definitzen dute.
3. *Espazioak*: bi dimentsio hartzen ditu; batetik, espazio fisikoa deritzona, arautegiak mugatutako jokalekua, jarduera non egiten den, alegia; bestetik, espazio soziomotorea deritzona, partaide bi edo gehiago aritzen direnetan, euren artean interakzioek eragindako distantziei dagokiena.
4. *Denbora*: bi dimentsiotan neurtzen da: denbora arautua eta joko erritmoarena.
5. *Mugimenezko komunikazioak*: parte-hartzaileen arteko interakzioak edo erlazioak definitzen ditu. Talde-kirolen kasuan, interakzio horiek lankidetasun/aurkakotasunezkoak dira.
6. *Mugimenezko estrategiak*: jokoari dagozkion mugimenezko ekintzen asmoak edo erabakitako jokabideak dira.

Edozein kirol-educiren didaktika-trataera eta analisia egin aurretik, mamia ezagutu behar da barneko logika edo egituraketa funtzionalaren ikerketaren bidez. Horretarako, irakasleak mugimenezko ekintzak, mugimenezko jokabideak eta euren arteko erlazio zehatza hartu behar ditu aintzat. Izan ere, mugimenezko praxiologiak ikasleari une batean behar duen mugimenezko jokabide edo interesatzen zaion egoera pedagogikoa garatzen eta eraikitzen laguntzen dio.

Irakaskuntzan eta kirol-entrenamenduan mugimenezko praxiologiaren bidez zenbait ekarpen aplika daiteke. Ondoren, Parlebasek egindako sailkapenaren arabera lankidetasun/aurkakotasunezko kirol multzoa kontuan hartuta, jokalariek har ditzaketan rol eta azpirrol estrategikoak emango ditugu.

Rolak hauexek dira:

- Jokalari baloiduna.
- Ekipo baloiduna: baloirik gabeko jokalaria.
- Baloia ez duen ekipoko jokalaria.

Ondoren, rol horien arabera, boleibolean izan ezik, talde-kiroletako azpirrolak azalduko ditugu:

a) *Baloia duen jokalariaren azpirrolak*:

- Baloia jokoan ezarri.
- Baloia aurrera eraman.
- Baloia babestu.
- Baloia pasatu.
- Puntuatzeko edo gola sartzeko jaurti.
- Tenporizatu.
- Iskin egin (fintatu, driblatu, ziria sartu).
- Espazioak zabaldu (desmarkatu).
- Espazioak txikitu (presionatu).
- Sistema-egoeran kokatu.
- Jokoa zuzendu.

- Baloia galdu.
- Arauen kontrako falta bat egitea.
- Aurkakoa falta egitera behartu.

b) *Baloia duen ekipoa: baloirik gabeko jokalariaren azpirrolak:*

- Erasorantz aurrera egin.
- Sisteman posizio bat hartu.
- Desmarkatu.
- Iskin egin.
- Espazioak zabaldu.
- Espazioak txikitu.
- Taldekideei lagundu.
- Baloia eskatu.
- Jokoa zuzendu.
- Itxaron.
- Arauen kontrako falta bat egin.
- Aurkakoa falta egitera behartu.

c) *Baloirik ez duen ekipoko jokalariaren azpirrolak:*

- Defentsara itzuli.
- Sisteman posizio bat hartu.
- Iskin egin.
- Tenporizatu.
- Espazioak txikitu.
- Espazioak zabaldu.
- Aurrea hartu.
- Taldekideei lagundu.
- Aurkakoari sarrera egin edota kargatu (jauki).
- Baloiarri bidea moztu (baloia eragotzi); desbideratu/urrundu.
- Itxaron.
- Falta egin.
- Aurkakoari falta eginarazi.

2.4. TALDE-KIROLLEN BEREZITASUN NAGUSIAK

Ondoko puntu hauek ikusiko ditugu jarraian: erasoaren eta defentsaren printzipioak, harreman-ezaugarriak, ezaugarri fisiko-fisiologikoak, eta teknika eta taktika alderdiak.

2.4.1. Erasoaren eta defentsaren printzipioak

Talde-kiroletan bi fase nagusi ditugu: eraso eta defentsa. Norberaren taldea baloiaren jabe denean, erasoan ari garela esango dugu, eta baloia aurkakoen esku dagoenean, aldiz, defentsan ari garela.

Orokorrean, bi fase hauek, eraso eta defentsa, ondo bereizten dira, nahiz eta bien arteko trantsizio-fasea ere erabakigarria izan.

Fase bakoitzeko printzipioak hauek dira:

a) *Erasoan*:

- Puntua lortzea: gola, saskiratzea edo aurkakoen eremura iristea.
- Aurrera egitea eraso prestatzeko.
- Baloia jabetzari eutsi eta beste eraso bat prestatzea.

b) *Defentsan*:

- Gure atea, saskia edo eremua babestea.
- Besteen eraso moztu edo mugatzea.
- Baloia berreskuratzea.

2.4.2. Harremanen ezaugarriak

2.4.2.1. Espazio-harremanak

Ingurune egonkorrean jokatzen diren talde-kiroletan, joko-espazioa guztiz mugatuta dago. Adibidez, futboleant eta eskubaloian, penalti-puntuak 11 eta 7m-ra kokatuta daude, hurrenez hurren. Boleibolak, errugbiak edo saskibaloiak eremu oso espezifikoak dituzte.

Kirolariak araudi jakin baten arabera mugatutako espazio horien barnean jokatzerara behartuta daude. Eta espazioan duten kokagunearen arabera, funtzio batzuk ala beste batzuk egiteko joera handiagoa izango dute. Adibidez: futboleant, joko- zelaiaren atzealdean kokatzen denak, nagusiki, defentsa-funtzioak beteko ditu.

Aldi berean, talde osoaren espazio-antolakuntzaren araberrako hainbat joko- sistema —erasoan eta defentsan— erabiliko dira.

Hala ere, ez da ahaztu behar jolas-kirola egiterakoan jokalariek kokagune guztietan jokatze-ko aukera izatea komeni dela.

2.4.2.2. Kirolarien arteko harremanak

Talde-kiroletan (bat baten kontrako egoerak, 1-2ren kontra, 2-2ren kontra, 3-3ren kontra...) lankidetzak/aurkakotasun erlazioak izaten direnez gero, harremanak honakoak dira:

- Lankidetzak-harremanak*: hitzen bidezko komunikazioan eta kideen mugimenduetatik jasotzen dugun informazioan daude oinarrituta.
- Aurkakotasun-harremanak*: aurkakoen mugimenduetatik jasotzen dugun informazioan daude oinarrituta. Baina, ikusmenaren bidezko harreman horretaz gain, kirol bakoitzaren araudiaren arabera, hainbat mailatako ukipenezko harremanak ere gertatzen dira.

Parlebasek talde-kirolak kirolen sailkapeneko lankidetzak/aurkakotasun multzoan sartzen ditu.

Ondoren, kirol-hastapenaren prozesua errazteko helburuarekin, mugimenduzko egoera mota batzuk aurkeztuko dira. Sarritan, konturatuko zaretenez, egituraketa funtzionalaren sei parametroak batera ezarriko dira jokoan, eta beste batzuetan, ordea, lehentasuna bakarrik emango zaio haietariko baten bati.

Interes handiko puntua denez, ikus ditzagun, erreferentzia gisa, kirol-animatzaile batek, ikasleen ezaugarriak eta irakasten ari den talde-kirol mota kontuan izanik, egoera egokiak sortzeko ekintza batzuk:

—*Teknika:*

- Baloia maneiua.
- Modelo teknikoaren egite praktikoa.
- Konbinazio teknikoak egin.
- Egoera bakoitzerako teknikak erabili.
- Teknika joko-egoerara egokitu.

—*Espazioa:*

- Espazioa handitu edo txikitu.
- Eremu mugadunak ezarri.
- Zabalean edo luzean jokatu.
- Jaurtiketa-eremuak mugatu.
- Parte-hartzaileak espazioak aldatzera behartu.

—*Denbora:*

- Joko-erritmoa arindu.
- Joko-erritmoa mantsotu.
- Ekiteko denbora-mugak ezarri.
- Denborazko sekuentziak konbinatu.

—*Arautegia*

- Puntuazio-sistema aldatu.
- Arau bereziak sartu.
- Parte-hartzaileen erlazio-sistema eraldatu.

—*Komunikazioa*

- Joko-ekintza batzuk burutzeko beharrezko seinaleak sartu.
- Kodigo praxemikotik abiatuz jokatu.
- Iskintxoak erabili.
- Aurkakoaren sistemak jakiten saiatu.
- Norberaren sistemak ezkutatzen saiatu.

—*Estrategia*

- Jokalarietako jokoko rol guztiak erabil ditzatela lortu.
- Azpirrol batzuekin bakarrik jokatu.
- Azpirrolen konbinazioa erabiliz jokatu.

- Taldekide bati laguntza emanez jokatu.
- 1 1, 2 2 eta 3 3 eran jokatu.
- Joko erraztuetako egoerak praktikatu.
- Planteatutako egoeren konplexutasuna progresiboki areagotu.

2.4.3. Ezaugarri fisiko/fisiologikoak

Orokorrean, talde-kiroletako txapelketetan zer-nolako esfortzuak egiten diren, eta denboran nola gertatzen diren ikusiaz, ondorengo berezitasun fisiko-fisiologikoak hartu beharko ditugu kontuan: intentsitate eta prezisio handiko mugimenduak —iraupen gutxiko esfortzuak— eta denbora aldakorreko atsedenaldiak —intentsitate gutxiagoko esfortzuak—.

Ikasleentzako jarduera:

Bete fitxa bat: talde-kirol baten partidan, neur itzazu, asmatutako fitxa baten bidez, bai 1 min, 30 s eta 15 s-ko esfortzuak, eta baita atsedenaldi edo tarteak ere, zein diren jakin ahal izateko.

2.4.4. Teknika eta taktika arloak

2.4.4.1. Teknika

Bateko zein besteko jokalaria behin eta berriz lekuz aldatzen ari direnez, unean uneko espazio- eta denbora-ezaugarriak analizatuko ditugu; gero, mugimendu posiblea aukeratuko —ekintza taktikoa—, eta azkenik, behin erabakia hartu ondoren, egite praktikoa —ekintza teknikoa— egingo dugu.

Beraz, talde-kiroletan ekintza taktikoa eta teknikoa denboran batera gertatzen direnez, saio teknikoek eta taktikoek oso loturik egon beharko dute. Are gehiago, planifikazioko txapelketa-fasean sartuta gaudenean, prestakuntza fisikoa hobetzera zuzendutako ekintzek, askotan, aipatutako bi arlo horiekin elkarturik joan beharko dute.

Jokalari batez hitz egiten dugunean eta «teknikoa» edo «oso teknikoa» dela diogunean, dudarik gabe, praktikatzen duen kirolak eskatzen duen teknika orokorra zenbateraino menperatzen duen adierazten ari gara, baina ezin dugu ahaztu, oro har, teknika indibiduala, oso landua badago ere, taldearen taktika orokorraren arabera izaten dela baliagarri.

Ondoren, teknika eta taktika lantzeko kontuan hartu beharreko zenbait alderdi ikusiko dugu: eraso- eta defentsa-teknikak, eta eraso- eta defentsa-sistemak:

a) *Eraso-teknika:*

Bi alderdi berezi behar dugu eraso-teknika aztertzerakoan: baloiaren jabetza dugunean edo baloirik gabe garenean.

1. Baloia edukita erasora jokatzen badugu:

—Baloia ahalik eta ondoen maneiatu behar dugu.

—Ahal den azkarren pasatu behar da baloia jokaldia eraginkorra izan dadin.

—Kontrako eragozpenak baztertzeko, iruzur, keinu, iskintxo eta abarren teknika erabili behar dugu.

—Jaurtiketa edo errematea. Eraso-jokoaren gauzatze positiboa da.

2. Baloia eduki gabe erasora jotzen badugu, taldean elkarlanean arituko garela sine-tsita egon behar dugu:

—Arau orokor gisa, erasotzaileak, dagokion defendatzailea, berarekin arduratuta egon dadin lortu behar du. Gainera, erasotzaileak desmarkatzea ere lortu behar du, markatzailearengandik «alde» eginda kontrakoen atearen aurrean abantailak edukitzeko.

—Beste kideekin komunikaturik, baloirik gabeko jokaldiak egin daitezke: hesia, pantaila...

b) *Defentsa-teknika*

Defentsa-jokoaz hitz egiten dugunean, ondorengo aldaerak izan behar dira kontuan:

1. Baloia duen jokalaria presioa egingo diogu.

—Oztopatu egin behar dugu eta leku desegokietara eramanez, baloia begi bistatik inoiz galdu gabe.

—Jokalaria oso trebea bada, markaketa estuagoa eginez markatze-distantzia txikiagotu dezakegu.

—Sistemaren arabera jokalaria egindako defentsa aldatu egin daiteke.

2. Defentsan jotzen ari garela, baloirik gabeko jokalaria zaindu egingo dugu.

—Defendatzaileak beti jakin behar du non dagoen markatzeko jokalaria, eta gune horretantxe kokatu behar du. Baloia duen erasotzailearen aurrean den kideari laguntzeko prest izango da beti.

2.4.4.2. *Taktika*

Talde-kirolek arrakasta izan dezaten, faktore teknikoetan eta araukoetan oinarritutako sistema taktiko bat behar da. Kontrakoak eta jolaslekuaren faktore aldakorrek ere ezagutu behar dira.

a) *Eraso-sistemak:*

Eraso-sistemetak lerro nagusiak, ondorengo bereizgarriek baldintzatzen dituzte:

—Garrantzitsua da baloia ahalik eta denbora luzeen kontrolatzea.

—Jokalaria jokalekuan posizio egokietan banatzen dituen planteamendu taktiko ona behar da.

Hiru eraso-taktika ikusiko ditugu jarraian:

1. *Posizioaren arabera erasoko taktika:*

Erasoko taktikak premia zehatzen arabera alda daitezke. Hala ere, normalean oinarritzko eskema bat aukeratzen da.

2. *Trantsizioaren arabera erasoko taktikak*

Erasotzaile eta defendatzaileen arteko oreka egoten denez, trantsizioko eraso-taktikaren xedea hau da: aurkakoen defentsa-posizioak hartu eta haien eremura aurrrera egin eta heltzea, baloia pase azkarretan pasatuz.

3. *Kontraerasoaren arabera erasoko taktikak*

Kontraerasoa eraso-taktika bat da, kontrako helmugaren lurraldea ahal den azkarren lortzea helburu nagusi duena. Erasoko jokaldi hauetan nagusitasun numerikoa izatea egokia da.

Lasterketa motzean, abiadura handia behar da.

Hiru mugimendu bakarrik dira beharrezkoak:

— Kontraerasoaren hasiera.

— Baloia abantaila handiko erasoko posizioan hartzea.

— Errematea. Kontraerasoko azken mugimendua.

Ikasleentzako jarduerak:

Egin fitxa bat honen arabera: aukeratu gustukoa duzun talde-kirol bat eta goiko eraso-taktiketan oinarrituta, azal itzazu apartatu bakoitzerako eraso-sistema mota, eta eman itzazu beharrezko zehaztasunak.

b) *Defentsa-sistemak:*

Defentsa-taktikak gidatzen dituzten irizpideak honela laburbiltzen dira:

— Defendatzen ari garenean, kontrako taldearen jokoa edo eskema tekniko-taktikoa oztopatu eta mozteaz hitz egiten ari gara.

— Norberaren lurraldeko estrategi zona zabalak kontrolatzean datza.

— Defentsa-sistemak indartzeko, besteak beste, egoera hauek izan behar dira kontuan:

- Aurkako taldearen nagusitasuna nabaria da.
- Kontrako jokalekuan, oro har, etxekotasun gutxiago izatea (ikusleak, jokalekua bera, etab.).

Hiru defentsa-taktika ikusiko ditugu jarraian:

1. *Buruz buruko defentsa-taktika*

Mota honetako taktikan, defendatzaileari aurkako taldeko erasotzaile zehatz baten ardura ematen zaio.

2. *Zonakako defentsa-taktika*

Zonakako defentsa-taktiketan, defendatzaile bakoitzak lurralde zati baten ardura izango du. Zona horretan edozein erasotzailearen kontrako defentsa prestatuko du.

3. *Defentsa-taktika konbinatua*

Defentsako joko-sistema honetan, egoeraren arabera, aurkakoarenganako ardura aldatu egiten da. Jokalekuko zenbait zatitan ardura banakakoa da eta beste zenbaitean zonakakoa.

Ikasleentzako jarduerak:

Egin fitxa bat honen arabera: aukeratu gustukoa duzun talde-kirol bat eta, goiko defentsa-taktiketan oinarrituta, azaldu defentsa-sistema bakoitzeko adibide bana eta eman itzazu beharrezko zehaztasunak.

2.5. TALDE-KIROLETAN APLIKATUTAKO DIDAKTIKA

Talde-kirolak, oro har, oso konplexuak dira, jokoan bertan parametro askok parte hartzen dutelako. Konplexutasun horren barruan funtsezko arloak daude: trebetasun teknikoak, egoera fisikoa... Horiek gabe talde-kirola ezin da erabat garatu.

Oinarrizko beste alderdi bat, lehen aipaturikoak bezain garrantzitsua, irakaskuntzarako aukeratu behar dugun bidea da. Irakasteko orduan, oso puntu garrantzitsua da metodologia egokia aukeratzea; hasiberrientzat, batez ere. Gai honetan, talde-kirolen betebeharrak ikuspegi orokor bat ematen saiatu behar dugu. Bere balio hezitzaile ezin hobea nabarmendu, eta horretaz baliatzeke momentua aukeratzen jakin behar dugu.

Talde-kiroletan, ekintzaren benetako subjektua taldea da, eta hori garrantzi handikoa da, gizabanakoz osaturik baitago. Talde-kiroletako ekintza indibidualen ezin ukatuzko erreferentziak taldearen interes orokorra izan behar du. Kirolariaren ekintza indibidualek, taldeko partaide den neurrian, garrantzia galtzen dute, taldearen onura orokorraren mesederako ez badira. Izan ere, taldeko kirolariak izan behar dituen ezaugarriak planteatzeko garaian, argi eta garbi bereizten diren bi alderdi hartu behar ditugu kontuan:

- Kirolariaren ezaugarriak banako gisa.
- Kirolariaren ezaugarriak taldekide gisa.

Irakaskuntza erabatekoa izan dadin, ikasleari ahalik eta eredu eta teknika gehienen berri eman behar diogu

Egoera analitikoetako ekintza teknikoak, erasokoak zein defentsakoak, mekanizatzeak garrantzia izan badezake ere, egoera aldakorretara —joko egoeretara— egokitzea eskatzen duten jarduerak lehentasuna izan beharko dute. Eta egoera guztiak, ahal den neurrian behintzat, txapelketako edo lehiaketako joko-egoeren antzekoak izan daitezten ahalegindu beharko dugu.

Alderdi horiek lantzean, kirol-printzipioak beti gogoan izan beharko ditugu, eta, adibidez, eskubaloiko jaurtiketaren teknika landu nahi badugu, argi izan behar dugu ekintza edo ariketa horrek beti egite praktiko hutsa baino helburu zabalagoa izan behar duela. Esate baterako, gola lortzeko jaurtiketa edo, kontraeraso-egoeretan, aurrera egiteko jaurtiketa.

2.5.1. Ikasketa-faseak

Irakaskuntzako zereginen progresioa bi alditan banatzen da:

a) *Oinarrizko fasea:*

- Trebetasunen ikaskuntza eta garapena.
- Gaitasun fisikoaren garapena.
- Egoera psikologikoaren trataera.

b) *Ahalmen taktikoen fasea:*

- Aurre pentsamendu taktikoa.
- Pentsamendu taktiko sortzailea.

2.5.2. Ikasketako irizpide eta orientabide didaktiko batzuk

Talde-kirolek, heziketaren ikuspuntutik egoki erabiltzen badira, balio sorta bat dute. Eskolako lehen urteetako ikasleei begira, ondorengo irizpide didaktikoak izango ditugu kontuan:

- a) Ikasleari hainbat kirolekin oinarrizko harreman esanguratsua, motrizitate aldetik baliogintza dena, izateko aukera eskaini behar zaio.
- b) Irakasleak kirol-jarduera ahalik eta era orokorrean aurkeztu behar du, konplexutasun-mailak uzten digunaren arabera.
- c) Elementuak analitikoki irakatsi beharra dagoenean, ahalik eta denbora gutxien eman behar dugu horretan eta berehala egoera orokorragoetara itzuli. Kasu horretan oso komenigarria da aplikazio-jokoak erabiltzea, zeren ikasleak, egiazko praktikaren antz handiko jarduera batean, analitikoki ikasitako trebetasunak landu ahal izango baititu.
- d) Irakaskuntza horrek etorkizunean benetako etekina izan dezan, kirol bakoitzarekiko harremanak gordetzeko bermea izan behar du.
- e) Eskolako testuinguruan, ariketa fisikoan aritzeko interesa eta motibazioa sortu behar duen bitarteko hezitzailea da kirola. Beraz, eskakizun-maila alderdi tekniko funtsezkoenetan oinarritzea komeni da.
- f) Kirol-jarduera bakoitzean, egiazko egoera irakaskuntza-egoera zehatzera egokitu behar da bi zentzutan:

- Arauak ikaslearen egite-ahalmenetara egokitu behar dira.
- Egokitu egin behar dira praktika-baldintzak, lan-saioetan, ikasleen parte-hartzea aktiboagoa izateko aukera handienak egon daitezten.

Ikasleentzako jarduera:

Egin fitxa bat honen arabera: aukeratu gustukoa duzun talde-kirol bat eta joko-aldaerak sortu, eta, gero, praktikan ezar itzazu.

2.5.3. Kirolean hasteko aldiak, Sanchez Bañuelosen arabera

Irakasle honek¹ kirolak irakasteko proposatzen dituen aldiak hauexek dira:

1. Kirolaren aurkezpen orokorra:

Aldi honetan, ahalik eta laburren eginez, ikasleari kirolaren esanahia, helburuak eta funtsezko arauak irakatsiko dizkiogu.

¹ SANCHEZ BAÑUELOS, F.: *Bases para una didáctica de la educación física y el deporte*: Gymnos, 1984, 173-176 orr.

