

GIPUZKOA **KIROLAK**



GIPUZKOA
ETORKIZUNA
ORAIN

ESKOLA KIROLA GIPUZKOAN

GARAIAN GARAIKO
KIROL OHITURAK
ERAGITEN



ESKOLA ETA KIROLA

“Hasierako adinetan kirol aniztasuna egiteak gaitasun eta bere buruarekiko konfiantza gehiago edukitzea dakar”.

Garaian garaiko kirol ohiturak eragiten

Jakin badakigu kirol eta jarduera fisikoen ohiturek on egiten digutela. Garapen pertsonal aberatsagoa bermatzen dutela. Ohitura horiek eskuratzerako, nahitaez, prozesu bat igaro behar dugula. Prozesu hori hasierako adinetan ematea guztiz beharrezkoa da. **Baina ez edonola, haurren garapen etapak eta ezaugarriak errespetatu behar dira.** Eta horretan dihardu Eskola Kirolak: garaian garaiko kirol ohiturak eragiten.

Eskola-umeentzako kirol jarduera hezigarriak.

Eskola Kirola eskola-umeek nahitaezko eskola-aldian, 6-16 urte bitartean, eskola-orduetatik kanpo egiten dituzten **kirol jarduerak** dira. Adin horietan kirola egitea oso garrantzitsua da haurren garapenerako. Gainera, jarduerak, hezigarriak dira eta eskola-umeen **heziketa integralaren barruan** kokatzen dira: heziketa sistemaren eta haren etapen helburuekin bat egiten dute.

GIPUZKOAKO ESKOLA KIROLAREN EREDUA

EZAUGARRIAK ETA HELBURUAK

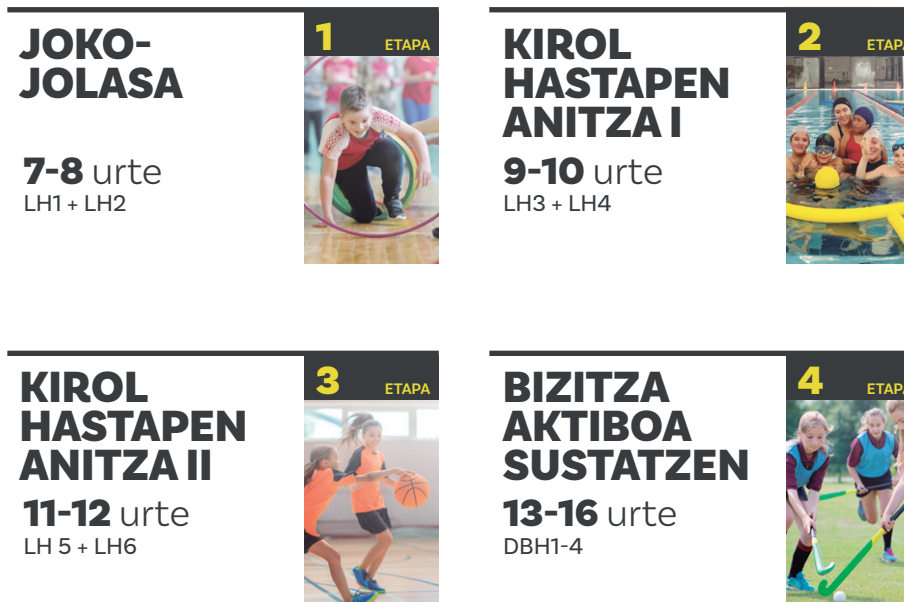


KIROL ANIZTASUNA TXIKITATIK

Zein jarduera egin ditzakete eskola adineko haurrek Gipuzkoan?

