

*txanela*

Irakaslearen gidaliburua  
(zirriborroa)

**3**

**Mugi gorputza eta izan  
ontsa!**

(Txanela - Material globalizatua,  
Lehen Hezkuntza - 4. maila)

TXANELA 4:  
LEHEN HEZKUNTZAKO 4. MAILAKO HIRUGARREN UNITATE  
DIDAKTIKOAREN GIDAREN ZIRRIBORROA

“MUGI GORPUTZA ETA IZAN ONTSA!”

Aurreko unitateetan landutako gaiari jarraipena emanez, hemen duzu 3. unitate didaktikoari dagokion gida. Hona hemen, hasteko, ohar batzuk:

**Ohar pare bat:**

- Gogoan izan, *Hemen edo han, gure Txanelan!* proiekturako argazki bat edo beste atera beharko duzuela unitatea landu ahala, albuma osatzeko.
- Unitate hau lantzen hasi aurretik, irakurri berriro ere *Ameriketara joan nintzen!* aurreko gaiaren bueltako komikia, lehen ere esan genuen bezala, oraingo gaiarekin lotura handia baitu.

**Unitatearen haria:** Unitate honetan, gizakion lokomozio-aparatua landuko dugu: giharrak eta hezurak. Horrez gain, hitz egingo dugu osasuntsu bizitzeko ohiturei buruz ere: dieta, higiena, atsedena eta ariketa fisioa.

**Proiektua:** *Kirolaren eta osasunaren* astea antolatzea; *bizi-kalitatea hobetu eta osasuntsu* sentitu lelopean.

**Urte osoko proiektuak:** Egunerokoa osatzen joan. *Hemen edo han, Txanelan!* Txokoen jarraipena: *ipuinen txokoa, liburutegia, txoko zuria, konpositoreen txokoa, gutunen txokoa, albisteen txokoa eta erranen txokoa.*

## ZE HAR LERROAK, TREBETASUN SOZIALAK

Harremanak eta bake hezkuntza	Elkartasuna Talde lana Lehiakortasuna
Osasun Hezkuntza	Dieta orekatua Ariketa fisikoaren garrantzia Kirol lesioei aurre egiteko aholkuak Higiena Gorputz jarrera egokiak Lehen laguntza (lehen sorospena)
Kontsumoa	“Marka”-ko arropen inguruko gogoeta

## EUSKAL DIMENTSIOA

Hizkuntza eta literatura	<i>Atlas eta Herakles</i> ipuin literarioa: <i>J. M. Olaizola "Txiliku"</i> Txisteak Irakurzaletasunerako aholkatutako liburua: <i>Niri ez zait futbola gustatzen, Andoni Egaña eta Mikel Valverde.</i> <i>Filipides-en nekeak</i> ipuina. <i>Mitxel Murua.</i> <i>Kirolaren inguru-minguruan</i> bertsoak: <i>Mikel Mendizabal</i>
Musika eta gorputz motrizitatea	Abestia: <i>Lamikizko sukaldaria</i> Unitateko abestia <i>Aupa kirolari, Joxean Ormazabal</i> Herri kanta <i>Hiru andereak, Oskarbi.</i>
Ingurumena	Euskal kirolari ospetsuak

## IKT jarduerak

Duela zenbait urte hasita, Ikastolen Elkarteak hezkuntza eremuko I+G+B egitasmoak eta proiektuak garatzen ari da. IKT (Informazio eta Komunikazio Teknologia) alorrean hainbat urtetako eskarmentua metatua du, euskarazko eta euskal kulturaren ardaztutako software kurrikularra eta aisialdikoak ekoiztean aitzindaria izanez. Horren lekuko dira, besteak beste:

- **IKASYS** Ikastolen Elkarteak garatutako hezkuntza alorreko proiektu berritzailea. IKASYS proiektuak konpetentzien garapenerako beharrezkoak diren baliabideen sistematizazioa du helburu nagusia; horretarako, trebakuntzan, memorizazioan eta ulermenaren garapenean oinarritutako tipologia askotariko jarduerak sorta handia eskaintzen du.
- **Txanela webgunea** ([www.txanela.net](http://www.txanela.net)). Lehen Hezkuntzarako IKT konpetentziak hainbat konstanteren inguruan lantzeko eta garatzeko bidea aurkituko da Txanela webgunean. Lehen Hezkuntzako irakasleei zuzendurik, arloz arloko eta mailaz mailako jarduerak aurkezten dira. Oraingoz, “Txanela Globalizatua” deritzan arlo multzoan (Euskara- Ingurunea-Plastika) txertatu dira IKT jarduerak.
- **Ostadar webgunea** ([www.ostadar.net](http://www.ostadar.net)). Derrigorrezko Bigarren Hezkuntzako irakasleei eta ikasleei zuzendurik, arloz arloko eta mailaz mailako jarduerak aurkezten dira han. Irakasleari, gida didaktikoa jardueraz jarduerara zehaztuta eskaintzeaz gain, IKT jarduerak egiteko eta gidatzeko zehaztapen guztiak ematen zaizkio. Ikasleari, IKT jarduerak proposatzeaz gain, haiek egiteko behar dituen baliabideak ematen zaizkio. Oraingoz, Ostadar proiektuko hiru arloetan txertatu dira IKT jarduerak: Naturaren Zientziak, Gizarte Zientziak eta Euskara eta Literatura.

\* \* \* \* \*

## Virtusbooks plataforma

IKASELKAR argitaletxeak (Ikastolen Elkarteak eta Elkar argitaletxeak sortua) 2011-2012 ikasturtetik aurrera beste aukera bat eskainiko du. Beste baliabide bat eskaintzen da teknologia berrien eta IKT jardueren arloan. **Virtusbooks** (<http://www.virtusbooks.com/>) plataformaren bidez zoom-liburua eskaintzen zaie irakasleei eta ikasleei, ohiko ikasliburuen osagarri. Zoom-liburu horretan hainbat baliabide txertatu dira: bideoak, audioak, fitxategiak, estekak... Txanela webgunean eta Ostadar webgunean dauden hainbat IKT-jarduerak ere gehitu zaizkio. Horrela, irakasleak gune berean izango ditu Txanela proiektuak (Ostadar proiektuak) dituen baliabide guztiak, hainbat proiektugailu, erreproduzitzailu, etab. erabili beharrik gabe.

Hurrengo orrialdean agertzen den taularen bidez irakasleak jakingo du zein jardueratan izango duen baliabide digitaletara jotzeko aukera. Bestalde, irakasleak berak ere erantsi ahal izango ditu baliabideak, gero ikasleek arbel digitaletan edo bakoitzaren ordenagailuan ikus ditzaten.

## TXANELA 4

IKASLEAREN LIBURUA - 3. UNITATE DIDAKTIKOA

### BALIABIDEAK

Liburu digitalaren eta gidaliburuaren arteko lotura

GIDALIBURUKO JARDUERA	BALIABIDE MOTA	EDUKIA	TXANELAKO ORRIALDEA	LIBURU DIGITALEKO ORRIALDEA
0	 IRAKASLEA	Baliabideen taula	3	83
9		<i>Aupa kirolari</i>	11	91
34		<i>Lamikizko sukaldaria</i>	29	109
36		Gorputz-jarrerak	31	111
37		Lehen sorospenak	32	112
41		<i>Euskal selekzioa</i>	34	114
52		<i>Hiru andereak</i>	41	121
53		<i>Kirolaren inguru-minguruan (bertsoa)</i>	41	121

## JARDUEREN ANALISIA

### 1 Azalaren behaketa eta elkarrizketa

*Lan egiteko era: Talde handian*

*Materiala: Unitate didaktikoaren azala*

Beti bezala, azalaren behaketarekin hasiko gara, aurreikuspen estrategiak landu eta haurrak motibatuzeko asmoz. Elkarrizketa bideratzeko, Tough-en hizkuntz funtzioetan oinarrituko gara, elementuak izendatuz, euren artean erlazionatuz, esandakoa arrazonatuz eta iragartzeari bidea emanez.

- Zer adierazi nahi du izenburuak? Zer esan nahi du ontsa hitzak? Zein euskalkitakoa izango dela uste duzu? Gipuzkera? Bizkaiera? Lapurtera?... Gure euskalkian horrela esaten al dugu? Beraz...
- Ezagutzen al duzu hitz horren sinonimorik?
- Izenda itzazu irudian agertzen diren elementuak. Zertan ari da halako pertsonaia? Korrika, eskalatzen, pilotan jolasten, futbolean... Nola deitzen diogu eskalatzen duenari? Eta korrika egiten duenari?... Saia zaitez, alde batetik, irudian azaltzen diren kirolak izendatzen, eta, bestetik, azaltzen ez diren hainbat kirolen izenak aipatzen. Zenbat kirolen izenak dakizkigun! Ikasleek hainbat kirol izendatzerakoan, nahikoa ohikoa da erdarazko izena erabiltzea. Aipatu kirol horiek (*balon zesta, balon manoa...*), eta ikasi horien euskal izenak (saskibaloia, eskubaloia...).
- Zer erlazio dago irudia eta izenburuaren artean? Zergatik diozu hori?
- Zeri buruzkoa da, zure ustez, unitate hau?

Elkarrizketa bukatzean, ikasleek beren izenak idatziko dituzte unitatearen hirugarren orrialdean.

### 2 Komikia

*Lan egiteko era: TALDE HANDIAN - Bakarka - TALDE HANDIAN*

*Materiala: Liburua, 4. eta 5. or.*

Komikia irakurtzen hasi aurretik, izenburuari erreparatu, eta izenburu horren inguruan elkarrizketa sortu. Horrela, aurre-ezagutzak zein diren aztertuko ditugu, eta unitatean landu behar dugun gaiari buruz iragartze-lanak egiteari ekingo diogu.

- *Zer da astoak buztanpetik egiten duena? Kaka. Zer adierazi nahi digu orduan izenburuak? Ezagutzen al duzue esanahi bera duen beste esaerarik? Zer uste duzue gertatuko dela komikian? Izenburua esaera bat dela kontuan izanik, Erranak erran txokoan jartzea proposatzen dizuegu. Uste dugunez, esaera hori gelako egoera askotan erabili ahal izango duzue, batez ere, ikasleek euren lanak azkar bukatu nahi horretan akats ugarirekin amaitzen dituztenean.*

Ondoren, ikasleek komikia bakarka irakurriko dute, eta, bukaeran, elkarrizketa bat antolatuko da.

- *Kleo eta Martin etxeko lanak egiten ari dira. Zer deritzozu ideia horri? Etxeko lanak etxeko guztien artean egitea, alegia. Ikasleek, erantzunak ematean, erabil ditzatela era honetako formulak: Niri ..... iruditzen zait. Nik ondo/gaizki deritzot. Ez deritzot ongi/gaizki/txarto. Nire iritziz ..... Nire ustetan ..... Nik uste dut ..... Nire uste apalean .....*
- *Zure etxean ere gauza bera egiten al duzue? Zuk betetzen al dituzu zuri dagozkizun etxeko lanak? Kontuz, bereiz ezazue “etxeko lan” eta “etxerako lan” kontzeptuak. Gure uste apalean, “etxerako lanak” ikastolatik etxera eramaten direnak dira, eta etxeko lanak berriz, etxean bertako dinamika era egokian eramateko sortzen diren lanak: garbiketa, janaria prestatzea, erosketak egitea, oheak egitea... Jarduerak eskaintzen digun aukera hau balia dezakezue etxean sortzen diren lan horiek izendatzeko; eta, bide batez, eginbehar horiek euskaraz era egokian izendatzen ote dituzten ikusi.*
- *Martinek esaten dio Kleori bizkarra zuzentzeko. Zer adierazi nahi izan dio horrekin? Garrantzitsua al da, bada, bizkarra zuzen ibiltzea? Zergatik? (kausalak zuzen erabiltzen ote dituzten ikusi, horrela ez bada, -LAKO eredia landu).*
- *Komiki honetan, Jexusmai agertzen da; gogoratzen al duzu nor zen eta zein harreman zuen gure pertsonaiekin? Ekarki gogora.*
- *Kleok arazoren bat omen du; zein da arazo hori? Kleon ustetan zerk eragiten dio arazo hori? Eta egia al da? Zerk eragiten dio, orduan? Komikian agertzen al da hori iradokitzen duen egoeraren bat? Zein? Zenbat urte uste duzu dituela Kleok? Eta Jexusmaik? Eta Martinek?*
- *Zein da Kleok hartzen duen bidea arazoari aurre egiteko? Ondo al deritzozu horri?*
- *Erreparatu Jexusmai eta Kleo entrenatzen ari direnean, badela bien arteko nolabaiteko elkarrizketa, agerikoa, euren bakarrizketarekin eta benetako sentimenduekin bat ez datorrena. Bizitzan askotan gertatzen zaigu: gauza bat esan edo egin, eta beste bat sentitu edo pentsatu; alegia, gure nahia eta ekintzak ez datozela bat. Zer deritzozu horri? Zintzoki jokatzeko al da? Orduan, zergatik egiten dugu? Pentsatzen eta sentitzen duguna esango bagenu, zer uste duzu gertatuko litzatekeela? Eta alderantziz eginez gero, epe luzera, zein ondorio izan dezake gure baitan? Hitz egin ezazue gai honi buruz, osasun mental eta fisikoarekin zerikusia handia baitu.*

Aurreko puntu horien inguruko azterketa bidera dezakegu orain, edo gerorako prestatu (ikus jarraipena 10. orrialdean). Hauek dira elkarrizketa bideratzeko erabil ditzakegun hainbat galdera:

- *Bosgarren orrialdeko lehenengo binetan Jexusmaik Kleori abiadura handitu beharko duela esaten dio. Zure iritziz gustatu al zaio Kleori entzundakoa? Kleok kanporantz barre egiten du, baina zer ari da esaten bere baitan? Zer adierazten du horrek, benetan pozik dagoela? Ala ez? Amorrua ematen diola Jexusmairen jarrerak? Jexusmaik esandakoa axola al zaio, ala ez zaio axola? Zergatik pentsatzen duzu hori?*

Egin azterketa bera orrialde horretako 3., 4. eta 6. binetetan ikusi eta irakur daitezkeen esanekin.