2. Pertzepzio-egokitzapena:
Ikasleak jardueraren eta moldatu den ingurunearen pertzepzio-ezaugarriak bereganatu behar ditu, eta irakasleak, ariketa egokienak erabiliz, bidean ondo lagunduko dio.
3. Ariketa burutzeko eredu teknikoak lantzea:
Kirol guztiek dute burutzeko teknika eraginkorra. Teknika batzuk ongi konbinatuta, jarduera orokorra itxuratzen duten oinarriak dira. Orokorrean, mugimendu-sekuentzia konplexuak osatzen dituzte. Aldi honetan, instrukzio zuzena erabiltzea da teknika metodologikorik eraginkorrena. Eta praktika globala edo analitikoa erabiltzeko komenigarritasuna kirol bakoitzaren arabera izango da.
4. Eredu teknikoak aplikazioko oinarrizko egoeretan txertatzea:
Helburuak betetzen doazen neurrian, aurreneko aldiak ikasleak ariketa burutzean eta egiazko zailtasunaren berri izan dezan, egoera errealetik ahalik eta hurbilen daudenak planteatu behar dira.
5. Erabakitze funtsezko eskemak eratzea:
Taktika indibidual zehatza eratzeko da kontuan hartu beharreko prozesua. Egoera zehatz batean, hainbat aukeraren egokitasun/deselegokitasunaz zuzenean jabetzeko eta, halaber, hobetze aldera, ikasketa-prozesu luze bat behar da.
Irakasleak irakaskuntzaren planteamenduan, egoera bikoitzetik (bi aukerakoa) hasi eta progresiboki erabaki aniztun-egoeretara ailegatu behar du. Horrela, jokalaria aurrea hartzeko adimen-gaitasuna eta taktikaren zentzua bereganatzen joango da.
6. Talde-eskema taktikoen irakaskuntza:
Taldekako oinarrizko estrategiak, erasokoak nahiz defentsakoak, ulertzea ezinbestekoa da. Talde-ahaleginean ekarpen indibidualak duen esanahiak puntu didaktikoetako gakoak izan behar du, eta baita estrategia bakoitzaren aplikagarritasuna eta eraginkortasuna norberaganatzea ere.
7. Taldekako akoplamendu tekniko-taktikoa
Kirol batzuetan, ekintzen koordinazioa eta sinkronizazioa premiazko beharrak dira. Talde-kirol bati elkarlanak ematen dio talde-lanaren zentzua. Bestalde, aldi honek talde-kirolen oinarriaren ñabardura hezitzaile handia du.
Jokalaria bere burua nabarmentzeagatik ezin du taldearen errendimendua jaitsi, eta talde batek, lehiaketan dagoenean, ohartu behar du elkarlanean dagoen taldea dela.

Amaitzeko, esan dezakegu, talde-kirolen hastapenean, goian azaldu ditugun zazpi aldi horiek, nahiz eta, noski, segidakoak izan, kasu askotan gainjartzea ez dela kaltegarria, komenigarria baizik; areago, ikasleak kirola ezagutzen badu, hasierako aldiak moztu eta kendu ere egin daitezke.

Aldi bakoitzaren iraupena kirol bakoitzaren ezaugarrien arabera izango da.

2.5.4. Talde-kirolak irakasteko bitartekoak eta metodoak

Jolasak taktika kontzeptuaren balio errealerako asko hurbiltzen gaitu. *Jolasa hartzen da heziketa taktikoaren funtsak irakasteko bitarteko idealtzat*. Jolasak ikasleak behar dituen elementu taktikoak emango dizkigu, geroago kirolaren oinarri sendoagoan garatu dadin.

Maihok taktika irakasteko jolas egokienak aukeratzekoan hurrengo irizpideak proposatzen ditu:

- a) Jolasak garatzen dituen ekintzen osagaiak azertu; esaterako, kalkulu optiko-motoreak, erabakia hartzea...
- b) Jolasaren berezitasunak gogoan izan, hurrengo puntuei dagokienez:
 - Ea ahalmen fisikoa garatzen duen.
 - Ea adimen-tasunak garatzen dituen.
- c) Ikasleek parte hartzeko alaitasuna eta gogo handia izan behar dute une guztietan, dibertimenduaren bidez ikas dezaten.
- d) Jolas mota asko izan behar ditugu, bakoitzak asmo bat oso garbi izanik.
- e) Aintzat hartu behar dira talde-dinamikaren eraginak, batez ere zirrara- eta sentiberatasun-mailan, eta egoki bideratu; sarritan, probetxu handiagoa atera dezakegu galdutako partidatik, irabazitako partidatik baino.

Oro har, hona hemen jolas egokiak aukeratzekorakoan, gogoan hartzeko beste irizpide batzuk:

- Jolasek helburu ludikoa izan behar dute.
- Jolasek ikasleen garapen-adina hartu behar dute kontuan.
- Jolasek aldatzeko fenomenoaren aukerak kontuan hartu behar dituzte.
- Jolasek jokalariei iniziatiba eman beharko diete, beren aukera indibidualak garatzeko.

2.5.4.1. Ikasleentzako jarduera (ikus 4.4. gaia)

Egin fitxa bat honen arabera: aukeratu gustukoa duzun talde-kirol bat, analizatu dagozkion jokoen aldagaiak eta ezar itzazu praktikan.

Umearen ikasketa-aldiaren arabera jolasak aukeratuko ditugu. Hasieran, oinarrizko arauak dituzte, guk geuk markatu eta une jakin batean alda ditzakegunak. Arau konplexuenak beti baztertuko ditugu. Jolaslekuaren dimentsioak jokalaria kopuruaren arabera egokituko dira, eta jolas-materiala jokalarien ezaugarrietara.

Geroxeago, jolasari buruzko informazio handia emanaz, oinarrizko abilezia eta trebetasunak garatuko dituzte. Ondoren, teknika eta taktika eraikitzen utziko diguten oinarrizko elementuak landuko dira.

Azkenik, teknikaren lana gutxi-asko espezifikoak izango da. Taktikak zailtasun handiagoa duenez, taktikaren lehen patroiak.

Esandakoarekin bat etorrita, modulu honek bi ikaskuntza-sekuentziari ekiten die berriro ere: trebetasunaren eta jolasaren beraren eboluzioari, hain zuzen ere.

Lehen Hezkuntzako lehen zikloan mugimenduzko jolasa lantzen denean, jolasaren euskarri den trebetasunaren egite praktikoa (baloiari ostikoak ematea, esaterako) lantzen da. Eta ekintza paraleloak, bakoitzak bere helburua duena, atzean uzten dira. Oinarrizko estrategien fasea Lehen Hezkuntzako azken urteetan gaudituta, Bigarren Hezkuntzako jolasekiko desberdintasuna kodifikazioan datza; arau, estrategia eta planteamenduak ezartzean, alegia, hartara, jolasean, balizko egoera guztiak erregulatzeko.

Jarduerak planifikatzerakoan, kontuan hartu beharra dago, irakasleek talde- izaerako jardueren orientazio bikoitza betetzen ahalegindu beharko dutela:

2.5.4.2. Jolas- eta atsedeen-orientabideak

Jardueren zati batek jolas-izaera nabarmena eduki behar du. Aisialdia betetzeko gorputz-jardueren artean aukera berriak arakatu behar dira eta jarduerak erlazionatzeko modu gisa planteatzekoa, hain zuzen. Beraz, bakoitzaren trebetasunak ez du gaitasun-maila desberdinetako jokalariak integratzeko ahalbideak besteko garrantzirik izango. Jolasa norberaren atseginerako erabiltzeak nagusitasun osoa izan behar du espezializazioaren aurrean.

2.5.4.3. Espezializaziorako orientabidea

Mugimenezko gaitasuna handitzeak gaitasun anatomiko-funtzionala, mugimenezko perzeptzioa eta koordinazioaren eboluzioa handitzea eskatzen du. Nahitaez moldatu behar da gero eta trebetasun zehatzagoetara eta, gure kultur ingurunean, kirol-aukera arrunt batzuetan gauzatu-tako praktika errealetik gero eta planteamendu hurbilagoetara. Horrez gain, espezializazio-planteamendua kasu guztietan egin beharko litzateke, eta ez trebetasun-maila handia bakarrik frogatzen dutenetan.

Arazo horren konponbideak bi alderdi ditu: batetik, ikasle bakoitzaren ezaugarrietara egokitutako hainbat alternatiba eskaintzea, eta bestetik, espezializazio-mailak ikasle guztientzat ez duela berbera izan behar ulertzea.

*Eredu praktikoen
proposamenak*

3

AURKIBIDEA

3. EREDU PRAKTIKOEN PROPOSAMENAK	57
3.1. Sarrera	59
3.2. Talde-kirolen azpirrol soziomotoreak	59
3.3. Teknika-/taktika-elementuak	59
3.4. Joko-ekintzaren analisisa (ludogramak)	60
3.5. Talde-kirolen jokoaren analisisa	62
3.6. Pasea eta pertzepzio-mekanismoa eskubaloian	62
3.7. Talde-kirolak eta ikasleei aurkezteko ekintzen zerrenda	62
3.7.1. Futbolerako eta saskibaloirako proposatutako jarduerak	62
3.7.2. Taktika lantzeko jarduera praktikoak	64
3.7.3. Ariketa eta jokoen aldaeren aplikagarritasuna	68
3.7.4. Orokorrak	69
3.8. Ikaslearen fitxa-ereduen txokoa	70

3.1. SARRERA

Atal honetako jarduera gehienak bigarren ataleko teoria argitzeko dira, eta laugarren ataleko dokumentuez osatzen dira. Zenbait erabilera izan ditzake, izatez ikasleek egin ditzaketen hainbat jarduera kontuan hartuta eginda dago.

Bestalde, irakasleak ikasleei planteatu diezazkiekeen jarduera motak ditugu atal honetan; izan ere, ikastaroetan, mintegietan, esperientzia batzuetan, bibliografian eta abarrean oinarritutakoak.

Irakasle bakoitzak, ikasleen gaitasuna eta ezaguera-maila kontuan harturik, ondorengo jarduerak aukeratu edota egokitu beharko ditu.

3.2. TALDE-KIROL EN AZPIRROL SOZIOMOTOREAK

Apunteetan, talde-kirolen rolak eta azpirrolak adierazten dira (ikus 2.3.). Orain, taldeka, asmatu eta eztabaidatu ondorengo kirolen azpirrolak: eskubaloia, areto-futbola, boleibola, errugbia, futbola, saskibaloia, water-poloa eta belar-hockeya.²

3.3. TEKNIKA-/TAKTIKA-ELEMENTUAK

Saskibaloiko teknika osatzen duten elementuak 4.2. puntuan adierazten dira. Bibliografia eta fitxategien laguntzaz, osa itzazu beste talde kirolenak.

² Jarduera honen erantzunak liburu honetan aurkituko ditugu: *La iniciación deportiva y el deporte escolar*: BLAZQUEZ SANCHEZ, D. (zuz), INDE argitaletxea (orr.: 300-304).

3.4. JOKO-EKINTZAREN ANALISIA (LUDOGRAMAK)

Saskibaloiko ekipo baten *ekintza estrategikoen ludograma* duzu koadroan.

Identifika itzazu zein diren futbolari, eskubaloitari eta boleibolari dagozkienak:

EKIPOAREN ekintza estrategikoen ludograma			
Lehiaketa:	Ekipoaren izena:	Emaizta: / /	
Tokia:	Behatzailearen(en) izena(k):		
Data:	Zikloa/Maila:	Gela:	
Ordua:			

<i>Ekintza estrategikoak</i>	Denbora			
Baloia berreskuratzen du:				
Kontraerasoa egiten du:				
Erasora egiten du:				
Erasoan, sistemaren arabera kokatzen da:				
Erasoan jokatzeko ari da:				
Huts egiten du saskiratze-ahaleginetan (1, 2, 3):				
Baloia «mantentzen» ahalegintzen da (denbora pasa):				
Baloia galtzen du:				
Falta egiten diote (f. pertsonala, f. tekniko):				
Alboko/ondoko marrik ateratako faltak.				
Taldeak eraso-sistemak aldatzen ditu:				
Defentsara azkar itzultzen dira (atzera biltzen da, gibeleratzen da, kontraerasoaren defentsa egin du, kontraerasoak ez du harrapatu):				
Zonakako defentsa:				
Buruz buruko defentsa:				
Kantxa osoko presioa/kantxa erdiko presioa:				
Falta egiten dute:				
Erasoan falta egin diete (faltak eginarazi):				
Puntuak sartzen dizkiote (garrantzitsuak...):				
Defentsa-sistemak aldatzen ditu (zein):				
Hutsarteak eskatzen ditu:				

Saskibaloiko jokalaria baten jokabide soziomotorearen ludograma duzu koadroan.

Identifika itzazu zein diren futbolari, eskubaloitari eta boleibolari dagozkienak:

JOKALARIAREN jokabide soziomotoreak³			
Lehiaketa:	Jokalariaren izena:	Emaitza: / /	
Tokia:	Behatzailearen(en) izena(k):		
Data:	Zikloa/Maila:	Gela:	
Ordua:			

<i>Jokaera soziomotoreak</i>	Denbora			
Ondoko/alboko marratik ateratzen du:				
Pasea eragotzi du:				
Baloia berreskuratu du:				
Baloia galdu du:				
Erasoko errebotea hartu du:				
Erasotzaile baloidunaren rola:				
Baloirik gabeko erasotzailearen rola:				
Erasoan, lekua (posizioa) hartzen du:				
Erasoan, lekuz (posizioz) aldatzen da:				
Erasoan, lekua (posizioa) lortzeagatik borrokatzen du:				
Erasoan, laguntzak ematen ditu:				
1-1en kontra jokatu du:				
Bote egin du:				
Pasatu du:				
Baloia eskatu (pase-harrera) du:				
Jaurti eta saskiratu du:				
Jaurti eta huts egin du:				
Arauen hausteak: urratsak, bikoitzak:				
Gibeleratu/Balantzea egin du:				
Buruz buruko defentsa:				
Defentsan, laguntza ematen du:				
Defentsan, lekua lortzeagatik (posizioa) borrokan aritzen da:				
Zonakako defentsa-posizioa:				
Defentsako errebotea hartu du:				
Falta egiten du:				
Aurkakoari falta eginarazten dio:				
Itxaroten dago(ez dago jardunean):				

³ J. Hernández Morenoren koadrotik egokitua.

3.5. TALDE-KIROLEN JOKOAREN ANALISIA

Saskibaloia *egituraketa formalean* talde-kirol guztietan komuna den ezaugarri multzo bat dugu: *jokalekua, baloia, arauak, puntuak, jokakideak eta aurkakoak*.

Egituraketa funtzionalari dagokionez dokumentu osagarrien atalean (4.2. puntua), saskibaloia hiru ikuspuntutik analizatu da: a) Teknika/taktika; b) Eraso/defentsa; eta c) Lankidetasuna/aurkakotasuna. Horretan oinarriturik, zuk, ikasle, egin ezazu beste talde-kirol baten antzeko azterketa.

3.6. PASEA ETA PERTZEPZIO-MEKANISMOA ESKUBALOIAN

Jokalari gaztearen pasea eraginkorra izan dadin, saioetan zer azpimarratu behar den jakiteko, eta dokumentu osagarrien ataleko koadroa (ikus 4.1.) aztertu ondoren, proposa ezazu talde-kiroletarako *pase-ariketa multzoa* honako egoera hauetan:

- Aisialdirako jardueretan.
- Kirol-hastapeneko ariketetan (pase-trebetasuna berariaz lantzeko).

3.7. TALDE-KIROLAK ETA IKASLEEI AURKEZTEKO EKINTZEN ZERRENDA

Aldez aurretik, behar beharrezko egiten zaigu jakitea ikaslea zein mailatan dagoen. Horretarako egin behar dira hasierako testak, ostean, aniztasuna kontuan izanik aurkeztutako jarduera motak ondo planteatu daitezten.

Horretaz gain, irakaslearentzat baliagarriak izango direlakoan, hainbat proposamen praktikotik ematen dira ondoren, ordena honetan:

- Futbolerako eta saskibaloirako proposatutako jarduerak.
- Taktika-lana proposatzeko jarduera praktikotik: saskibaloiarik eta futbolaririk dagozkien ariketen azterketa-lana (eztabaida sortzeko gaiak).
- Ariketa eta jokoen aldaeren aplikagarritasuna.
- Gai orokorrak.

3.7.1. Futbolerako eta saskibaloirako proposatutako jarduerak

3.7.1.1. *Futbola*

- Testu bat emanda, futbolaren historiari buruzko galdeketa.
- Kontzeptuen galdeketa (arautegia, teknika, taktika/estrategia). Adib.: jokoz kanpo, liberoa, kobertura...
- Prozedurez baliatuz, estatistika egin eta erabilitako keinu teknikoak identifikatu, ikasle-koadernoaren behaketa fitxak erabilita.

—Ekintza zehatzak:

a) Zeregin teknikoak:

- Grafikoan kokatu. Esaterako, jokoz kanpo dagoen jokalaria bat kokatu.
- Zirkuitu teknikoak asmatu.
- Futbolean aritzeko baloi-kontrolerako teknika azaldu eta ondoren praktikan ezarri.
- Autonomia lantzeko, ikasleek eskola ematea (irakaslearen lana egitea).
- Ekintza teknikoetan landutako egite praktikoen konplexutasunak eta zailtasunak aztertu.
- Erasotzaile baloidunaren teknika-ekintzen (bat baino gehiagoren) zeregin progresiboa egin.
- Erasoaren eta defentsaren aplikazio teknikoaren ikuspuntutik begiratuta, partida batean gertatzen diren ekintzak aztertu. Horretarako aukeratutako film eta bideo-kasetez baliatu. Bide batez, eraso zein defentsa moten behaketa egin.

b) Zeregin taktikoak:

- Entrenamendu tekniko-taktiko espezifikoak planteatu. Bide batez, entrenamendu fisiko espezifikoak antolatu (baloia maneiatuz).
- Klaseko ikasleak partida batean, 10 ikasle (5-5) jokoan dauden bitartean, beste 10 ikasle datuak hartzen eta xehetasunak kontrolatzen egongo dira. Adib.: taula tekniko-taktikoa sortu.
- Taktika indibiduala. Esaterako 1-1 bost aldiz eginda, erasotzaileak zenbatetan gainditu du defendatzailea? Eman zergatia.
- Bi baten kontrako jokoan (2-1), esparru jakin baten barruan desmarkatu.

3.7.1.2. Saskibaloia

—Klaseetan egindako ariketak ondoko egoeretan erabili daitezke:

- a) Saiotarako berotze-ataletan.
- b) Eskola-kirola umeentzako saioetan.
- c) Ekipo federatuetako entrenamenduetan. Adib.: ezaugarri jakin batzuk dituen talde baten aurrean.
- d) Hirugarren adinekoentzako saioetan.
- e) Saio tekniko-taktikoetan. Adib.: bete fitxa baten ondorengo sailak: beroketa + jarduerak + aurrekiroleko jokoak + ... Edo ondorengo sailak: animazio-jokoak + joko soziomotoreak...

—Taldea-lana: saskibaloiaren aldaki batzuk asmatu, eta aurretiaz, erabilgarriak ote diren ikusi.

—Ikastetxeko saskibaloi-lehiaketa antolatu —sariak, publizitatea...— 3. hiruhilabeterako, 3-3 joko arauak aplikatuta.

—Zirkuitu tekniko bat asmatu bote- eta jaurtiketa-trebetasunak lantzeko.

—Galdeketa erabili kontzeptuak zein jarrerazko edukiak lantzeko, eta baita azterketak egiteko ere, aukera hauek erabilia: hutsuneak bete, itxia (bai/ez) eta zabala. Hala nola:

- a) Asmatu 3. adinekoentzako eta aisialdiko talde-kirolen parte-hartzaileentzako aplikazio- eta asimilazio-ariketak, joko arauen egokitzapena erabilia.

- b) Grafikoak erabiliz, kontzeptuak landu: defentsan, jokalaria kokatu; blokeo- mugimenduak; eraso- eta defentsa-mugimenduak...
- c) Zonakako jokoaren abantailak eta desabantailak.
- d) Jokoaren estatistika: klaseetako partidetan taula erabiliz, desmarkeak, galdutako paseak, kanastara jaurtiketa kopurua, errebote kopurua, kontraerasoak.
- e) Keinu teknikoaren autoebaluazioa (taulak erabilia).

—Azterketa tekniko-taktikoa:

- a) Saskibaloien taktika indibidualen kontzeptuak: 1 1 (defentsan eta erasoan).
- b) Joko eta ariketekin progresio tekniko-taktikoa planteatu kirol-hastapenerako (pausoz pauso).

3.7.2. Taktika lantzeko jardueren praktikoak

Ondo baino hobeto dakigu jardueren helburu didaktikoetan, taktiko-teknikoen gain jarrazkoak ere lantzea garrantzitsua dela: elkartasuna, hezkidetzaren, etab., alegia. Oraingo honetan, taktikaren arloan sakonduz, adibide gisa, normalean ditugun joko eta ariketetako kontzeptuak eta pedagogi ondorio batzuk aztertu nahi ditugu.

Jarduera fisiko bat planteatzen dugunean, helburua da benetan zer lantzen dugun jakitea, sarri askotan, ez garelako konturatzen zein kontzeptu taktiko ari garen nagusiki lantzen.

Horretarako 4. ataleko dokumentu osagarrietan dituzun taktika aztertzearen koadroez balia zaitzekete. Beraz, ikus eta erabil itzazue dokumentu osagarrietako 4.3. puntua (koadroa eta eskema).

Adibidez: 2 2 jarduera, zehazki defentsa lantzeko erabil daiteke; berriz, 2 1, 3 2 erak, erasoko taktika-ekintzak lantzeko.

Hona hemen, bada, adibide gisa saskibaloien eta futbol-jardueren batzuen azterketa-lana, beti ere eztabaidarako bidea erraztuko diguten hainbat kontzeptu argitzeko:

1. ariketa. Taktika- eta teknika-lana.

Jokoa: 10 pasekoa (orokorra)

—*Deskribapena:*

- Bi ekipo elkarren aurka, helburua da hamar pase segidan egitea, beste taldeko inork baloia egotzi gabe.

—*Araua:*

- Driblatzea eta, errugbian bezala, eskuartean baloiarekin korrika egitea debekatuta dago.
- Pasea eman didan berari itzultzea debekaturik dago.
- Puntu bat 10 pase egiteagatik; eta 3 puntu, saskiratu edo gola sartzeagatik, hamar paseak egin eta gero.

—*Aldaerak:*

- Helburu jakin batzuk lortzeko, eralda daiteke. Adib.: partaidetza handiagoa lortzeko.

—*Taktika-lana:*

- Erasoan: desmarkea.
- Defentsan: aurrea hartzea.

—*Teknika-lana:*

- Pasea emateko eta botatzeko trebetasuna lantzen da.

2. ariketa. Taktika- eta teknika-lanak.

1 1 (saskibaloia)

—*Deskribapena:*

- Erasotzaileak hondoko marra zeharkatu behar du.

—*Arauak:*

- Erretzera.
- Oztopatu bidea. Presioa.
- Baloia lapurtzera.

—*Joko erraztua:*

- Defentsak desplazamenduetan bakarrik egin dezake aurrera.
- Defendatzailea tarte mugatu batean mugitu daiteke.

—*Taktika-lana:*

- Erasoan (baloiarekin):

—Defentsa gainditzea.