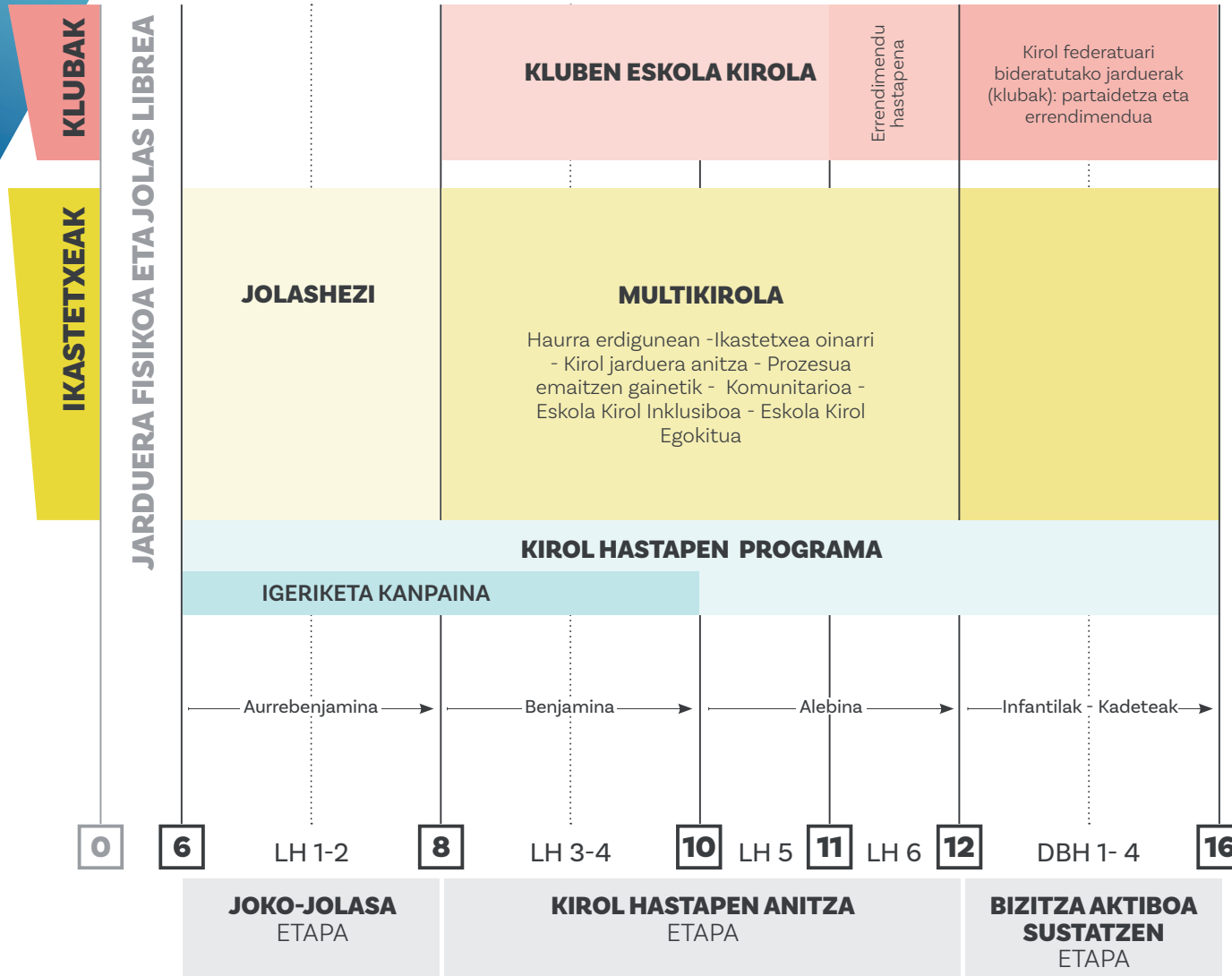
Gipuzkoako Foru Aldundiak urtero onartzen ditu eskola kirolari dagozkion programak eta jarduerak. Aldundiak, udalek, ikastetxeek, federazioek eta elkarteek parte hartzen dute kirol jardueretan gure haurrak aktiboak izateko eta kirol kulturaren hezteko asmoz.

Kirol Hastapenerako Programa etapaka, hau da, **adinen arabera** antolatzen da bai **ikastetxeekin** bai **klubekin** elkarlanean:



GIPUZKOAKO ESKOLA KIROLAREN EREDUA

ETAPAK ETA IBILBIDEAK



	IKASTETXEAN	KLUBEAN
LH 1-2 7-8 urte	JARDUERA NAGUSIA: JOLASHEZI Programa Hastapeneko jarduerak (Igeriketa kanpaina, mendizaletasuna...)	
LH 3-4-5 9-10-11 urte	JARDUERA NAGUSIA: MULTIKIROLA PROGRAMA Kirol hastapeneko jarduerak.	Kluben bitartez garatzen diren jarduerak. Kirol Eskolak: saskibaloia, futbola, eskubaloia eta errugbia. Ikastetxeko jardueretan parte hartzen duten jarduera osagarriak.
LH 6 12 urte	JARDUERA NAGUSIA: MULTIKIROLA PROGRAMA Kirol hastapeneko jarduerak.	Kluben bitartez garatzen diren jarduerak. Kirol Eskolak: saskibaloia, futbola, eskubaloia eta errugbia. Errendimenduan hasteko jarduerak. Ikastetxeko jardueretan parte hartzen duten jarduera osagarriak.
DBH 1-4 13-16 urte	Kirol hastapeneko jarduerak.	Kirol federatuari bideratutako jarduerak (klubak): partaidetza eta errendimendua.

