3. saioa

HELBURUAK

-Jolastuz eta harremanduz gozatu. Taldea eta begiralearekin harremanak mantendu eta garatu.
-Telematikoki jarduteari moldatzen jarraitu. Akordioak/arauak gogorarazi eta barneratzen jarraitu.
-Jolastuz, mugituz, gozatuz, garapen motore, emozional, sozial eta mentala sustatu.
-Haurren egoera emozionala behatu eta dauzkaten beharrei erantzun.

ESKU-HARTZEKO ARGIBIDEAK

-Saio telematikoak egitea erronka bat izan daiteke. Pazientzia eta motibazioa beharrezkoa izango da beraz.
-Helduen begiradak eragin handia dauka haurrengan. Begirale bezala hezitzaile eta eredu ere bagara eta beraz, haurren gaitasun eta beharrak identifikatzeko adi egotea garrantzitsua da etiketak, aurreiritzi eta kritikak ekiditeko.
-Emozio eta gatazken kudeaketan bidelagun izateko gako garrantzitsua da hezitzailearen jarrera.
-Dinamiken iraupena hezitzaileak moldatuko ditu beharren arabera, telematikoki lehenago nekatu daitezke eta.

MATERIALAK

Sokasaltarako soka eta "Superbotereen kutxa".

HARRERA

a) **Nola nator** dinamika : “Zein eguraldi daukazu barruan gaur? Eguzkitsua, lainotsua, euritsua, ekaitza...?” 3 minutu.
b) **Superbotereen kutxa**ren erabilpena gogorarazi . Norbere emozioak nahiz gatazkak kudeatzeko baliagarria izango den superbotere bat hautatu edo jasoko dute kutxatik. 2 minutu.

ATAL NAGUSIA

EGIA ALA GEZURRA

Materiala: ez da behar

Hasiera: haurrak pantailaren aurrean kokatuko dira.

Helburua: entzuten duten esaldia gezurra ala egia den erabaki eta mugimenduaren bitartez erantzun.

Garapena: jolasa gidatzen duenak (hezitzaileak edo rol hori hartu dezakeen haur batek), esaldi bat oihukatuko du, eta esaldi hori egia bada “egia” haurrak saltoka hasiko dira gorputzarekin baietz esango balute bezala. “Gezurra” dela erantzuteko ordea lurrean etzan eta kroketa eginez alde batera eta bestera birak egiten hasiko dira.

Esaldi bezala, adibidez: “katuak 8 hanka ditu” erabili genezake. Ala “Bilbo Arabako hiri bat da”. Hezitzaileak erabaki dezake puntu sistma bat proposatzea ala ez lehiaketa txik bat sustatzeko.

Aldaerak: haurrek ere txandaka “zuzendari” errola hartu dezakete eta esaldiak asmatu eta esan ditzakete. Egia ala gezurra egin beharrean. Mugimenduak aldatuz, besoekin igeri egin, pareta ikustu eta bueltatu, lekuan bertan "korrika" egin, lurrean etzan eta zutitu... Gai ezberdinak erabiliz esaldiak sortzeko.

Iraupena: 10 minutu.

SOKASALTO ERRONKAK

Materiala: sokasaltorako soka.

*Alfonbra lodi edo irristatzen ez duen antzeko baten gainean saltatzeko aukera badago, aproposa izan daiteke bizilagunek entzungo dute zarata murrizteko.

Hasiera: hau bakoitza soka batean kokatuko da, sokasaltoan iblitzeko beharrezko neurri guztiak kontutan izanik. Kontuz pantaila jotzearekin eta adi inguruko objetuen antolaketarekin.

Helburua: proposatutako erronkekin trebatzea.

Garapena: bakarka aurreruntz eta atzeruntz, rebotearekin, salto bikoitza, hanka batekin salto, biekin, hankak txandakatuz,.. erronka ezberdinak proposatu.

Aldaerak: beraiek proposatutako erronkak eginez jardutea. Musikaren erritmoarekin salto egin beharra.