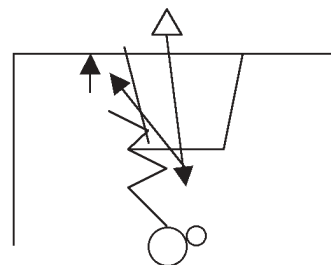
- Defentsan:

—Erasotzailea urruti mantentzea bere helburutik.

—Baloia kentzea.

—*Teknika-lana:*

- Botea. Erregatea. Driblinga.
- Defentsaren desplazamenduak.
- Norabide-aldaketak. Iskintxoak (fintak).



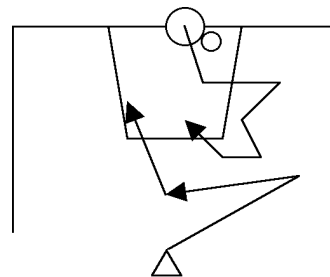
3. ariketa. Taktika- eta teknika-lanak.
1 1 (saskibaloia)

—Deskribapena:

- Jokalari bat hondoko marratik aterako da, baloia botean daramala, eta, botea mantenduz, erdiko marratik ateratzen den aurkakoari ez dio hondoko marra zeharkatzen utziko.

—Taktika-lana:

- Baloirik gabe dagoena: aurkaria gainditzea (norabide eta erritmo aldaketan bitartez).
- Baloiarekin dagoena: bestea bere helburutik urruti mantendu.

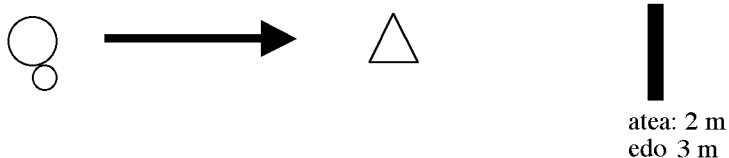


—Teknika-lana:

- Erregatea. Driblinga. Norabide-aldaketak. Iskintxoak (fintak).

4. ariketa. Taktika- eta teknika-lanak.
1 1; 3 2; etab. (futbola)

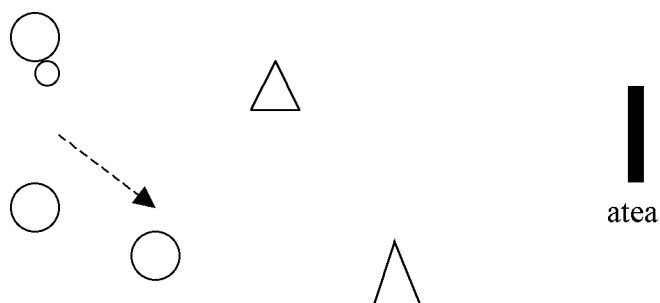
—Analiza itzazu teknika- eta taktika- lanak, ondoren planteatutako ariketetan.
1 1 egoera:



- Aldaera posibleak:

- Erasotzaileak beti aurrerantz egin behar izatea.
- Baloia berreskuratu beharrean, ukitzearekin nahikoa izatea defentsa-ekintza.
- Baloirik gabe ere marra gurutzatu behar du.

3 2 egoera:



- Iraupena: 3 minutu. Baloia kentzea. Zenbat baloi berreskuratu dituzte?
- Gola sartzea. Hirukote bakoitzak bost aukera ditu. Edozein defendatzailek baloia ukitzean, jokoa amaitu egiten da.
- Zein hirukotek lortu ditu gol gehien?
- Zein bikotek egin du ondoen.

2 1 egoera:

- Baloia oinetan mantentzea. Nork lortzen du denbora luzeen baloia oinetan mantentzea.

3 1 egoera:

- Erasotzaileek aurrerantz egin behar dute beti.

2 0 eta 3 0 egoerak:

- Erdiraketak (bakoitzean, atearen tamaina txikituz).
 - Paseak aurrerantz eta jaurtiketak atezain batekin.
- Egoera hauetan denborarekin jolas daiteke; hots, minutu batean zein bikotek lortzen du gol gehien? Gutxienez bost pase, etab.

2 1 egoera:

- Aldaerak:
 - Atearen tamaina txikitu.
 - Gola egiteko, bote bat eman, atean sartu aurretik.
 - Baloi-gidatzailea atean sartu beharra.

5. ariketa. Taktika- eta teknika-lanak.

1 1 eta abarreko egoera errealean analisi taktikoa

Taktikaren eskema jarraituta, azter ditzagun praktikako egoera errealak (erabil ezazu dokumentu osagarrietako 4.3.2. puntuko eskema).

EGOERAK (konplexutasunaren arabera)	TAKTIKA (4.3.2. eskema jarraituta)	TEKNIKA (batez ere lantzen diren trebetasunak)
1 0		— Baloia gidatzea. — Jaurtiketa.
2 0		— Pasea mugimenduan. — Baloia eramatea. — Jaurtiketa.
3 0		— Pasea mugimenduan. — Baloia eramatea. — Jaurtiketa.
3 1	T3, T4-a; T10.	— Pasea mugimenduan.
2 1	T1, T3, T4-a; T10.	— Defentsa-iskintxoak. — Erregatea. — Pasea mugimenduan.
3 2	T1, T3, T4-a; T10.	— Paseak (...)
1 x 1 (Bat baten kontrakoa.)	— Erasoan baloiarekin: T1 eta T2. — Defentsan: T5, T6, T7 eta T10	— Teknika indibiduala ebaluatzeko ego- kia ikusten da. — Erregatea.
2 2 edota 2 2 + 1 (atezaina)	— Erasoan baloiarekin: T1, T" eta T3. — Erasoan baloirik gabe: T4. — Defentsan: T8, T9 eta T10.	— Pasea. — Erregatea.
3 3	T3, T4, T8, T10 eta T9.	— Pasea.
2 3	T2, T3, T4 eta T9.	
1 2		
— Ariketaren ondorioa (eztabaidatzeko galderak):		
<ul style="list-style-type: none"> • Egia al da 1 0, 2 0 eta 3 0 egoera honetan ez dela taktikarik lantzen? 		

3.7.3. Ariketa eta jokoan aldaeren aplikagarritasuna

Ezagutzen dituzun joko eta ariketa praktikoak erabiliz, pentsa ezazu zer-nolako aldaerak planteatu daitezkeen, eta analizatu horien ondorio pedagogikoak.

Dokumentu osagarrietako ataleko 4.4. puntuan oinarrituta, aztertu ondorengo jarduerak fisikoak:

—*Jokoetan:*

- Eraldatutako jokoak.
- Aurrekirolezkoak.
- Erraztutako jokoak, arauak eraldatuta.
- Joko egokituak.
- Joko soziomotoreak.
- Animazio-jokoak.
- Joko tradizionalak.

—*Ariketetan:*

- Konplexutasunaren arabera: 1 0; 2 0; 3 0; 3 1; 2 1, 3 2; 2 2 + irakaslea; 1 1; 1 2; 2 3; 1 3. (Abantaila edo desabantaila numerikoak.)

3.7.4. Orokorrak

—Egunkaria edo beste edozein bibliografia gaurkotua erabilia, iritzi kritikoa ateratzea.

—Bilatu, zure aburuz, gai interesgarriak direnak eta eman zure iritzia.

Adibidez:

Eskola-kirola eta eliteko kirola (saskibaloia).

Joko bortitza eta egoera larriak (futbola).

—Zoaz txosten honetako 6. ataleko hiztegiara begiradaxo bat ematera, eta gero, gelan, taldeka, eztabaidatzeko, osatu ondoko terminoen definizioak:

- Taktika, teknika eta estrategia.
- Aurrea hartu: erasotzailearena; defendatzailearena.
- Kobertura?

Adibidez:

Zer da taktika? Eztabaidatu *taktika* terminoaren definizio hau: «Ekipo batek, bere aurka ari den taldea gainditzeko asmoz, zelaian martxan jartzen dituen *estrategia* eta jokaldi prestatuen multzoa».

3.8. IKASLEAREN FITXA-EREDUEN TXOKOA

Bil itzazu ikasturtean zehar egindako fitxa motak. Adibide gisa, hona hemen aurreko jardueretan erabilitako fitxa-ereduak: a), b) eta c).

a) Zer egin behar da klaseko jarduerekin? Erabil ezazu ondorengo fitxa-eredua.

<p><i>Gaia:</i></p> <p><i>Helburu didaktikoak:</i></p> <p><i>Materiala:</i></p>	<p>BEROKETA</p> <p>ATAL NAGUSIA</p> <p>LASAITASUNERA ITZULI</p>
<p>KONTUAN IZAN BEHAR DUGUNA (garrantzitsuena):</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	

b) Taktika lantzeko 3.7.2. puntuan erabilitako fitxa-eredua:

Jokoaren izena edo ariketa mota	Taktika- eta teknika-lanak
<p>—<i>Deskribapena:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Arauak. • Aldaerak. • Taktika-lana. • Teknika-lana. 	<div style="border: 1px solid black; width: 200px; height: 50px; margin: 0 auto; display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> <p>Irudia</p> </div>

c) Egoera fisikoa: saskibaloian egiten diren berotze-ariketak.

Oharra: Luzapenak egiteko erabilitako metodoaren bidez, bost segundoan luzatu tentsio-puntua hasten den tokian, gero erlaxatu eta, nahi bada, berriro ekin.



1. Besoak gora, eskuak lotuta, atzamarrak gurutzaturik eta esku ahurrak gorantz begira.



2. Beso biak albo batera.



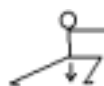
3. Gerri-biraketak, astiro eta ahal den zirkulurik zabalena bilatuz.



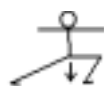
4. Beso-biraketak, aurrerantz eta atzerantz.



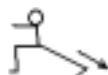
5. Eserita, hankak luzaturik, gerriko flexioaz behatz-puntak ukitu (txandaka).



6. Ariketa honi *aurrera fondoa* deritzo. Belauna tolestuta pauso bat aurrerantz eman, bermatze-puntuak mugitu gabe, eta ondoren, berriro hasierako egoerara bueltatu. (Aurreko hanka flexionaturik enborraren pisuak behera egiten du.)



7. *Aldamenera fondoak*. Alboranzko mugimendua eta gero zutitu.



8. Aurrera fondoa. Orpo-bermakuntzan tentsioa sentitu arte.

Ikaslearen aukera.

(Ondoren, luzapen gogokoenak aukera itzazu!)

d) —Beste fitxa batzuk:

- Ebaluaketa egiteko behaketa-fitxak.
- Gaia edo proiektuak egiteko fitxak.
- Ikasleak eskola ematen duenean (irakasle-lanean) fitxa mota batzuk.
Adib.: prestatu klaseko beroketa edo atal nagusia eta klasean zuzendu.
- «Ikaslearen koadernoan» sartzeko fitxak.
- Gehiago jakiteko edota errefortzuak egiteko fitxak.

Oharra:

Hona hemen, programazioak, planifikazioak edo beste edozein proiektutan helburuak izendatzeko *aditz* lagungarriak: *ikertu, deskribatu, zerrendatu, fitxatu* (klaseko ariketa eta jo-koak), *asmatu, eraldatu* (arauak aldatu), *saioak egin, planteatu, egite praktikoa egin, gauzatu, ezagutu, gaitu...*

*Dokumentu
osagarriak*

4

AURKIBIDEA

4. DOKUMENTU OSAGARRIAK	73
4.1. Eskubaloian: pasea eta pertzepzio-mekanismoa	75
4.2. Saskibaloia: egitura funtzionala: <i>Basket</i> jokoaren analisia	76
4.3. Taktikari buruzko hausnarketa	79
4.3.1. Oinarrizko taktika-kontzeptuak eta talde-kirolen funtsak	79
4.3.2. Eskema: talde-kirolen taktikaren analisia	80
4.4. Oinarrizko trebetasunen garapenerako aldaerak	80
4.5. Talde-kirolak ezagutzeko hurbiltze progresiboa	82
4.6. Hezkuntza-premia bereziak	83
4.7. Grafikoetako nomenklatura	83
4.8. Saskibaloia: azterketa	86
4.9. Kirol-hastapenetan teknika eta taktika irakasteko eredua	87
4.10. Zer egin dezakegu talde-kiroletan?	89
4.10.1. Zer egin erasoan ari garenean?	89
4.10.2. Zer egin defendatzen ari garenean?	89
4.10.3. Oinarrizko printzipioak errespetatu (jarrerazko edukiak)	90

4.1. ESKUBALOIAN: PASEA ETA PERTZEPZIO-MEKANISMOA

Lankidetzaz/aurkakotasunezko jokoa kirolean etengabe aldatzen da eta «ziurgabetasuna» beti izaten da begi bistan; beraz, hauek dira kirol horien exigentziak, Döbler, Kozang eta Herzog-en (1995) aburuz:

- Arreta berezia.
- Joko-egoeraren pertzepzio etengabea eta joko-egoerari aurre hartzea.
- Egoeraren aurrean etengabeko erabaki hartze egokiak.
- Denbora-presioaren menpean egiteko.
- Egoera aldakorrari aurre eginez ekintza-egitarau egokiak etengabe planteatu eta burutztea.

Pasea dugu erasoko printzipioak eta helburuak lortzeko erabiltzen den baliabidea, eta, autore batzuen arabera (Castejón 1996, Singer 1986, etab.), beste mugimenezko ekintzak bezala, funtsean hiru mekanismo hauek osatzen dute: pertzepzio-, erabakitze- eta egite-mekanismoak.

Beraz, paseak pertzepzio-prozesua darama (hartzaile posibleen posizioa, defendatzailearena...), erabakitze-prozesua (jokalaria pasea egiteko posibilitaterik hoberena aukeratu behar du, istant batean jasotzen duen informazioaren arabera) eta egite-prozesua (mugimendu-ekintza garatzen denean da).

Horrela, esan dezakegu, pasea taldeko (bi jokalaria edo gehiagoren arteko) joko-egoeran garatutako ekintza tekniko-taktiko indibiduala dela.

Eskubaloian, pasea menperatzea oso garrantzitsua da lortu nahi den helburua gauzatzeko. Aipatutako hiru mekanismoak dira garrantzitsuak. Egite-mekanismoan, besteak beste, egoera fisikoa eta koordinazio-mailak kontuan hartzen dira, eta erabakitze-mekanismoan printzipio taktikoen zailtasunak sartzen dira.

Gure jarduera honetan, eskubaloiko jokalariek pasea egiteko orduan pertzibitu behar dutenari buruz bakarrik mintzatuko gara. Beste era batera esanda, jokalaria gazteak jokoaren trebetasun honetan (pasean) eraginkorrak izan daitezten, saioretan zer azpimarratu behar dugun jakiteko planteatuko dugu ondoko koadroa.

Eskubaloiko pasea

Nori pasatu?	Zer pertzibitu behar du?
1. Pasea sakonean: defendatzailearen ekintzak ekidinda, gola sartzeko edo atera progresatzeko posibilitate gehien dituen taldekideari pasatu behar diogu.	<ul style="list-style-type: none"> — Taldekideak dauden <i>egoera</i>: <ul style="list-style-type: none"> • Berarekiko. • Atearekiko. • Defendatzailearekiko. — Taldekideen orientazioa: <ul style="list-style-type: none"> • Berarekiko. • Atearekiko. • Defendatzailearekiko.

Nori pasatu?	Zer pertzibitu behar du?
2. Baloia jokoan jarraitzea ziurtatzen duen jokalaria pasatu behar zaio. Era horretan, ateranzko progresioa edo gola egiteko egoera egokiak bilatuko dira.	<ul style="list-style-type: none"> — Taldekideen <i>posizioa</i>: <ul style="list-style-type: none"> • Berarekiko. • Atearekiko. • Defendatzailearekiko. — Bere egoera, posizioa eta orientazioa: <ul style="list-style-type: none"> • Berarekiko. • Atearekiko. • Defendatzailearekiko. — Pasearen ustezko ibilbidearekiko, defendatzailearen egoera, posizioa eta orientazioa. — Aurkakoengan eta taldekideengan, ustez, eman daitezkeen orientazio, posizio eta egoeren aldaketak.

Posizioa = Gorputzari eta gorputz atalei dagokiena.

Egoera = Norbera dagoen zelai eremuari eta pertzibitzen duen distantziari dagokiena.

4.2. SASKIBALOIAREN EGITURA FUNTZIONALA: BASKET JOKOAREN ANALISIA

Saskibaloien egituraketa formalean talde-kirol guztietarako berdinak diren ezaugarri batzuk aurkitzen ditugu: *jokalekua, baloia, arauak, puntuak, taldekideak eta aurkakoak*.

Egituraketa funtzionalari dagokionez, hiru ikuspuntutik aztertuko dugu saskibaloijokoa orain:

a) *Teknika-taktika*. Saskibaloien elementuak ondorengo ataletan sailkatuko dira.

1. *Erasoko teknika indibiduala*:

- Baloia maneiitzea.
- Erasoko oinarrizko posizioa.
- Desplazamenduak: erritmo-aldaketak, norabide-aldaketak, harrerarako mugimenduak (atez atzera).
- Gelditzeak: aldi bereko eta bi denborako gelditzeak. Pibotatzea oin baten gainean. Baloiarekin jirabirak (errebertsoak).
- Driblinga (botea): abiadurakoa eta babeskuntzakoa. Baloiarekin pibotatzea eta errebertsoa (jirabira). Esku-aldaketak.
- Baloien harrera (baloia hartzea): eskuen posizio zuzena.
- Paseak: bularrekoa, pikezkoa, burugainetikoa, gakoakoa, eskutik eskurakoa eta beisbolekoa.
- Jaurtiketak: estatikoa (jaurtiketa librea), esekidurazkoa, gakoakoa, ahur palaz, zaflatua, desplazamendu ondorengoak...
- Iskintxo, keinu edo fintak: jaurtiketarena, pasearena, driblingarena, barneratzearena, eta abarrena.
- Errebotea.

2. *Defentsako teknika indibiduala:*

- Defentsako oinarrizko posizioa.
- Desplazamenduak oinarrizko posizioan.
- Markaketa pase-marran, jaurtiketa-marran.
- Baloia eragozpena: botean eta pasean.
- Tapoia.
- Errebotea.
- Errebotearen blokeoa.
- Buruz buruko defentsa.

3. *Erasoko teknika kolektiboa:*

- Blokeoa.
- Pasatzea/hartzea.
- Hesia (pantaila).

4. *Defentsako teknika kolektiboa:*

- Blokeoaren defentsa.
- Laguntza eta berreskuratzea.

5. *Erasoko taktika indibiduala:*

- Mozketak eta pantailak.

6. *Defentsako taktika indibiduala:*

- Laguntza.

7. *Erasoko taktika kolektiboa (talde taktika):*

- Eraso-ekintzak: blokeo zuzena, ez zuzenak eta itsuak.
- Pantailak (kanpo eta barnekoak): «pasatu eta joan».

8. *Defentsako taktika kolektiboa:*

- Defentsa-sistemak: zonakakoa, indibiduala, mistoak eta txandakakoak.
- Kontraerasoen defentsak.

b) *Eraso/defentsa*

Baloia jabetza izatea ala ez, izango da faktorerik erabakigarriena, eta aurreko plan-teamenduan bezalaxe, jokoaren elementuak kontuan harturik, ekipoaren funtzionamendua ondoko hiru printzipio orokorren arabera izango da:

Erasoan	Defentsan
Baloia mantendu.	Baloia berreskuratzen ahalegindu.
Jokalariak eta baloiak aurkako saskira (atera) aurrera egin.	Defendatzen dugun saskirantz (aterantz) egiten duten progresioa eragotzi.
Puntuak markatzen saiatu.	Punturik sar dezaten eragotzi.

c) *Defentsa-sistemak*

Hemen saskibaloia-oren ohiko sistemen sailkapen sinplea dugu:

—*Buruz buruko defentsak edo defentsa indibidualak:*

- Eremuarekiko:
 - Kantxa osoan presioa.
 - Kantxaren hiru laurdenetan presioa.
 - Kantxaren erdian presioa.
- Aurkakoarekiko:
 - Erasotzaile-aldaketarik gabe.
 - Aldaketak eginda.
 - Mistoa.

—*Zonakako defentsak:*

- 3-2; 2-3; 1-3-1; 2-1-2; 1-2-2.

—*Defentsa mistoak:*

- Lau jokalarik erronbo edo karratu eran osatzen dute zonakako defentsa, eta bosgarrenak defentsa indibiduala egiten du.
- Hiru jokalarik triangelua osatzen dute zonakako defentsan, eta bik buruz buruko defentsa egiten dute.

Gogoratu, horietaz gain, aurkakoaren sistemen araberako defentsa bereziak asma daitezkeela. Aplikatzeko orduan txandaka ere konbina daitezke.

d) *Eraso-sistemak*

- Buruz burukoaren kontrakoak: 1-4; 2-3; 2-1-2; 1-2-2; 1-3-1.
- Sistema mistoaren kontrakoak.
- Presioaren kontrakoak.

Bestalde, atal honetan ere, ez dira ahaztu behar une berezietan aplikatu ahal diren erasoko sistema motak. Hala nola, alboko/hondoko sakea egitekoak, kontraeraso amaiera-koak, azken segundoetarako prestatutakoak, bien arteko jauzian baloia hartzeko mugimenduak... Sarritan, sistema berezi horiek amaitu ondoren, sistema nagusiekin lotzen dira, joko etenik gerta ez dadin.

e) *Lankidetzeta/aurkakotasuna*

Aurreko ataletan saskibaloia-oren egituraketa funtzionala argitzeko elementu baliagarri batzuk azaldu ondoren, kontuan izan behar dugu faktore batzuen interakzioa ere izaten dela; erasoan eta defentsan, bai lankidetasun-, bai aurkakotasun-egoerak egoten dira; esaterako, erasoari aurre egiteko defendatzaileen elkarlaguntza, eta erasotzaileena, al-diz, defentsari aurre egiteko.

Aurkakotasuna uneoro aldakorra izaten da eta ez errepikakorra; lankidetasunak ekipo osoarena izan beharko luke eta ez ekintza indibidualak batzearen ondorioa. Hau guztia azaltzen lagunduko liguketen faktoreen azterketa bat egin behar da. Beraz, egituraketa funtzionala hobeto aztertzeko, ondoko faktore hauen analisia egin beharko da: *teknika, espazioa* (jokalekua), *arautegia, komunikazio motorea* eta *estrategia* (taktika barne).