- *Zer deritzozu Kleo eta Jexusmairen arteko lehia horri? Zer iruditzen zaizu irabazi nahiezko jarrera hori? Zure ustez, bere burua Kleoren aurretik ikustean, nola sentitu da Jexusmai? Eta Kleo beraren aurretik ikusi duenean? Zergatik pentsatzen duzu hori? Zuri gauza bera gertatzen al zaizu zure lagunekin kirola egiten duzunean edota jolasten ari zarenean? Zu sentitu al*

*zara inoiz horrela? Hurrengo egunean edo, berriz jolasterakoan, aurreko eguneko sentimenduak gogoratzen al dituzu berrero? Eta berrero ere egoera berean zaudenean, sentimendu horiek ba al dute eraginik zuregan?*

- *Jexusmaik mina hartu duenean zer uste duzu pentsatu duela Kleok? Nola sentitu ote da? Ba ote daki Kleok horrelako egoera batean zer egin laguntzeko edo sorosteko?*
- *Azken binetan, Kleok orgatilan dakar Jexusmai. Zure ustez, zer gertatu da azken aurreko binetaren eta azkeneko binetaren artean? Askatu irudimena.*
- *Azken binetari beha iezaiozue eta adierazi, ahoz, zuen ustetan, zergatik esaten duen bakoitzak esaten duena. Aztertu, baita ere, nola sentitzen den pertsonaietako bakoitza, etab.*
- *Zure ustez, Kleok entrenatzeko lagun gabe egonik, izango ote du borondaterik planarekin aurrera jarraitzeko?*
- *...?*

### **3 Aurre-ezagutza**

*Lan egiteko era: Bakarka - Talde handian*

*Materiala: Liburua, 6. or.*

Denbora-tartetxo bat emango diegu ikasleei kontzeptu-mapa osatzeko. Gero, talde handian, denen ekarpenak kontuan izanik, aurrez ezagutzen dituzten kontzeptuekin mapa handi bat idatziko dugu arbelean. Nahi izanez gero, kontzeptu-mapa hori kartoi mehe batean egin dezakezue, eta, gaia landu ostean, ikasitako guztiarekin kontzeptu-mapa berria egin eta aurrekoarekin konparatu, ikasitakoaz jabetzeko.

Esanda bezala, taldean hasi aurretik, tarte bat emango diegu ikasleei, jarduera irakurri eta proposatzen zaienei buruz hausnar egin dezaten. Gero, elkarrizketa sortuko dugu proposatzen diren galdera horien inguruan.

Elkarrizketari dagokionez, hizkuntza-forma jakin batzuk lantzeko, edota aberasteko, eredu batzuk eman ikasleei. Hona hemen batzuk:

a) *Graduatzaileak erabiliz:*

*–Niri gehien/gutxien gustatzen zaidana ..... da, (..... zergatia) + ...-lako (esaldi kausala).*

*–Nik gustukoen ditudanen artean, ..... daude, (..... zergatia) + ...-lako.*

*–Nik nahiago dut/ditut....., (..... zergatia) + ...-lako.*

b) *Bestetik, Inoiz izan al duzu lesiorik...? galderari erantzuteko, horrelako esamoldeak erabili ditzakezue:*

*Behin/Birritan/Hainbat bider/ Makina bat aldiz...*

*Sekula ez/Inoiz ere ez/*

*Egundo ez dut izan horrelako lesiorik*

### **4 Proiektua**

*Lan egiteko era: Bakarka - Talde handian*

*Materiala: Liburua, 7. or.*

Hasteko, ikasleei tartetxo bat emango diegu orrialde horretan dagoena irakurtzeko eta proiektuaz jabetzeko. Gero, talde handian proiektuaren izaeraz hitz egingo dugu. Proiektu horren bidez, bi gauza bultzatu nahiko genituzke: osasunak beren bizitzan duen garrantziaz jabetu daitezen ikasleak eta osasun-ohiturak beren egunerokotasunean bultzatu eta aintzakotzat har ditzatela.



## 5 Ikasnorabidea

*Lan egiteko era: Bakarka - Talde handian - Talde txikian*

*Materiala: Liburua, 8. eta 9. or.*

Hasteko, ikasleei ikasnorabidean inguruneari dagokion blokea irakurtzeko tarte bat emango diegu. Gero, talde handian nahiz talde txikietan, ikasleek aukera izango dute unitatea orriz orri gainbegiratzeko, gaia nondik nora doan ikusteko eta gai horri buruz aipamenak egiteko.

Kontuan izan ikasleak, unitate osoan zehar, ikasnorabidera etengabeko joan-etorriak eginez ibiliko direla lantzen ari diren edukiaz jabetzeko eta ikasten ari direnaren kontzientzia izateko. Ikasnorabideko atalak era horizontalean irakurriko ditugu, hau da, hiru arloetan aztertzen ari garenari erreparatuz atal edo bloke bakoitzean.

## 6 Txoko zuria

*Lan egiteko era: Talde handian*

Behin ikasleek argi dutenean egin beharreko proiektua, eta baita ere proiektu hori gauzatzeko zer ikasi eta landu beharko duten, heldu da *txoko zuria* hornitzen hasteko unea. Hitz egin ezazue taldean, eta erabaki bakoitzak gaiarekin zerikusia duen zer elementu izan dezakeen etxean eta gelara ekartzeko moduan (liburuak, posterrak, irudiak, jolasak, marrazkiak, argazkiak, bideoak, komikiak, panpinak, mozorroak ...), ekarri ahala, aurkeztu gainerakoei eta jarri txokoan.

## 7 Erranak erran

*Lan egiteko era: Bakarka - Talde handian - Binaka*

*Materiala: Liburua, 10. or.*

Hasteko, denbora-tartetxo bat emango diegu ikasleei, 10. orrialde horretan dauden erranak irakurtzeko, erran horiek komikian erabiltzen direnean adierazten dutena behatzeko eta horri guztiari buruz hausnartzeko. Gero, talde handian, erran horien esanahiaren inguruan elkarriketa sortuko dugu, eta ondoren, binaka, esamolde horiek erabili ditzakegun beste egoera batzuk asmatu eta haiek antzezteari ekin. Bukatzeko, erranak, *erranen txokoan* txukun-txukun idatziko ditugu.

## 8 Hausnarketa: Kirola eta ariketa fisikoa

*Lan egiteko era: Bakarka - Talde handian*

*Materiala: Liburua, 10. or.*

Ikasleek jarduera bakarka irakurri eta irakurritakoa hausnartu ostean, elkarriketa bat sortuko dugu, talde handian, galderetako ideien inguruan. Bukatzean, ariketa fisikoa eta kirolaren artean dagoen erlazioaz ere hitz egin dezakezue.

Ariketa fisikoa egiterakoan lokomozio-aparatua martxan jartzen da, batzuetan helburua horixe da; besteetan, bitarteko. Ariketa fisiko kontsideratzen dira: igeri egitea, korrika egitea, oinez ibiltzea, etxeko leihoak garbitzea, eskailerak igo eta jaistea... Kirola eta ariketa fisikoa bi kontzeptu ezberdinak dira, baina badute komunean ezaugarriren bat edo beste. Kirolaren oinarrian ariketa fisikoa dago, esate baterako,

baina, ariketa fisikoa kirol kontsideratzeko, lehia behar da, eta ezinbestekoa baldintza da lehia hori arautzen duen araudia. Horrez gain, kirol guztietan ez bada ere, beste ezaugarri bat ere aipa dezakegu: nolabaiteko instituzio baten baitan egotea.

**Txanela** proiektuaren helburua ez da ikasleak jakitea gure gizartean zer kontsideratzen den kirola eta zer ariketa fisikoa. Helburua beste bat da: jabetzea gorputzak gaitasun motoreaz, gaitasun motore hori lantzea eta osasuntsu egoteko lokomozio-aparatua martxan jartzea, ariketa fisikoa egitea, alegia, oso garrantzitsua dela.

## **9 Kanta kantari: Aupa, kirolari!**

*Lan egiteko era: Talde handian*

*Materiala: Liburua, 11. or. eta CDa, 14. pista.*

Hasteko, tartetxo bat emango diegu ikasleei, bakarka, gaiari dagokion abestiaren letra irakurtzeko. Ondoren, irakurketa ozena egingo dugu letraz, jabetzeko eta sortzen diren zalantzak argitzeko. Bukatzeko, abestia entzungo dugu, eta, taldean, letra irakurriz, kantatzen saiatu.

Abestiak adierazten dituen egoerak oso xebreak direnez, bi proposamen luzatzen dizkizuegu, nahia eta aukeraren arabera egin ditzazuen. Bata, talde txikiak eginek, abestiak adierazten dituen egoerak dramatizatzea. Bestea, folio batean ikasleek marraz ditzatela aipatu egoerak horiek.

Gogoratu musikako lan-koadernoak duzuela lengoia musikala eta txirula lantzeko.

## **10 Hezurak aztertzen**

*Lan egiteko era: Binaka - Talde handian*

*Materiala: Liburua, 12. eta 13. or.*

Atal berria hastear dugu, eta egin ezazue joan-etorria ikasnorabidera.

Gorputzeko hezurdura aztertzea goazela jakinik, komenigarria litzateke, gizakien hezurduraren eredu anatomikoa, ikastolan izanez gero, behintzat, gelara eramatea gai hau lantzen ari garen bitartean.

Ikasleek, binaka, bi orrialde horietan dagoen informazioa irakurri eta jarduerak osatzeari ekingo diote. Gero, talde handian, elkarrizketa sortuko dugu, testu horretan agertzen diren kontzeptuak argi geratu diren jakiteko, eskemaren inguruan hitz egiteko, eta egin berri duten gorputzeko hezurren azterketari buruz hitz egiteko.

Jarduera honen helburua ikasleek esplorazioaren bidez bere gorputzeko hezurdura nolakoa den jabetzea da. Bidea, berriz, praktikatik teoretara.

Bukatzean, galdera hau egingo diegu:

*–Jarduera honen bidez zerbait ikasi al duzue? Zer?*

## **11 Hezurdura, azalpenak eta irudiak**

*Lan egiteko era: Bakarka - Talde handian*

*Materiala: Liburua, 14. eta 15. or.*

Aurreko jarduerari jarraipena emanaz, ikasleek kliparekin datorren informazioa irakurtzeari eta kontzeptu-mapa osatzeari ekin beharko diote, bakarka. Gero, talde handian, hezurduraren funtzioa gogora ekartzeaz gain, hezurduraren funtzionamenduari buruzko informazioa irakurriko eta irudiarekin erlazionatuko dugu.

Jarduera honetan adierazten den bezala, ikasleek hezur horien izenak eta kokapena buruz ikasi beharko dutenez, hitz egin ezazue taldean, zein izan daitekeen horiek buruz ikasteko estrategiarik edo metodorik onena. Estrategia guztiak kontuan izanik, ikasle bakoitzak aukera dezala egokien ikusten duena eta har dezala tarte bat hori aplikatuaz hezur horien izenak ikasteko.

Irakaslearentzat azalpentxo bat, osagarri gisa:

### **Hezurren funtzioak**

- Beste organo batzuk babestea; esaterako: burezurra, saihetsezurrak eta bularrezurra...
- Euskarri-funtzioa: hezur lodienak, gorputz osoaren pisua mantentzen baitute.
- Mugimendurako, hezur luzeak dauzkagu: humeroa eta izterrezurra, adibidez.
- Mineralak metatzea: hainbat mineralek (kaltzioa eta fosforoa, adibidez), hezuraren egitura mantentzen du. Mineral horiek, bestalde, beharrezkoak dira giharren mugimendurako eta baita odolaren gatzapenerako edo nerbio-sistemaren funtzionamendurako ere. Normalean, dietaren bitartez lortzen ditugu mineral horiek, baina edozein arrazoirengatik, denbora tarte batean hartzerik izango ez bagenitu, hezurretan gordeleku eder bat izango genuke.

## **12 Atlas eta Heraklesen kondaira**

*Lan egiteko era: Bakarka - Talde handian*

*Materiala: Irakurgaiak, 47. eta 48. or.*

Hasteko, ikasleei tartetxo bat emango diegu kondaira bakarka irakur dezaten. Ondoren, kondaira ulertu duten galdetuko diegu. Baten batek adierazten badu kondaira ez duela ulertu edo ulertzea kostatu zaiola, ulertzeko zailtasunak sortu dituen arrazoiak aurkitzen saiatuko gara, hau da, zer izan den kondaira hori ulertzea eragotzi duena.

Kondaira honetan greziar mitologiako pertsonaiak agertzen dira (Herakles = Hercules, Atlas, Zeus eta Hesperideak). Izenak lehendik ere ezagunak izan daitezke gure ikasleentzat (1. mailan Greziako gaian mitologiako hainbat kondaira entzun baitzituzten), baina, nobela historikoetan gertatzen den antzera, pertsonaia bakoitza nor den jakitea, eta hari buruzko kondairak gogoratzea zaila gerta daiteke. Hori dela eta, eta arazo hori kondaira honetan ezezik, beste hainbat irakur-testuetan aurkituko dutenez gure ikasleek, proposatzen dizuegu orain arte landu ez dugun irakurtzeko estrategia bat erabiltzea, modu ezplizituan agertua, eta baita estrategia hori era partekatuan lantzea ere.

Beraz, abiatzeko, hor goian aipatutakoa adieraziko diegu ikasleei, teknika berriarena, alegia. Gero, talde handian, kondaira irakurtzen hasiko dira. Kondaira zatika irakurriko dute, eta pertsonaiaren bat agertzen den bakoitzean, haren izena idatziko dugu arbelean, borobil baten barruan sartuta. Beste pertsonaia bat agertzen denean, horren izena ere idatziko dugu, eta aurrekoekin duen erlazioa adieraziko dugu. Bestalde, pertsonaia bakoitzaren izenaren ondoan irudi edo ikur bat jarriko dugu, hura nor den oroitzea errazagoa gerta dakigun. Adibidez: Hesperideen ondoan, sagar bat; Atlasen ondoan, munduko bola...

Konturatuko zineten moduan, nolabaiteko kontzeptu-mapa egiten ari gara, pertsonaiak eta euren arteko erlazioak adierazteko, eta kondairako gertakizunak errazago ulertzen joateko. Adieraz iezaiezue hori ikasleei.

Irakurketa egin, talde handian, eta eskema osatua dugula, galdetuko diegu ikasleei ea teknika horrek zerbaitetan lagundu dien. Irudia (kontzeptu-mapa) begi-bistan dutela, kondaira, bakarka, irakurtzeko aukera emango diegu ikasleei.

Irakurri ondoren, talde handian elkarrizketa sortuko dugu, bi helbururekin: azpijokoari buruz hitz egitea, alde batetik, eta lokomozio-aparatuarekin erlazionatzea, bestetik.

