

2. Zeregina. DBHrako Irakurketaren Ulermenerako Hobekuntza Plana.
Tarea 2. Plan de mejora de las competencias lectoras en la ESO.

2

KIROLAREN EDUKIAK

Beso ukitua

OINARRIZKO POSIZIOA ETA UKITUAREN AZALPENA

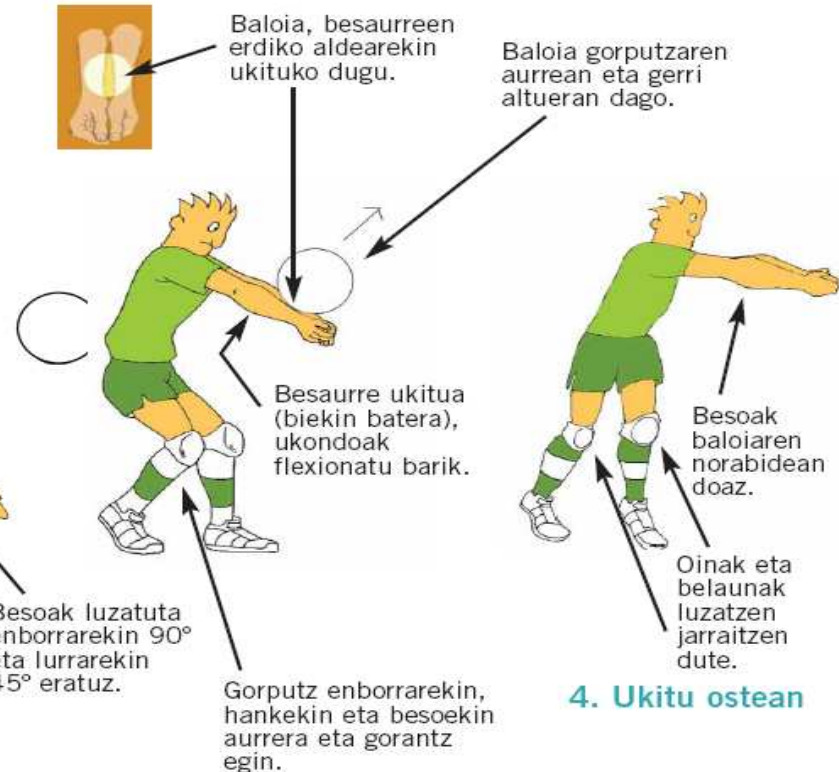
1. Ukitu aurretik

Desplazatu, gelditu eta baloia bidali nahi den norabidera begira jarri.
Oinarrizko posizioa: erdi makurtuta.

2. Oinarrizko posizioa



3. Ukitzerakoan



4. Ukitu ostean

2

KIROLAREN EDUKIAK

BESO-UKITUAREN ERABILERA

Beso-ukitua, baloia bular aldera edo beherago datozen baloiak altxatzeko keinu egokiena izango da. Beheko ukituetan eta baloi harrerako keinuetan erabili da, zalantzarik gabe.

Harrera, jokoan dauzkagun hiru ukitu aukeretatik lehena izaten da eta aurkakoen sakea altxatzeko edo errematea defendatzeko erabili ohi da.

1960. urtean Asiako taldeek erabili arte ez zen ezagutzen. Urte gutxira, 1966ko Munduko Txapelketan, %93 sake-harrera beso-ukituz egin ziren.

BESO-UKITUAREN EBALUAZIO FITXA

AKATSA	BAI	EZ
Eskuak ondo lotzen ditu		
Belaunak erdi flexioan eta sorbalden zabaleran ditu		
Sorbaldak gorputzetik urruntzen ditu		
Besoak gerri altueran eta izterren paraleloan ditu		
Ukitu orduko geldiunea egiten du		
Ukitzerakoan baloia gorputzaren aurrean eta gerri altueran izaten du		
Besoekin egiten du ukitua (biekin batera), ukondoak flexionatu barik		
Ukitua egiteko besoen eta hanken laguntza erabiltzen du		

