



HELBURUAK

- Gorputz adierazpen librea eta sormena landu, musikarekin gozatu eta mugituz.
- Kooperazio, konfidantza eta lidergorako gaitasunak garatu.
- Norberaren gorputza eta emozioen kontzientzia, erregulazio eta kontrola landu.
- Noberaren mugak gainditu, etengabeko hobekuntza prozesua bultzatuz.
- Gaitasun motore, emozional eta sozialak garatu.

ESKU-HARTZEKO ARGIBIDEAK

- Helduen begiradak eragin handia dauka haurrengan. Begirale bezala hezitzaile eta eredu ere bagara eta beraz, fokoa haurren gaitasun eta beharretan jartzea da garrantzitsuena etiketak ekidinez.
- Emozio eta gatazken kudeaketan bidelagun izateko gako garrantzitsua da hezitzailearen jarrera.
- Dinamiken iraupena hezitzaileak moldatuko ditu beharren arabera.

MATERIALAK

- Musika aparatua edo bluetooth bozgorailua mugikorrarekin konektatzeko, uztaiak eta "Superbotereen kutxa". Nahi bada material ezberdinak gehitu daitezke: sokak, pilotak, baloiak...

HARRERA BOROBILEAN



- Nola nator dinamika** : "Zein marrazki bizidun bezala sentitzen zara gaur? Zergatik?" 3 minutu.
- Superbotereen kutxa** : Norbere emozioak nahiz gatazkek kudeatzeko baliagarria izango den superbotere bat hautatu edo jasoko dute kutxatik. 2 minutu.

ATAL NAGUSIA

ASKE ERABAKI



Materiala: mota ezberdinetako material anitza, ikasle bakoitzarentzako unitate bat egon dadila: sokak, pilotak, konoak, baloiak, gomak, puztukiak, hockeyeko stick eta pilotak... Egunetik egunera aldatzen joan edo saioan erabiliko den materiala lehenetsi.

Hasiera: aukeratutako materiala espaziotik sakabanatuta egongo da eta haurrek oso argi izango dituzte arauak: kontakturik gabe jardun, 2 metrotako distantzia mantenduz.

Helburua: ikasle bakoitzak nahi duen materiala aukeratu, bereganatu eta libreki jolastuz jardutea autonomia, erabaki hartzea eta sormena sustatzeko. Baita energi zikloak eta haurren beharrak orekatzeko (ikus sarreran espantsio-biltze zikloaren azalpena).

Garapena: ikasleek bete behar duten araua: berain artean distantzia mantendu eta kontaktua ekiditea. Material batekin jolastu eta amaitzen dutenean lurrean utzi eta beste bat hartu dezakete libreki aukeratuz eta beraien kaxa erabakiz.

Amaiera: materialarekin jolasteko interesa galtzen hasten direnean.

Aldaerak: ikasleek proposatutako material ezberdinak erabiliz.

Iraupena: 10 minutu.

UZTAI MUSIKALAK



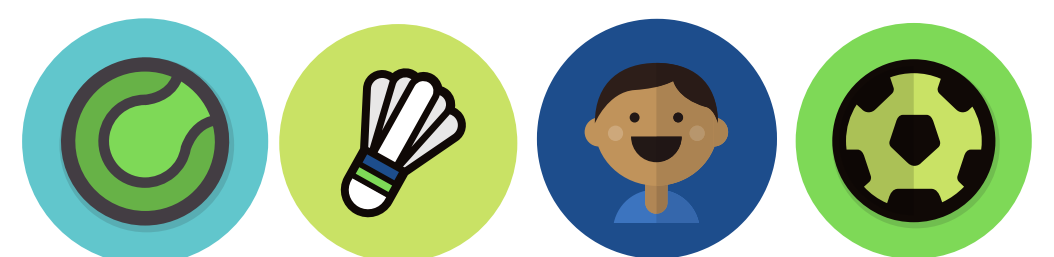
Materiala: musika aparatua edo bluetooth bozgorailua eta uztaiak

Hasiera: uztaiak lurrean sakabanatuta egongo dira. Uztaik kopurua jokalaria kopurua baino bat gutxiago izango da.