- Ea zer iritzi duzun honako galdera hauetan adierazitako ideia bakoitzaren inguruan:
  - Zeusek Atlasi ezarritako zigorra, bizi osorako zigorra, alegia, zer iruditzen zaizu?
  - Eta Atlasek Herkulesi egindako iruzurra?
  - Herkulesek Atlasi egindako iruzurra?
  - Herkulesek aurreikusiko ote zuen Atlasen asmoa, eta horren arabera ordainean jarrera bera itzultzeko jokatuko ote zuen egin zuen moduan? Ongi al dago hori?
  - Zer iritzi duzu, orokorrean, iruzurrari buruz? Iruzur egitea gaizki al dago beti, edo salbuespenak ere badaude, zure iritzi? Argudia ezazu zure iritzia.
- Kondaira lokomozio-aparatuarekin ere erlazionatuko dugu:
  - Zer esan nahi du kondairan agertzen den esaldi honek: "Hara joan diren guztiek han utzi dituzte beren hezurak".
  - Zure ustetan, bizkarraren gainean pisu handia izatea zigorra al da? Nola bukatuko du Heraklesen bizkarrak?
  - Unitateko 15. orrialdean galdetzen ziguten ea Atlasen kondaira irakurri ondoren, asmatuko al genuen zergatik duen atlas izena gure lehen orno horrek. Ba al dakizu zergatik den? Atlasen munduko bola gure buruaren sinbologia litzateke, pisu handiko biribil baten adierazlea. Etxeetako balkoiak sostengatzen dituzten zutabeei ere Atlas esaten omen zaie.
  - “Norbaitek lan bat bere bizkarrean hartzea” esamoldeak, zer adierazi nahi du?
  - Bizkar hitza bere baitan duten hainbat esamolde daude; argitu esamolde horien esanahia eta jarri **erranak erran** txokoan: “Bizkar emanda egon zen egun guztian”. “Bizkarra berotu zion lagunari”. “Bere lagunen bizkar bizi da hori = lagunaren kontura”.

### 13 Hizki zopa: Hezurren izenak

*Lan egiteko era: Talde handian – Bakarka - Talde handian*

*Materiala: Lan koaderno, 45. or.*

Jarduera honetan, alfabetoaren arabera hitzak ordenatzea eskatzen zaie ikasleei. Hitz ugari dira hasiera bera dutena, hori dela eta, jarduera egiten hasi aurretik, galde iezaiezue ikasleei, hitzak alfabetikoki ordenatzeko orduan zer izan behar duten kontuan eta horren arabera zein prozedura jarraitu beharko duten.

Ikasleek, bakarka, beren lan-koadernoko hizki-zopa egin ostean, jardueraren azterketa egingo dute talde handian. Taldean, emaitza alderatzeaz gain, lana egiteko erabili dituzten estrategiei buruz hitz egingo dute.

## 14 Polisemia

*Lan egiteko era: Bakarka - Talde handian*

*Materiala: Lan koadernoan, 46., 47., 48. eta 49. or.*

Atlas hitza aitzakia, polisemia zer den ulertzeko eta hitz polisemikoen esanahia testuinguruaren arabera inferitzeko jarduera-sekuentzia osoa aurkituko duzue lan-koadernoan.

Jarduerak bukatzean, elkarrizketa sortu dezakezue, eta polisemia hitzari erreparatuz hitz horren izaeraren inguruan hitz egiteko. Polisemia hitzaren definizioa arbelean idatzi, eta honako galdera hauek egingo dizkiegu ikasleei:

- Poli *aurrizkia hainbat hitzetan aurki genezake, honako hitz hauetan, esaterako: poligono, poliedro, polifonia, poliglota, poligamia, polikromo... Ea denon artean hitz horien esanahia argitzen dugun, eta, hasiera bera dutenez, poli horrek zer esan nahi duen ondorioztatu.*
- Poliren *esanahia jakinik, ea gai zareten semiak zer esan nahi duen ondorioztatzeko.*

## 15 Hezurren forma eta babesten dituzten organoak

*Lan egiteko era: Talde handian - Talde txikian - Binaka*

*Materiala: Liburua, 16. or.*

Hasteko, hezurren formari buruzko kliparekin datorren informazioa irakurriko dugu taldean eta ondoren, elkarrizketa sortu, beti ere, beste hainbat gauzaren artean, gure hezurdurak betetzen duen funtzioaren araberrako forma dutela ondorioztatzeko. Eskatu iezaiezue ikasleei etxean dituzten erradiografiak gelara ekartzeko, jarduera hau burutzen lagundu baitiezaguke haiei behatzeak.

Idea horri helduz, jarduera honetan aukera duzue gizakien hezurdurak denboran zehar (lehen gizakien garaitik hona) izan duen eraldaketa aipatzeko, eta horri buruzko informazio lortzeko. Adibidez: burezurraren tamaina handiagotuz joan da; gaur egun, ez ditugu behatzak (oinetakoak) eta oinak garai hartan bezala erabiltzen; ez erabiltzeak behatzen forma aldatu egin du... .

Orrialde horretako bigarren jarduera, informazio-bilaketa eta jardueraren osaketa, binaka egin dezakete ikasleek edota talde txikian. Jarduera hori egin aurretik, hitz egin informazio-bilaketaren estrategien inguruan, jarraitu beharreko prozeduraz, alegia.

- Informazio-bilaketaren xedea argitu.
- Xedea beteko duen zer iturri erabili daitekeen hausnartu.
- Hainbat informazioaren artean, jarduerari erantzuten diona bakarrik aukeratu, bestelako informazioa alde batera utziz. (Argitu taldean ideia hau okerra dela: Asko idatziz gero, hobeto erantzuten diogu jarduerari. Ez da egia, ikasi beharra dago galdetzen edo eskatzen zaigunari zuzenean erantzuten).
- Aukeratutako informazio hori modu egokienean eta zuzenenean idaztea.

Jarduera bukatzean, aldera itzazue talde edo bikote bakoitzaren erantzunak. Idatz itzazue arbelean, eta, denon artean, balioetsi eta kritika itzazue, beti ere ikuspegi aberasgarria eta baikorra izanez kritika egitean.

## 16 “h”-a galdu hitz elkarketan

*Lan egiteko era: Bakarka - Talde handian*

*Materiala: Lan koaderno, 50., 51. or.*

Gai honetan ageri dira “h” letra hasieran duten hainbat hitz, eta hitz horietako zenbaitek hasierako “h” hori galdu egiten dute hitz-elkarketetan. Hori dela eta, bai hitzen ortografian, eta bai hitz-elkarkeei tokia egin diogu gai honetan.

Ikasleek lan-koadernoko jarduerak bakarka egin beharko dituzte. Jarduera horiek proposatzen ditugu arau batzuez jabetzeko eta testu baten behaketa ortografikoa bideratzeko. 50. orrialdeko testu hori bera izango da irakasleak ikasleei diktatuko diena. Bukatzean, elkarrizketa sortu dezakezue, talde handian, jarduera horien xedea bete den edo ez ikusteko (hau da, kezka ortografikoa sortzea da helburua, eta hitzen idazketa ortografiko zuzena egiteko ohiturak garatzea).

## 17 Hezurren izenak hezurduran kokatzen

*Lan egiteko era: Bakarka*

*Materiala: Lan koaderno, 52. or.*

Aurreko jarduera batean hezurren izenak eta kokapena ikasi behar zutela esan zitzaizen ikasleei, eta baita horretan jarduteko tartetxoak eman ere. Jarduera hau, ikasleek bakarka eta inon informazioa jaso edo begiratu gabe osatzekoa da. Helburua da, ikasleek bi gauzez arduratzea; alde batetik, hezurren izenak zuzen idazteaz, eta, beste batetik, gain haien kokapena ondo ezagutzeaz, gaia bukatzean galdetu egingo baitizkiegu. Zenbait ikaslek oraindik ez baldin badakizki izen horiek, ikasteari tartearak eskaini beharko dizkio, edota, nahi badu, dakizkien kide baten laguntzaz ikasi, jolas modura, edo beste estrategia bat erabiliz: berak egokien ikusten duten teknika erabiliz, azken batean. (Ikus unitate honetako elkartasun-jolasa, giharrekin egiten den bera hezurrekin egin baitezakezue).

## 18 Giltzadurak

*Lan egiteko era: Talde handian - Binaka*

*Materiala: Liburua, 17. or.*

Talde handian giltzadurei buruzko informazioa irakurri eta ulertu ondoren, giltzaduren mugimenduak aztertuko ditugu. Gero, orrialde honetan (17. or.) ikasitakoa, aldez aurretik hezurrei buruz ikasitako informazioarekin erlazionatuko dugu.

Jarraian, ikasleek tarte bat izango dute hezurren izenak erreparatzeko eta 15. orrialdeko azalpenak dioena ikasteko. Horren ostean, binaka, informazio hori guztia modu ordenatu, koherente eta ulergarrian nola adierazi planifikatuko dute: saioak egin, bata besteari azalpentxoak aurkeztu, bakoitzak besteari kritika egin era aberasgarri eta baikorrean, egindakoa balioetsi, bien artean zuzenketa eta hobekuntza bideak bilatu eta aplikatu...

Elkarrizketari dagokionez hizkuntza forma jakin batzuk lantzeko, edota lehendik ezagunak direnak aberasteko, eredu batzuk eman diezazkiekezue ikasleei, hona hemen batzuk:

- Norabidea adierazteko –rantz: ezkerrerantz, eskuinerantz, gorantz, beherantz, alde guztietarantz...
- Zabalerari dagokionez: zabalera handia, txikia...

## **19 Animalien hezurdurak: ugaztunak**

*Lan egiteko era: Talde handian - Talde txikian*

*Materiala: Liburua, 18. or.*

Ikasleek talde txikietan egingo dituzte bi jarduera hauek. Lehendabizikoa, animalia ornodunen eta ornogabeen zerrenda egitea da. Hezurduraren araberako sailkapen hau, bigarren eta hirugarren mailan ere egin izan dugu, beraz, ikasleek erraz egin dezaketen jarduera dugu; hori bai, irakasleak ez duenez parterik hartuko jarduera honetan, euren artean adostu, eztabaidatu eta argudiatu beharko dituzte aukeraketak.

Bigarren jardueran, berriz, ikasleei ahozko konparazio testua egitea eskatzen zaie, alegia, orrialde horretako animalien hezurduren arteko berdintasunak eta ezberdintasunak ahoz adieraztea. Jarduera egin aurretik, komenigarria litzateke, hainbat elementuren arteko konparazioak egiterakoan erabiltzen diren, eta guk aurreko gaietan landu ditugun, esamolde, aditz, lotailu eta abar gogora ekartzea.

Irakasle, jarduera honekin hasi aurretik, beha iezaiozu lan-koadernoko hurrengo jarduerari.

Lanean ari diren bitartean, irakasleak, talde batzuen zein ikasle jakin batzuen behaketa egin dezake. Behaketa horretan, taldeko lana nola egiten duten ikusi eta lan hori balioets dezake (arau sozio-komunikatiboak, arduren banaketa, parte-hartzea, errespetua...), eta baita ahozko adierazpen-maila nolakoa den ere (hizkuntza erabiltzeko erraztasuna, hizkuntzaren aberastasuna eta zuzentasuna...).

## **20 Animalien hezurdurak: gainontzekoak**

*Lan egiteko era: Talde txikian - Bakarka – Talde txikian - Talde handian*

*Materiala: Liburua, 19. or. eta Lan-koadernoan, 53. eta 54. or.*

Talde txikietan, aurreko jarduerarekin egin dugun gauza bera egingo dugu oraingo honekin ere, hau da, ahoz konparatuko ditugu animalia horien hezurduren artean dauden berdintasunak eta ezberdintasunak. Gero, ikasle bakoitzak bere lan-koadernoan, konparazio-testua idatziko du, bakarka.

Bukatutakoan, talde txikietan bilduko dira berriro ere eta sortutako testuak elkarren artean trukatu dituzte, lanak aztertu eta balioesteko. Balioeste horiek, talde handian konpartituko ditugu.

Irakasle, ikusiko bazenu gelako hainbat ikaslek beharrezkoa duela konparazio testua nola egiten den modu ezplizituan erakustea, ez izan zalantzarik: arbelean, eta denen artean, lan-koadernoko jarduerak berriz egin konparazio-testuak osatuz. Beharra ez bada horrenbestekoa, aprobetxatu akats bat edo beste (adibidez, esaldia formulatzeko modua, aditzen bat oker idaztea...) konparazio hori arbelean idazteko, eta denon artean eztabaidatzeko; aztertu zer dagoen gaizki eta nola hobetu daitekeen lana. Bestalde, ez ahaztu ikasleei transmititzea apendizaiaren alderdi oso garrantzitsua dela okerrak detektatzea eta zuzentzea. Ez dezatela porrot modura ikusi, baizik eta gauza berriak ikasteko bitarteko gisa.

Orrialdearen bukaeran proposatzen den moduan, etxean jandako animalia baten hezurdura gelara ekarri eta aztertzei aukera baduzue, aprobetxa ezazue.

Gogoratu, bestalde, zenbait hegaztik, harrapari gautarrek, bereziki (hontzak, adibidez), osorik irentsitako harrapakinak (saguenak, esaterako) hondar liseriezinezko pilota modukoa botatzen dutela ahotik: egagropila. Horrela egagropila bat lortzeko aukera bazenukete, gelara eraman eta saiatu, ikasleekin batera, hura aztertzen, egragopilak agertzen diren hezurdurak ikertzen. Ikasleentzat oso motibagarria eta interesgarria izaten da esperientzia hori.

## 21 Giharrek

*Lan egiteko era: Talde handian - Bakarka - Binaka - Talde handian - Talde txikian*  
*Materiala: Liburua, 20. eta 21. or.*

Jarduerak egiten hasi aurretik, 21. orrialdeko eskemari erreparatuko diogu eta, ondoren, ikasnorabidera joan-etorria egin.

Gero, ikasleak giharrei buruzko azalpen testua irakurriko dute bakarka, eta bertan azaltzen zaizkien galderei erantzun. Galdera horien erantzunek erakutsiko digute nondik norakoa den ikasleen ulermen-maila.

Aurreko jarduera batean ikasleek hezurrekin egin zuten bezala, oraingoan gauza bera egingo dute gorputzeko giharren izenak eta kokalekua adierazten dituen irudiekin: behatu eta, binaka, euren gorputzean aztertu. Gero, gauza bera egingo dugu talde handian. Aurrerago ere, gure ikasleek izango dute tarte bat giharren izenak ikasteko, elkartasun-jolasean adibidez.

Bukatzeko, aurpegiko keinuek adierazten dutena asmatzera jolastuko dugu, talde txikietan, nahiz talde handian.

Polita litzateke gelako ikasle bakoitzari aurpegiaren argazkia ateratzea aldeztu aurretik adostutako keinu jakin bat adierazten duela (kamara digitalarekin bada, hobe; errazago eta merkeagoa baita, eta aukera ugariago ematen baititu ordenadorez maneiatzeko). Argazki horiekin konposizio bat egin dezakezue, eta denak orrialde bakar batean jarri. Ondoren, talde osoa elkarrekin, eta barreka dagoen argazki bat atera dezakezue, eta, Martinek adierazitako ideiarri helduz, hainbat azalpen jarri; adibidez: *Ba al zenekien barre egitea dela keinu guztietatik giharrei lan gutxien ematen diena? Saia gaitezen, bada, giharrei lana kentzen!*

Jar itzazue argazkiak, azalpen eta guzti, ikastolako pasiloetan eta, seguru asko, aurpegiaren xelebretasunak eta azalpenean jarritakoak barrea eragingo die bati baino gehiagori.