4.3. TAKTIKARI BURUZKO HAUSNARKETA

4.3.1. Oinarrizko taktika-kontzeptuak eta talde-kirolen funtsak

OINARRIZKO TAKTIKA-KONTZEPTUAK	
ERASOAN (baloiarekin edo baloirik gabe)	DEFENTSAN (baloirik gabe)
<p>— <i>Espazioa:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Laguntza emateko. • Espazio libreak hartu: zelaia handitu. • Espazio librea utzi jokalaria baloidunarentzat. • Balaira joateko mugimendua egin (erasoko aurrea hartzea). • Desmarke-kontzeptua. <p>— <i>Denbora:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Erritmo-aldaketak. <p>— <i>Estrategia:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Talde-koordinazioa (eraso-sistemak). • Blokeoak; permutak; hesia. • Errotazio arautua. 	<p>— <i>Espazioa:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Zelaia txikitu; atera, kanastara eta marrara bi-deak itxi (errugbian). • Taldekideek utzitako espazioak bete. • Errotazioa (laguntza). • Markaketa indibiduala (bizkarra babestu). <p>— <i>Denbora:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Presioaren erabilera. • Aurrea hartu. • Jokoa moteldu edo azkartu beharizanen arabera. <p>— <i>Estrategia:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Talde-koordinazioa (defentsa-sistemak). • Balantze defentsiboa edo gibeleratzea (baloia galdu eta jaitsi).
TALDE-KIROLEN FUNTSAK	
ERASOAN	DEFENTSAN
<p>— Baloiaren jabetza mantendu (ez galdu baloia).</p> <p>— Aurrera egin.</p> <p>— Puntuatu.</p>	<p>— Ez utzi puntuatzen.</p> <p>— Ez utzi aurreratzen (progresioa moztu).</p> <p>— Baloia berreskuratu.</p>

4.3.2. Eskema: talde-kirolen taktikaren analisia

A) BAT BATEN KONTRAKO EGOERAREN BURUZ BURUKO TAKTIKA	
<p>ERASOAN BALOIAREKIN:</p> <p>—Defentsa gainditzea:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erregatea egitea, driblinga egitea. • Baloia gidatzea. <p>—Jaurtiketa egitea.</p>	<p>DEFENTSAN:</p> <p>—Jaurtiketa oztopatzea.</p> <p>—Erasotzailea helburutik urruti mantentzea.</p> <p>—Baloia kentzea.</p>
B) TALDE TAKTIKA (1 1 egoera salbu)	
<p>—<i>Egokiena aukeratu!</i></p> <p>a) <i>Erasoan baloiarekin:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • T1 Defentsa gainditzea. • T2 Jaurtiketa egitea. • T3 Pasea ondo egitea. • T'' Defendatzailea erakartzea. <p>b) <i>Erasoan baloirik gabe:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • T4 Desmarkea: <ul style="list-style-type: none"> a) Espazio libreak bilatzea. b) Pasea jasotzeko aukera gehiago ematea. • T'' Defendatzailea erakartzea. <p>c) <i>Defentsan:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • T5 Jaurtiketa oztopatzea. • T6 Erasotzailea helburutik urruti mantentzea. • T7 Baloia kentzea. • T8 Pasea oztopatzea/moztea. • T9 Espazioak murriztea. • T10 Markaketa hurbila. <p><i>Oharra:</i> erasotzaileari ez utzi gainditzeko edo aurrera egiten.</p>	

4.4. OINARRIZKO TREBETASUNEN GARAPENERAKO ALDAERAK

Mugimenezko ekintzek hiru mekanismo jartzen dituzte martxan: pertzepzioarena, erabakitzearena eta egitearena. Orduan, aldaerak egitea, erabakitze- eta egite praktiko-fase bakoitzaren aukeren arabera izango da. Aldaera bakoitza progresio batez erabili behar da:

1. Zentzumena: begiak itxita, zarata, ukimena...
2. Espazioa eta denbora hautematea: baloia, kideak, aurkakoak, zelaia, erritmoak...
3. Erabakia hartzea: erabaki kopurua, erabaki bakoitzeko erantzun kopurua, erabakia hartzeko denbora, erabaki-kateamendua...
4. Mugimenduaren egitura: gorputzaren gihar kopurua...
5. Gorputzaren posizioa: zutik, eserita, belauniko, etzanda...
6. Ekintzaren planoak: lurrian, eskaileran, aulkian, plintoan, gainean, azpian...

7. Aldebikotasuna: ezkerreko eta eskuineko besoak eta hankak.
8. Sostengu basea: oin baten gainean, makurtuta, lau hankatan...
9. Norabide eta noranzkoak: aurrerantz, atzerantz, eskuinerantz, ezkererantz...
10. Orientazioak: baloiaren, kideen, aurkakoen eta ateen araberako fronte-aldaketak.
11. Desplazamendu motak: zuzenak, bihurrak, korrika, oinez, sigi-sagan...
12. Oztopoen sarrera: inguratu, saltatu, gainditu, aurka jo...
13. Baloia menperatzea: airetik datorrenean, norberak duenean...
14. Baloia ezaugarri eta neurriak: pisutsua/arina, handia/txikia, gogorra/biguna.
15. Jaurtiketa motak: zuzena, parabolikoa, lurretik, airetik...

Esaterako, honako arau hauek sar genitzake *eskubaloia*ren joko soziomotoretan:

- Pasea ez itzultzea. Zertarako: parte-hartzea bultzatzeko.
- Ez ematea pase parabolikorik defendatzailearen gainetik. Desmarkea bultzatzeko.
- Jokalari bat punpa bat. Parte-hartzea bultzatzeko eta taldekide desmarkatuak bilatzera behartzeko.
- Ez seinalatzea jokalaria hasiberriaren urratsak, pasea egiteko aukera bilatzean.
- Eginkizunak aldatzea: tarteak eginda eta petoak edo bestelako bereizgarriak erabilia. Rolak edo eginkizunak ulertzea bultzatzeko eta oharmena errazteko.

Ikus dezagun jarraian, partaidetza handitzea lortze aldera, zein arau alda daitezkeen:⁴

- Jokalari berak ezin ditu bi gol jarraian egin.
- Jokalari bakoitzaren lehen golak balio bikoitza izatea (puntuazioa).
- Lankidetzeta jokoen arauak erabiltzea; adibidez: ikus 97. orrialdeko 4. eta 5. jokoak.

⁴ *Gehiago sakontzeko*: ikus 3.7.3. puntua.

4.5. TALDE-KIROLAK EZAGUTZEKO HURBILTZE PROGRESIBOA⁵

<i>Egitarau Markoa: Talde-kirolak ezagutzeko hurbiltze progresiboa (iturria: LASIERRA, G., INDE-argitaletxea, 56 or.).</i>		
HELBURU NAGUSIA	Ikaslea talde-kirolen oinarritzko elementuetan sarraraztea, mailaz mailako egituraketako progresio metodologiko batetik abiatuta.	
Oinarritzko irizpide didaktikoak	Bereganatu behar diren etapak arian-arian gaintu behar dira, ezin daiteke progresio-urratsetan jauzi egin, ezta etapa bateko elementuak erabili ere aurreko beste etapa bat garatzeko.	
Eskuraketa-prozesuan kontuan hartzeko faseak:	METODOLOGIA-SEKUENTZIA	BERARIAZKO HELBURUAK
Erlazio-fasea	<ul style="list-style-type: none"> — Baloia atentziogune moduan — Progresio-fasea. — Helburuari dagokion orientazio-fasea. — Talde-kirol bakoitzean, ezaugarrien egituraketa progresiboaren fasea. 	<ul style="list-style-type: none"> — Gizarte-integrazioa lortu. — Ikaslea ingurunearekin eta mugikariarekin erlazionatzea. — Joko-arauak betearazi eta errespetatu daitezen lortzea. — Lankidetzaz/aurkakotasun oinarritzko nozioak egituratu eta elkartasun/aurkakotasun oinarritzko baliabideak finkatzea.
Oinarritzko elementu tekniko/taktiko individualen garapen-fasea.	<ul style="list-style-type: none"> — Defentsako elementu tekniko/ taktiko individualak: <ul style="list-style-type: none"> • Baloirik gabe erantzun indibiduala. • Baloiarekin erantzun indibiduala. • Baloi-jabetzaren azken fasea. — Erasoko elementu tekniko-taktiko individualak: <ul style="list-style-type: none"> • Baloirik gabe erantzun indibiduala. • Baloiarekin erantzun indibiduala. • Baloi-jabetzaren azken fasea. 	<ul style="list-style-type: none"> — Oinarritzko mugimenezko patroiak garatu (teknika), joko- egoeretara egokitzeko beharrezko baliabideak lortzeko. — Defentsako eta erasoko taktika-asmoak eta egin nahiak adimentsu garatzea. — Erasoko eta defentsako aukera guztietan modu kontsekuentean jokatzeko baliabideez janztea.
Talde-taktikaren oinarritzko elementuen garapen- fasea	<ul style="list-style-type: none"> — Defentsako talde-taktikaren oinarritzko elementuak: <ul style="list-style-type: none"> • Oinarritzko konbinazioak. • Ekintzen kateamendua. • Jarraipena eta aldaerak. — Erasoko talde-taktikaren oinarritzko elementuak: <ul style="list-style-type: none"> • Oinarritzko konbinazioak. • Baloiarekin erantzun indibiduala. • Ekintzen kateamendua. • Jarraipena eta aldaerak. 	<ul style="list-style-type: none"> — Konbinazio-taktika bakoitza koordinatzeko posibilitateak ezagutu eta menperatzea. — Aurrean ezarritako egoerei ebazpen egokiena ematen jakitea. — Erantzuteko posibilitateak aldatzeko baliabideez janztea.
Joko-sistemen garapen-fasea.	<ul style="list-style-type: none"> — Erasoko joko-sistemak. — Defentsako joko-sistemak. — Trantsizio-sistemak: kontraeraso-faseak; defentsako gibeleratze-faseak. — Egoera bereziak. 	<ul style="list-style-type: none"> — Taldearen mugimendu-koordinaketan banako ekintzak antolatzea. — Egoera batzuk kontuan hartuta oinarritzko mugimenduak egituratzea, banako erabaki-ahalmenak erregulatzeko.

⁵ Ikaskuntza- eta irakaskuntza-jarduerak: ereduak.

4.6. HEZKUNTZA-PREMIA BEREZIAK

Integrazio bidea jorratzen dugunean, ikasleen jarrera ebaluatu ez ezik, ikaskide ezinduen aurrean ikasle «arruntaren» jarrera ere jakin behar da. Interesgarria izaten da ikasleen jarrerak neurtzea, kide ezinduak saio barruan sartzeko orduan. Ikus dezagun ondoren eredu bat, Block-en (1995) inbentarioez baliatuta, kirol arlorako galde-erantzun sorta, egokia saskibaloian aplikatzeko.

JARREREN INBENTARIOA

IZENA: _____ SEXUA: G/E ADINA: _____ IKASMAILA: _____ URTEA: 200__

(Inbentario honek kirol arlorako 7 galdekizun orokor eta 6 galdekizun espezifiko dauzka).

Puntuazioaren baloreak honakoak: 4 = bai; 3 = segur aski bai; 2 = segur aski ez; eta 4 = ez).

Galdekizun orokorra:

1. Ondo legoke X nire saio praktikoetara etortzea
2. Kiroletan aritzeko X-k laguntza behar duenez gero, hark guztioi joko moteltzen digu
3. Oso egokia litzateke X nire ekipoan egotea, saskibaloian jokatuko bagenu
4. Oso dibertigarria litzateke nire Gorputz-Hezkuntzako klaseetan egotea
5. X-k premia berezidunen Gorputz-Hezkuntza behar du beste ezinduekin batera
6. X nire saioetan (GHko klasean) balitz, harekin berba egingo nuke eta haren laguna izango nintzateke.
7. X nire saio praktikoetan (GHko klasean) balitz, olgetan eta jokoak praktikatzen lagundu nahi nioke

Galdekizun espezifikoa (saskibaloia):

1. X-k saski handiago eta baxuago batera jaurti ahalko du
2. X-ri inork ezin izango lioke baloirik kendu
3. X-k baloia jaurtitzera inork ezingo luke blokatu
4. X-k ez du botatu behar baloiarekin mugitzen den bitartean.
5. X-k defentsa-lana egiterakoan inork ezingo luke botean inguratu.
6. Ekipoa erasoan denean, baten batek jaurtiketa egin baino lehen, taldekide guztiek baloia ukitu beharko dute.

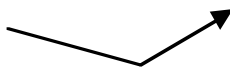
4.7. GRAFIKOETAKO NOMENKLATURA

Adibidez, saskibaloian:

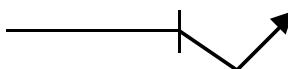
Harrera/iskin egitea/finta



Norabide aldaketa



Blokeoa eta jarraipena



Entrenatzailea edo laguntzailea



Pibotea; errebertsoa



Driblinga pibotearekin



Nomenklatura orokorra:

① Erasotzailea baloirik gabe.

① Erasotzailea baloiarekin.

△ Defendatzailea.

→ Baloirik gabeko desplazamendua.

---→ Pasea.

~→ Botearen bidezko desplazamendua.

—| Blokeoa.

⇒ Saskira jaurtiketa.

△ Oztopoa: Konoa.

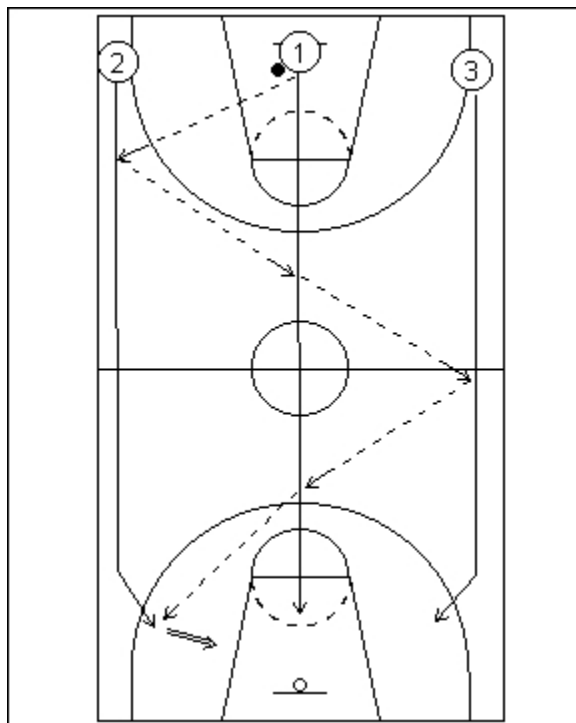
Ikus dezagun adibide praktiko bat, saskibaloiko ohiko ariketa bat harturik: 3 0 (kontraerasoa)

ARIKETA:

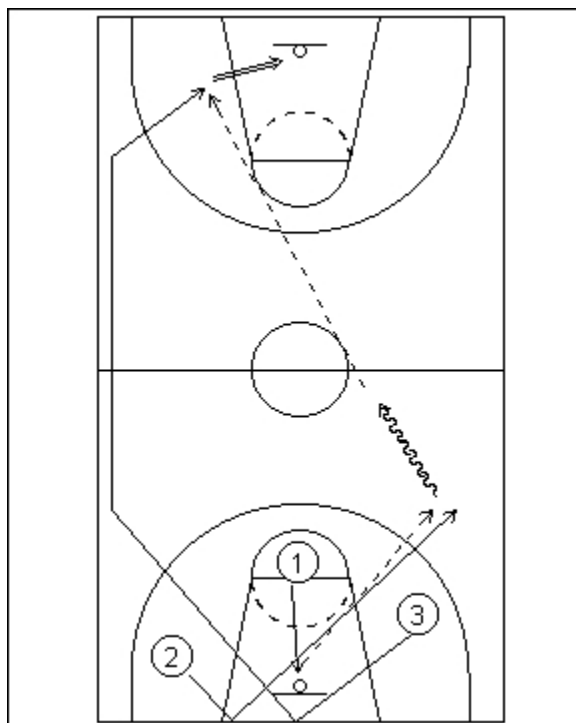
3 0 joan-etorria

—Zehaztasunak:

- Azken pasea pikez.
- Etorrera pase luze batez.
- Baloia hartzera korrika doanak kantxa erditik aurrera begiratuko dio baloidunari.



- Aurrerantz korrika egin, eta ez alborantz.
- Beti pase aurreratua (luze), hartzailearen ibilbidearen norabidea ez aldatzeko.
- Pase luzeetan, baloia hartzeko unean, gogoratu erreferentzia- puntua hartzailearen besagain aurreratua dela.



4.8. SASKIBALOIA: AZTERKETA

IZEN-ABIZENAK:

DATA: . . . - . . . - . . .

1. Zer da defendatzailearen «eroriko pausoa»?
2. Zein dira kontraerasoko kaleak?
3. Deskriba itzazu *bote babestua* irakasteko bi ariketa praktiko.
4. Gaia: Sarreraren irakaskuntza (eskuinetik). Aukeratu progresio pedagogiko egokia:
 - a) Abiada gurutzatua eskuinetik, bote bat eta sarrera. Gauza bera hainbat boterekin. Saski azpitik datorren pase bat jaso, eta ondoren, sarrera egin. Aurrekoa bezala, baina pasea pertsonaletik egin eta gero.
 - b) Lasterketan, baloia eskuetan eramanez, botatu gabe eta jaurtiketan arreta handia ezarriz. Abiada gurutzatua eskuinetik, bote bat eta sarrera. Gauza bera hainbat boterekin. Saskiaren azpitik datorren pase bat jaso ondoren, sarrera egin. Aurrekoa bezala, baina pasea pertsonaletik egin eta gero.
 - c) Berdin, baina lurrean erreferentzia bat kokatu (adib.: txandal bat), azkeneko bi bermatze- puntuak ondo koordinatzen lagun diezaion.
5. Baloiarekin norabide-aldaketak egiten ditugunean, zein da akatsa?
 - a) Atzeko oinerantz egindako bote baxua eta azkarra, eta baloia beste eskuarekin hartzea.
 - b) Esku-aldaketan erritmo-aldaketarik ez egitea.
 - c) Aurretik atzera eskumutur-kolpea egitea.
6. Zein dira talde kirolean kontuan hartzeko parametroak?
 - a) Arauak, teknika, espazioak, denbora, mugimenezko komunikazioak, mugimenezko estrategiak, taktika eta joko-erritmoa.
 - b) Arauak, espazioak, denbora, mugimenezko komunikazioak, mugimenezko estrategiak, lankidetasun/aurkakotasun-interakzioak eta eredu teknikoak
 - c) Arauak, teknika, espazioak, denbora, mugimenezko komunikazioak eta mugimenezko estrategiak.
7. Oinarrizko taktika:
 - a) Izendatu saskibaloia oinarrizko hiru defentsa motak.
 - b) Zein dira zonakako defentsaren abantailak eta desabantailak?
 - c) Asmatu alboko marratik egin daitekeen erasoko jokaldi simple bat (grafikoa egin eta deskriba ezazu).
8. Blokeatzaile batek blokeatu ondoren, zein ekintza egin behar du.
9. *Minibasket* jokoan (aukeratu egia den erantzuna):
 - a) Partida hasieran ekipo bateko jokalaria kopuru minimoa (aktan idatzitakoa) zazpikoa da.

- b) Lehenengo hiru laurdentxoetan, jokalaria bakoitzak gutxienez 7 min jokatu behar izaten du.
 - c) Zonakako defentsa egin ahal da.
 - d) 6,25 metroko marra atzetik jaurtitako saskiratzeak 3 puntu balio du.
10. Abiatze gurutzatuan (arrankada), zer gomendatuko zenioke ikasle bati «urratsak» ez egiteko?
- a) Lehenengo botea emateko atzeko oinarekin pibotatu ondoren.
 - b) Boteko eskuaren aurkako oina bermatzearekin batera lehen botea eman dezala.
 - c) Aurkariaren aurrean baloia babes dezala lehenengo botea eman baino lehen.
11. Aisialdiko joko-bilduma atala: Aukera ezazu joko egoki bat, adinean sartutako talde nagusi batentzat. (Fitxa moduan: helburuak, deskribapena, grafikoak, materialak, eta abar planteatuz).
12. *Jaurtiketa libre*a egitean, aipa itzazu ohiko hiru akats eta zein aspektu azpimarratuko zenituzkeen ekintza horren irakaskuntzan.
13. Gaia: Behaketa-fitxak: Asma ezazu akatsik usuenak zuzentzeko fitxa, ondorengo mugimendu teknikoak hobetzeko asmoz: botea, saskiranzko sarrera eskumatik, bularretiko pasea eta gelditzea.
14. Deskriba ezazu kontraerasoa lantzeko *11 jokalariren ariketa*.
15. Plantea ezazu *pasatu eta moztu-sistema* hobetzeko ariketa bat 3 0 egoeran.
16. Partida baten bideoa behatu ondoren (10 minutuan), egin ezazu azaleko azterketa bat eta osa ezazu klaseetan erabili izan dugun gida aplikatuz (analisi teknikoa, taktikoa eta ondorioak).

4.9. KIROL-HASTAPENETAN TEKNIKA ETA TAKTIKA IRAKASTEKO EREDUA

Honetaz, galdera asko egin ditzakegu: nondik hasi behar dugu ikasten oinarrizko mailetan, teknikatik ala taktikatik? Zein azpimarratu behar dugu gehien? Zeini eman garrantzi handien?

Talde-kiroleko egoerak zabalak dira. Esaterako, boleibolaren hastapenetan egite praktikoaren eskakizun teknikoa ere badugu (atzamar ukipena, alegia), honela jokatuko ez bagenu arautegiak zigortu egingo luke. Baina oro har, talde-kiroletako trebetasunak taktikara moldatzen dira, eta horretan erantzun hautatuak eta alternatiboak daude. Logikaz ezin da edozein mugimendu egin, egokienak baizik. Horregatik, teknika taktikaren menpe dagoela onartu behar badugu ere, egia da abantaila taktikoak lortzeko baliabide tekniko ugari menperatu behar direla.

Irakaskuntzaren ikuspuntutik, teorikoki, ikasleak taktika garatzeak teknika hobeto erabiltzea ekarriko du, zeren taktika-arazoak aukeratzekoan, konturatuko baita lagunduko dioten trebetasun batzuk ikasi beharko dituela. Bestalde, antolakuntzaren eta didaktikaren ikuspuntutik, eskolaren iraupen mugatuak, ikasle kopuru handiak, eta abarrek esaten digute ez dugula sekula jardun behar teknika hutsaren arabera, horrek denbora ugari kenduko digulako (estrategia analitiko). Beraz, ezaguera-maila hobea lortzeko, jokalarien partaidetza-maila altuetara heltzea (joko errealeko egoeran aritzea) beharrezkoa dela ulertu behar dugu.

Dena den, irakasteko orduan ez dira ondoko aspektuak ahaztu behar: ikasteko zereginaren eskakizun-maila, zereginaren esanahia, ikaslearen berezko talentua, etab.

Taktikaren bidezko irakaskuntzan, arazoak mentalki ebazteko gaitasunari lehentasuna emango bazaio, beharrezkoa da oinarrizko teknika bat izatea. Honela oinarrizko trebetasun motoreen araberrako taktika-erabakiak hartzeko gaitasuna landuko dugu.