HUTSEGITE NABARIENAK

AKATSA	ONDORIOA	KONPONBIDEA
Hankak gehiegi elkartuta eta belaunak zuzen	Oreka gutxi eta desplazamendu laburrak	Baloi zailagoak bota, mugitzeko beharra ikusteko
Besoak gerri altueran eta izterekin paralelo ez edukitzea	Baloiak ez du norabide eta altuera egokia hartuko	Behaketak (bideoa eta kideena)
Eskuak txarto lotuta edukitzea	Baloiak ez du norabide egokia hartuko	Ukitu + askatu eskuak + ukitu ariketak proposatu
Ukitua eskumutur edo hatzekin egitea	Baloiak ez du norabide egokia hartuko	Ukondoak eta eskumuturrak ez flexionatu
Ukitzerakoan ukondoak flexionatu	Baloiak ez du norabide egokia hartuko (atzerantz)	Behaketak (bideoa eta kideena)
Ukitzerakoan lekuan geldirik ez egotea	Baloiak ez du norabide egokia hartuko	Desplazamendua + geldiunea + ukitua dela gogoratu



GAIA/ASIGNATURA	Gorputz Heziketa
MAILA/CURSO	
IKASTETXEA/CENTRO	
DEPARTAMENTUA/DEPARTAMENTO	Gorputz Heziketa
IRAKASLEA/PROFESOR / A	Gerizpe Iraola Azanza
JATORRIA/FUENTE	
EGILEA/AUTOR	Zarragoitia A. eta Txopitea A.
IZENBURUA/TÍTULO	Irakasle eta monitorentzako fitxa didaktikoak: boleibola.
ARGITALETXEA/EDITORIAL	Gipuzkoako Foru Aldundia.
URTEA/AÑO	
ORRIALDEA(K)/PÁGINA	
ISBN	
TESTU-MOTA/TIPOLOGÍA	
ONARRIA/SOPORTE	Inprimatutako testua
FORMATOA/FORMATO	Mixtoa
MOTA/TIPO	
ERABILERA/USO	
ESTRATEGIAK/ESTRATEGIAS DE LECTURA	
IRAKURRI BAINO LEHEN ANTES DE LA LECTURA	<p>HELBURUAK:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Informazio zehatza lortzea. ✓ Jarraipideak ezagutzea. <p>Estrategia: Auresuposizioen aurkikuntza, hots, besurrearen pausoei, erabilpen eta abarri buruz dakitena ahoz azaldu.</p> <p>Jarduera: Beso ukituari buruz dakitena azaltzeko aipatu (denentzat) eta arbelean zerrenda bat egin.</p>
IRAKURRI BITARTEAN DURANTE LA LECTURA	<p>Estrategia: Egituraren azterketa pertsonala: atalak (ukitu aurretik, bitartean, ondoren...), bakoitzaren edukiak (zangoen eta besoen mugimendua), hauen arteko loturak (nola uztartzen diren)</p> <p>Jarduera: Norberak bere testua isilean irakurri eta ideai nagusiak atera beharko ditu eta eskema moduan idatzi.</p>
IRAKURRI ONDOREN DESPUÉS DE LA LECTURA	<p>Estrategia: Hasierako iragarpenak baieztatu edo zuzentzea.</p> <p>Jarduera: Galdetegiari erantzunak eman, bakarka, isilean eta idatziz.</p>