## 22 Ba al zenekien...

*Lan egiteko era: Bakarka - Talde handian*  
*Materiala: Irakurgaiak, 49. or.*

Tarte bat emango diegu ikasleei, *Ba al zenekien...* orrialdea irakurtzeko. Gero, talde handian irakurriko dugu eta bertako hezurren inguruko bitxikeria bakoitzaz hitz egingo.

## 23 Txisteak

*Lan egiteko era: Bakarka - Talde handian*  
*Materiala: Irakurgaiak, 50. eta 51. or.*

Ikasleek, bakarka, irakurgaietako txisteak irakurriko dituzte, gozatzeko. Gero, txisteen inguruko hausnarketatxo bat egin dezakegu talde handian: txiste bakoitzaren ironia zein den azpimarratzen saiatuko gara, zerk eman dion txisteari grazia edo umore punta, alegia.

Ondoren, egoki ikusiz gero, *txisteen unea* saioa martxan jarri dezakegu.



## **24 Hizki zopa: giharrek**

*Lan egiteko era: Bakarka*

*Materiala: Lan koadernoan, 55. eta 56. or.*

Ikasleek, bakarka, hizki zopa-osatu beharko dute, eta, gero, hizki-zopa horretan agertzen diren giharren izenak irudian kokatu.

## **25 Tendoiak**

*Lan egiteko era: Talde handian - Talde txikian*

*Materiala: Liburua, 22. eta 23. or.*

Zurdei buruzko testua talde handian irakurri, eta liburuko irudiei behatu ondoren, gure esku eta oinetako zurdak aztertzeari ekingo diogu. Gero, gaiaren gaietan hitz egingo dugu, bihurturak hizpide. Horren ostean, giharren jardueraz jabetzeko, esperientzia txiki bat egingo dugu, eta taldean ondorioztatutakoa idatziko dute ikasleek.

Jarraian, giharrek bikoteka funtzionatzen dutela jabetzeko, azalpen-testua irakurriko dugu, eta tresna teknologiko txiki bat egin: zurezko besoa. Horretarako, lehenik eta behin, jarraibide-testua irakurriko dugu talde handian, eta, ondoren, ikasleek materialak biltzeko arduren banaketa egingo dute talde txikietan jarrita. Material guztiak gelan ditugunean, ikasleak zurezko besoa egiten hasiko dira.

Irakasle, izan kontuan zure laguntza beharko dutela tresna hori eraikitzeko.

Bestalde, badugu beste proposamen bat ere: oilasko izterrak gelara ekartzea, eta haien zuzeneko behaketa egitea (giharrek eta hezurak). Izterrei azala kenduz gero, giharrek oso ondo ikusteko aukera izango duzue. Horien azterketa egiteko orduan, izan gogoan:

- Muskuluak hezurrei loturik daude eta lokarriak zurdak dira.
- Muskuluak uzurtuz gero, hezurak mugitu egiten dira.

## **26 Gorputzaren ezintasuna**

*Lan egiteko era: Binaka - Talde handian*

*Materiala: Irakurgaiak, 52. or.*

Binaka jarrita irakurri irakurgaietan agertzen diren jarduerak, eta, ondoren, egin. Gero, esperientziari buruz hitz egin taldean.

## **27 Artelana**

*Lan egiteko era: Talde handian*

*Materiala: Liburua, 24. or.*

*Biluzia eskailerak jaisten, 2. zenbakia, 1912.*

Koadro horretan mugimenduak sortzen duen transformazioa eta egoera-aldaketak adierazi nahi ditu Duchamp-ek. Artelan hori abiapuntu, hurrengo jarduerak egingo ditugu.

## **28 Mugimendua eta gorputzaren posturak marrazki bidez adierazten**

*Lan egiteko era: Talde handian - Bakarka*

*Materiala: Lan koadernoan, 57., 58., 59., 60. eta 61. or.*

Bakarkako lana egiten hasi aurretik, orrialde hauetan proposatzen zaiguna aztertuko dugu talde handian. Horrelako lanak egitea ez denez beti erraza, proposamentxo bat egin nahi diogu irakasleari: saia dadila ikasleek egin behar duten lana egiten, jardunean aurkitzen dituen zailtasunez jabetuz, ikasleek topatuko dituztenen kontzientzia hartuko baitu. Ez beldurrik izan primeran ez egiteari: jardunez ikasten dugu denok (irakasleak barne).

Lan-koadernoan proposatzen diren ariketak egin ondoren, gure gorputzaren posturen zuzeneko behaketa eta marrazketa proposatuko diegu ikasleei. Binaka jar daitezela, eta, txandatur, batek modeloaren papera jokatu du eta besteak marrazkilariarena. Hasiera batean bozetoa (zirriborroa) landuko dugu. Hau da, marra bidez modeloak eskaintzen digun gorputz-jarrera era sinplean marraztu. Ondoren, nahi baduzue, zirriborroa osatu, marraztu, margotu, girotu...

## **29 Animazio txikiak (marrazki biziak)**

*Lan egiteko era: Bakarka - Binaka*

Animazioa sortzeko saiakera txiki bat egin dezakezue, nahiz eta jarduera honek aurrekoak baina zailtasun handiagoa izan.

Pertsonen mugimendua adieraztea beste elementu batzuen (ilargiarena, eguzkiarena, pilota batena...) baino zailagoa da. Horregatik hasi gintezke pilota baten mugimenduarekin. Zenbat eta postura edo kokapen gehiago marraztu, orduan eta handiago izango da mugimenduaren sentsazioa. Nahi izanez gero, bi egoera edo kokapenetik abiatu zinezkete, eta ondorengo saiakeretan kopurua handituz joan.

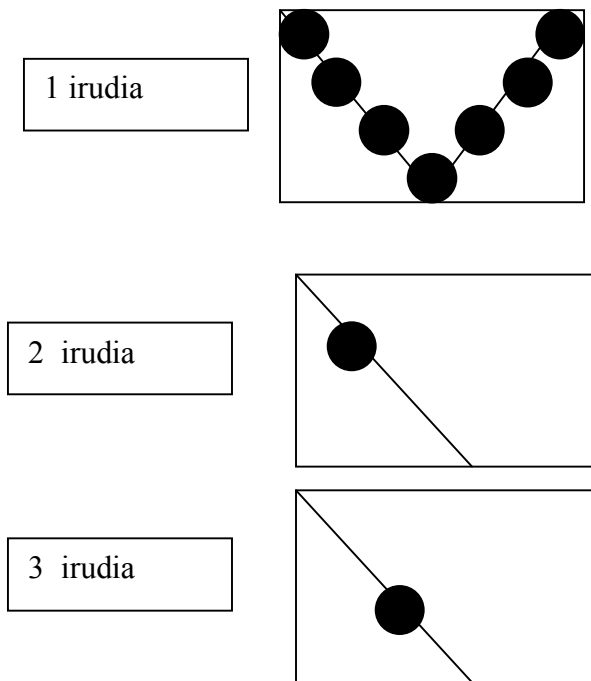
Har itzazue berrogei bat paper txiki, folio laurden baten neurrikoak gutxi gorabehera eta grapatu (edota oharrak idatzi eta itsasten diren tako horietako bat (post-it) hartu). Orrialde bakoitzean marraztu postura edota kokapen bat, ordena jakin batean. Orritxoak azkar pasatzen utzi (liburu baten orriak azkar pasatzen ditugun bezala), eta mugimenduan ikusiko da marraztutakoa.

Pilota saltaria har daiteke eredu. Marraztuz edota gometsak erabiliaz egin daiteke:

Lehendabizi, erabaki zein den pilotak egingo duen mugimendua, eta marra batez adierazi paperetan (arkatzez, gero borrarzako moduan). Zirriborroan erabaki pilotak zenbat urratsetan egingo duen mugimendua, eta urrats bakoitzean pilota non egongo den. Ikusi 1. irudia.

Hauxe da proposamena: pilota ezkerraldeetatik aterako da, diagonalean lurreraino jaitsi, eta, lurra kolpatu ondoren, gorantz eta diagonalean abiatu eskuineko goiko muturrera iritsi arte.

Ibilbidea erabaki ondoren, hartu orritxoak eta lehenengo orrian pilota kokatu hasierako kokagunean (ikus 2. irudia). Bigarren orrialdean jarri bigarren kokagunea (3. irudia). Horrela, mugimenduaren kokagune guztiak marraztu, behar adina orrialdetan. Errepikatu sekuentzia hainbat aldiz.



Pilota izango da, ziurrenik, marrazteko elementurik errazena, baina beste zenbait animazio ere egin ditzakegu gehiegi konplikatu gabe: eguzkia (goizetik irteten denetik arratsean sartzen den arte), ilargia... Horiek marraztea ez da zaila. Hondoekin jokatuaz (argitasun eta zero desberdinak) efektu polita lor daiteke.

Gorputzaren postura aldatzea, kokapena aldatu beharrean, bigarren zailtasun-maila litzateke. Horrekin hasteko, hegazti baten hegaldiaren mugimendua izan daiteke errazenetakoa. Hegoak goian, erdian, behean marraztuz... sekuentzian, adibidez. Hondoia ere animatua izan daiteke (eguzkia bera ere kokapenarekin mugituz, esaterako).

Animazioak egitera, otutzen zaizkien marrazki sinpleekin animatu haurrak. Nahi izanez gero, 40. jardueraren ondoren egin dezakezue beste saio bat, eta ikasleek irudimena erabili beharko dute irudi sinple batetik abiatuz zerbait adierazteko.

Giza gorputzarekin animatu nahi baduzue, liburuko 20. orrialdeko irudiak daukazue. Kopiatuz, kalkatuz edota hainbat aldiz fotokopiatuz eskuratu irudi horiek. Ondoren, moztu (neurri bereko papertxotan dagokion posturan itsatsi) eta grapatu animazio bat osatzeko (neska gimnasia egiten).

### 30 Elkartasun jolasa

*Lan egiteko era: Talde handian*

*Materiala: Liburua, 25. or.*

Hasteko, Kleok esandakoari erreparatuko diogu, eta horren inguruan elkarrizketa sortu, bere informazioa ez baita guztiz zuzena. Elkarrizketa horretan, elkartasun-jolasak ariketa fisikoa egitera bideratzen bagaitu eta jolas araudia badu ere, lehiakortasunean oinarritu beharrean, elkartasunean oinarritzen denez, kirol kategoria ez duela ondoriotzatzeke, galderen bat edo beste egin diezaiekezue ikasleei.

Gero, betiko erritualari jarraituz jolasteari ekingo diogu, bukatzean, esperientziari buruz hitz egin berriz ere.

### **31 Luzaketak**

*Lan egiteko era: Bakarka - Talde handian*

*Materiala: Liburua, 26. eta 27. or.*

Jarduera honen bidez, ikasleak beroketa- eta luzaketa-ariketen garrantziaz jabetzea nahi dugu. Giharrak ariketarako alde aurretik prestatzea bezain garrantzitsua da ariketaren ostean hasierako egoerara itzularaztea, giharrak atsedean egoerara itzultzea, alegia.

Jarduerarekin hasteko, ikasleek testua irakurriko dute eta irudiak behatu, bakarka. Horren ostean, testuari buruzko galderak erantzun beharko dituzte jakiteko gaia zein den eta zein diren testu horretako ideia nagusiak.

Ondoren, luzaketa-ariketak praktikatuko dituzte talde handian; horretarako, interesgarria litzateke soinetako irakaslea gelara gonbidatzea, eta jarduera irakasle horren azalpenekin osatzea.

Liburuko 27. orrialdean, proiektura bideratzen gaituen lehenengo bonbilla dugu. Une egokia litzateke kirolaren eta osasunaren asteko egitaraua prestatzen hasteko. Itsasi folio bat ondo ikusteko moduan (txoko zurian, pareta batean edo arbelean..., eta apuntatu han itzazue, bonbilla duten jardueretan agertzen joango zaizkizuen ideiak.

### **32 Entzunaldia**

*Lan egiteko era: Talde handian*

Unitate honetan, beste guztietan ez bezala, ez dugu entzunaldirik proposatu gure CDan, baina horrek ez du esan nahi entzunaldia landuko ez dugunik.

Gure proposamena hauxe da: musika lasai bat bitarteko erabiliaz, giharren lasaitzea, hau da, gure gorputzeko giharren tentsioaz jabetzea, eta egingo dugun bisulizazioaren bidez, mentalki haien kontzientzia izatea.

Hau da jarraituko dugun prozedura:

- Hasteko, jardueraren xedea jakin. Ondoren, ezagutzen ditugun musika lasaiak bildu, eta, entzun ondoren, gure jarduerarako egokiena iruditzen zaiguna aukeratu, talde handian. Musika-bilketa eta aukeraketa-lanak ez ditzala irakasleak egin; taldean eztabaidatzea, argudiatzea eta aukera adostea apendizaiaren edukia da. Ohar modura adierazi nahi dizuegu komenigarria litzatekeela entzunaldia luzetxoa izatea, irudimenarekin gure gorputz osoan zehar ibiltzeko denbora emango diguna.
- Behin entzunaldia aukeratuta dugunean, txoko zurirako informazioa bilduko dugu, hau da: konpositorea eta obraren inguruko informazioa bildu eta hartaz jabetu.
- Ondoren, bisulizazioa egiteari ekingo diogu. Hor behean, erlaxapena bideratzeko proposamena duzue.