Helburua: musika gelditzen denean uztaik baten barruan sartu eta bertan gelditzea.

Garapena: musika entzuterakoan, zelaian zehar mugituko dira eta musika isiltzean, jokalaria bakoitza uztaik baten barruan sartuko da. Ez da inor kanporatuko.. Uztaik kanpoan gelditu den jokalaria, zirkuitu bat ala erronka txiki bat burutu beharko du. Adibidez, paretaraino korrika joan eta itzuli ala abesti bat kantatu, bertso motz bat bota...

Amaiera: gehienez taldekide kopuruaren erdia adina uztaik kenduko ditugu. Modu honetan 1,5m-ko distantzia mantentzeko aukera egongo da.





Aldaerak:

a) Atzeruntz, saltoka, txingoka mugituz...

b) Baloiak garraiatuz egin daiteke ere.

Iraupena: 7-10 minutu.

FOLLOW THE LIDER



Materiala: bluetooth bozgorailua mugikorrarekin konektatzeko ala musika aparatua eta nahi bada material ezberdinak ere gehitu daitezke (uztai, soka, pilota, baloiak...).

Hasiera: taldeak zirkulu bat osatuko du. Helburua: liderraren antzera mugitu.

Garapena: jokalaria bat liderra izango da eta zelaitik musikarekin batera mugituz desplazatuko da. Beste jokalariek liderra jarraitu behar dute antzeko mugimenduak eginez. 30 segunduro lider aldaketa egongo da eta jokalariek beraien artean distantzia mantenduko dute une oro.

Amaiera: denak liderraren roletik pasa direnean.

Aldaerak: materialarekin edo gabe egin daiteke. Musika mota ezberdinak probatu daitezke eta jokalaria bakoitzeko abesti ezberdin bat proposatzean mugimendu aniztasuna bermatuko da musika lasai eta mugituagoak tartekatuz.

Iraupena: 10 minutu.

YOGA MUSIKAREKIN - 13. MIKROPRAKTIKA



"Musika lasaia entzuten duzunean gelditu eta yoga mugimendua egin besoekin: aldaka ondoan dauden bi eskuak gorputzaren alboetatik gorantz mugitzen hasiko dira eta buru gainean batu eta elkarrekin mantenduz zilborreraino jetsiko dira ondoren, aldi berean begi itxiekin arnasketa sakonak eginez".

MUSIKAREKIN SENTITUZ ETA GOZATUZ



Materiala: musika aparatua edo bluetooth bozgorailu eta mugikorra.

Hasiera: jokalaria zelaitik sakabanatuko dira.

Helburua: musikak inspiratu edo eragiten dienaren arabera mugitu.

Garapena: irakasleak abesti mota ezberdinak jarriko ditu, animatuak, lasaiak, abentura filmetakoak, estilo ezberdinekoak, etab. (30 segunduko abesti zatiekin nahikoa da) eta jokalaria musikaren erritmora mugituko dira espazioan zehar.

Amaiera: 10-12 abesti proposatu ondoren.

Aldaerak: materialarekin edo gabe egin daiteke. Aukeratutako musika motaren arabera mugimenduak dexente aldatuko dira. Interesgarria da jolas eta abentura kutsua daukaten musikak proposatzea. Baita musika afrikarra, klasikoa, euskalduna etab. nahastuz.

Iraupena: 10 minutu.

MUSIKAREN BIDAIA - 10. MIKROPRAKTIKA



"Musika lasaia entzuten duzunean imaginatu musika hori zure gorputzean zehar pasatzen dela eta xuabe-xuabe mugitzen dela zure gorputz osoan zehar".

AGURRA BOROBILEAN

Zer izanda gustoko izan duzuna? Nola sentitu zara saioan zehar? Gozatu al duzu? Hezitzaileak feedbacka partekatuko du errefortzu positiboa sustatuz.