JOKO- JOLASA

ETAPA

1

“Adin honetan berriazko jolasean jarduteak barne motibazioa handitzeaz gain, barne erregulazioa sustatzen du”.

ESKOLA KIROLA GIPUZKOAN

8

7-8 urte LH1 + LH2

JOLASHEZI programa

Jarduera nagusia eta ikastetxeen eskutik. Jolasa du tresna nagusia eta lehiaketarik gabeko testuingurua bermatzen du, abilezia mota desberdinak dituzten haurren partaidetza sustatuz.

Hastapen Programa

Hastapeneko jarduerak, kirol modalitateak irakasteko helburua duten eta eskola kiroleko urteko programa barruan dauden jarduerak dira. Eskola orduetan edo eskola orduetatik kanpo gauzatu daitezke eta Gipuzkoan, urtero, 40 jarduera inguru eskaintzen dira. Hainbaten artean, **igeriketa kanpaina** nabarmendu daiteke, Gipuzkoako 6-10 urte bitarteko haur guztiak igerian ikastea helburu duen programa.

▼ JOLASHEZI

Haurren garapenari egokitutako domeinu desberdinetako jarduerak modu sekuentzian eta logikoan gauzatu behar dira. Haurren garapenean esanguratsuak izan daitezkeen aspektu ezberdinak lantzen ditu. Bereziki, nesken ahalduzko motorra garatu eta funtzio aniztasuna duten eta ez duten ikasleentzako partaidetza areagotzea bilatzen du.



KIROL HASTAPEN ANITZA I

ETAPA

2

“Kirol aniztasuna sustatzen duen, haurrentzako gertukoa den eta prozesua emaitzaren gainera lehenesten duen testuinguru batean aritzeak onurak ditu haurren kirol ohituretan, garapen integralean, errendimenduan eta osasunean”.

ESKOLA KIROLA GIPUZKOAN



9-10 urte

LH3 + LH4

MULTIKIROLA programa

Jarduera nagusia eta ikastetxeen eskutik. Kirol anitzeko hastapeneko programa da, tokikoa, komunitarioa, haurrak erdigunean jartzen dituen eta lehiaketara bakarrik bideratuta ez dagoena.

Kirol Hastapen Programa

Hastapeneko jarduerak, kirol modalitateak irakasteko helburua duten eta eskola kiroleko urteko programa barruan dauden jarduerak dira. Eskola orduetan edo eskola orduetatik kanpo gauzatu daitezke eta Gipuzkoan, urtero, 40 jarduera inguru eskaintzen dira. Hainbaten artean, **igeriketa kanpaina** nabarmendu daiteke, Gipuzkoako 6-10 urte bitarteko haur guztiek igerian ikastea helburu duen programa.

Kluben eskola kirola

Kluben bitartez garatzen diren kirol jarduerak dira. Horien artean, kirol eskolen bitartez garatzen diren jarduerak daude.

MULTIKIROLA

Ikastetxeek garatzen eta gauzatzen dute, toki-erakundeekin eta gainerako ikastetxeekin lankidetzan eta GFArekin koordinatuz. **Benjamin (LH 3-4)** kategorietako ikasle guztien parte hartzea bermatzea du helburu kirol hastapeneko jarduerekin, topaketekin edota parte hartzeko lehiaketekin.

TOPAKETAK

Lehiaketaren emaitzari garrantzia eman ordez, ikasteari ematen zaio garrantzia Eskola Kirolean. Eskola Kirolak lehia ikasleen premietara egokitze erabiltzen ditu **topaketak**. Topaketek, lehia edo lehiarik gabe izan, helduen ikuskizun ikuspegitik aldentzen dira. Emaitzarik eta sailkapenik gabeko jarduerak.

KIROL HASTAPEN ANITZA II

ETAPA

3

“Adin hauetan kirol hastapen egokia izateak errendimendu akademikoari lotutako faktoreak hobetu ditzake, eta funtsezkoa da osasun mentalerako: kirola erregulartasunez egiten duten ikasleek depresioa izateko arrisku gutxiago dute, eta sare soziala indartzen dute”.



11-12 urte

LH 5 + LH6

MULTIKIROLA programa

Jarduera nagusia eta ikastetxeen eskutik. Kirol anitzeko hastapeneko programa da, tokikoa, komunitarioa, haurrak erdigunean jartzen dituen eta lehiaketara bakarrik bideratuta ez dagoena.