JARDUERAK/PROCESOS LECTORES		
<p>INFORMAZIOA BILATZEA EDO ESKURATZEA</p> <p>RECUPERAR - OBTENER INFORMACIÓN</p>	<p>1.</p> <p>Gaitasuna: informazioa berreskuratzea.</p> <p>Erantzun mota: erantzun itxia.</p> <p>Zailtasun maila: erraza.</p>	<p>Gorputzaren kokapena izan behar da:</p> <p>a) Baloia bidali nahi den norabidearen aurkakoa.</p> <p>b) Berdin dio.</p> <p>c) Baloia bidali nahi den norabidera zuzendua.</p> <p>d) Aldamenera begira.</p>
	<p>Erantzuna</p> <p>Respuesta</p>	<p>ZUZENTZEKO IRIZPIDEAK:</p> <p>Gehienezko puntuazioa:</p> <p>1 puntu: erantzun zuzena C da: baloia bidali nahi den norabidera zuzendua.</p> <p>Punturik ez:</p> <p>0 puntu: beste erantzun batzuk</p>
	<p>2.</p> <p>Gaitasuna: informazioa berreskuratzea.</p> <p>Erantzun mota: erantzun irekia.</p> <p>Zailtasun maila: ertaina.</p>	<p>Azaldu laburki oinarrizko posizioa, behe atala eta goi atala bereiziz.</p>

	<p>Erantzuna</p> <p>Respuesta</p>	<p>ZUZENTZEKO IRIZPIDEAK:</p> <p>Gehienezko puntuazioa:</p> <p>2 puntu: Hurrengo hau edo antzeko zerbait:</p> <p>Behe atala: oinak sorbaldaren zabaleran jarrita egon behar dira, eta baloia bidali nahi den norabidera zuzenduta. Oin bat piska bat aurreratua egon behar da eta gorputzaren pisua oin puntetan izan. Belaunak erdi flexionatuta (gehienez 90°) egon behar dira.</p> <p>Goi atala: sorbaldak gorputzetik aldentuta eduki behar dira, besoak erabat luzatuta enborrarekiko 90^a-tara eta lurrarekiko 45^a-tara. Bi besaurreak altuera berdinean egon behar dira, eta eskuak helduta.</p> <p>Puntuazio partziala:</p> <p>1 puntu: ata ledo puntu guztiak ez azaltzea.</p> <p>Punturik ez:</p> <p>0 puntu: beste erantzun batzuk</p>
<p>ULERMEN OROKORRA</p> <p>COMPRENSIÓN GLOBAL</p>	<p>1.</p> <p>Gaitasuna: ulermen globala.</p> <p>Erantzun mota: erantzun itxia.</p> <p>Zailtasun maila: ertaina.</p>	<p>Zein da testu honen helburu nagusia?</p> <p>a) Beso ukitua fase ezberdinetan zatitzea</p> <p>b) Marrazkiak interpretatzen jakitea</p> <p>c) Ikaskideek egiten dituzten akatsak ezagutzea</p> <p>d) Beso ukituaren oinarrizko teknika ezagutarazi, behaketarako erramintak eskeini, ukituaren erabilera egoerak azaldu eta hutsegite nagusiak ezagutu nahiz erremedioa jartzen jakinaraztea.</p>

	<p>Erantzuna</p> <p>Respuesta</p>	<p>ZUZENTZEKO IRIZPIDEAK:</p> <p><i>Gehienezko puntuazioa:</i></p> <p>1 puntu: erantzun zuzena D da.</p> <p><i>Punturik ez:</i></p> <p>0 puntu: beste erantzun batzuk</p>
	<p>2.</p> <p>Gaitasuna: ulermen globala.</p> <p>Erantzun mota: erantzun irekia.</p> <p>Zailtasun maila: ertain zaila.</p>	<p>Zein da beso ukituaren helburua?</p>
	<p>Erantzuna</p> <p>Respuesta</p>	<p>ZUZENTZEKO IRIZPIDEAK:</p> <p><i>Gehienezko puntuazioa:</i></p> <p>1 puntu: baxu doazen baloiak altxatzea.</p> <p><i>Punturik ez:</i></p> <p>0 puntu: beste erantzun batzuk</p>
<p>INTERPRETAZIOA</p> <p>INTERPRETACIÓN INFERENCIAS</p>	<p>1.</p> <p>Gaitasuna: interpretazioa garatzea.</p> <p>Erantzun mota: irekia.</p> <p>Zailtasun maila: ertaina.</p>	<p>Zein ezberdintasun dago zangoen mugimendu edo kokapenari dagokionez, oinarritzko posizio eta baloia ukitu osteko fasearen artean?</p>

