



ZARAUZKO IKASTOLA
ESKOLA-KIROLA 2020/2021

6.- SAIOA

- **BEHARREZKO MATERIALA:** 3 bat futboleko baloi eta baloi bigun xamar bat brilera jolasteko **(etxetik ekartzeko esan).**

BEROKETA

“Armiarma” [10 min]

- Taldekide bat armiarma izango da eta zelai erdiko marran kokatuko da. Marra gainean ezker-eskuin mugitu ahalko da. Gainontzeko kide guztiak iheslariak izango dira. Begiraleak agindua ematean, zelaiaren alde batetik beste alderaino gurutzatu beharko dute armiarmak harrapatu gabe. Armiarmak zelaia gurutzatzen duen kiderik ukitzen badu, iheslari hori ere armiarma bilakatuko da. *(jolasa ezagutzen dute. izena esanda soilik badakite zer egin behar duten)*

ATAL NAGUSIA

“Zizarea” [10 min]

- 4 bat kide inguruko ilarak osatuko ditugu elkarri gerritik helduta. Ilaran lehen postuan doanak, ilaran azken postuan dagoena harrapatu beharko du. Ilaran dauden kideak ezingo dira askatu.

Baloiaren kontrola: “Errelebo bihurriak” [15 min]

4 ilaratan jarri zelaiaren alde batean, talde bakoitza baloi batekin eta erreleboak egingo ditugu: (joan etorria edo errelebotan egin beharreko ibilbidea zuek zehaztu. Zelai erdian joan etorri, zelai osoan joan etorria...)

- ✓ Boteka joan, motxilari buelta eman eta itzuli: aurreraka joan eta aurreraka itzuli (lasterketarik gabe). Gero atzeraka joan eta aurreraka itzuli. Gero albozka joan eta etorri.
- ✓ Lerroan jarrita beso bateko tartearekin, aurrenak baloia pasako dio atzekoari buru gainetik, hurrengoak hanken azpitik, gainetik, azpitik,... eta baloia azkenari iristean, aurrera joango da korrika, aurrena jarri eta berriz pasako dio baloia atzekoari.
- ✓ Lerroan jarrita, baloia aurrenak izango du eta hau besteei begira jarriko da. Ilarako



lehenengoari pasea emango dio eta honek itzuli egingo dio eta makurtu egingo da (pasa-pasa-makurtu). Horrela egingo du gainerakoekin eta azkenari pasatzean baloia, hau aurrera etorriko da eta denak zutitu eta berriz hasiko dira.

- ✓ Lerroan jarriko dira metro bateko tartearekin. Baloia azkenak izango du eta honek denen artetik pasa behar du sigi-sagan boteka eta aurrera heltzean azkenari pasa baloia kide guztien hanka azpitik baloia pasaz.

Atsedaldia ura edateko [3-4 minutu]

Brile [15 min]

- Talde osoa bitan banatu eta eremuaren alde banatan kokatu. Talde bakoitzaren eremuaren atzean, beste taldearen kartzela kokatzen da. Bertan, kide bana kokatuko dugu jolas hasieran. Norberak bere eremutik, beste eremuko lagunak baloiaz jotzen saiatuko da, inor jotzean, hura kartzelara joango da eta bera hasiko da baloia jaurtitzen. Kartzelatik norbaiti baloiaz jotzeak bertatik ateratzeko aukera ematen du. Aurkariari baloia bota eta honek airean hartzen badu ez da kaleratua izango. *(jolasa ezagutzen dute. Izena esanda soilik badakite zer egin behar duten)*

Lasaitze fasea: "lurra, itsasoa, zerua" [5 min]

- Lerro baten gainean jarriko gara taldekide guztiak. "lurra" oihukatzean, pausua bat aurrera eman beharko dute, "itsasoa" esatean, marran gainean jarri beharko dira. "Zerua" esatean, marraren atzera pausua bat eman beharko dute. Aginduak poliki esaten joan eta pixkanaka azkartzen. 3 hitz horietakoa ez den beste hitzik esatean, dauden tokian geratuko dira. Zailtasuna igotzen joateko abiadura azkartzen joan ahal gara, nahastu ez arren, mugimendua azkenengoz egin duena kaleratu ahal dugu, hitz bakoitzarekin egin beharrekoa mugimendua ere aldatzen joan ahal gara... *(jolasa ezagutzen dute. Izena esanda soilik badakite zer egin behar duten)*