Talde-kirolen analisi orokorrean, taktika-testuinguru batean ikas daitezkeen hainbat ekin-tza ditugu, batzuek beste batzuek baino posibilitate gehiago dituzten arren. Adibidez, errugbian, bere ekintza teknikoek joko-egoeran ikasteko aukera ematen dute (mugimenezko trebetasun nagusiak: eskuekin pasatu eta hartu, eta baita karrera egitea ere). Bestalde, boleibolean, jokoaren garapena eta hasierako mugimenduak ikasi beharko dira. Zuzeneko trebetasun teknikoak praktikan jakitea beharrezkoa denetan, eskola-saioretan arauzko ez den beste mota bateko egite praktikoa (esaterako, bote eginez edo autopaseak eginez jokatu) onartzen da. Gainerako talde-kirolak (saskibaloia, futbola eta eskubaloia) tarteko egoeran daude.

Hala eta guztiz ere, azpimarratuko dugu ez dela garrantzitsuena talde-kiroletan aparteko egite tekniko guztiak irakastea. Esan dezagun, derrigorrezko printzipio gisa, irakaskuntzarako eta talde-kirolen hastapenerako gure modeloak teknikaren eta taktikaren, bi aspektuen, ikasketan oinarritzen direla. Ahal den neurrian, elementu horiek alden ez daitezkeen ahalegindu behar dugu, eta taktika aberasteko aukera gehiago ematen duela azpimarratuko dugu. Dena den, ikasketan aspektu horietako bat nabarmentzen bada, besteak gutxituta egon behar duela ulertu behar da, zeren hasiberriek hasierako mailetan nahiko zailtasun baitituzte konplexutasunezko jarduera hauetan arreta mantentzeko eta aldagai guztiak kontrolatzeko.

Ondorengo taulan ikusten den bezala, ideia nagusia bi elementuak batera inplikatzea da, bakoitzean aspektu bat nabarmentzeko. «Joko sinplifikatuen» erabilerak, bai arauetan bai erabiltzeko trebetasunetan, ikasleak menperatzen dituen trebetasunak aplikatzen eta esploratzen joatea onartzen du, proposatutako mugimenezko arazoak ebatz ditzan.

KIROL-HASTAPENETAN TEKNIKA ETA TAKTIKA IRAKASTEKO EREDUA	
Oinarrizko trebetasun eta iaioetasunak lortu	
Kirol-taktika aurkeztu elementu tekniko gutxiren inplikazioarekin	Kirol-teknika aurkeztu elementu taktiko gutxiren inplikazioarekin
Kirol-praktikan antzeko joko-egoerak aurkeztu, ikasitako elementu taktiko eta teknikoen inplikazioarekin.	
Kirol-taktika aurkeztu elementu tekniko gutxiren inplikazioarekin	Kirol-teknika aurkeztu elementu taktiko gutxiren inplikazioarekin
Kirol-praktikan antzeko joko egoerak aurkeztu, ikasitako elementu taktiko eta teknikoen inplikazioarekin.	

Taulan ikusten den moduan, lehenik, oinarrizko trebetasun eta iaioetasunak menperatu behar dira, zeren hauek baitira testuinguru eta trebetasun berriak erakusteko ezinbesteko abiapuntua.

Kirol-trebetasun berriak, teknikak eta taktikak irakasteko, beharrezkoa da behin eta berriz talde-ekintzetan (ekintza kolektiboetan) kontzentratzea, teknika ikastean, aplikazio handiena dutelako testuinguru taktikoan. Ekintza horiek indibidualki, bikoteka edo taldeka aurki ditzakegu. Kontuan izan, aurkari baten kontrako bikotekako ekintzak askoz ere errazagoak direla 1-1 edo 2-2koak baino, azken hauetan zailtasun-maila areagotzen delako.

Nahiz eta ekintza horiek taldeko testuinguruaren barruan aurkitu, eta beti ere, erasotzaile baten ikuspuntutik, ikusten dugu ikasleak teknika eta taktika indibiduala ikasi behar duela. Kasu horietan, irakasleak manipulaturiko taktika kolektiboa aplikatuko da eraso-egoera motak ulertarazteko.

Zenbait talde-kiroletan ezinbestekoa da baloiaren kontrola izatea. Horietan, oinarrizko ekintzak dira: baloia gidatzea, pasatzea, jaurtitzea eta iskin egitea; eta balorik ez badugu, desmarkatzea eta iskin egitea. Hauek dira, ikasleak uler dezan, irakasleak azpimarratu behar dituen ekintza teknikoak eta, gainera, taktika indibidual eta kolektiboan egin beharrekoak.

Erasotzaileen eta defendatzaileen arteko ekintzak aurkezten direnean, arestian aipatutako ekintzak dira egokienak, talde-kirolen oinarrizko aspektuak irakasten hasteko.

Hasierako mailetan eraso-ekintzek «arrakasta» lortuko badute, komeni da nagusitasun numerikozko egoeretan erabiltzea. Esaterako, 2 1, 3 1 egoeretan. Eta berdintasun numerikora gatozenez (2 2, 3 3 egoeretan), ekintza defentsibo kontrolatuak erabili behar dira, eraso gidatuak eginez. Horrela, bada, ikasleak eraso- egoerak menperatzen dituen neurrian, exijentzia handiagoko ekintza defentsiboetara joko dugu, harik eta defendatzaileek protagonismo handiagoa izan arte.

4.10. ZER EGIN DEZAKEGU TALDE-KIROLETAN?

4.10.1. Zer egin erasoan ari garenean?

1. Baloiak daukagunean:

—Jabetza mantenduko dut.

—Taldearentzat aukerarik onena aztertuko dut:

- Ahal badut, aurrera joko dut.
- Taldekideari pasatuko diot, burua altxatu eta non dagoen ikusi ondoren.
- Helburua beteko dut. Adib.: gola sartu, saskiratu...

2. Baloiak ez daukagunean:

—Kide batek pilota pasa diezadan, leku egokian kokatuko naiz: leku asko izanda eta erabakitzeke denbora izanda

—Pilota jaso dezakedan lekuetan jarriko naiz: kidearen eta nire artean aurkakorik egon ez dadin ardura hartuko dut. Honela, pasea eragozpenik gabe jasoko dut

4.10.2. Zer egin defendatzen ari garenean?

1. Baloiak berreskuratu.

2. Aurkako taldearen erasoak eragotzi:

—Ondo kokatu, aurkakoa oztopatzeke.

—Helburura hurbiltzen direnean, presiona iezaiezu. Baita taldekideari lagundu ere pilota dagoen gunean.

3. Jaurtiketak eragotzi.
4. Pilota berreskuratuz gero, erasoan has gaitezke.

4.10.3. Oinarrizko printzipioak errespetatu (jarrerazko edukiak)

1. Helburua ez da txapeldunak sortzea, jokalariek ondo pasatzea eta haiek hezitzea baizik.
2. Jokalariek indarkeria ez erabiltzea.
3. Jokalariek epailearen erabakiak begirunez errespetatzea.
4. Aurkariak lagun bihurtzea.
5. Jokalarien jokoa eta jarrera edo portaera zaintzea.

*Talde-kirolen
koaderno*

5

AURKIBIDEA

5. TALDE-KIROLEN KOADERNOA	91
5.1. Saskibaloia	93
5.1.1. Historia	93
5.1.2. Oinarrizko arautegia	93
5.1.3. Teknika	94
5.1.4. Taktika	94
5.1.5. Ebaluazio-irizpideak	95
5.1.6. Kontrol-fitxak eta mekanizatu beharreko ariketak	95
5.1.7. Gehiago jakiteko edo errefortzuak egiteko jarduerak	96
5.1.8. Saskibaloia lantzeko joko-bilduma	96
5.2. Minibasketa	101
5.2.1. Helburua	101
5.2.2. Jokoaren azalpena	101
5.2.3. Iraupena	101
5.2.4. Taldeak	101
5.2.5. Jokoaren hasiera	101
5.2.6. Oinarrizko arautegia	102
5.3. Areto-futbola	102
5.3.1. Helburua	102
5.3.2. Jokoaren azalpena	102
5.3.3. Iraupena	102
5.3.4. Jokoaren hasiera	102
5.3.5. Oinarrizko arautegia	102
5.3.6. Futbolerako joko-bilduma	103
5.4. Eskubaloia	104
5.4.1. Helburua	104
5.4.2. Jokoaren azalpena	104
5.4.3. Iraupena	104
5.4.4. Taldeak	104
5.4.5. Jokoaren hasiera	105
5.4.6. Oinarrizko arautegia	105
5.4.7. Eskubaloirako joko-bilduma	106
5.5. Boleibola	107
5.5.1. Helburua	107
5.5.2. Jokoaren azalpena	108
5.5.3. Iraupena	108
5.5.4. Taldeak	108
5.5.5. Jokoaren hasiera	108
5.5.6. Oinarrizko arautegia	108
5.5.7. Boleibolerako joko-bilduma	109
5.6. Zapi-errugbia	110
5.6.1. Helburua	110
5.6.2. Jokoaren azalpena	110
5.6.3. Iraupena	110
5.6.4. Taldeak	110
5.6.5. Jokoaren hasiera	110
5.6.6. Oinarrizko arautegia eta zigorrak	110

5.1. SASKIBALOIA

5.1.1. Historia

Saskibaloiak, beste talde-kirol askoren moduan, aurrekari ugari ditu munduan. Hemen, gaur egungo jokoari bakarrik ekingo diogu.

James Naismith irakasleak, 1891n, AEBko eskola batean, neguan gimnasio barruan joka zitekeen joko bat asmatu zuen. Oinarrizko hamahiru arau zituen eta 9 jokalariz osatutako jokoak eratu zuten.

Denborarekin 9 jokalaria 5era murriztu ziren. Hasierako uztaiari, taula eta sarea gehitu zitzaizkion. Laster, joko berri honek arrakasta handia izan zuen AEBan eta Europan.

1928ko Amsterdamgo eta 1932ko Los Angelesko Olinpiadetan saskibaloia erakusketa-kirol gisa sartu eta gero, Berlingo 1936ko Olinpiadetan kirol olinpikotzat hartu zuten.

Emakumezkoen saskibaloia, aldiz, Montrealgo Joko Olinpikoak egin arte (1976) ez zen olinpikotzat hartu.

Gaur egun, Euskal Herrian saskibaloiak bilakaera nabaria izan du. Klub arrakastatsuak izan dira, guztien artean aipagarriena Gasteizko Baskonia (Tau Cerámica) kluba dugula.

5.1.2. Oinarrizko arautegia

1. *Joko-eremua*: 28 × 15 m-ko zoru gogorreko eta oztoporik gabeko lauki zuzena da.
2. *Baloia*: baloia 75-78 cm-ko diametroa du.
3. *Jokalaria kopurua*: taldea pistako bost jokalariz eta beste hainbat ordeko jokalariz osatzen da. Partidan, baloia jokoan ez dagoenean eta epaimahaikoei abisatu ondoren, aldatketak eta hutsarteak eska daitezke.
4. *Hiru segundoko eremua*: area barnean, jokalaria erasoan ari direnean ezin daitezke hiru segundo baino gehiago egon.
5. *Saskiratzea*:
 - saskiratze arrunta: 2 puntu;
 - jaurtiketa librea: 1 puntu, jaurtiketa bakoitzeko;
 - hiruko saskiratzea: 3 puntu, 6,25 m-ko marra baino atzeragotik sartuz gero.
6. *Partidaren iraupena*: partida batek, baloia jokoan ez dagoen denbora deskontatuta, 40 minutuko iraupen erreala du, 10 minutuko lau zatitan banatuta eta 15 minutuko atsedendia. Partida berdinduta amaitzen bada, luzapenean 5 minutuko behar beste zati jokatzen dira.
7. *Jokalaria baloiarekin*: jokalaria eskuarekin jokatu behar du baloia eta ezin du hankaz edo ukabilez jo. Baloia duen jokalaria soilik botearen bitartez desplazatu daiteke. Jokalaria, baloia botatu ondoren bi eskuz hartzen badu, ezin izango du berriro boterik eman; nahitaez, baloia jaurti edo pasatu egin beharko du, bestela, dobleak (bikoitzak) egingo ditu. Baloidun jokalaria 8 s ditu kantxa erdia zeharkatzeko eta ekipokoek, guztira, jaurtiketa egiteko 24 s dute.

8. *Faltak:*

- Falta pertsonalak:* jokalaria batek, arautegia errespetatu gabe, aurkakoaren progresioa (botea, pasea edo jaurtiketa) moztu duenean, falta pertsonalaren bitartez zigor-tuko da. Falta bakoitza akumulatu egiten da. Horrela, 5. falta egiten duen jokalaria partida utzi beharko du eta haren postua taldeko ordezkari batek bete beharko du.
- Falta teknikoak:* jokoaren izaeraren kontrako jokabideak zigortzen dituzte falta horiek. Jokalari eta entrenatzaileek, beti, jarrera egokia erakutsi behar dute. Hala ez bada, abisua jaso ondoren falta teknikoa adieraz dakieke jokalaria zein entrenatzaileei. Horren ondorioz, kontrako ekipoak jaurtiketa libre bat eta baloiaren jabetza lortuko du. Baina, entrenatzailearen kontra izan bada, bi jaurtiketa libre eta hurrengo jokaldian ere baloiaren jabetza aurkakoaren esku izatea izango da zigorra.

9. *FIBAk 2000.urtean, arautegian indarrean jarritako aldaketarik nabarmenenak:*

- Baloiaren jabetza-denbora: 24 s jaurtiketa egiteko eta 8 s eraso gunera pasatzeko.
- Bonus: taldeko 4. faltatik aurrera, laurden bakoitzean. Falta pertsonal oro jaurtiketa libreko marrik jaurtiko da.
- Hutsarteak: laurden bakoitzeko bat, lehenengo hiruretan. Azkeneko laurdenean bi hutsarte eska daitezke.
- Ordezkatzea: laugarren laurdenean, azken bi minutuetan saskiratze bat hartu ondoren.
- Teknika (jokalaria egindakoa): jaurtiketa libre bat gehi baloiaren jabetzaren zigorra.

5.1.3. **Teknika**

Hauek dira oinarritzko elementu teknikoak:

- Bote motak: babeskuntzako eta abiaturazko botea.
- Jaurtiketa: jaurtiketa librea, esekidurazkoa eta gakoakoa.
- Pasea: bularrekoa, botezkoa (pikea), buru gainekoa, beisbolekoa, eta eskutik eskurakoa.
- Iskintxoak baloiarekin: pasea egiteko, jaurtitzeko, eta abiatzeko iskintxoak.

5.1.4. **Taktika**

Eraso- eta defentsa-taktikak landuko ditugu:

—Defentsa:

- Baloidun eta baloi gabeko jokalaria defentsa.
- Sistemak: buruz burukoa, zonakakoa eta mistoa.
- Balantze defentsiboa edo gibeleratzea.

—Erasoa:

- 1 1, pasatu eta moztu, blokeoak (zuzenak, ez-zuzenak) eta kontraerasoa.
- Sistemak: zonakakoa, buruz burukoa eta mistoaren kontrakoak.

Aholku gisa: saskibaloiko atal hau osatzeko, begiratu dokumentu osagarriaren 4.2. atala.


5.1.5. Ebaluazio-irizpideak

Ebaluazioa egiteko garaian, irizpide hauek izango ditugu gogoan:

- Oinarrizko tekniko osatutako zirkuitua menperatzea.
- Oinarrizko egite praktikoaren teknika menperatzea (1 = 1).
- Oinarrizko taktika 2 = 2 jokoan egoki moldatzeko gai izatea.
- Parte hartzea eta ahalegintzea.

5.1.6. Kontrol-fitxak eta mekanizatu beharreko ariketak

1. *Jaurtiketa estatikoaren kontrol-fitxak: jaurtiketa librearen azterketa*

Gorputz atalak	Posizio egokiak	Bai/Ez
Hankak	— Jaurtiketako eskuari dagokion oina aurreratuta. — Belaunak tolestuta, jaurtiketa unean luzatzeko.	
Enborra	— Zuzen, baina pixka bat aurrera makurturik.	
Beso Jaurtitzaila	— Besoko ukondoa 90°tan  eta baloia esku jaurtitzailaren azpian. — Eskua + besaurrea + ukondoa eta besoaren plano lurrarekiko perpendikularra.	
Eskua	— Baloia atzamarren gainean izanik, baloia jaurtitzekoan eskumutur kolpea eman.	

—Jaurtiketa-emaitzak (distantzia batzuetatik):

Distantziak	Zenbat saskiratu ditut?
2 m-tik	Hamar saialditik ____
3 m-tik	Zortzi saialditik ____
Jaurtiketa libreko marratik	Bost saialditik ____

2. Joko errearen behaketa-fitxak: partidetak pase-azterketa

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Bularrekoa															
Botezkoa															
Burugainekoa															
Beisbolekoa															
Eskutik eskurakoa															

—Partidaren oinarri tekniko azterketa

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Paseak														
Jaurtiketa libreak														
Jaurtiketak guztira.														
Sarrerak (Barneratzean, kontraerasoetan...)														

5.1.7. Gehiago jakiteko edo errefortzuak egiteko jarduerak

Atal honetan, ikasleak jarduera (ariketak, jokoak, eta abar) tekniko/taktikoetan aritu beharko du.

5.1.8. Saskibaloia lantzeko joko-bilduma

1. Baloi-dorrea

—Garapena:

Ekipo bakoitzetik jokalaria bat «dorrea» izenekoa izango da, eta, zirkulu baten barruan edo aulki baten gainean, jokalekuaren hondoko marran jarriko da (saskiaren ordezkari). Jokoan nahi ditugun helburuak lortzeko, edozein aldaera sar daiteke.



—Arauak:

«Dorreak» egiten du hasierako sakea, bere taldekide bati lehen pasea eginez. Puntuak lortzeko, dorreak baloiari eutsi behar dio zirkulu edo aulkia utzi gabe.

2. Hamar pase eta jaurti (10 pasekoa)

—Arauak:

Driblatzea eta, errugbian bezala, eskuartean baloiarekin korrika egitea debekaturik dago; baita pasea eman duenari itzultzea ere.

Puntu bat 10 pase egiteagatik, eta 3 puntu saskiratu edo gola sartzeagatik.

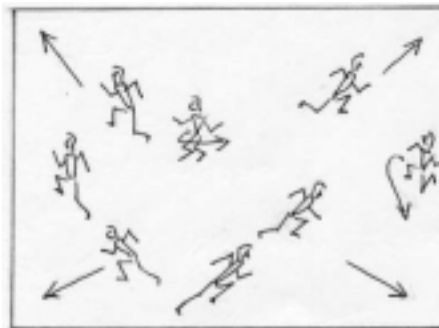
—Aldaerak:

Eskubaloian jokatzeko egokitu ahal da.

3. Lau ertzak taldeka

—Garapena:

Ikasleak, jokaleku karratu batean, libreki mugitzen dira aginduaren zain, eta bakarka baloiarekin ertz bana hartuko dute. Ea nor geratzen den erdian.



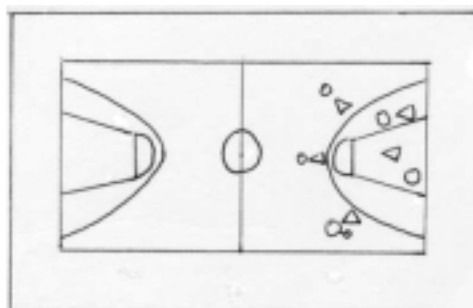
—Aldaerak:

- Ertz bakoitzean, binaka, baloia botean mantenduz.
- Hirunaka: hirukotekoak ertzaren bila joango dira seinalea entzun ondoren.

4. Saski kooperatiboa

—Garapena:

Puntuatzeko arau bereziak ditu. Helburua da denak jokatzera animatzea, saskiratzak guztien artean lortzeko, eta ez jokalaria batek bakarrik.



—Arauk:

Partidako emaitza kenketa baten bidez lortuko da. Hau da, jaurtitzaille onenaren puntuazioari txarrenaren puntuazioa kenduta ateratakoa azken puntuaketari kenduko zaio eta hori izango da ekipo horren benetako emaitza.

Adibidez: ekipo batek 30 puntu sartu ditu. Jaurtitzailerik onenak lortu dituen 10 puntuei kendu behar zaizkie jaurtitzaille txarrenaren puntuak, hau da, 0 puntu. Beraz, ekipoaren azken emaitza 20 puntukoa izango da.

—Beste aldaera batzuk:

- 2 puntu gehiago ematea, ekipoko jokalarik guztiek punturen bat lortuz gero.
- 10 puntu gehiago, taldekide bakoitzak saskiratzerik lortuz gero.
- Saskiratze gutxien lortu duen jokalaria emaitza bikoiztea.

5. *Saski-naskia*

Saskibaloia aldaerak, arautegia eraldatuta:

—Saskibaloi-partida jokatu, errugbiaren antzerako arauekin.

—Berdin, tenis-pilotarekin edo bestelako material batekin.

—Saskibaloian jokatu, bote gabe edo baloidunak gehienez 2-3 bote eman.

—Jokatu, baina 6,25 m-ko marra baino urrunago ezin da boterik eman.

—Boteak ezkerreko eskuarekin bakarrik eman.

—«Saskibaloi egokitua». Puntuaketa: saskiratze garbia (uztaia ukitu gabe) lortuz gero, 4 puntu; baloiak taula ukitzen badu, puntu bat; uztaia ukitzen badu, 2 puntu.

6. *Saskia eta Hizkuntza*

—Garapena:

Bikote bakoitzari baloi bat eta testu idatzi bat eman behar zaio. Babes-botea lantzen den bitartean aldamenekoak zer egin behar duen agintzen dio (gogoratu bieta-riko bat botean ari dela etengabe).



Adibidez: 1. Hasi aurretik irakurri testu osoa. 2. Salto egin herrenka botea eginez. 3. Esku aldaketak desplazamendu txikiekin. 4. Lasterka joan-etorria zirkuluan. 5. Bota gora baloia, hiru txalo eman, eta zure urtebetetze eguna esan. 6. Eseri lurrean, eta altxatu hiru bider segidan, beti ere botean. 7. Itxi begiak 10 segundoz. 8. Egin biderketa bat buruz, ozenki (adibidez: 12 2). 9. Eman musu bat zure lagunari. 10. Lortu saskiratze bat ahalik eta lasterren.

—Arauk:

Bote babestua, baxua, oinarrizko egoera teknikoa zaindu.

—Aldaerak:

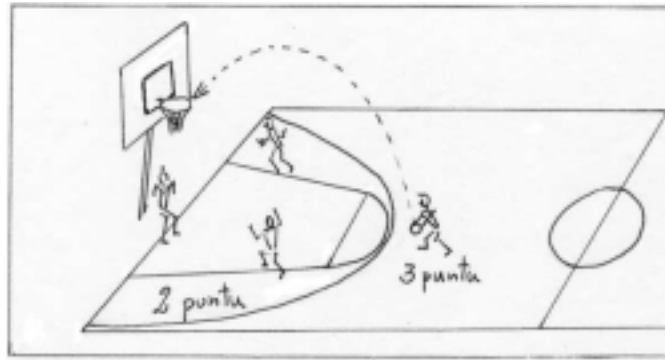
- Saskia eta matematika: botea galdu gabe, ebatzi ozenki irakasleak proposatutako eragiketak.