#### ***Bisulizazioa***

*Lurrean etzanda eta begiak itxita, musika entzungo duzu, eta irudimenaren bidez zure gorputzeko gihar guztiak erlaxatuko dituzu.*

*–Lasaaasai zaude. Oso laaasai eta oso guuuustura zaude.*

- Zure oinetako behatzetan duzu orain gogoa. Beroa sentitzen duzu behatzetan... eta berotasun horrek, behatzak erlaxatuko dizkizu.
- Beroa oinetarantz doa. Eta oinak bero eta pisutsu sentitzen dituzu. Eta oso gustura zaude. Laaasai zaude.
- Eta sua balitz bezala, beroa oinetatik gorantz doa, goiko aldetik doa, astiro-astiro, belaunetaraino. Eta gozatzen ari zara sentitzen duzun hori, berotasuna, lasaitasuna, erlaxapena. Eta belaunetatik gora doa, astiro-astiro. Bere ibilbidea egin ahala, zure koadrizepsei masaje gozoa ematen ari zaie. Eta oso gustura zaude.
- Orain beroa, zure sabelaldean dago. Bero sentitzen duzu sabelaldea. Eta askotan urduri zaudenean uzkuurtzen zaizkizun sabelaldeko giharrak, beroak, lasaitu egingo ditu. Eta beroa sentitzen duzu sabelaldean eta bero horrek gustura eta lasai sentiarazten zaitu.
- Laassai zaude. Oso guusstura zaude.
- Beroa gorantz doa orain, bular aldera. Bularra bero sentitzen duzu. Bero eta erlaxatua. Paparra ere bero sentitzen duzu. Beroa, sorbaldetaraino doa. Eta sorbaldetan, deltoidesei masaje gozoa emango die bero horrek. Eta laaasai zaude.
- Sorbaldetatik jaisten hasiko da beroa, bi besoetatik, astiro-astiro. Bizepsak berotu eta masaiatuko ditu. Zer ondo, zer gustura zauden!
- Eta beroa beherantz doa, eskuetaraino. Eskuak bero dituzu... atzamarrak ere bai... eta beroa gozatzen ari zara. Bero hori astiro-astiro, gorantz doa... eta oso gustura zaude, lasai zaude.
- Orain berotasuna lepo aldean dago, lepoa uzkuurtua duzu eta atzamar txiki batzuk balira bezala, beroak masajea emango dizu zure lepoan, ummmmm!... askatu egingo ditu tentsio guztiak, ummmmmmm, eta berotasuna sentituko duzu.
- Beroa, gorantz doa, aurpegira heldu da, eta aurpegiko muskulu guztiak berotu ahala erlaxatzen ari zaizkizu. Eta oso laaasai zaude. Oso gustura zaude.
- Eta bere bideari ekinez, ile artetik dabil beroa, buruan, alde batetik bestera, jira eta bira, buruko azala masajeatzen... zer ondo zauden!
- Orain beherako ibilbidea hartu du, kokotetik beherantz doa, beroa sentitzen duzu kokoteko alde horretan... eta beroak trapezio aldeko gihar uzkuurtuak, astiro-astiro askatzen doa, eta bizkar guztia masajeatzen ari da, goitik behera eta astiro-astiro. Bere bidea egin ahala beroa eta lasaitasuna sentitzen duzu. Laasai zaude. Oso guuustura zaude.
- Gerrira heldu da eta gerri aldea berotzen eta lasaitzen hasi zaizu. Gozotasuna sentitzen duzu.
- Orain beroa ipurtaldera doa. Gluteoetan dago, gogor daude gihar horiek, masajeatu egingo ditu. Berotzen hasi dira...berotzen eta lasaitzen. Zer ondo!
- Eta beroa beherantz doa, astiro doa, zango azpira heldu da. Eta beheranzko bidea jarraitzen du... bikiak masajeatzen ari da orain, bikiak berotzen eta lasaitzen.
- Eta oinetara heldu da, bukatu du bere ibilbidea.
- Orain gorputz guztia, bero eta lasaitua duzu. Ez duzu tentsiorik sentitzen inon.
- Gutziz erlaxatua zaude. Laaaaasai zaude. Oso gussstura zaude... eta astiro-astiro, erlaxapen horren kontzientzia duzula, gorputza luzatu egingo duzu,

*luzapena gozatu... eta astiro-astiro, begiak irekiko dituzu. Eta nahi duzunean... altxatu eta jesarri egingo zara.*

Bisualizazio hau, saio ezberdinetan errepikatzea aholkatzen dizuegu. Ikasleek erlaxapenaren ibilbidea zein den dakitenean, musika eta euren irudimena bitarteko, irakaslearen gidaritzarik gabe, bisualizazioa egiteari ekin diezaiokezue.

### **33 Ariketa fisikoa eta osasuna: Kirola egiteko hamaika arrazoi**

*Lan egiteko era: Bakarka - Talde txikian - Talde handian*

*Materiala: Liburua, 28. eta 29. or.*

Orrialde hauek lantzen hasi baino lehen, une ona litzateke ikasnorabidera joan-etorria egiteko.

Utzi denbora tartetxo bat ikasleek orrialde horietan dagoena irakurri dezaten. Ondoren, ozeneko irakurketa egin, eta testu bakoitzaren inguruan elkarrizketa bultzatu bertan irakurritakoa argitzeko asmoz. Kirola egitea ona den bezala, kirola egitearen alde txarrak ere azpimarratu nahi izan ditugu orrialde horietan; alde txar horien inguruan ere hitz egin ezazue. Gero, talde txikietan antolatuta, talde bakoitzak testuetako bat aukeratuko du eta talde kideen artean testu horren ideia nagusia zein den adostu ondoren, kartoi mehe batean idatzi, eta irudia marraztu. Bukatzean, talde bakoitzak adierazi dezala talde handian egindako lana. Proiekturako aprobetxatuko ditugu lan horiek.

Gogoan izan, bestetik, liburuan dauden arrazoiez gain, badirela ariketa fisikoa egiteko arrazoi gehiago ere: porrotak hobeto onartzeko, auto-estimua hobea lortzeko, gorputzaren irudia hobetzeko, erantzukizunak hartzeko eta arauak onartzen laguntzeko balio baitu.

### **34 Abestia: Lamikizko sukaldaria**

*Lan egiteko era: Talde handian*

*Materiala: CDa, 15. pista.*

Osasuntsu bizitzeko ohituren artean, dieta egokia egitea oinarrizkoa dugu; atal hori landu aurretik, euskaldunen jan-ohiturekin zerikusia duen abestia entzungo dugu, taldean. Gero, musikaren letra arbelean jarriko dugu eta haren azterketa egin. Abestia bizkaieraz idatzita dago, beraz, euskalkiei buruzko hausnarketatxo egingo dugu, bizkaiera euskalkiari leku eginez, euskalki horri dagozkien hitzak aztertuko ditugu, haien esanahia argitu, eta, baita hitz horien euskara batuko kideak bilatzen saiatu ere. Horren ostean, letrak adierazten duenaz mintzatuko gara, tripa-festaz, alegia: onurak, kalteak, eta abar. Bukatzeko, letra aurrean dugula, kanta abestuko dugu.

### **35 Dieta orekatua**

*Lan egiteko era: Bakarka - Talde handian*

*Materiala: Liburua, 30. or.*

Dietak osasunean duen garrantziaz jabetzeko, orrialdeko informazioa irakurtzeko eta behatzeko tarte bat utziko diegu, bakarka, ikasleei. Orrialde horretan

(30.a) azaltzen den piramidea era honetan interpretatzea garrantzizkoa da (orientatiboa bada ere):

- Piramidearen oinarrian, hau da, zatirik zabalenean, azaltzen diren elikagaiak dira proportzio handienean kontsumitu beharko liratekeenak. Eta piramidearen goiko aldean, hau da, estuenean, azaltzen direnak, gutxien jan beharko liratekeenak. Aurretik esan dugu orientatiboa dela irudia, hau da zerealen, fruten eta barazkien arteko proportzioak ez duela nahi eta nahi ez eskala horretan joan beharrik eta berdin beste multzoetako elementuen artean. Nolanahi ere, garbi ikusi behar duguna zera da: litxarkeriak eta hestebeteak fruta eta zerealak baino gehiago jaten baditugu, ez gabiltzala batere ongi.

Gero, taldean, elkarrizketa sortuko dugu, dieta eta higiehi ohiturak baloratzeko eta kritikatzeko. Gogoratu, esandako ideia garrantzitsuenak bildu eta kartelak osa ditzatela proiekturako lana aurreratzeko.

Azalpen-testuari buruzko oharra: hondakinak edo jariakinak, gai toxikoak dira gorputzarentzako kanporatzen ez badira, kanpoan berez ez dira toxikoak, gernua adibidez.

### **36 DVDa ikustera: Jarrera posturalak**

*Lan egiteko era: Bakarka - Talde handian*

*Materiala: Liburua, 31. or. eta DVDa.*

Ikasleek liburuan duten jarduera osatu beharko dute bakarka, eta, gero, taldean elkarrizketa sortu aukeraketak kontrastatzeko eta justifikatzeko.

Gorputz-jarrera horiek izendatzea izango da gure lehen lana, ez baita oso gauza sinplea. Galdetu lehenik ikasleei eta nola izendatuko lituzketen. Belaunak tolestatuta, belaunak zurrun, bizkarra behartuaz, ondo eserita, erdi etzanda aulkian, altuera egokian/desegokian lanean, goian dagoen pisua hartzeko altuera egokian, urrutiegi goiko zama era egokian hartzeko, gainera erortzeko arriskuarekin, bizkarra zuzen, bizkarra konkortuta, zama banatuta/banatu gabe, zama orekan, desorekan... Arrazoitu gorputz-jarrera hauen egokitasuna eta desegokitasuna.

*Jarrera hau egokia dela (deritzot, uste dut...)..... –lako.*

Beharra ikusiz gero, hiztegi hau barneratzeko jolas bat egin dezakezue:

Ikasleak gelan sakabanatu eta irakaslearen aginduak jarraituko dituzte bizi-bizi:

*Makurtu, belaunak tolestu, besoak luzatu, zama orekan eraman, bizkarra tente, konkortuta...*

Egindako aukeraketa osasuntsu bizitzeko, hau da, bizkarreko mina saihesteko egokiena dela jakiteko, DVDa ikustera joango gara taldean. Ikasleek, ikusiko duten DVD zatian gorputz jarrerei buruz hitz egiten zaie, onurak eta kalteen inguruko informazioa emango zaie. DVDaren ostean, gelan hitz egindakoa berresteko, zuzentzeko edo informazio hori osatzeko berriro ere elkarrizketa sortuko dugu. Gogoratu, informazio hau ere zuen proiekturako erabil dezakezue!

### 37 Lehen sorospenak

*Lan egiteko era: Talde handian*

*Materiala: Liburua, 32. or. eta DVDa.*

DVDan hezur eta muskulu lesioekin zerikusia duten lehen sorospenei buruzko informazioa emango zaie ikasleei, irudi eta ahozko azalpenen bidez. Beraz, utzi iezaiezue ikasleei orrialdean jartzen duena irakurtzeko tarte bat, eta, ondoren, DVDa ikus ezazue. Gero, orrialde horretan proposatzen diren jarduerak burutzeari ekin iezaiozue. Aukera izango bazenute, guraso erizain edo medikuren bat ekarri gelara, eta simulazioak harekin batera egin.

Hona hemen lehenengo sorospenetarako aholkatzen den botikinari buruzko xehetasunak:

#### **Botikina**

**Osagaiak:** (zeuek ikusi gelako, mailako edota zikloko botikina prestatzea den egokiena, eta ea horietatik oinarritzko elementu batzuk gelan edukitzea komeni zaizuen).

1. Neurri eta era ezberdinetako bendak: zauriak edo kolpeak lotzeko.
2. Ehunezko eta paperezko esparadrapua.
3. Guraizeak.
4. Pintzak: arantzak, harritxoak eta abar ateratzeko.
5. Ur oxigenatua.
6. Soluzio antiseptiko bat (iodozkoa, “Betadine” adibidez)
7. Alkohola: zauri-desinfektante gisa.
8. Gasa esterilizatuak (hobeto pakete txikiak, 5/10 gasadunak, behin zabalduz gero sobran gelditzen direnak botatzea da onena)
9. Tiritak.
10. Erabilpen bakarreko plastikozko eskularruak.
11. Pomadak (ukenduak). “Furacin”, erredura eta zauri batzuentzat.
12. Izotz kimikoa (edo normala) ahal izanez gero.
13. Sendagaiak. Lehen laguntzetako materiala denez, ez luke ahoz edo beste edozein bidez hartzeko sendagairik eduki beharko. Hala ere sarritan egoten dira botikinetan ikastolak, gurasoek eta medikuekin adostutakoak.
14. Sukarraren aurkakoak (antitermikoak edo antipiretikoak). Aspirina, Termalgin... (Kontuz! sukarra eta minak alarmak dira, batzuetan aspirinak alarma kentzea besterik ez du lortzen, horrelakoetan gurasoei abisua pasa)
15. Beste hainbat sendagai. Gero eta gehiago medikatutako umeak egoten dira ikastetxetan. Adostu beharko dugu zeintzu diren beharrezko medikamentuak eta euren erabilpena: adibidez, arnasestuentzako medikamentuak.
16. Termometroa.
17. Ziztaden aurkako “after bite” bat.

**Ohar oso garrantzitsua.** Argi utzi ikasleei, botikina ez dela jolasten ibiltzeko tresna eta erantzukizuna behar dela haren erabilpenean. Argitu medikamentuak modu okerrean erabiliz gero sor ditzaketen kalteak, eta abar.

- Gelan oinarritzko botikina jartzen baduzue (arriskurik gabeko osagaiekin beti) botikinaren arduradun bat izendatu, horren eginkizunetako bat gastatzen doan materialaren zerrenda osatzea izango da, inbentarioa egitea, alegia.
- Iraungitze-data zaintzea izango da arduradun honen zeregina ere.



- Botikinaren ondoan kasu bakoitzean nola jokatu adierazten duen idatzizko azalpen bat ezartzea komenigarria litzateke (fitxak ikasleekin egin).
- DIA, Gurutze gorria, 112 eta Osasun Zerbitzuen telefonoak ere ager daitezke.

### **38 Osasuna eta istripuak**

*Lan egiteko era: Bakarka - Binaka*

*Materiala: CDR-a*

CDRean osasuna eta ohiturekin zerikusia duten hainbat zehar lerro lantzeko jarduera ugari aurkituko dituzue.

### **39 Irakurzaletasuna**

*Lan egiteko era: Talde handian – Bakarka - Talde handian*

*Materiala: Liburua, 33. or.*

Ipuina aurkeztuko dugu talde handian, eta haren azterketa egingo dugu aurreko eta atzeko azalari behatuz. Ipuina ikasleek bakarka irakurtzea proposatzen dizuegu, hala ere, denek irakurrita dutenean, irakasleak, talde handian, haren irakurketa dramatikoa egingo du, bi arrazoiei helduaz. Bata, ikasleek zuzeneko irakurketa ozenaren eredia izateko, bestetik, oraindik ere gozaten dutelako ipuin kontaketeekin. Bukatzean, ikasleak liburuko jardueren inguruan hausnartu ostean, talde handian, elkarrizketa sortuko dugu, horien inguruan hitz egiteko. Elkarrizketa bukatu aurretik azken galdera bat lutzatuko diegu ikasleei:

- Nork du nortasun handiagoa, besteek esan eta nahi dutena egiten dutenek, eurekin ados ez egon arren, ala, norberaren iritzien arabera jokatzen duenak?

### **40 Elkartasun jolasa. Zirkuluak sormenaren iturri**

*Lan egiteko era: Talde handian*

Irakurzaletasunean futbola eztabaidagai izan dugula aitzakiaz harturik, hurrengo orrialdean agertzen den folioa ikasleei erakutsiaz galdera hau egingo diegu.