	<p>Erantzuna</p> <p>Resposta</p>	<p>ZUZENTZEKO IRIZPIDEAK:</p> <p>Gehienezko puntuazioa:</p> <p>1 puntu: ezberdintasunik nagusiena da, oinarrizko posizioan zangoak flexionaturik daudela, eta baloia ukitu osteko fasean erabat luzatuta.</p> <p>Punturik ez:</p> <p>0 puntu: beste erantzun batzuk</p>
	<p>2.</p> <p>Gaitasuna: interpretazioa garatzea.</p> <p>Erantzun mota: irekia.</p> <p>Zailtasun maila: ertain-zaila.</p>	<p>Beso ukituan zer da garrantzitsuagoa, besoen mugimendua ala zangoena? Zergatik?</p>
	<p>Erantzuna</p> <p>Resposta</p>	<p>ZUZENTZEKO IRIZPIDEAK:</p> <p>Gehienezko puntuazioa:</p> <p>1 puntu: Biak berdin, zangoen mugimendua gaizki egiteak besoen mugimendua gaizki burutuarazten duelako, eta besoen mugimenduak gaizki egiteak ukituaren prezisioa galerazten duelako. Kasu bietan, ondorioa ukituaren eraginkortasuna galtzea da.</p> <p>Punturik ez:</p> <p>0 puntu: erantzun hutsalak, osagabeak, okerrak, zehaztugabeak...</p>

<p>FORMAREN GAINEN HAUSNARKETA.</p> <p>VALORACIÓN - REFLEXIÓN FORMA</p>	<p>1.</p> <p>Gaitasuna: formaren gaineko hausnarketa.</p> <p>Erantzun mota: itxia.</p> <p>Zailtasun maila: erraz- ertaina.</p>	<p>Beso ukituaren azalpen teknikoa dator:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. fase 1 eta 4 marrazki bidez. 2. 4 fase eta 4 marrazki bidez. 3. oinarritzko posizioa, 3 fase eta 6 marrazki bidez marrazki bidez soilik.
	<p>Erantzuna</p> <p>Respuesta</p>	<p>ZUZENTZEKO IRIZPIDEAK:</p> <p>Gehieneko puntuazioa: 1 puntu: erantzun ona 3 aukera da.</p> <p>Punturik ez: 0 puntu: beste erantzun batzuk.</p>
	<p>2.</p> <p>Erantzuna</p> <p>Respuesta</p>	
<p>EDUKIAREN GAINEN HAUSNARKETA</p> <p>VALORACIÓN - REFLEXIÓN CONTENIDO</p>	<p>1.</p> <p>Gaitasuna: edukiaren gaineko hausnarketa.</p> <p>Erantzun mota: irekia.</p> <p>Zailtasun maila: zaila.</p>	<p>Zure ustez, zein ariketaren bitartez zuzenduko zenuke hurrengo akatsa? Arrazoitu zure erantzuna.</p> <p>Egoera: “ukitua burutzerakoan ukondoak flexionatzen ditu”.</p>

	<p>3.</p> <p>Gaitasuna: edukiaren gaineko hausnarketa.</p> <p>Erantzun mota: irekia.</p> <p>Zailtasun maila: erraza.</p>	<p>Beso ukitua hiru fase bakoitzari marrazki bat dagokio. Beharrezkoa al zen horrela egitea? Zergatik?</p>
	<p>Erantzuna</p> <p>Respuesta</p>	<p>ZUZENTZEKO IRIZPIDEAK:</p> <p>Gehienezko puntuazioa:</p> <p>1 puntu: gisa honetako erantzunak: bai, nahiz eta hitzez ongi azaldu, marrazki bidez hobeto ulertzen delako, erreferentzia bisuala garrantzitsua delako.</p> <p>Punturik ez:</p> <p>0 puntu: arrazoirik gabeko edo arrazoi okerreko erantzunak.</p>
<p align="center">PRAKTIKAN JARRI / PUESTA EN PRÁCTICA – OHARRAK / OBSERVACIONES</p>		