- Zenbakiak: desplazamenduan bikoteka, batek atzamarrekin zenbakiak markatu eta lagunak, baloia botean daramala, zer ikusten duen kontatuko du.

7. Hogeita batera norgehiagoka

—*Garapena:*

Txandaka ea norik saskiratzen duen jokatu. Jokoaren hasiera jaurtiketa libreko marratik egingo da.



—*Arauk:*

Ikasle batek huts egin eta gero, hurrengoak saskira dezake, bote bat eman ondoren. Saskiratzea lortu eta gero, berak jarraitzen du jaurtitzen pertsonaleko marratik eta puntuak gehitzen. 6,25 m-ko marratik saskiratzen bada, 3 puntu lortuko ditu, pertsonaletik puntu bat, eta beste tokietatik 2 puntu. Hogeita batera heltzen den lehenak irabaziko du; baina saskiratze kopuruan puntuaketa justua ez bada, hau da, hogeita batetik pasatzen bada, hogeita hamaikara edo berrogeita batera jokatu beharko da joko amaitzeko.

—*Aldaerak:*

- «*O-S-O*» jokoak: txandaka saskiratzen saiatu. Lehenengoak asmatzen duen toki beretik, beste guztiek errenkadan antzeko keinuak eta jaurtiketak egingo dituzte. Aurrekoak saskiratzen ez bada, besteak ez daude derrigortuta gauza bera egitera, baina aurrekoaren antzekoa lortzen ez badute, hizki bat hartuko dute, O-S-O hitza osatu arte.
- «*Bonbila*» jokoak: txandaka 3 segundoko eremuaren inguruan markatutako marrazkoetan kokatuta jaurti, toki guztietatik buelta osoan saskiratze guztiak lortu arte.
- «*Bat beste guztien aurka*»: jokalariek pertsonaletik jaurtitzeko aukera du. Puntuaketa: lehenengo pertsonalak puntu bat balio du eta beste guztiek, bi puntu. Errebotea lortzen duenak besteen aurka jokatuko du, eta saskiratzen bada, puntu bat, baina airean zaflatuz gero, hiru puntu egiteko aukera izango du, eta ondoren pertsonaletik botako du.

8. Geldi!

—*Garapena:*

Ikasle batek baloi bi ditu; baloi bat pista erdirantz jaurtiko du, eta, beste ikasleek kanasta lortu bitartean, botean konoen bidez mugatutako distantzia bati ahalik eta buelta gehien ematen saiatuko da.

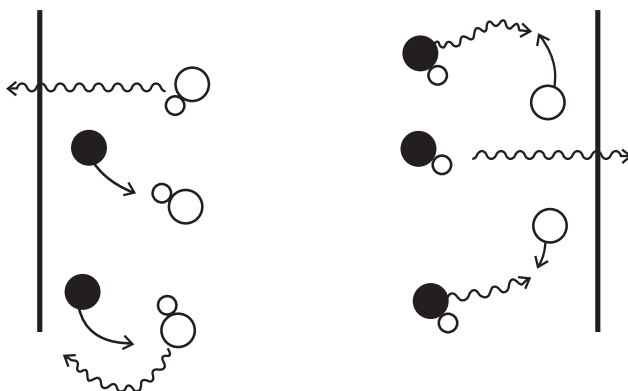
Baloia hartzen eta saskiratzen saiatuko direnak pasearen bitartez hurbilduko dira saskira eta saskiratzen dutenean, *geldi!* esanez, konoen artean dagoenari gelditzeko abisua emango diote, eta orduan, puntuak zenbatuko dira. Horrela, botean, jokalaria guztiek jardun arte.

9. Botean, alboko marra zeharkatzera

—Garapena:

10 jokalarirentzat. Bosteko bi ekipo, hiruna baloirekin.

Hiru jokalaria arituko dira erasoan baloi banarekin, eta bi defendatzen. Erasotzaileak, botean, alboko marra zeharkatzen saiatuko dira.



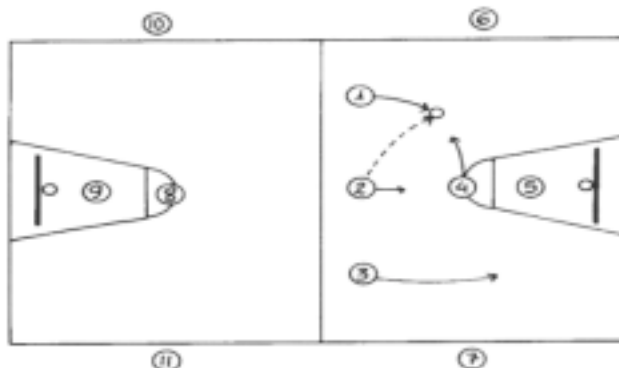
Erasotzaileak botea utzi edo baloia galduz gero, beste marra ukitu eta berriro erasotzen hasiko da, hirurek zeharkatzea lortu arte. Aldaera: batek zeharkatzen duenean, besteei laguntza emango die babeslanetan (pase + desmarke + baloia itzuli).

10. Hamaikaren jokoa (3 2 egoerak)

—Garapena:

11 ikasle, saskibaloiko kantxan, grafikoko ordena berean kokaturik. Lau defentzaile (4, 5, 8 eta 9 zenbakidunak) binaka saski bakoitzean, defentsa-lana egiteko prest.

- Lau itxaroten egongo dira kantxatik kanpo jaurtiketa libreko marraren parean, irudian ikusten den bezala (6, 7, 10 eta 11). Gainontzeko ikasleak (11 baino gehiago badira) jokalekutik kanpoko postu hauetan metatuko dira.



- Hiru jokalarari (1, 2 eta 3), baloi batekin, eraso egiteko prest (3 2 egoera).
- Erasotzaileak hasiko dira, eta, jaurti ondoren, errebotea hartzen duenak aldame-neko biekin (6 eta 7) erasoan jokatu du aurkakoen saskiaren kontra.
- Gainontzeko lau jokalarrietatik bi defentsa-lanak egiten arituko dira, eta beste biak itxaron-lekuetan kokatuko. Joko honekin etengabe ari gara 3 2 egoera lantzen.

—Arauk:

Erasoaldi bakoitzean, jaurtiketa bat bakarrik egin daiteke, segidan errebotea hartu eta aurkakoen saskiaren kontrako eraso antolatuko da.

11. *8 jokalariren artean (2 2 + 1 egoerak) kontraerasoak gauzatu:*

Bikoteak egingo ditugu. Babeslanetan diren bi erasotzaileak erasoan arituko diren komodinak izango dira, eta beti egongo dira erasoan saski banatan kokaturik. Beraz, 3 2 jokoan aritzen den defentsak irabazten badu, komodin batekin egingo du eraso. Erasoan ari direnek saskiratzea lortuko balute, ordea, erasoan hasiko lirateke, berriro, beste komodinarekin aurkako saskiaren kontra.

Defentsa ona egitea eskatzen da, beti erasoan jokatu nahi badute.

5.2. MINIBASKETA

5.2.1. Helburua

Baloia aurkakoen saskian sartzea.

5.2.2. Jokoaren azalpena

Atal hau ikasleak bete beharko du ahalik eta zehaztasun gehien adieraziz.

5.2.3. Iraupena

Guztira 28 min., era honetan zatituta: 14 minutuko bi zati nagusi, eta bien arteko 10 minutuko atsedenaldua. Halaber, zati bakoitza 7 minutuko bi laurdenetan banatzen da. Beraz, 14 minutuko zati bakoitza bi laurdenetan edo alditan banatua dago, eta bi laurdenen artean 2 minutuko atsedenaldua egiten da.

5.2.4. Taldeak

Taldeak, gehienez, 12 jokalarari izango ditu eta, gutxienez, 8. Beti ekipo bakoitzeko 5 jokalarari hasiko dira jokoan.

5.2.5. Jokoaren hasiera

Zelai erdian, talde bietako jokalarari biren artean salto eginez hasiko da aldi bakoitza.

5.2.6. Oinarrizko arautegia¹

Faltak bi talde nagusitan sailkatuko ditugu:

- *Falta arruntak*: korrika egitea baloiari botea eman gabe (errugbiaren antzera); desplazatzean, botea egitea baloiari atxikiz; hankaz edo ukabilez baloia nahita jotzea; baloia nahi gabe hankaz jotzea ez da zigortuko, ordea.
- Falta egon den kasuetan joko geldituko da eta aurkakoei baloia emango, falta izan den ingurutik alboko sarea egin dezaten.
- *Falta pertsonalak*: aurkakoarekin izandako arauz kanpoko kontaktuak zigortzen ditu. Falta, jokalaria jaurtitzen ari denean, egiten bada, bi jaurtiketa libreko zigorra izango du. Falta, ostera, jaurtitzerakoan ez bada, baloia alboko murratik ipiniko da berriz ere jokoan, baldin eta ekipoko falta kopurua 5koa ez bada.

5.3. ARETO-FUTBOLA

5.3.1. Helburua

Baloia aurkako taldearen ate barruan sartzea (baloiak osorik sartu behar du).

5.3.2. Jokoaren azalpena

Atal hau ikasleak bete beharko du ahalik eta zehaztasun gehien adieraziz.

5.3.3. Iraupena

Mailaren araberako iraupen ezberdineko partidak izango dira:

- Benjaminak: 20 minutuko zati bi eta 10 minutuko atsedena.
- Alebinak: 25 minutuko zati bi eta 10 minutuko atsedena.

5.3.4. Jokoaren hasiera

Erdiko sarea egiteko, gutxienez, talde horretako bi pertsonak egon beharko dute zelai erdian. Erdiko sareaekin hasi ondoren, jokoaren helburu nagusia da baloia aurkakoaren atean sartzea, taldekideen artean paseak eginez eta baloia zelaitik irten gabe.

5.3.5. Oinarrizko arautegia

- Talde batek baloia zelaitik kanpo botatzen badu, beste taldeak aterako du baloia irten den toki beretik, bi eskuekin eta buruaren gainetik.

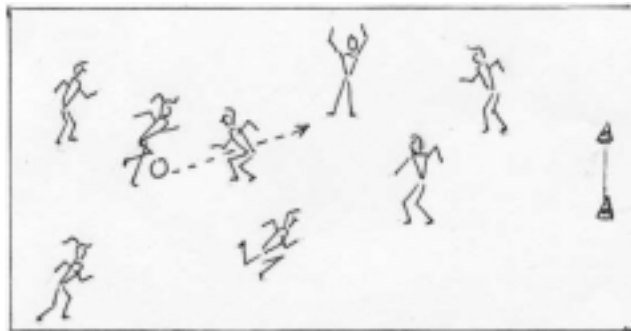
¹ Minibasketeko araudi ofiziala (2003/04) euskeratuta, interneteko helbide honetan aurkitzen da: www.fvzbaloncesto.com.

- Baloia gorputzaren edozein atalekin uki daiteke, eskuekin izan ezik.
- Area barruan, atezainak bakarrik uki dezake baloia eskuekin.
- Baloiarri nahi beste ukitu eman ahal zaio.
- Gola zelaiaren edozein tokitatik sar daiteke.
- Ezingo da aurkakoa jo, heldu, bultzatu... baloia kentzeko, bestela falta izango da.
- Falta hauetako bat aurkariaren area barruan izanez gero, penaltia izango da. Penaltia, penalti-puntutik jaurtiko da.
- Atezainak eskuarekin aterako du eta ezingo du zelai erdia pasatu.

5.3.6. Futbolerako eta areto-futbolerako joko-bilduma

1. Futbol kooperatiboa

- Arauak:
Futboleko jokatu, baina gola sartzen duen jokalaria beste ekipoko jokalaria bihurtuko da.



2. Futbola baloirik gabe

- Garapena:
Bi taldeetan banatutako jokalaria defentsa-eremuan lasai egon daitezke, baina, gola sartzeko, eraso-eremuan sartu eta atletik gorputza zeharkatu behar dutenez gero, erreta gera ez daitezten, norabide-aldaketak, desmarkeak... egin beharko dituzte; hots, ekipoko estrategiak sortu beharko dituzte aurkakoa erretzeko. Aldi berean, ondo erabaki noiz egin eraso.

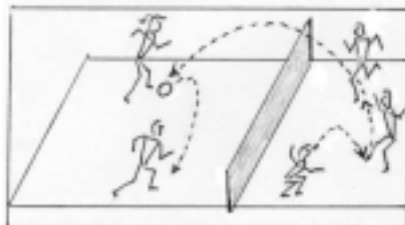


- Arauak:
Ate aurrea ezin da bete, aurkakoren bat bere inguruan gola sartu nahian ez badago, behintzat.

3. Futbol-boleia

—*Garapena:*

Boleiko edo teniseko kantxan kokaturik, hiru ukitu eta bote bat onartzen dira. Sarerik ez balego, banku suediarrek edo beste materialen bat jar liteke (soka, goma elastikoa, koltxoitxoak edo atletismoko hesiak).



—*Arauk:*

Sake zuzena edo bote lasterrean. Jokalari batek ezin du bi aldiz segidan baloia jo.

—*Aldaerak:*

- Ukitu eta bote gehiago onartzea.
- Baloia jotzen duena jokalekuz aldatuko da.
- Sarearen ordeztu, jokalariz osatutako «hilerria» jarriko da jokoaren eragozteko, horrela 3. eremua sortuko da. Baloia eragotziz gero, erdiko jokalariek askatu egingo dira, eta hutsa egin duenarekin ordezkatu da tokia.
- Futbol-tenisa.
- Futbol-frontoia.
- Futbol-boleia.

5.4. ESKUBALOIA

5.4.1. Helburua

Kontrako atean gola sartzea.

5.4.2. Jokoaren azalpena

Atal hau ikasleak bete beharko du ahalik eta zehaztasun gehien adieraziz.

5.4.3. Iraupena

60 minutu. Joko-denbora 30 minutuko bi zatitan banaturik eta 10 minutuko atsedena.

5.4.4. Taldeak

Eskubaloian 7 7. Mini eskubaloian 5 5 atezaina barne.

5.4.5. Jokoaren hasiera

Zelaiaren erditik gure zelaian dagoen taldekide bati pasatuz hasiko da jokia.

5.4.6. Oinarrizko arautegia

- Baloiak bote egin eta gero, eskuan atxiki gabe aurreratzeko aukera dago. Bote egin eta gero, eskuez atxikitzen bazaio, ezin da berriz boterik eman.
- Baloia eskuetan eta boterik egin gabe, hiru pauso emateko aukera dago.
- Aurkakoari, baloia kontrolatua duela, ezin ken dakioke.
- Ezin daiteke baloia belauetik beherako gorputz atalekin uki.
- Aurkakoaren erasoak gorputzarekin bakarrik galeraz daiteke, besoak eta hankak zabaldu gabe.
Aurkakoarekin kontaktu egiteko beste aukera guztiak, hala nola, oratzea, jotzea... debekatuta eta zigortuta daude.
- Aurkakoari edozein mesprezu edo irain egitea zigortu egingo da.
- Zigorrak, noiz:

a) Zuzeneko jaurtiketa:

- Jokalaria batek, baloia duela, falta teknikoa egiten duenean. Esaterako, urratsak, bikoitzak, 6 m-ko eremua zapaltzea... edo erasoko faltan, hau da, defendatzaile batekin arauz kanpoko kontaktua egiten duenean.
- Baloia duen taldeak erasotzeari uko egiten dionean, hau da, gol edo jaurtiketa egiteko aukera garbia izanda, jokia moteltzea erabakitzen duenean. Horri pasiboa esaten zaio.
- Defentsa batek gol-aukera garbia ez duen erasotzaile bat desegoki defendatzen duenean.

b) Penaltia:

- 6 m-ko eremu barruan defendatzea.
- Gola egiteko aukera garbia egonik, baloia duen jokalaria bati falta egitea.
- Atezainari baloia nahita pasatzea.

c) Egozpen eta kanporaketak:

- Baloia jokatzeke asmorik gabe beste taldekoen kontrako ukipen-ekintzak eginez gero (besoetan jotzea, bultzadak), diziplina-zigorrak izango dituzte. Egoeraren arabera, hainbat eraz zigortuko dira: ahozko oharra, 2 min-ko egozpena, edo behin betiko kanporaketa.

—Oinarrizko beste arau batzuk:

- a) Atezainak 6 metroko eremuan baloia hankaz ukitu, gelditu edo jo dezake.
- b) Aurkariari baloia ken dakioke, eskua zabalik eramanez eta aurkaria ukitu gabe.
- c) Ezin daiteke baloia hankaz jo (atezainak izan ezik). Era berean, ezin gaitzke des-plaza, baloia bi eskuekin batera bote eginez.

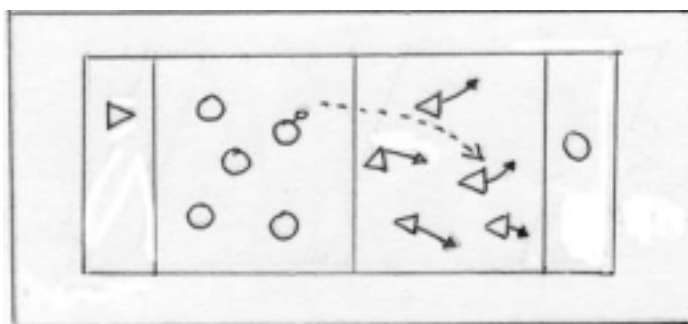
5.4.7. Eskubaloirako joko-bilduma

1. Zelai errea

—Garapena:

- Jokalekua bi zatitan markaturik dago.
- Hondoko marren atzealdea «hilerria» deritzan eremua da.
- Jokoa baloia jaurti eta aurkakoa erretzean datza.

—Arauak:



Erreta dagoena aurkako ekipoaren jokalekuaren atzeko «hilerria» joango da. Jokalaria «hilerrian» dagoela, hondoko marretatik ateratako baloia hartzen badu, erretzen saiaturiko da. Helburu hau lortuz gero, aske geratzen da eta bere ekipoaren zelai handiko kokalekura itzuliko da berriro.

—Aldaerak:

Ikus.: *REF*, 60. zk., 17-24 orr. Aldizkari honetan, autoreek proposatutako aldaerak, jokoaren analisia eta pedagogi hausnarketa interesgarriak biltzen dira.

2. Erbiak eta ehiztariak

—Garapena:

Erreta dagoenak gelditu eta eseri egin behar du. Baloia hartzen badu, dagoen lekutik besteren bat erretzeko aukera izango du (nor bere burua libratzen ahaleginduko da). Baloiarekin zutik gelditzen den azken jokalaria izango da jokoaren irabazlea.

—Arauak:

- Baloiak joz gero, erre egiten da, eta jokalaria horrek lurrean eseri beharko du.
- Baloiak lurra ukitzen badu lehenago, ez da erretzen eta jokoak jarraitu egiten du.

—Aldaerak:

- Baloi bat baino gehiago erabiliz.
- Eserita daudenak askatzea debekatzen duen aldaera (pilota eserita jokoa).
- Bi taldetan banatuta, lehiatzen duena (lehiaketa).
- Pasabidea eginez, alboetan jarrita dauden bi ehiztariak, erditik pasatzen diren erbiak erre behar dituzte. Babeslekuak jarri ahal dira ibilbidean zehar.
- Launaka. Mugitzen ez diren hiru ehiztariak erbi mugikorra hil behar dute baloia-ekin.

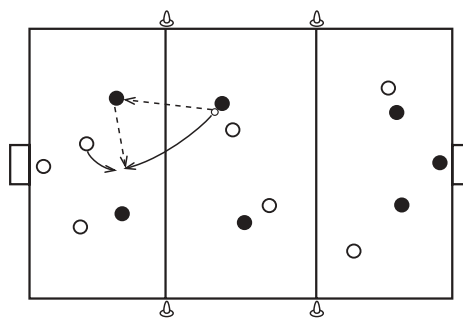
- Berdin, baina baloirik gabekoak ehiztari mugikorak dira. Baloidunek ezingo dute jaurti, baizik eta erbia ukitu (erre) beren ondotik pasatzen denean.
- Binaka. Batak bestea erre behar du jaurtiketan baloiak lurrean pikatuta.

3. Zonakako eskubaloia

—Garapena:

Alboko marretan jarritako konoen bidez, irudizko lerroak seinalatu, hiru eremu sortzeko. Zazpinakako bi ekipo, honela kokatuta: atezain bat eta zona bakoitzean bi jokalaria.

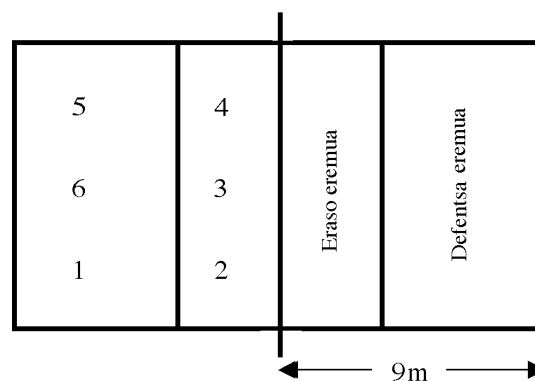
Jokalariek parte hartzen dute dagozkien eremuetan. Alboko eremura pasea egiten duen jokalaria izango da aldatzen den bakarra, eta horrela gehiengo nagusitasuna lortuko da (3 2 egoera).



—Arauak:

- Ekipo batek baloia galtzen duenean, aldaketa egin duen jokalaria, edo jokalaria, jatorrizko eremura bueltatuko dira.
- Gola sartzen denean, ekipo horretako jokalaria eremuz aldatuko dira.

5.5. BOLEIBOLA



5.5.1. Helburua

Baloia aurkakoen zelaira bota eta gero, aurkakoei huts eginaraztea edo baloiak euren zelaietan bote eman dezan ahalegintzea.

5.5.2. Jokoaren azalpena

Atal hau ikasleak bete beharko du ahalik eta zehaztasun gehien adieraziz.

5.5.3. Iraupena

Partida irabazteko 3 set irabazi behar ditu ekipoak. Set bakoitza 25 tantokoa da, eta 2 tantoko diferentzia lortu behar da set bat lortzeko.

Bi setera berdinduta egonez gero, 15 tantoko bosgarren set bat jokatu da (8. tantoan jokalariek zelai-aldaketa egingo dute).

5.5.4. Taldeak

Ekipoko 6 jokalarik hartzen dute parte jokoan.

5.5.5. Jokoaren hasiera

Hondoko marraren atzetik egingo da hasiera-sakea. Esku batekin jo eta gero, sarearen gainetik beste aldera pasatu behar du.