*–Futbolzale amorratu bati folio hau erakutsiz gero, zer uste duzu ikusiko lukeela orrialde honetan? Ikasleen erantzunak honen antzeko zerbait izango dira seguruenik: “baloiez beteriko orrialdea”, “baloi pilo bat” ...*

*Guk, futbolzale amorratu izan edo ez izan, zer erantzungo genuke? Baten batek esan dezake, txikle borobilak direla, beste batek berriz, txupasusaren bola, besteak, eguzkia, besteak... agian, norbaitek bi batuz gero betaurrekoen kristalak direla esango luke.*

*–Nahi al duzue honekin zerikusia duen elkartasun jolas bat egin?*

Jolasa egiteko betiko errituala jarraituko genuke:

1. Elkartasuna zer den gogora ekarri eta ondoren jolasa zein den argitu.
2. Jolasteari ekin.

Hiruko taldeak osatuko ditugu. Talde bakoitzak 30 zirkulu dituen hiru folio izango ditu. Jolasaren arauak hurrengo hauek izango dira:

- Hamabost minuturen barruan folio horretako zirkuluak oinarritzat hartuak, bere baitan forma hau duten irudiak taldean eta elkartasunez egiteari ekingo diezue. Adibidez: bakar batekin, baloia irudikatu dezakezue; birekin, betaurrekoak; hirurekin, semaforoa; etab. Irudi hauek egiten hasi aurretik, talde kideek komunikazio eta planifikaziorako tartea hartu beharko duzue, hau da, sormenari leku eginez, ideia guztiak ahoz adierazi beharko dituzue (otutzen zaizkizuen elementu guztien aipamena eginaz). Ondoren, planifikatu egin beharko duzue, alegia, aipatutako irudi guztietatik zeintzuk marraztuko dituzuen eta nork marraztuko duen hauetariko bakoitza. Irudikatu ahala agian ideia berriak sortuko zaizkizue, hala balitz, aukera duzue konpartitu eta egoki ikusiz gero aldaketak egiteko.

### 3. Jolastu ondoren.

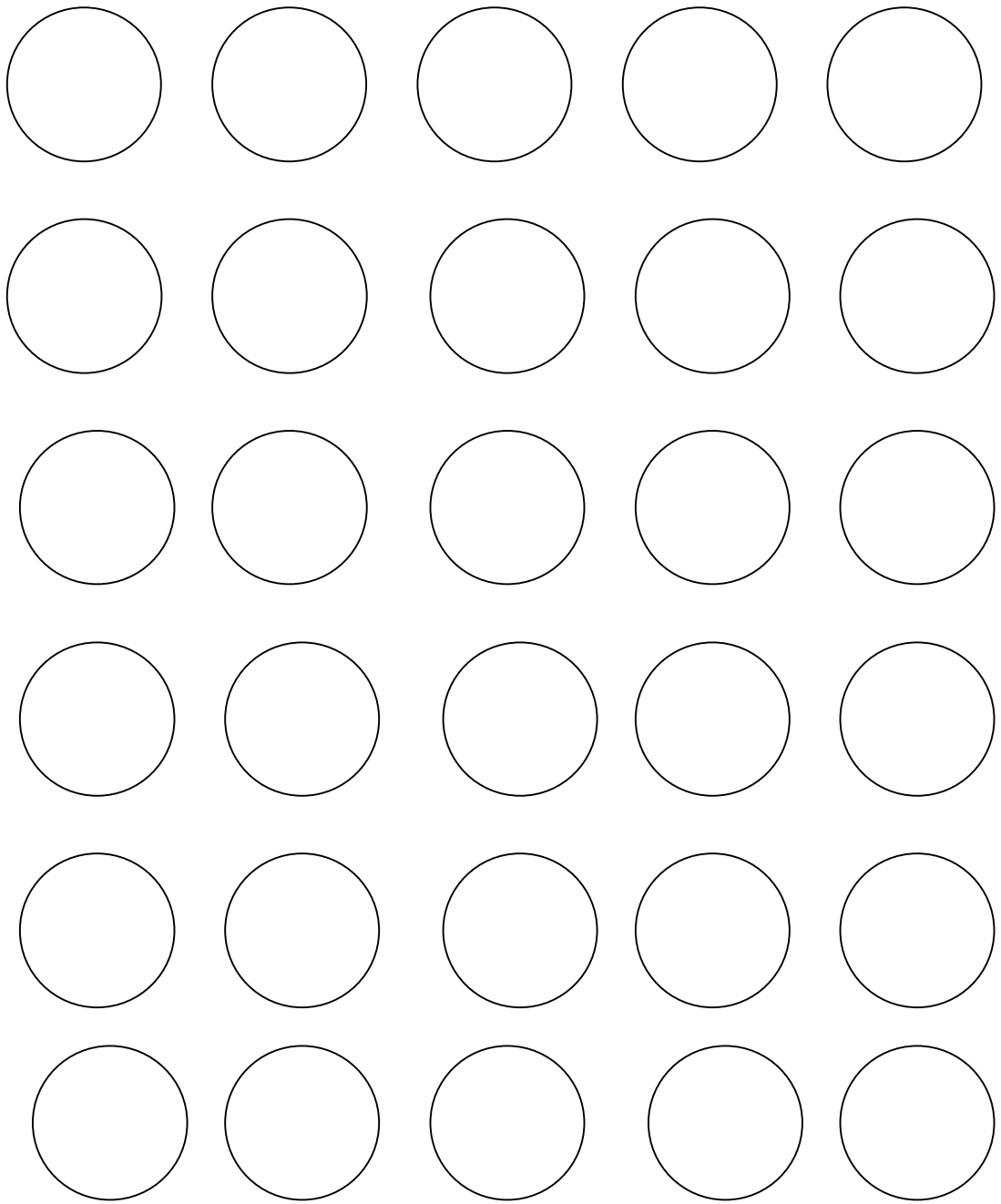
Irudi guztiak pareta batean jarriko ditugu eta hauei buruzko aipamenak egiteari ekingo diogu:

*–Zaila izan al da zirkuluak oinarri irudiak egitea? Gustura geratu al zarete egindako irudiekin? Denen artean zein irudik bereganatu du zuen arreta? Zergatik? Taldekide guztiek egin al duzue zuen ekarpena ideiak sortzeko orduan? Jarduera osatzeko zailtasunik izan al duzue? Zein? Zein abantaila ikusi diozue jarduera hau taldean egiteari? ...?*

Jolas honen helburua, nagusiki, sormena (grafiko-figuratiboa) lantzea bada ere, komunikazioa (ahozkoa, entzuketa aktiboa eta erabakietan parte-hartzea) nahiz irudi bidezkoa (grafomotrizitatea) eta kooperazioa ere lantzea badira.

Bestalde, hurrengo irudian zirkuloek duten kokapenak sormena baldintza dezakeenez, paper zurian, 30 zirkulu erabiliaz nahi dituzten irudiak sortzera ere jolas dezakete.

Jolas hau behin baino gehiagotan egin dezakezue irudi geometriko nahiz forma ezberdinak oinarritzat hartuz.



#### **41 Euskal kirolari ospetsuak**

*Lan egiteko era: Talde txikian - Talde handian*

*Materiala: Liburua, 34. or.; CDa 16.pista.*

Jarduera honen helburu nagusia ez da bildutako informazioa buruz ikastea edo jakitea, hor behean adierazitakoa lantzea baizik, eta bide batez, etxeko kirolari ospetsuen berri izatea:

- Gure ikasleek taldean lan egiten ikastea (ardurak banatu, ardurak hartu, eginkizunak konsensuatu eta abar.)
- Hainbat iturrietatik informazioa lortzen ikastea (liburuetatik, Interneten, etxean galdetuz...)
- Informazio hori jarduerak eskaintzen dienaren arabera egokitzen ikastea.

Euskal kirolariei buruz ari garela baliatuz, euskal selekzioei buruzko kanta entzungo eta abestuko dute ikasleek. proposamena luzatzen dizuegu. Abestiaren letra aztertu ondoren, horren inguruan hitz egiteko elkarriketa sor dezakezue, horretarako euskal selekzioari buruzko informazioa bilduz: zer adierazi nahi duen selekzio hitzak, Euskal Herrian zenbat selekzio dauden, euskal selekzioak mundu mailan aintzat hartzen diren...

#### **42 Hitz gurutzatuak**

*Lan egiteko era: Binaka*

*Materiala: Lan koaderno, 62., 63. eta 64. or.*

Definizioak lantzeko asmoz, hirugarren mailan hasita hainbat jarduera egin dituzte gure ikasleek: hitz baten definizioa irakurriz hitz gurutzatua osatu, hitz bat irakurri eta bi aukeren artean haren definizioa aukeratu, hitza irakurriaz hitz horren definizio egokien artean zuzenena aukeratu, eta, nola ez, hitzen definizioak egin euren hitzak erabiliz, bai ahoz, baita idatziz ere. Jarduera hau ere, definizioak egiten ikasteko sekuentzia zikliko horren baitan kokatzen dugu.

Oraingoan, definizioen lanketa modu ludiko eta motibagarrian egin nahian, ikasleei, gaiarekin zerikusia duen hitz gurutzatu pare bat eraikitzea eskatuko zaie, definizio xeble eta/edo formalekin.

Egindako hitz gurutzatu guztiak bilduz gero, liburuxka osa dezakezue, eta ikasleek, gabonetako oporretan edo, denbora-pasa gisa erabili ahal izango dute.

#### **43 Alegia: Erbia eta dortoka**

*Lan egiteko era: Bakarka - Talde handian*

*Materiala: Irakurgaiak, 53. or. eta Lan-koaderno, 65., 66., 67., 68. eta 69. or.*

Hasteko, tarte bat emango diegu ikasleei, irakurgaietan duten alegia bakarka irakurri, eta hango istorioaren inguruan hausnar egin dezaten. Ondoren, talde handian irakurriko dugu berriz ere, eta elkarriketa sortu:

*–Gustuko izan al duzue irakurgaia? Zergatik? Identifikatuta sentitu al zarete pertsonaiaren batekin? Zeinekin? Zergatik? Ipuinak adierazitakoaren antzeko egoeraren batean izan al zarete inoiz? Eta, nola sentitzen zarete horrelakoetan?*

- Aipa ditzagun, orain, zuen artean ohiko diren antzeko beste egoera batzuk, baina, kirolarekin zerikusia dutenak.*
- Irakurgaia hori zerbaitetarako lagungarri gertatu al zaizue? Ikasitakoa zure bizitzan nola aplikatzeko asmoa duzue?*
- Irakurgaia ipuin bat dela esango al zenuke? Zergatik? Zer du, bada, ipuinaren berdina edo ezberdina? Lan-koadernoko jarduerekin hasi, bakarka, eta, gero, talde handian, kontrastatu.*

Lan-koadernoan, alegia bat idazteko sekuentzia aurkituko duzue. Sekuentzia horrek bi zati ditu. Lehenengoak, irakurgaietako alegiaren azterketa bideratuko du, eta, modu horretan, ikaslea alegiaren egitura, funtzio eta izaeraz jabetuko da. Bigarren zatian alegia bat sortzeko urratsak adieraziko dizkigu. Kontzientek gara, bigarren zati horretan, *binomio fantastikoaren* ideia gogora ekarriz (animalien ezaugarriak izaerarekin lotzean), sormenari mugak jartzen ari gatzaizkiola pentsa dezakezuela. Hala ere, jarduera modu horretan planteatu badugu, alegia klasikoaren azterketa egiteko, eta, jokamolde horri jarraituz ikasleek alegien egitura errazago ulertu eta alegia aiseago ekoiztuko duelakoan izan da. Dena den, egokia iruditzen zaigu, alegiaren sekuentzia bukatu ostean, beste jarduera bat egitea talde handian, hau da, gelako guztien artean, alegia fantastiko bat osatzeko, animalia jakin bati bizitza errealean berari ez dagozkion ezaugarriak egotziz, eta horrek sor diezazkiokeen arazoak alegiarako bidea emanaz. Adibidez: barraskilo baten neurriko elefantea.

#### **44 Hitz-errota: Kiroletako jarrera hizpide**

*Lan egiteko era: Bakarka - Talde handian*

*Materiala: Liburua, 35. or.*

Kirolean ematen den lehiak eragindako jarrera ugari (egokiak eta desegokiak) aztertzen ditugu, sentimenduak tarteko. Horren guztiaren inguruan hitz egingo dugu hitz-errotan. Hitz-errotaren helburua eta prozedura zein den gogoratzeko, irakurri 4.1. unitate didaktikoaren gidako 23. jarduera.

Bestetik, hitz-errota martxan jarri aurretik, hura bideratzeko orduan gertatzen diren zailtasunen inguruan taldean hitz egitea oso lagungarria izan dakizueke, ikasleek hauen kontzientzia izaki, hauek saihesteko eta zuzentzeko bidea hartu dezaten.

#### **45 Hitz-errota: Markako arropak**

*Lan egiteko era: Bakarka - Talde handian*

*Materiala: Irakurgaiak, 54. or. eta Ikaslearen liburua, 35. or.*

Irakurgaietako testuan adierazitako gaia izango dugu hizpide hitz-errotan. Iritzi bat emateko orduan, gure iritzia, irakurritako informazio baten gainean eraiki behar badugu iritzia, informazio hori ondo ulertu beharko dugu. Hori dela eta, irakurgai hau bi modutara landuko dugu.

Hasteko, tarte bat emango diegu ikasleei, bakarka irakur dezaten berria (ez dezatela hiztegiarik erabili). Gero, irakurritakoaren gaia zein den galdetuko diegu, testuaren ideia nagusia, alegia. Seguru asko, ikasleak testu horren ideia nagusia ulertzeko gai izango dira, nahiz eta testuan eurek ulertuko ez dituzten hainbat hitz agertu. Galdetuko diegu ea horixe den, eta esandako horretaz eurek ere jabetu diren. Ondoren, irakurketa mota ugari dagoela adieraziko diegu, eta, helburuaren arabera, bat

edo beste, aukeratzen jakin behar dugula. Gure helburua baldin bada berri horren inguruko ideiaz jabetzea, egindako irakurketa hori nahikoa litzateke. Pertsona helduok ere horrela jokaten dugu, sarritan: ideia nagusiaz edo gaiaz jabetzeko irakurtzen ditugu berri asko, besterik ez. Hori bai, gure jakin-mina harago badoa eta informazio zehatzagoa jakin nahi badugu, orduan, irakurketa sakonagoa egiten dugu, ideia nagusiez gain beste hainbat gauzez jabetzeko. Ideia horiek ondo ulertzeko, askotan, hiztegia ere erabili behar izaten dugu, hitz bat edo beste argitzeko. Irakurketa zehatzagoa egitea da gure helburua, iritzia informazio horren gainean eraikiko baitugu. Beraz, hori dena kontuan izanik, talde handian egingo dugu irakurketa hori oraingoan, irakurketa elkarkaria eginaz eta rol hauek aplikatuaz: irakurlearena, ikertzailearena, kazetariarena, eta nahi baduzue, bukatzean eta denon artean, jakintsuarena. Ikus 4.1. unitate didaktikoaren gidako 41. jarduera; bertan, adierazten da irakurketa elkarkariaren inguruko informazioa.