Iraupena: 10 min.

BAT, BI, PAN

Materiala: ez da behar.

Hasiera: haurrak zutik kokatuko dira pantailaren aurrean.

Helburua: arreta eta kontzentrazioa mantenduz, ezarritako araua jarraituz tokatzen den zenbakia edo hitza esatea mugitzen dauden bitartean. Giro aparta sortzeko erabilgarria izan daiteke.

Garapena: jokalari bakoitza mugitzen ari den bitartean, txandaka zenbaki bat esango du. Baina adi! 3 zenbakiaren multiploak eta 3 zenakiarekin amaitzen diren zenbakien ordez "Pan" esan beharko dut. Hau da: bat, bi, pan, lau, bost, pan... Norbait nahasten denean, 1etik hasiko dira berriz ere. Dibertigarria da eta parrez hasi ohi dira, baina kontuz elkarri iseka egitearekin, hanka sartzean kudeaketa egiteko arretaz ibili, elkarrekin barre egitea sustatuz baina burlak ekidituz.

*Adi, LH 3koentzat zailegia izan daiteke biderkaketak eta multiploen kontzeptua menperatzen ez dituztelako. Amaiera: taldeak 25 zenbakira akatsik gabe iristea lortzen duenean. Hau ere moldatu daiteke.

Aldaerak: akatsa egiten duenak zirkuito bat egin dezala etxean zehar (adibidez, zure logelara joan ohean etzan, bueltatu 5 salto egin, 4 kroketa bira eta jolasera bueltatu) jokoa dinamikoa egiteko. Aldi berean, jolasten dauden bitartean saltoka, lekuan "oinez" ala "korrika", "igeri egiten" mantendu ditzakegu mugimendu bermatzeo eta intentsitatea erregulatzeko.

Iraupena: 5-7 minutu.

DUTXA - 5.1. MIKROPRAKTIKA

"Dutxa hitza entzutean, espazioan gelditu eta begiak itxi. Arnasa hartuko duzu sudurretik eta dutxa baten azpian egongo bazina sentituko duzu, bertatik irtetzen den urak bustitzen zaituelarik. Zein tenperaturan dago ura? Ura gorputz guztitik zehar erortzen zaizula sentituko duzu, honela zure haserrea, tristura, urduritasuna, beldurra... urak eramaten duela sentituko duzu eta lasai eta gustora gelditukо zara"..

EZETZ EGIN

Materiala: baloi, pilota biguinak ala sokak.

Hasiera: haurrak pantailaren aurrean kokatuko dira oztoporik gabe mugitu daitezkeen leku batean.

Helburua: hezitzaileak proposatzen duen erronka betetzea.

Garapena: hezitzaileak mugimendu edo erronka ezberdinak proposatuko ditu eta jokalariek antzekoa egiten saiatuko dira. Adibidez: baloia eskuin eskuaz botatu, ezkerrarekin, eskuak txandakatuz, bote txikiak emanez, bote handiak, hanka azpitik, atzaren inguruan baloia bueltaka mantendu, baloia gora jaurti eta txalo bat eman ondoren berriro hartu, bi txalorekin, hiru txalorekin...etab.

Aldaerak: haurrek proposatzen dituzten erronka hezigarriak gauzatzea. Materialaren arabera aniztasun handia proposatu dezakegu: pilotekin, puztukiekin, zapi eta musikarekin gorputz adierazpena lantzeko...

Iraupena: 10 minutu.

PINTZEL MASAJEA - 6. MIKROPRAKTIKA

"Hodeia! entzutean, espazioan gelditu eta begiak itxi. Sudurretik hartuko duzu arnasa. Bitartean hodei bat zarela imaginatuko duzu. Nolakoa da hodeia? Zer forma du? Non dago? Nola dago zerua? Eta hodeia zarelakoan, nahi duzun lekura bidaiatuko duzu. Nora joango zinateke?"

AGURRA

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