5.5.6. Oinarrizko arautegia

1. Talde bakoitzak baloiari gehienez 3 ukitu eman diezaioke.
2. Baloia gorputzeko edozein atalekin jo daiteke ukitu garbia baldin bada, eta oinarekin kolpatuz ezin daiteke sarearen bestaldera pasatu.
3. Jokalari berak ezin dezake baloia bi aldiz jarraian uki, blokeo baten ondoren izan ezik.
4. Bi jokalarik batera jotzen badute baloia, bi ukitu bezala zenbatuko dira.
5. Jokoan baloiak sarea uki lezake.
6. Sakearen inguruan:
 - Sakea egitean, baloia, sarea ukituta, aurkako zelaira pasatzen bada, ontzat ematen da.
 - Sakeko baloiak sareko bi hagaxken artetik eta sare gainetik pasatu behar du.
 - Sakea egiten duen jokalariek bere taldeak huts egin arte jarraituko du sakeak egiten.
 - Sakea berreskuratzen denean, ekipoko jokalarien ERROTAZIOA egin behar da erlojuko orratzen noranzkoaren arabera.
7. Jokoan ezin daiteke sarea uki.
8. Sare gainean blokeoa eginez gero, ez da ukitutzat hartuko.

5.5.7. Boleibolerako joko-bilduma

1. *Bolei kooperatiboa*

—Garapena:

- Sakea egin ondoren, jokalaria ekipoz aldatuko da. Era horretan ez dago irabazle-rik ez galtzailerik. Horrela lehiakortasuna ekiditen da.
- Ekipo batek baloia sare gainetik jaurtitzen duenean, ukitua eman duen neskak edo mutilak sare azpitik bestaldera joan beharko du, eta beste ekipoaren kide bihurtuko.

—Araua:

Baloi-erorketa gutxien egitea, ekipo-aldaketa osoa egin arte.

2. *Boleiko hamar paseak*

—Garapena:

Zirkuluan kokatuta, paseak egin zirkulu erdian bote bat jo eta gero.

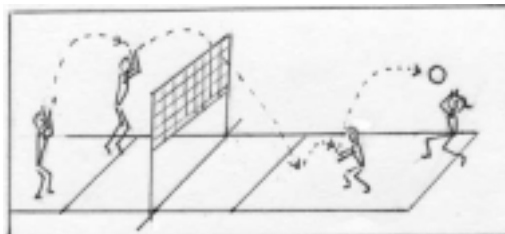
—Aldaerak:

- Pase zuzenak: pasea egin aurretik botea emanda edo autopase bat eginda.
- Babeslekura: pasea egin ondoren, zirkuluaren kanpoaldetik korrika egingo dute, hartzaileak utziko duen lekua betetzeko. Pasatzaileak huts egiten badu, arineketan babeslekura abiatuko da besteen zartadarik jaso ez dezan. Eta, berriro, zirkuluan kokatuta hasiko da joko.
- Izarra: erdian jokalaria bat kokatuko da eta horrek paseak itzuliko ditu ordulariaren orratzen noranzkoaren arabera.
- A, E, I, O, U: «Pase zuzena»ren aldaeran bezala, baina bost bokalak ukitu bakoitzean ahoskatuko dira.

3. *Bi bitara*

—Garapena:

Bi bikote aurrez aurre boleiboleko pistan. Nahitaezkoa da bi ukitu egitea baloia aurkakoen eremura jaurti aurretik.



—Aldaerak:

- Lehenengo ukitua atzamar kolpez, eta bigarrena besagainez.
- Berdin, baina hiru kolpe ematera derrigortuko da eremu bakoitzean.

- Berdin, baina jokalaria bakoitzak autopase bat erabiliko du, lagunari edo aurkako kantzara pasatu aurretik.

5.6. ZAPI-ERRUGBI JOKOA

5.6.1. Helburua

Aurkakoaren hondoko marra atzean (entsegu-eremuan), baloia eskuz uzteari «entsegua» egitea deritzo. Entseguen bidez puntuak lortzen dira.

5.6.2. Jokoaren azalpena

Atal hau ikasleak bete beharko du ahalik eta zehaztasun gehien adieraziz.

5.6.3. Iraupena

10 minutuko bi zati eta 3 minutuko atsedena.

5.6.4. Taldeak

Taldekide bakoitzak, kirol-praketen atzealdean, zapi bat eraman behar du zintzilik.

5.6.5. Jokoaren hasiera

Zelai erdiko sakearen bidez hasiko da jokia. Sakea egiteko, baloia atera behar duen taldea zelai erdian kokatuko da. Jokalari baloiduna zertxobait aurreratuago egongo da. Aurkako taldea hauengandik 5 metrora kokatuko da.

Baloia duen jokalaria ukitu bat emango dio baloiari oinarekin eta, ondoren, bere taldekide bati pasatuko dio atzerantz.

Jolasean: jokalaria aurkakoaren entsegu-eremura iristen saiatuko da, baloia eskuetan darabala. Baten batek baloia duen jokalaria zapia kentzen badiu, gelditu egin beharko du, eta nahitaez atzerantz pasatu beharko dio baloia beste taldekide bati.

5.6.6. Oinarrizko arautegia eta zigorrak

—*Arauk:*

- Baloia beti atzerantz pasatu behar da. Aurrerantz pasatuz gero, AVANT deritzan falta egingo da.
- Baloia jaso ahal izateko, zapiak zintzilikaturik egon behar du.
- Baloia eskuarekin ipini behar da lurrean, entsegu-eremuaren barnean, entsegua lortzeko. Eskuarekin ipini beharrean, jaurti egiten bada, *avant* izango litzateke.

- Baloia jokoan ipintzerakoan, ukitua eman baino lehen ezin daiteke inor desplaza.
- Baloia ez duen jokalaria ezin dakioker zapia ken.
- Baloia duen jokalaria zapia kendu ondoren, lurrean utzi behar da, kendu dioten tokian (aldaera).

—*Zigorrak:*

- Baloia jabetza galduko da. Aurkako taldeak egingo du sakea falta gertatu den tokitik (hasierako sakean bezala kokatu behar dira taldeak: 5 m-ra).
- Falta horiek 5 m atzeratuz zigortuko dira.

*Terminologia
teknikoa eta esaerak*

6

AURKIBIDEA

6. TERMINOLOGIA TEKNIKOA ETA ESAERAK	113
6.1. Terminologia teknikoak	115
6.2. Hiztegi txikia	120
6.3. Esaerak	121
6.3.1. Sarri erabiltzen diren esaldi berezi eta labur batzuk	121
6.3.2. Futbolean eta saskibaloian erabiltzen diren esaerak	122

6.1. TERMINOLOGIA TEKNIKOA

Lan honetan erabiltzen den hainbat terminoren baliokideen edota itzulpenen zerrenda da. Proposamenak besterik ez dira.

Abantaila numerikoa	Ventaja numérica
Abilezia	Destreza (motriz)
Aisia-kirola	Deporte de ocio
Aisia	Ocio, recreación
Aisialdia	Ocio, recreación
Aisialdi-kirola	Deporte recreativo
Aisialdi-praktika	Práctica recreativa
Aisialdirako saskibaloi-jarduerak	Actividades recreativas de baloncesto
Aldizkakotasuna	Periodización (entrenamiento)
Aldizkatzea	Periodización (entrenamiento)
Animazio-teknikak	Técnicas de animación
Animazioa	Animación
Aplikazio-ariketak	Ejercicios de aplicación
Asimilazio-ariketak	Ejercicios de asimilación
Asmo taktikoa	Intención táctica
Astia	Tiempo libre
Atera bota	Lanzar a puerta
Atzelaria	Defensa. Zaguero
Babeste-sistema	Sistema de apoyos
Balantze defentsiboa	Balance defensivo
Baloi-hartzailea	Receptor del balón
Baloidun eta baloirik gabeko erasotzailea	Atacante con y sin balón
Banako elementu teknikoak	Elementos técnicos individuales
Berariazko teknikak	Técnicas específicas
Beroketa-ariketak	Ejercicios de calentamiento
Berotze-ariketak	Ejercicios de calentamiento
Bote egin	Botar
Bote eragin	Botar
Burutzea	Realización (ejecución)
Buruz buruko defentsa	Defensa individual
Defendatzailea; markatzailea	Defensor
Defentsa (multzoa)	Defensores
Defentsa-antolaketa (sistema)	Formación defensiva

Defentsa-balantzea	Balance defensivo
Defentsa(ko) ekintzak	Acciones defensivas
Defentsa indibiduala	Defensa individual
Defentsa(ko) txandakatzeak	Combinaciones defensivas
Defentsako ekintza teknikoak	Acciones técnicas defensivas
Defentsako talde ekintzak	Acciones colectivas de defensa
Egitea	Ejecución
Egite-akatsak	Errores de ejecución
Egite-maila	Nivel de ejecución
Egite-mekanismoa	Mecanismo de ejecución
Egite tekniko zuzena; egite praktikoko tekniko zuzena	Ejecución técnica correcta
Egoera fisiko	Condición física
Egoera fisikoaren maila	Nivel de condición física
Egoera motora	Situación motriz
Egokitzapen fisikoa	Acondicionamiento físico
Ekintzen kateamendua	Encadenamiento de acciones
Elementu tekniko indibidualak	Elementos técnicos individuales
Elkartasun eta aurkakotasun(eko) kirolak	Deportes de cooperación-oposición
Erakustaldia	Demostración
Eraso(ko) kateamenduak	Combinaciones de ataque
Erasoko talde-ekintza taktikoak	Acciones tácticas colectivas de ataque
Erasoko talde-ekintzak	Acciones colectivas de ataque
Erasoko talde-mugimenduak	Movimientos colectivos de ataque
Erasotzailea	Atacante
Eredu teknikoaren erakustaldia	Demostración del modelo técnico
Erraztutako kirol jarduerak	Actividades deportivas simplificadas
Eskola-kirola	Deporte escolar
Eskubaloia teknika	Técnica del balonmano
Garapen motor-maila	Nivel de desarrollo motor
Garapen teknikoa	Evolución técnica
Gelditua	Parada
Gibeleratzea	Balance defensivo
Gorputz-egokitzapena	Acondicionamiento físico
Gorputz- eta kirol-ekintzak sustatzea	Animación de actividades físicas y deportivas
Gorputz- eta kirol-hezkuntza	Educación física y deportiva

Gorputz- eta kirol-jarduerak	Actividades físicas y deportivas
Gorpuz-Hezkuntza	Educación Física
Gorputz-hezkuntza berezia	Educación física especial
Gorputz-jarduera	Actividad física
Gutxiagotasun numerikoa	Inferioridad numérica
Guztiantzako kirola	Deporte para todos
Iaiotasuna	Destreza (motriz)
Iaiotasun-maila	Nivel de destreza
Ikaskuntza- eta irakaskuntza-prozesua	Proceso de enseñanza-aprendizaje
Ikasleen aldetiko erakustaldi praktikoa	Demostración practica por parte del alumnado
Iskin egin	Fintar, regatear
Jarduera fisikoa	Actividad física
Jarraibide-motoreak	Patrones motores
Jartzailea	Colocador (Boleibolean)
Jartzaile finkoa	Colocador fijo(Boleibolean)
Jaurti	Lanzar, tirar
Jaurtiketa	Tiro
Jauzi ahalmena	Capacidad de salto
Jokaldian laguntza eman	Apoyar la jugada
Joko alternatiboak	Juegos alternativos
Joko eraldatuak	Juegos modificados
Jolas-jarduera	Actividad recreativa
Jolas-kirola	Deporte recreativo
Jolas-kiroleko jarduerak	Actividades deportivo recreativas
Jolas-praktika	Práctica recreativa
Keinu teknikoa	Gesto técnico
Kirol-animatzailea	Técnico deportivo
Kirol eta jolaserako elkartea	Asociación deportivo-recreativa
Kirolgilea	Practicante
Kirol-jarduera sinplifikatuak	Actividades deportivas simplificadas
Kirol-hastapena	Iniciación deportiva
Kirol-jarduera fisikoa	Actividad físico deportiva
Kirol-jarduera ludikoa	Actividades lúdico-deportivas
Kirol-jokoa	Juego deportivo
Kirol-praktika	Práctica deportiva
Kirol profesionala	Deporte profesional

Kirol-taktika	Táctica deportiva
Kirol-teknikaria	Técnico deportivo
Lankidetz- eta aurkakotasun-kirolak	Deportes de cooperación-oposición
Modu ludikoan	De forma lúdica
Motora	Motor/a
Motrizitatea	Motricidad
Mugikaria	Móvil
Mugimendu teknikoa	Movimiento técnico
Mugimenduen kateamendua	Combinación de movimientos
Mugimenezko	Motriz
Mugimenezko ahalmen edo gaitasuna	Capacidad motriz
Mugimenezko ahalmena	Competencia motriz
Mugimenezko eginkizuna	Tarea motriz
Mugimenezko egoera	Situación motriz
Mugimenezko ekintza	Acto motor; acción motriz
Mugimenezko ahalmen-maila	Nivel de competencia motriz
Mugimenezko gaitasun-maila	Nivel de competencia motriz
Mugimenezko jokabidea	Conducta motriz
Mugimenezko zeregina	Tarea motriz
Nagusitasun numerikoa	Ventaja numérica, superioridad numérica
Oinarri teknikoak	Fundamentos técnicos
Oinarrizko abilezia	Habilidad básica
Oinarrizko tasun fisikoak	Cualidades físicas básicas
Oinarrizko trebetasuna	Habilidad básica
Olgeta-jarduera	Actividad recreativa
Olgeta-kirola	Deporte recreativo
Olgetazko kirol-jarduerak	Actividades deportivo recreativas
Pertzepziozko eta mugimenezko gaitasunak	Capacidades perceptivo-motrices
Postu espezifikoak	Puesto específico
Premia berezietarako gorputz-hezkuntza	Educación física especial
Progresioa	Progresión
Punpatu	Botar
Sakea hartzeko sistema	Sistema de recepción de saque
Saskibaloiko aisialdiko jarduerak	Actividades recreativas del baloncesto
Sustapen-teknikak	Técnicas de animación
Taktika indibiduala	Táctica individual

Talde-kirola	Deporte colectivo
Talde-kirolak	Deportes de equipo
Talde-taktika	Táctica colectiva
Zonakako antolaketa (sistema)	Formación en zona
Zonakakoaren aurkako erasoa	Ataque contra zona
Zonaren aurkako erasoa	Ataque contra zona
Zonaren kontrako erasoa	Ataque contra zona

Hauetaz gain, hona hemen EUSKALTERM-en aurkitzen diren kirol-termino interesgarri batzuk:

Aire zabaleko kirola	Deporte al aire libre
Atzelari, defentsa, defentsaria	Defensor
Defentsa indibiduala (buruz buruko...)	Defensa individual
Defentsako jokoa, joko defentsaria	Juego defensivo
Defentsa-taktika	Táctica defensiva
Egiketa	Ejecución
Egoera fisikoa	Condición física
Ekintza motriza	Acción motriz
Ekipo defentsaria	Equipo defensor
Ekipoaren taktika	Táctica del equipo
Erasoko jokoa	Juego de ataque
Eraso-taktika	Táctica ofensiva
Goi-lehiaketazko kirola	Deporte de alta competición
Gorputz-jarduera	Actividad física
Izadian egiteko jarduera	Actividad en la naturaleza
Jarduera fisiko hezitzailea	Actividad físico educativa
Joko erasotzailea	Juego ofensivo
Jolasa, olgeta	Recreación
Jolasezko (olgetazko) jarduera fisikoa	Actividad físico recreativa
Jolas-kirola	Deporte recreativo
Keinua	Finta
Kirol anitzetako jarduerak	Actividades multideportivas
Kirol hezitzailea	Deporte educativo
Kirol osagarria	Deporte complementario
Kirol profesionala	Deporte profesional
Kirol-elkartea	Agrupación / sociedad deportiva
Kirol-heziketa	Formación deportiva

Kirol-irakaskuntza	Enseñanza deportiva
Kirol-jarduera fisikoa	Actividad fisico-deportiva
Kopuruzko nagusitasuna	Ventaja numérica/Superioridad numérica
Mugimendu-koordinazio	Coordinación motriz
Mugimenezko jarduera	Actividad motriz
Mugimenezko jokabidea	Conducta motriz
Oinarri teknikoak	Fundamentos técnicos
Oinarrizko tasun fisikoak	Cualidades físicas básicas
Sentitze-mugitzeko adimena	Inteligencia sensorio-motriz
Taldea, ekipoa	Equipo
Tasun fisikoa	Cualidad física
Teknika indibiduala	Técnica individual
Trebetasuna	Destreza
Trukatuzko erasoak	Ataque con permutas

6.2. HIZTEGI TXIKIA

Atal hau ikasleak berak osatzeko egina dago. Terminoak definitu behar ditu.

Abilezia

Aurrea hartzea

Baloi-gidatzea Baloia kontrolpean (hankekin edo eskuekin bote eginez...) eramatea.

Bihotz-taupaden maiztasuna Bihotzak odola hartu eta bota egiten duen aldi kopurua.

Desmarkea

Estrategia

Gaitasun-baldintzatzaileak

Hutsarteak

Talde batek jokalariei aginduak emateko eskatzen duen denbora.

Iaiotasuna

Jarraibide motorak

Jaurtiketa librea Arau hauste baten ondoren, baloia jaurti eta zuzenean gola sartzeko aukera ematen duen jokaldia (futboleant).

Jokoz kanpo

Kobertura

Oinarrizko tasun fisikoak

Pase loratua (harrotua) Parabola bat deskribatzen duen pasea.

Pressinga

Sarrerak (saskiratze sarrerak) Baloidun jokalariek saskiraino egiten duen hurbilketa, saskiratze erreza egiteko asmoz.

Taktika**Teknika****Trebetasuna****Txingoka**

Oin bakarrez saltoka ibiltzea, bestea airean dela.

6.3. ESAERAK

Durungaldeko hizkerara egokituta, hika eta zuka formak erabiltzen dira. Eskola ematen ari garenean, jokoetan jarduten dugunean edota partidak zuzentzen ditugunean, erabilgarriak diren euskal esamolde batzuk ematen dira. Azkeneko ataltxoan, hain zuzen, saskibaloian eta futbolean erabiltzen diren esamolde arruntak jasota daude.

6.3.1. Sarri erabiltzen diren esaldi berezi eta labur batzuk

Ordiziako Jakintza ikastolak egindako «Kirola-Mirola» dokumentua oinarritzat harturik, Durungaldeko PATEKO HNP proiektuko mintegian birmoldatu zuten txostenaren zati bat aurkezten da ondoren, modulu honetako ikasleek praktika didaktikoak egingo dituztenerako probetxuzkoak izango zaizkielakoan.

Gaztelaniaz	Hika	Zuka
¡Juega con más nervio!	— Joka e(g)ik/n biziago, bizitasun gehiagoz!	— Gogo gehiagoz! — Bizitasun gehiagoz!
¡Suelta antes el balón!	— Solta e(g)ik/n baloia lehenago/arinago!	— Pasatu baloia arinago/lehenago!
¡Pásame que voy a machacar!	— Pasa e(g)idak/n birrinduko juat/nat eta!	— Pasa e(g)idazu, birrinduko dot eta!
¡Pero, pasadme!		— Baina pasa (eg)idazue!
¡Tienes mal perder tío!	— Ez dakik/n galtzen,txo! — Galtze txarra daukak/n neska/mutil! — Hi galtzaile txarra haz! — Galtze txarrekoa haz....!	— Ez dakizu galtzen, txo! — Galtze txarra daukazu gizon/emakume! — Zu galtzaile txarra zara! — Galtze txarrekoa zara, neska/mutil!
¡Centra de una vez!	— Erdira (eg)ik/n.	— Erdira e(g)izu behingoz! — Erdiratu behingoz!
¡Tira a gol!	— Bota (eg)ik/n golera!	— Golera bota!
¡Bombea por encima del portero!	— Harrot (eg)ik/n atezainaren gainetik!	— Atezainaren gainetik harrotu/loratu pilota!

6.3.2. Futboleko eta saskibaloian erabiltzen diren esakerak

Gaztelaniaz	Hika	Zuka
¡Qué árbitro más casero!	— Hori dok/n etxekoen aldeko arbitroa.	— Hori da etxekoen aldeko arbitroa.
¡Qué tiro!	— Hori jaurtiketa! Zelako tiroa!	— Hori jaurtiketa! Zelako tiroa!
¡Qué malo eres!	— Txarra haz benetan!	— Txarra zara benetan.
¡Qué machaque!	— Hori dok/n zapaltzea, hori!	— Hori da zanpatzea, hori!
¡Qué piedra, chaval!	— Hori dok/n harria, mutil/neska!	— Hori da harrikada, hori!
¡Qué mamón eres!	— Hi haiz aprobetxategia! — Demonino titi-zupa halakoa!	— Aprobetxategi halakoa!
¡Qué bruto/a!	— Bai astakumea! Zelako astoa! Hori astoa!	— Bai astakumea! Zelako astoa! Hori astoa!
¡Qué suerte tienes!	— Hik daukak/n suertea hik!	— A ze suertea daukazun!
¡Qué pasada!	— Larregi, hi! Gehiegi, txo!	
Tú, ¿de qué vas?	— Baina hi zertan habil? — Nongo azak jorratzen dituk/n hik, txo?	— Baina zu zertan zabiz?
¡Nos está robando el partido!	— Partidua ohosten ari jakuk/n!	— Partidua lapurtzen ari jaku!
¡Muévete rápido!	— Mugitu hadi agudo!	— Arin mugitu zaitetz!
¡Hoy no has desayunado ¿o qué?!	— Zer baraurik ala?! — Gaur ez dok/n armosatu ala?! — Gaur armosau barik hago ala?!	— Zer baraurik ala?! — Gaur ez dozu armosatu ala?! — Gaur armosau barik zagoz ala?!
¡Estoy hecho polvo!	— Jota najak/n!	— Jota nago!
¡Ha sido fuera!	— Kanpora joan dok/n.	— Kanpora izan da!
¡Ha sido pie!	— Oina izan dok/n.	— Oina izan da!
¡Ha sido de tres!	— Hirukoa izan dok/n.	— Hirukoa izan da!
¿Cómo puedes fallar eso?!	— Zelan huts egin heinkek/n hori?!	— Zelan huts egin zeinke hori?!
¡Pero, ¿qué haces?!	— Baina, zertan hago?!... Zer egi-ten dok/n?	— Baina, zertan zabiz?!... zer egi-ten dozu?
¡Menuda canasta!	— A zelako saskiraketa! — Bai saskiraketa bikaina!	— A zelako saskiraketa! — Bai saskiraketa bikaina!
¡Pero si estaba chupado!	— Baina eginda zegoan/nan eta!	— Baina eginda egoan eta!