Behin testua ondo ulertu ostean, hitz-errota martxan jarriko dugu. Bukatzean, hitz egindako guztia kontuan harturik, taldean ateratako ondorioak panel batean idatziko ditugu, eta gure proiekturako erabili.

#### **46 Inkesta**

*Lan egiteko era: Talde handian - Talde txikian - Talde handian*

*Materiala: Liburua, 36. eta 37. or.*

Kirola eta osasunari dagokienez, gure ingurukoek dituzten ohiturak ezagutzeko, azterketa txiki bat egingo dute ikasleek. Datuak bildu, grafikoak egin eta interpretatu ondoren, horiei buruzko ondorioak aterako dituzte. Gero, informazio hori guztia antolatu eta gure proiektua tarteko, informazioa zabalduko dugu; modu horretan, gure ingurukoek ere, horien berri izango dute. Hasteko, taldean irakurriko dugu orrialde horretako informazioa; ondoren, liburuan adierazi bezala taldeetan datu-bilketa egin eta grafikoak osatuko dituzte ikasleek. Bukatzean, berriro ere, talde handian, eta irakaslearen laguntzarekin, grafikoak aztertu, ondorioak atera eta idatziz adierazi ostean, nori bidaliko diegun eta gure proiektuan ikertutakoa nola adierazi eztabaidatuko dugu, eta proiektu hori gauzatzeari ekin.

Zuen lana erraztu nahian, inkesta, ondoren duzuen orrialdean txertatu dugu; zuen irizpideen arabera egokitu ostean, inprimatu eta behar adina kopia atera ditzazuen.

Data: \_\_\_\_\_

## **Inkesta**

*Ingura ezazu borobil batez zure erantzuna:*

### **KIROLA**

1. *Kirola egiten al duzu?* *Bai* *Ez*
2. *Zenbat kirol egiten dituzu?* *1* *2* *3* *4* *5* *6*
3. *Lehiaketa batean galtzen baduzu zer egiten duzu?*  
*A) Haserretu egiten naiz.* *B) Ez naiz haserretzen.*
4. *Irabazten duzunean, zer egiten duzu?*  
*A) Harrotzen naiz.* *B) Poztu egiten naiz.*
5. *Talde kirolean nola uste duzu jolastu behar dela?*  
*A) Lagun guztiek eskubidea* *B) Onak direnak jolastu*  
*dugu jolasteko.* *behar dute irabazteko*
6. *Kirola egin aurretik berotze ariketak egiten al dituzu?* *Bai* *Ez*

### **ELIKADURA ETA HIGIENEA**

1. *Denetarik jaten al duzu?* *Bai* *Ez*
2. *Frutak eta barazkiak zein maiztasunarekin jaten dituzu?*  
*Egunero* *Astean bitan* *Astean behin* *Ia inoiz ez*
3. *Litxarkeriak zein maiztasunarekin jaten dituzu?*  
*Egunero* *Astean bitan* *Astean behin* *Ia inoiz ez*
4. *Ondo gosaltzen al duzu?*  
*Bai* *Ez*
5. *Egunero gutxienez hamar ordu lo egiten al duzu?* *Bai* *Ez*
6. *Zein maiztasunarekin dutxatzen zara?*  
*Egunero* *Astean hirutan* *Gutxiago*

## 47 Bueltako komikia

*Lan egiteko era: Bakarka - Talde handian*

*Materiala: Liburua, 38. or.*

Utzi tartetxo bat ikasleek komikia irakurri eta ongi beha dezaten. Ondoren, hasi elkarrizketa. Bueltako komiki horretan, garrantzi berezia emango diogu Kleoren umore onari. Zaintzen denetik hona, pozez beterik baitago.

- *Zer adierazi nahi du izenburuak?*
- *Zein da Kleo hain pozik egoteko arrazoi nagusia? Arrazoi horien artean arinago sentitzea ere badago, argalago dagoelako da hori. Argalago al dago lehen baino? Dieta eta ariketa fisikoa argaltzeko bakarrik egin behar al dugu? Zergatik? Gogoratu kausalen erabilpen zuzena bultzatu behar dugula.*
- *Kleoren pozak beste guztiak dantzan jarri ditu. Ongi sentitzen zarenean, zuk ere ingurukoei poza sentiarazten al diezu? Nola sentitzen zara beste bat pozik dagoela ikustean? Ingurukoak pozik daudenean, eta zu ez, nola sentitzen zara? ...?*
- *Zer esan nahi du Kleok “Lantzean behineko gozo batek ez du inor mingosten!” esaten duenean? Zure ustez, gozo bat tarteka jateak, jan-ohiturak pikutara bidaltzea al da? Transmititu itzazue ohitura osasuntsuak izatea ondo dagoela, eta denoi gustatzen zaizkigun lantzean behineko horiek ez digutela zertan kezkatu behar, eguneroko ohitura bihurtzen ez diren bitartean (ideia orokor ezazue, ez mugatu janariaren alderdira bakarrik).*
- *Zure ustetan Kleok kirola egiteari utzi egingo al dio? Eta Jexusmaik? Zergatik pentsatzen duzu hori?*
- *Zein garaitan gertatzen da komikia? Nola dakizu? Gabonetan, gure dieta osasungarria izaten al da? Zer deritzozu horri? ...?*

Gogoratu, komikiaren irakurketa dramatikoak egiteko edota komikia dramatizatzeak aukera duzuela.

## 48 Errezeta

*Lan egiteko era: Talde handian*

*Materiala: Irakurgaiak, 55. or.*

Komikian gabonetan gauden aitzakiari helduaz, Nafarroako Erriberan gabonetan ohituraz jaten den *almendra-zoparen* errezeta irakurriko dugu talde handian, eta, ikasleek, oporretan, euren gurasoekin batera, postre hori egin eta dasta dezatela proposatu. Nahi izanez gero, taldeko irakurketa egin ostean, talde txikietan dramatizazioa egin genezake gelan, errezeta horren prestaketa lanetik-hasi eta dastatzeko momentura arte egindako guztia adieraziz. Talde batek dramatizatu ostean, ikusle goak baloratu dezake haren lana, kritika konstruktiboa eginaz.



#### 49 Ipuina: Filipidesen nekeak

*Lan egiteko era: Talde handian - Bakarka - Talde handian*

*Materiala: Liburua, 39. or. eta Irakurgaiak, 56., 57., 58. eta 59. or.*

Ipuina irakurri aurretik, ikasleak motibatu, euren aurre-ikuspenak suspertu eta pentsamendu logikoa gara dezaten, taldean, ipuina irakurri aurretiko jarduerak egiteari ekin. Gero, ikasle bakoitzak, bere irakurgaietan duen ipuina, bakarka irakurri. Bukatzean, elkarrizketa sortuko dugu, ipuina irakurri aurretik egindako iragarpenak bete diren edo ez berresteko.

#### 50 Ingelesa

*Lan egiteko era: Talde handian*

*Materiala: Liburua, 40. or.*

### THE BODY P.E. LADDER RACE

#### Procedure:

- ❖ Ask the pupils what they have been working on and encourage them to tell you about what they have learnt about the body looking at the walls, books in the library etc.
- ❖ Talk about the marathon; the story they have read (Reader 56 – 59), the history, if they know anyone who has run a marathon, a half marathon, if they have ever run / won a race, what the furthest they have run is, how old they think you have to be to run a marathon, etc.
- ❖ Tell them you are going to go outside to do a race / some races.
- ❖ Tell them to look at the English page in their books and look at the picture. Can they work out how the ladder race is played from the diagram?
- ❖ Ask them to explain.
- ❖ Brainstorm some expressions for encouraging their team mates as in the picture, e.g. *come on, well done, hurry, quickly, you're winning, you can do it, etc.*
- ❖ Go outside into the playground to play the game. If you play more than one round, let one pupil be the teacher.

#### OTHER GAMES

##### Skin the snake

Similar to the Ladder Race.

- Get the class into teams and have them line up one behind the other.
- Number them 1,2,3,4,5 etc. from front to back.
- When you say a number, e.g. *Number 4, ready, steady, go....* the member of the team with that number has to snake in and out his/her other team members to the top of the line, run back to the bottom of the line, and snake in and out the other team members to get back to their place.
- The first one back gets a point for their team.

### **Egg and spoon race**

#### You need:

Spoons

Eggs (or potatoes)

- Get the class into teams.
- Set a start line and finish line.
- One person from each team holds a spoon and an egg (a bit messy – you can use potatoes!)
- When you say “ready, steady, go” they run from the start to the finish line. The winners of each round can accumulate points for their team e.g. 1<sup>st</sup> = 3 points, 2<sup>nd</sup> = 2 points, 3<sup>rd</sup> = 1 point OR you can play as a relay, so that when the first runner gets back, the next one starts off etc.

### **Sack race**

#### You need

Sacks

- Like the egg and spoon race. Get the class into teams.
- Set a start line and finish line.
- One person from each team gets into a sack.
- When you say “ready, steady, go” they run or jump from the start to the finish line. The winners of each round can accumulate points for their team e.g. 1<sup>st</sup> = 3 points, 2<sup>nd</sup> = 2 points, 3<sup>rd</sup> = 1 point OR you can play as a relay, so that when the first runner gets back, the next one starts off etc.

### **Three-legged race**

#### You need:

Scarves to tie up legs

- Put the class in pairs. Pair similar sizes.
- Stand them side-by-side and tie their two adjoining legs together.
- Let them practise synchronising their running together for a few minutes.
- Line everyone up behind the start line.
- Say “ready, steady, go” or “on your marks, set, go”
- They have to run to the finish line

## **51 Proiektua gauzaten**

*Lan egiteko era: Talde handian*

*Materiala: Liburua, 41. or.*

Proiektua egiteko hainbat lan antolatzea falta zaigunez, orrialde honetan (41.a) horiek guztiek gogora ekartzeko eta erabakiak hartzeko bidea ematen zaigu. Erabakiak talde handian hartuko ditugu, eta lanak erabakitakoaren arabera kudeatu.

## 52 Abestia: Hiru andereak

*Lan egiteko era: Bakarka - Talde handian*

*Materiala: Irakurgaiak 60. or.; CDa 17. pista*

Gai osoan zehar osasun-ohiturei buruz hitz egiten aritu eta gero, hiru andere hauen komeriak irakurri eta abestu itzazue taldean. Hasteko, abestia bakarka irakur dezatela, eta, gero, talde handian; letraren inguruan, hitz egiteko elkarriketa sortuko dugu. Bukatzean, abestu egingo dugu CDarekin batera.

## 53 Bertsoa

*Lan egiteko era: Bakarka - Talde handian - Bakarka*

*Materiala: Irakurgaiak 61. or.; CDa 18. pista; Lan koadernoak, 70. or.*

Hasteko, bertsoa irakurri eta gozatzeko tartea emango diegu ikasleei. Gero, bertsoaren letraren inguruan elkarriketa sortuko dugu. Bertso hau aitzakia, euskarak kirolean duen izaera eta presentziaz hitz egingo dugu ikasleekin, jakina baita, kiroletan gaztelerako esamoldeak erabiltzeko joera handia dagoela. Horren arrazoiak bat, ikasleek esamoldeak euskaraz nola adierazten diren ez jakitea izan daiteke, agian, inoiz irakatsi ez zaizkielako eta euren ingurugiroan ere ez dutelako, modu naturalean, entzuteko eta barneratzeko aukerarik izan. Hori dela eta, proposatzen dizuegu, soinketako irakaslearekin hitz egin ondoren, eta harekin batera, kiroletan normalean erabiltzen dituzten esamoldeak zein diren aztertzea, kiroletan ohituraz gazteleraz erabiltzen diren esamoldeak zein diren biltzea eta horien euskarazko ordezkioak bilatzea, edota, sormena tarteko, asmatzea, beti ere, euskara jator eta zuzenean adieraziz. Euskarazko esamolde horiek korridoretan jar ditzakezue, ikastolako ikasle guztiek ezagutu eta erabil ditzaten euren kirol praktikan. Proiektutxo hau ez dago zertan garai honetan egin beharrik, gabonetako oporrak hor bertan dituzuenez, lasai asko utzi dezakezue oporren bueltarako, edota egoki ikusten duzuenarako.

Gogoratu esamoldeek badutela leku berezia erranak erran txokoan. Hona hemen kiroletan erabiltzen diren euskarazko esamolde batzuk:

*–Hori da jokaldia!*

*–Ederra izan da!*

*–Zu bai zu jokalaria paregabea!*

*–Baietz irabazi!*

*–...*

## 54 Sintesia

*Lan egiteko era: Bakarka*

*Materiala: Liburua, 42., 43. eta 44. or.*

Sintesiko orrialdeen helburua, ikasitakoaren erreposoa egiteaz gain, hainbat alderdi ebaluatzea da; horretarako tresna bezala erabil baitaiteke. Ikasleak sintesi-orri hauek bete aurretik unitatean zehar ikusi eta ikasitakoaren erreposoa egitea aholkatzen dizuegu.

Nolanahi ere, orriotan, unitatean zehar landutakoaren alderdi batzuk baizik ezin dira errepasatu. Hau da, dramatizazioaren, plastikaren eta aho-hizkuntzaren inguruan landu diren edukiak, prozesuan zehar (unitatean zehar dagozkion jarduerak burutzerakoan) behatu beharko dituzue, ez baitu zentzu handirik hainbat prozesu luze

azken unean, eta behaketa egiteko asmoz, berriro ere errepikatzeak. Hizkuntza idatziarekin beste hainbeste gertatzen da, ez du zentzurik, esate baterako, garai honetan beste alegia bat idaztea eskatzea ikasleei.

Bukatzean, talde handian elkarrizketa bat egitea interesgarria litzateke: unitatearen mamia, eurek burututako lana, ikasteko gogoia, gozamina, proiektua eta abar, era konstruktibo batean balioesteko edota kritikatzeko.

## **55 Hemen edo han, gure txanelan!**

*Lan egiteko era: Talde handian*

Bildutako argazkiak antolatu talde handian, eta haiei dagozkien azalpentxoak idatzi ondoren, gure albumeko beste atal bat osatu. Bukatzean, tarte bat hartuko dugu egindakoa lasai ikusteko eta hartaz gozatzeko.

**Ondo-ondo pasa gabonak, lankide! eta... mugi gorputza, izan ontsa eta kontuz tripa-festekin! je, je, je!**

# Musikako lan-koadernoak

## 3.1 HARIZKO MUSIKA TRESNAK

*Kudeaketa mota: Talde handian/Bakarka*

*Materiala: Musikako lan-koadernoak, 3.1. fitxa; jardueren CDa, 13 . pista*

Lokarria edo haria, musika-tresna askoren oinarritzko elementua da. Lokarri horien lehen gaien artean, zenbait animalia-aren tripak (ardia, katua edo zaldia), zeta, metala (kobrea, letoia, zilarra, altzairua, etab.), zuntz begetalak eta, gaur egun gehien erabiltzen dena, nylon dira.