Gaztelaniaz	Hika	Zuka
¡Te la ha dejado a huevo!	—Oso errez itxi deuk/na! —Esku-eskuan ipini deuk/na!	—Oso errez itxi deutsu! —Esku-eskuan ipini deutsu!
¡Has hecho dobles!	—Bikoitza egin dok/n.	—Bikoitza dozu!
¡Has hecho pasos!	—Urratsak emon dozak/n!	—Urratsak (pausuak) emon dozuz!
¡Eres más malo que Abundio!	—Hi akerra baino okerragoa haz! —Zera baino txarragoa haz!	—Zu akerra baino okerragoa zara! —Zera baino txarragoa zara!
¡No das pie con bola!	—Ez dok/n batere asmatzen!	—Ez dozu batere asmatzen!
¡Árbitro comprado!	—	—Arbitro erosia! Arbitro saldua!
¡No seas mamón!	—Ez hadi aprobetxategia izan!	—Ez zaitetz aprobetxategia izan!
¡Árbitro, pitas lo que se te pone en la punta de la nariz!	—Arbitroa, sudur puntan jartzen jakana seinalatzen dok/n!	—Arbitroa, sudur puntan jartzen jatzuna seinalatzen dozu!
¡No te duermas, que estás en babia!	—Itzartu hadi, ilargian hago eta!	—Itzartu zaitetz, ilargian zagoz eta!
¡No te pases!	—Hi, nahikoa dok/n!	—Aizu, nahikoa da!
¡Yo paso de jugar al fútbol!		—Niri futbola bost axola!
¡Putá folla! (suerte ona denean)	—Hau dok/n suertie! —Hori dok/n suertie	—Zelako suerte ona! —Bai suerte ona!
¡Putá folla! (norberak suerte txarra duenean)	—Suerte alua! —Bai suerte txarra! —Hau zori txarra! —Suerte madarikatua!	—Suerte alua! —Bai suerte txarra! —Hau zori txarra! —Suerte madarikatua!
¡Fuera!		—Kanpora! (urten dau) —Kanpo izan da!
¡Qué piedra!	—Hori dok/n harrikadie!	—Hori da harrikada!
¡Ha sido tapón!	—Tapoia, txapela izan dok/n!	—Tapoia, txapela izan da!
¡No te piques!	—Ez hadi hasarretu! —Ez zak/n ernegatu!	—Ez ernegatu! —Ez hasarretu!
¡Qué golazo!	—Hori dok/n hori, gola!	—Hori da, hori, gola! —Bai gol ederra! —Gol ederra benetan!
¡Qué paradón!	—Hori izan dok/n geldiketa!	—Bai geldiketa ederra!
¡Qué tramposo!		—Ze tranpatia! —Tranpazale hori!

Gaztelaniaz	Hika	Zuka
¡Ha sido mano!	— Eskuaz jo jok/n!	— Esku izan da! — Eskuaz jo dau!
¡Se ha visto claramente!		— Argi ikusi da! — Garbi ikusi da! — Argi eta garbi ikusi da!
¡Qué parada!		— Geldiketa mundiala! — A ze nolako geldiketa!
¡Buen pase!		— Pase ederra! — Ederra pasea!
¡Qué trallazo!	— Hori dok/n danbada! Hori dok/n pipioie!	— Hori da danbada! Hori da popie!
¡Siempre nos echas a nosotros la bronca!	— Beti geuri egiten deuskuk/n errieta!	— Beti geuri egiten deuskuzu errieta!
¡Tenías la portería libre!	— Atea huts-hutsik heuan!	— Atea huts hutsik zenduan!
Dejar el balón en bandeja		— Baloia esku-eskura jarri. — Baloia esku-eskuan itxi.
¡Qué caño!		— A zelako zubia! — Horixe zubia!
¡Lo siento, unas veces se gana, otras se pierde!	— Asko sentitzen joat/nat, batzue- tan irabazle, beste batzuetan gal- tzaile!	— Asko sentitzen dot, batzuetan irabazle, beste batzuetan gal- tzaile!
¡Qué maleta eres!	— Ze makala hazen!	— Ze makala zaren! — A ze ganorabakoa zaren!
¡Qué maravillas haces!	— Horreek dozak/n pitxi-lanak!	— Zelako pitxi-lanak egiten dozu- zan! — Bai jokaldi ederrak egiten dozu- zanak!
¡Qué estirada más chula!		— A zelako luzada dotorea! — Bai luzada bikaina!
Que estás fuera de juego	— Jokoz kanpo hago eta!	— Jokoz kanpo zagoz eta!
Disparó sin pensarlo y entró dere- cho	— Pentsatu barik bota jua/n/juan eta zuzen-zuzenean sartu zuan/ nan.	— Pentsatu barik bota eban eta zu- zen-zuzenean sartu zan.
¡Toma cañete!		— Hori bai zubia, hori!
¡Pero tú te mareas sólo!	— Baina, hi heu bakarrik mareat- zen haz!	— Baina, zu zeu bakarrik mareat- zen zara!

Gaztelaniaz	Hika	Zuka
¡Qué manta eres!	— Ze ustela hazen!	— A ze ustela zaren!
¡Me has dejado pasmado!	— Harrituta itxi nok/n! — Lur jota itxi nok/n! — Aho bete haginekaz itxi nok/n! — Aho zabalik itxi...	— Harrituta itxi nozu! — Lur jota itxi nozu!
¡Qué palo os hemos dado!		— A zelako egurra emon deustuegun! — Zuek hartu duzue egurra! (jipoia)
Hemos ganado por churro	— Txiripaz irabazi joagu/jonagu.	— Txiripaz irabazi dogu. — Juxtu-juxtu irabazi dogu.
Ha realizado una parada espectacular	— Geldiketa ikusgarria egin jok/n. — Gelditu harrigarria burutu jok/n.	— Geldiketa ikusgarria egin dau. — Gelditu harrigarria burutu dau.
¡Qué fallo!	— Hori dok/n hutsegitea! — Hori dok/n hanka sartzea!	— A zelako hutsa!

*Baliabide didaktikoak
eta bibliografia*

7

AURKIBIDEA

7. BALIABIDE DIDAKTIKOAK ETA BIBLIOGRAFIA	127
7.1. Interneteko helbide interesgarriak	129
7.2. Bibliografia orokorra	131
7.2.1. Lehenengo atala: programazio eremua	131
7.2.2. Bigarren atala: teoriaren esparrua	131
7.2.3. Hirugarren, laugarren eta bosgarren atalen bibliografia osagarria	132
7.2.4. Seigarren atalaren bibliografia osagarria	133
7.3. Talde-kirolen euskarazko bibliografia eta bideogintza	133

7.1. INTERNETEKO HELBIDE INTERESGARRIAK

Hona hemen interneteko helbide interesgarri batzuk (2000.urtean egindako web orrialde garrantzitsuenen aukeraketa bat besterik ez da):

Erdi Mailako Heziketa Zikloa

www.pntic.mec.es/mem/odisea/vg/c.html

Erdi Mailako Zikloa: Natur ingurunean gorputz eta kirol-ekintzen gidaketaren moduloak.

Goi Mailako Heziketa Zikloa

www.pntic.mec.es/mem/odisea/vg/d.html

Goi Mailako Zikloa: Gorputz eta Kirol ekintzen sustapenaren moduloak.

Kirola eta Gorputz Hezkuntza

www.educaweb.com

Educaweb-eko orrialdea (gaia: Kirola eta Gorputz Hezkuntza). *Loturak:* Kirol eta jarduera fisikoak; kirol instalazioak eta kirol erakundeak (lizentziaturak, diplomaturak, graduatu-ondokoak, master, fakultateak, GH ko unibertsitate eskolak); dietetika eta kirol elikadura.

Euskarazko Dokumentu Fondoa

www.gipuzkoa.net/kirolak/html/liburuak.htm

Gipuzkoako Foru Aldundiko Kirol Zerbitzua. Euskaraz egindako bideoen zerrenda eta bibliografia. Oso interesgarria.

Hainbat baliabide eta lotura

www.luanet.com/efdred/

Baliabideak, berriak, jolasen artxibategia (115 jolasen bilduma), etab.

Kirolak

www.pntic.mec.es/mem/odisea/vg/e.html

Kirol guztiekin loturak. Olinpiar erakundeak. Kirol egokituak. Kirol eta Joku autoktonoak.

Kirola eta zientziak

www.ssdnet.com.ar/futboltotal/edufis.html

Munduko, batik bat Argentinako, orrialde eta lotura interesgarriak gure espezialitatearentzat.

Kirolen softwarea

www.geocities.com/Colosseum/Track/1534/

Informatika eta kirolari loturiko orrialdea (*software sportiboa*).

Lehen Hezkuntzarako irakas-unitateak

www.geocities.com/Athens/Delphi/7636/

Fernando Posadaren orrialdea. Horretan diseinu curricularra, ebaluazioa, orientazio jarduerak, joko alternatiboak, joko herrikoiak, elkarkidetzarakoak, eta abar tratatzen ditu.

Psikomotrizitatea

www.lander.es

Psikomotrizitateko orrialdea: elkarreak, artikulak, zuzenbideak, etab.

Gorputz hezkuntzarako jolasak

www.lander.es

Kirolaurreko jolasak, herrikoiak, gela barrukoak...

Umeen jolas tradizionalen bilduma

www.xtec.es/~rbadia/jocs/

750 jolas baino gehiago alfabetikoki sailkatuta.

Cybertraining

www.arrakis.es/~psm

Banako entrenamendu-planak eta edozein kirol-gaitarako aholkularitza.

Ikus dezagun, adibidez, saskibaloia talde-kirola lantzeko bi helbide interesgarri:

- Teknika indibidualeko apunteak: <http://www.ctv.es/USERS/tarso/Curso1.html>
- Basketball Playbook v005. Taktika edo ariketa animatuak egiteko programa INTERNENES-en (Interneten) dohain eskuragarri dago.

7.2. BIBLIOGRAFIA OROKORRA

Erabiltzeko derrigorrezko edota kontsultarako beharrezko bibliografia eta bideo-zerrenda:

7.2.1. Lehenengo atala: programazioaren eremua

- ASKOREN ARTEAN: *Animación de actividades físicas y deportivas. Desarrollo curricular del ciclo formativo de grado superior de F.P.*, Madril: ANELE / MEC, 1996.
- BAYER, C.: *La enseñanza de los juegos deportivos*, Bartzelona: Hispano Europea, 1992.
- BLÁZQUEZ, D.: *Iniciación a los deportes de equipo*, Bartzelona: Martinez Roca, 1986.
- CASTEJÓN, F.J.: *Fundamentos de iniciación deportiva y actividades físicas organizadas*: Dykinson.
- COBO, A. eta LASA, A.: *Entrenatzaile eta irakasleentzako fitxa didaktikoak. Beroketa, eskubaloia, errugbia, saskibaloia*, Bergara: Deba bailarako Euskara eta Kirol zerbitzuak, 1996.
- COMAS, M.: *Baloncesto, más que un juego*, Madril: Gymnos, 1991.
- DOMINGUEZ, J.L., *Bolixte: Gure saskibaloia hobetuz*, Donostia: Erein, 1990.
- GIPUZKOAKO SASKIBALOI FEDERAKUNTZA: *Saskibaloian hasteko programa teknikoa*, Donostia: Gipuzkoako Foru Aldundia. Gazteria eta Kirol Departamentua, 1998.
- GONZALEZ, E.: «Aplicaciones del juego al baloncesto», *Apuntes técnicos*, 7. zk, Bilbao: AVEB, 1997.
- LASIERRA, G. eta LA VEGA, P.: *1.015 juegos y formas jugadas de iniciación a los deportes de equipo*, vol. I eta II, Bartzelona: Paidotribo, 1993.
- OLIVEIRA, J.: *1.250 ejercicios y juegos en baloncesto*, Bartzelona: Paidotribo, 1992.
- PEYRÓ, R.: *Manual para escuelas de baloncesto*, Madril: Gymnos, 1990.
- SERGIO, C.: «El juego en la enseñanza del baloncesto», *Apuntes técnicos*, 9. zk., Bilbao: AVEB, 1999.
- TUDURI, I.; ALBAS, C. eta MALVIDO, S.: *Kirola gure artean: saskibaloia (bideoa)*, Donostia: Eurobideo ikus-entzunezkoak [bideoaren iraupena: 20'], 1999.
- VARY, P.: *1.000 ejercicios y juegos de Baloncesto*, Bartzelona: Hispano Europea, 1993.
- MARSENACH, J. eta DRUENNE, F.: *Voleibol*, Madril: Gymnos, 1981.
- MEC: *Práctica recreativa del Balonvolea. Ejemplificaciones del DCB (E.S.O.)*, Madril: MEC, 1989.
- ANTON, J.L.: *Balonmano. Fundamentos y etapas de aprendizaje*, Madril: Gymnos, 1990.

7.2.2. Bigarren atala: teoriaren esparrua

- ARNOLD, P.: «Le developpement des habiletés sportives», *Dossiers EPS*, 3; Paris: 1985.

- ASKOREN ARTEAN: *Educación física en la ESO* [Eus./Cast.], Gasteiz: Dpto. de Educación del Gobierno Vasco, 1997 (colección Materiales Curriculares, 40. zk.).
- BAYER, C.: *La enseñanza de los juegos deportivos colectivos*, Bartzelona: Hispano Europea, 1986.
- BLÁZQUEZ, D. eta beste: *La iniciación deportiva y el deporte escolar*, Bartzelona: INDE, 1995 (colección El deporte en edad escolar).
- BLÁZQUEZ SÁNCHEZ, D.: *La iniciación a los deportes de equipo*, Martínez Roca, Bartzelona, 1986.
- BONNETJ, P.: *Vers une pédagogie de l'acte moteur*, Paris: Vigot, 1988.
- DEVÍS, J. eta PEIRÓ, C.: *Nuevas perspectivas curriculares en educación física: la salud y los juegos modificados*, Bartzelona: INDE, 1992.
- EUSKO JAURLARITZA: *Curriculum Garapenerako Dekretua, DBH*, Gasteiz: Eusko Jarlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia, 1994.
- HAHN, E.: *Entrenamiento con niños*, Bartzelona: Martinez Roca, 1988.
- HERNÁNDEZ MORENO, J.: *Baloncesto: iniciación y entrenamiento*, Paidotribo, Bartzelona, 1988.
- *Fundamentos del deporte. Análisis de las estructuras del juego deportivo*, Bartzelona: INDE, 1994.
- INST. DE CIENCIAS DE LA E. F. Y DEL DEPORTE: *Revista de investigación y documentación sobre las ciencias de la Educación Física y del Deporte*, Madril: Ministerio de Cultura (CSD), 1987.
- KIROLAREN UDAL ERAKUNDEA-ANTZIZAR UDAL KIROLDEGIA: «Eskola-Kirola, *Eskola Kiroleko teknika-rientzako Prestakuntza orokorreko ikastaroa*, Beasain: Antzizar Udal-Kiroldegia, 1997.
- OIARZALBAL, I. eta ZINKUNEGI, A.: *Kirol entrenamenduaren oinarriak*, Zarautz: Deba bailarako euskara eta kirol zerbitzuak.
- PARLEBAS, P.: *Elementos de sociología del deporte*, Málaga: Colección Unisport, 1988.
- PLATONOV, V.N. eta BULATOVA, M.M.: *La preparación física*, Bartzelona: Paidotribo, 1993.
- RIERA, J.: *Fundamentos del aprendizaje de la técnica y táctica deportivas*, INDE, Bartzelona, 1989.
- ROMÁN, J.D.: *Guía metodológica del Balonmano*, Madril: Gymnos, 1989.
- SAMPEDRO, J.: *Fútbol sala*, Madril: Gymnos, 1993.
- SÁNCHEZ BAÑUELOS, F.: *Bases para una Didáctica de la E.F. y el deporte*, Madril: Gymnos, 1984.

7.2.3. Hirugarren, laugarren eta bosgarren atalen bibliografía osagarria

- ARIÑO, J. et al.: *Educación Física*, Bartzelona: Del Serval, 1996.
- CAPDEVILLA, G.: «Las habilidades motrices y el deporte: El Voleibol», *Guías praxis para el profesorado de la ESO (2000)*, Valentzia: Praxis, 78, 115-184.orr.
- GARCIA-FOGEDA, M.A.: *El juego predeportivo en la educación física y el deporte*, Madril: Pila Teleña.
- GONZALEZ, E.: «Aplicaciones del juego al baloncesto», *Apuntes técnicos*, 7. zk., Bilbao: AVEB.
- IDC/CEI: «Gorputz Hezkuntza», *Baliabide didaktikoen Gida-Guía de recursos didácticos (DBH/ESO)*, 3. zk: Pedagogi Berrikuntzarako Zuzendaritza-Dirección de renovación pedagógica, 1996, 279-318. orr.
- LÖSCHER, A.: *Juegos predeportivos en grupo*, Bartzelona: Paidotribo, 1995.
- LLORENTE, B. eta DIEZ, E.: *Eskubaloia Lehen Hezkuntzan-El balonmano en la educación primaria*, Gasteiz: SHEE/IVEF, 1996 [Fitxak].

MEC: «Ejemplificaciones del diseño curricular base (Secundaria). “Practica recreativa del balonvolea”», *La unidad didáctica en el marco del proyecto curricular de centro y su vinculación con el diseño curricular base*, 1989, 60-100. orr.

POLO, I. eta PRADAS, M.A.: «Las habilidades motrices y el deporte: El Futbol en el instituto y al salir de clase», *Guías Praxis para el profesorado de la ESO (2000)*, 178/185-211.orr.

SERGIO, C.: «El juego en la enseñanza del baloncesto», *Apuntes técnicos*, 9. zk., Bilbao: AVEB, 1999.

— *Aldizkariak*

- *Apunts*, 59 eta 60.
- *Revista de Educación Física* (Renovar la teoría y la práctica); 60, 67, 68, eta 70tik 79rainoko zenbakiak.
- *Revue EPS*, 285.

7.2.4. Seigarren atalaren bibliografia osagarria

EUSKALTZAINDIA: *Hiztegia batua* [45. Liburukia], Bilbao: Euskaltzaindia, 2000.

EUSKO JAURLARITZAK argitaratutako DCB/CGD dokumentuen hustuketa lana.

INTERNET-en: EUSKALTERM eta SHEE-IVEF web orrialdeko hiztegien kontsultak.

PARLEBAS, P.: *Contribution a un lexique commenté en sciences de l'action motrice*, Paris: I.N.S.E.P., 1981.

JAKINTZA IKASTOLA: *Kirola-Mirola (Gure kirol hiztegia) txostena*, Ordizia, 1987.

UZEI: *Kirol hiztegia* [berariazko hiztegia: kirolkidea, Futbola, etab.]: Donostia.

7.3. TALDE-KIROLLEN EUSKARAZKO BIBLIOGRAFIA ETA BIDEOGINTZA

Saskibaloia

DOMINGUEZ, Jose Luis: «Bolitxe»: *Gure saskibaloia hobetuz*, Donostia: Erein/Gipuzkoako Foru Aldundia, Gipuzkoako Foru Aldundiko Argitarapen Zentroa (tlf.: 943 482239), 1990.

COBO, A. eta LASA, A.: *Entrenatzaile eta irakasleentzako fitxa didaktikoak. Beroketa, eskubaloia, errugbia, saskibaloia* [50 fitxa]: Deba bailarako Euskara eta Kirol zerbitzuak [Debarroko bulegoa, tlf.: 943 795587; eta Anoetako Kirol Etxea, tlf.: 943 458357], 1996.

TUDURI, I.; ALBAS, C. eta MALVIDO, S.: *Kirola gure artean: saskibaloia* [bideoa: 20'], Donostia: Eurobideo ikus-entzunezkoak, 1999.

GIPUZKOAKO FORU ALDUNDIA eta GIPUZKOAKO SASKIBALOI FEDERAKUNTZA: *Saskibaloian hasteko programa teknikoa*, Donostia: Gipuzkoako Foru Aldundia: Gazteria eta Kirol Departamentua [Gipuzkoako Foru Aldundiko Argitarapen Zentroa, tlf.: 943 482239], 1998.

BIZKAIKO FORU ALDUNDIA eta BIZKAIKO SASKIBALOI FEDERAKUNTZA: *Minibasketeko eta pasarelako araudi ofizialak* (2003/04 denboraldia); www.fvizbaloncesto.com.

Boleibola

TUDURI, I.; ALBAS, C. eta MALVIDO, S.: *Kirola gure artean: boleibola* [bideoa: 20'], Donostia: Eurobideo ikus-entzunezkoak, 1998 (Eskuratzeko: Eurobideo, tlf.: 943 322572).

Eskubaloia

COBO, A. eta LASA, A.: *Entrenatzaile eta irakasleentzako fitxa didaktikoak. Beroketa, eskubaloia, errugbia, saskibaloia* [50 fitxa], Bergara: Deba bailarako Euskara eta Kirol zerbitzuak, 1996 (Eskuratzeko: Deba bailarako bulegoa, tf.: 943 795587, eta Anoetako Kirol Etxea, tf.: 943 458357).

LLORENTE, B. eta DIAZ, E.: *Eskubaloia lehen hezkuntzan*, Gasteiz: SHEE/IVEF, 1995.

TUDURI, I.; ALBAS, C. eta MALVIDO, S.: *Kirola gure artean: eskubaloia* [bideoa: 20'], Donostia: Eurobideo ikus-entzunezkoak, 1998 (Eskuratzeko: Eurobideo, tf.: 943 322572).

Futbola

BORREL, C. eta MAURIZIO, S.: *Futbol entrenatzailea*, Zarautz: Debarroko Euskara eta Kirol zerbitzuak, 1995 (Eskuratzeko: Debarroko bulegoa, tf.: 943 795587, eta Anoetako Kirol Etxea, tf.: 943 458357).

UZEI: *Kirola 1: futbola* [hiztegia], Anasagasti, Antton (zuz), Donostia: Elkar, 1985.

BIZKAIKO FORU ALDUNDIA-KULTURA SAILEKO KIROLO ZUZENDARITZA: *Joko arauak eta arbitroentzako guttiatarako gidaliburua*, Bilbao: Bizkaiko Foru Aldundia, 1990 (Eskuratzeko: Bizkaiko Foru Aldundia, tf.: 94 4207700).

ESKIBEL, J.R. eta LOPEZ DE SOSOAGA, A.: *Entrenatzaile eta irakasleentzako fitxa didaktikoak. Futbola eta Atletismoa*, Bergara: Debarroko Euskara eta Kirol zerbitzuak, 1997 (Eskuratzeko: Debarroko bulegoa, tf.: 943 795587, eta Anoetako Kirol Etxea, tf.: 943 458357).

UZEI: *Futbola. Kirol-hiztegia*, Gasteiz: SHEE/IVEF, 1994.

Aretoko futbola

ARETO-FUTBOLEKO FEDERAZIOA; BURUNTZALDEKO EUSKARA ETA KIROLO ZERBITZUAK (GIPUZKOAKO FORU ALDUNDIA): *Areto-futbola: monitore ikastaroa* [argitaratu gabea]: Buruntzaldeko udala, 1998 (Eskuratzeko: Lasarte-Oriako udal kiroldegia, tf.: 943 376182).

GIPUZKOAKO ARETO-FUTBOLEKO FEDERAZIOA: *Jokoaren arauak; kirol araudia; kirol diziplinako araudia* [argitaratu gabea], 1998/99 (Eskuratzeko: Gipuzkoako Aretoko Futboleko Federazioa, tf.: 943 473057).