Arrazoi teknikoak bide, beharrezkoa ikusi da, gaur egun, lodiera handiagoko lokarrien erabilera. Horretarako, tripazko haria zetazko, kobrezko edo zilarrezko haritxoaz biribilkatzen da. Hari hori, materia malguz eginikoa, hainbat erataraz bibraraz daiteke soinua sor dezan. Hiru dira modu nagusiak:

- 1.- Igurtziz. Horretarako, arku baten laguntza behar da, biolina eta biolontxeloaren kasuan bezala.
- 2.- Pultsatuz. Hatzez baliatuz lokarriak banan-banan joz, harparekin gertatzen den modura.
- 3.- Kolpatuz. Adibide argiena pianoa da. Pianoak dituen lokarriak ez daude begi-bistan, baina tekla bat zapaltzen dugunean, mailu batek lokarri bat kolpatzen du, horrek lokarria dardararazten du eta horrela sortzen du hotsa.

CDan, sei musika-tresna entzungo dira. Ikasleek arreta jarri beharko dute, tranpatxo bat sartu baitugu. Familia honetakoa ez den tresna bat sartu dugu.

Oharra: ezinezkoa izango da gelara harpa edo kontrabaxua eramatea, baina aukera baldin baduzue, bideoaren bat aurki dezakezue berez tresnak nolakoak diren ikusteko. Telebistan badira musikari buruzko hainbat saio, eta kontzertuak ere eskaintzen dituzte. Ez legoke gaizki horrelakoren bat ikustea musika-tresnak ezagutzeko.

### 3.2 TXIRULA JOTZEN IKASTEN

*Kudeaketa mota: Talde handian/Bakarka/Binaka*

*Materiala: Musikako lan-koaderno, 3.2. fitxa*

*Oharra: Fitxa honek ez du grabaziorik behar.*

#### **Beheko DO**

Txirulaz jo daitekeen notarik baxuena edo grabeena da, eta, oraingoz, zailena. Zulo guztiak ongi itxi eta haizea oso goxo bota behar dugu. Normalena hasieran soinu egokia ez ateratzea izango da. Zuloren bat ongi tapatu gabe uztea da arazoa, baina seguru asko, nahiz eta zulo guztiak ongi itxi, ez zaigu hasieran behar bezalako soinua aterako. Haizeari tamaina hartzeak emango dizkigu lanak. Baina behin horretan asmatuta, ez dugu arazorik izango.

Horregatik, lehenengo lana, fitxa honetan proposatu bezala, aldaketarik gabeko ariketa bat jotzea izango da. Hau da, nota guztiak DO izango dira.

Nota aldatu gabe, baina hainbat erritmo erabiliz, ohiko "entrenamendua" egingo dugu. Lehenik, beheko DO bakarrik erabiliz eta gero, beheko Re sar dezakegu.

Hona hemen adibide batzuk:

<b>IRAKASLEAK</b>	<b>IKASLEEK TXIRULAZ</b>
θ θ θ θ DO DO DO DO	θ θ θ θ DO DO DO DO
θ θ εε θ DO DO DO DO DO	θ θ εε θ DO DO DO DO DO
εε θ εε θ DO DO DO DO DO DO	εε θ εε θ DO DO DO DO DO DO
εε εε θ θ DO DO DO DO DO DO	εε εε θ θ DO DO DO DO DO DO
εε εε εε θ θ DO DO DO DO DO DO DO DO	εε εε εε θ θ DO DO DO DO DO DO DO DO
θ εε εε θ DO DO DO DO DO DO	θ εε εε θ DO DO DO DO DO DO

Fitxa berean Do eta Re notak erabiliz melodia bat asmatu beharko dute ikasleek.

Agian, komeniko da gogoratzea, Do eta Re lagunak direla eta bihurrikeria batzuen ondorioz pentagramaz kanpo bizitzera zigortuak izan zirela eta abar, eta abar.

### **3.3 TXIRULA JOTZEN IKASTEN**

*Kudeaketa mota: Talde handian/Bakarka/Talde txikian*

*Materiala: Musikako lan-koadernoak, 3.3. fitxa; jardueren CDa, 14. pista*

#### **Txikitxo politxua**

Hiruko neurrian idatzia dago abesti hori. Baina melodia lantzen hasi aurretik DO nota berriarekin ariketak egiten jarraitu behar dugu. Gaurkoan eskala jotzea eskatzen dizuegu. Beheko Do-tik hasi, goiko Do-ra iritsi eta itzuli beheko Do-raino.

Hasieran, nota bakoitza lau aldiz joko dugu: Do Do Do Do Re Re Re Re... Ondoren, nota bakoitza bi aldiz: Do Do // Re Re // Mi Mi // Fa Fa... Azkenik, nota bakoitza behin bakarrik joko dugu, ezaguna den bezala, eskala osatuz.

Hiruko neurriko abestia denez, agian, komeniko da konpas mota horren berezitasunak gogoratzea:

- Konpas bakoitzean hiru taupada biltzen dira.
- Konpas bakoitzean denbora fuertea lehenengoa da. Bigarrena eta hirugarrena, aldiz, denbora ahulak dira.

Ohiko prozedurari jarraituko diogu abestia lantzerakoan:

- Erritmoa irakurri eta markatu
- Hitzak erritmikoki irakurri
- Solfeatu
- Abestu
- Txirula jo

### 3.4 PERKUSIOA

*Kudeaketa mota: Talde handian/Talde txikian*

*Materiala: Musikako lan-koadernoak, 3.4. fitxa*

Gure eskolako orkestra txikian beste gonbidatu bat daukagu. Txirulaz gain perkusiozko zenbait tresna hartuko ditugu gurean. Guk, horietako batzuk proposatu ditugu. Gehienetan, triangeluak eta klabeak aukeratu ditugu, baina nahi izanez gero alda ditzakezue.

Dena den, irakaslearen pazientziaren eta belarriaren onerako, komeniko da perkusiozko tresnei dagozkien partiturak, lehenik, irakurri eta gure gorputz atalez baliatuz interpretatzea.

Horregatik, "entrenamendu" gisa, hona hemen zenbait ariketa. Norbera gai izango da hiru eskemak jotzeko. Bi esku besterik ez ditugu beharko, eta soinua ateratzeko belaunak kolpatuko ditugu. Makila beheeraka dituzten notak ezker eskuaz joko ditugu. Makila goraka dituztenak, berriz, eskuin eskuaz.

Baina adi, bi notak denbora berdina markatzen badute (lehen ariketako azken konpasa), bi eskuek batera kolpatu beharko dituzte belaunak.

Ariketa bera egin daiteke bi arkatzez mahaia kolpatuz.

### 3.5 TXIRULA JOTZEN IKASTEN

*Kudeaketa mota: Talde handian/Talde txikian*

*Materiala: Musikako lan-koadernoak, 3.5. fitxa; jardueren CDa, 15. pista*

#### ***Tristerik ilargia***

Partitura handitu egin zaigu oraingoan.

Pentagraman notak agertzen zaizkigu. Nota horiek beharrezkoak ditugu irakurri, solfeatu eta txirula jotzeko. Gainera, nota bakoitzaren azpian kantuko letraren silaba bat dago.

Abestiari bi lerro gehitu dizkiogu. Bata klabeena da, eta bestea triangeluena, bi tresna horiek jo behar dituzten ikasleentzat dira. Ez dira une berean jo behar bi tresna horiek. Batzuk lanean ari diren bitartean, besteak geldi eta isilik egongo dira. Klabeak lehen hiru konpasak jotzen ari diren bitartean triangeluak isilik egongo dira. Horregatik, isilik egon eta gainera bere txanda noiz iritsiko zain, partiturari jarraitu beharko diotenez, isiltasunaren ikurrak jarri ditugu. Baina ez nolana hikoak: zuriaren balioa duten isilune ikurrak dira.



Orkestra osatzeko, jakina, lanak banatu egin beharko ditugu: talde bat perkusioaz arduratzen den bitartean, besteak kantuari eta txirula jotzeari ekingo dio. Hasieran, nobedadea dela eta, denek perkusio-jotzaile izan nahiko dute.

Hala ere, komeniko da denok esperientzia horretatik pasatzea. Perkusio-jotzaile izatea, alegia, eta ez espezialistak sortzea. Espezialistak izatekotan denok izango gara. Horrela, triangelu-jotzaile bat falta bada, edonork hartu ahal izango du haren postua.

### **3.6 MUSIKARIEN TXOKOA**

*Kudeaketa mota: Bakarka/Talde handian*

*Materiala: Musikako lan-koadernoak, 3.6. fitxa*

#### *MUSIKA BERDEA*

Dagoeneko badakizue MUSIKARIEN TXOKOA deituriko atalean musika-tresnak egitea proposatzen dugula. Ahal dugun neurrian, materialak berrerabiltzen saiatzen gara, eta, gaurkoan, naturak eskaintzen dizkigun zenbait baliabide erabiliko ditugu.

Gure guraso eta aitona-amonek, muxurka bat jan ondoren, oso ondo zekiten hezurrarekin txilibitua egiten. Edo belartxo bat hartu eta eskuetako hatz lodien artean ipinita txistua jotzen. Artalorea hartu eta turuta egiten zuten. Zuhaitz baten adartxo bat hartu, zuritu eta zuloak eginez, txirula polit bat egiteko gai ziren. Zoritxarrez, kultura aberats hori galtzen ari gara eta mereziko luke errekuiperatzea.

#### **GUIROA**

Agian zuen ikasleekin mendira joaten zarete noizean behin. Edo, bestela euren gurasoekin joaten dira asteburu batzuetan. Ibilaldi horietako bat aprobetxatuz pinaburuak (pinotxak) ekartzeko eskatuko diegu ikasleei. Neurri guztietakoak. Itxiak eta irekiak.

Pinaburuak ongi garbitu eta lehortzen utziko ditugu. Eta arkatx bat edo antzeko makilatxo bat hartu eta musika egiten hastea besterik ez zaigu falta.

Hartu pinaburua esku batean eta egin arrast-arrast makilatxoarekin. Beste musika-tresna bat gelako orkestrarako! GUIROA.

### **3.7 MUSIKARIEN TXOKOA**

*Kudeaketa mota: Bakarka/Talde handian*  
*Materiala: Musikako lan-koadernoak, 3.7. fitxa*

#### *MUSIKA BERDEA*

Nori ez zaizkio intxaurrak gustatzen? Material horixe da ondorengo musika-tresna egiteko behar duguna.

#### **KILISKAFONOA**

Materiala:

- Hustutako intxaur erdi bat.
- Zotz bat (hortzetarako erabiltzen den horietakoa).
- Arropa josteko erabiltzen den haria.

Nola egin:

- Oskolari, erdi parean, haria lotu, bizpahiru buelta eman.
- Haria puskatu gabe, kontuz-kontuz, zotza bertan kateatu.

Nola jo:

Hartu esku batean eta hasi zotza zirikatzen haz lodiarekin, bakoitzak nahi duen erritmoa markatuz. Zotzak intxauraren ertza kolpatzen du. Ateratzen duen soinua suabea irudituko zaigu, musikan "*piano*" deitzen den horietakoa, baina kontuan izan behar dugu musika guztien intentsitatea ez dela "*forte*" izaten. Tarteka komeni izaten da soinua "*pianoak*" egitea ere.

### **3.8 TXIRULA JOTZEN IKASTEN**

*Kudeaketa mota: Talde handian/Bakarka*  
*Materiala: Musikako lan-koadernoak, 3.8. fitxa; jardueren CDa, 16. pista*

#### **OUI, MESIE**

Ipuin edo gertaera zahar bat kontatzen da kantu honetan.

Duela urte asko, frantziar bat Euskal Herrian bidaiaria bat egiten ari zela, Azkoitira iritsi omen zen. Han, bertako jendearekin hitz egin nahi, baina inork ez zion ulertzen.

Kalean topatzen zituen guztiei "mesie" (monsieur = jauna), esanez zuzentzen omen zitzairen. Jendeak lagundu nahi baina alferrik. Halako batean, han, non agertzen den beste azkoitiar bat baserritik herrira etorrira. Halako pertsonaia bitxia ikusirik, zuzenean frantsesarengana joan zen. Hark, jakina, lehenengo hitza "mesie", esan zion, eta azkoitiarrak, mezagatik galdezka ari zela pentsatuz, arratsaldeko seietan parrokiaren zeukala "mesie" erantzun zion. Buelta erdia eman eta, "beintitzinko" baino dotoreago, bere bideari jarraitu zion azkoitiarrak.

Jakina da Azkoitia aldean neskari "neskie" esaten diotela eta mezari, "mezie".

Kontuak kontu, geurera etorritz, melodia luzea, baina arina da azkoitiar guztien omenez egin duguna. Seguru zuen ikasleei gustatzen zaiela.

Ohiko prozedurari jarraituko diogu abestia lantzerakoan:

- Erritmoa irakurri eta markatu
- Hitzak erritmikoki irakurri
- Solfeatu
- Abestu
- Txirula jo

## **LAN KOADERNOTIK APARTEKO ABESTIA**

*Kudeaketa mota: Talde handian  
Materiala: Jardueren CDa, 17. pista*

Garrantzi handia eman nahi diogu naturak eskaintzen dizkigun gauzak aprobetxatzeari. Baita musika egiteko garaian ere. Ondorengo abestia ikas dezatela ikasleek eta musikarien txokoan egindako tresnak erabiliz, ea nolako orkestra osatzen duzuen.

### **MUSIKA BERDEA**

Ikastola utzi eta heldu naiz basora,  
katagorrien atzetik hots berrien bila.  
Intxaur baten adarretik lurrera jauzita  
jostailu bat aurkitu dut benetan polita.  
Hau da, enetxo maitea, musika berdea.

Kilis, kalas, klis,  
kalas, kilis, klas,  
bai jostailu atsegina.  
Kilis, kalas, klis,  
kalas, kilis, klas,  
neronek egina.

Musikaren gelatxoan tresna asko daude,  
denon artean eginak, bai tresna bikainak.  
Batzuk zelaian jasoak, besteak basoan,  
martxan jarriko ditugu aurtengo neguan.  
Denok pozik bizi gara artisten txokoak.

Kilis, kalas, klis,  
kalas, kilis, klas,  
bai jostailu atsegina.  
Kilis, kalas, klis,  
kalas, kilis, klas,  
neronek egina.

Ez da diru asko behar gure lantokian,  
dohain eskuratzen dugu nahi dugun guztia.  
Ametsetan bizitzea ez da garestia,  
dizdizka jartzen baitugu gure fantasia.  
Horixe besterik ez da musika berdea.