Kirol Hastapen Programa

Hastapeneko jarduerak, kirol modalitateak irakasteko helburua duten eta eskola kiroleko urteko programa barruan dauden jarduerak dira. Eskola orduetan edo eskola orduetatik kanpo gauzatu daitezke eta Gipuzkoan, urtero, 40 jarduera inguru eskaintzen dira.

Kluben eskola kirola

Kluben bitartez garatzen diren kirol Jarduerak dira. Horien artean, kirol eskolen bitartez garatzen diren jarduerak daude.

Errendimenduan hasteko jarduerak

Bigarren urteko alebin mailatik aurrera klub bitartez garatzen diren kirolean errendimendua eta kirol helburuak lortzea bideratutako jarduerak dira.

▼ **MULTIKIROLA**

Ikastetxeek garatzen eta gauzatzen dute, toki-erakundeekin eta gainerako ikastetxeekin lankidetzan eta GFArekin koordinatuz. **Alebin (LH 5-6)** kategorietako ikasle guztien parte hartzea bermatzea du helburu kirol hastapeneko jarduerekin, topaketekin edota parte hartzeko lehiaketekin.

▼ **TOPAKETAK, LEHIAKETAK ETA SAILKAPENAK**

Lehiaketaren emaitzari garrantzia eman ordez, ikasteari ematen zaio garrantzia Eskola Kirolean. Horregatik daramate Eskola Kiroleko partiduek **topaketak** izena, emaitzarik eta sailkapenik gabeko jarduerak baitira. Ikasturteko Eskola Kirol Programaren baitan, eskola orduetatik kanpoko jarduera antolatutak dira, oro har, astean zeharreko entrenamendu saioak eta asteburuetako lehiaketak dira. **Lehiaketak** ahalik eta pedagogikoenak izateko, partiduen emaitzak kontuan hartzeaz gain, taldekideek izandako jarrerak ere kontuan hartzen dira, **sailkapenak** burutzerakoan.

BIZITZA AKTIBOA SUSTATZEN

ETAPA
4

“13-15 urtetik aurrerako etapan kirol ohiturak sendotzeko garaian gaude. Klubak eta komunitatean egon daitezken bestelako aukerak dinamizatuko dira gazteen artean bizitza aktiboa sustatzeko”.

ESKOLA KIROLA GIPUZKOAN



13-16 urte DBH1-4

Kirol Hastapen Programa

Hastapeneko jarduerak kirol modalitateak irakasteko helburua duten eta eskola kiroleko urteko programa barruan dauden jarduerak dira. Eskola orduetan edo eskola orduetatik kanpo gauzatu daitezke eta Gipuzkoan, urtero, 40 jarduera inguru eskaintzen dira.

Kirol espezializazioan eta errendimenduan hasteko jarduera aukerak

Kluben eskutik.

Udal kirol aukerak

Adin hauetan, eskola kirolaz aparte, udal kirol aukerak aktibatuko dira toki mailan, gertutasunez, gazteek bizitza aktiboa izan dezaten errez jartzeko.

▼ **KIROL ESPEZIALIZAZIOA**

Kirolari baten garapeneko momentu edo aldi bati deritzo, non kirol-entrenamendua eta lehiaketa kirol bakar batera mugatzen diren goi-mailako errendimenduaren bila. Kirolean errendimendua eta kirol helburuak lortzea xede duen kirol praktika erraztea du helburu, beren borondatez parte hartu nahi duten eta horretarako baldintzak betetzen dituzten haur eta gazteei zuzenduriko eskaintza da.

“Ikertzaileek, espezializazioa 13 urte baino lehenagoko adinetan ez egitea gomendatzen dute. Osasun arazoekin eta kirolari lehenago uztearekin lotzen dute”.

IKASTETXEAK OINARRI

KIROL ANITZAK ESKOLA ORDUETATIK KANPO

Kirol jarduera hezkuntza tresna garrantzitsu bat izan daiteke, behar bezala garatzen bada. Eskola Kirolak balioetan oinarritutako heziketara eta sozializaziora bideratutako kirol jarduera sustatzen du ikastetxeekin elkarlanean. Ikastetxeek 3 programa ezberdin garatzen eta gauzatzen dituzte toki-erakundeekin eta ikastetxeekin lankidetzan eta GFarekin koordinatuz.



JOLASHEZI Programa

LH1-2 ESKOLA ORDUETATIK KANPO

Jolasa tresna nagusi izanik, lehiaketarik gabeko testuinguruak bermatuz, abilezia mota desberdinak dituzten haurren partaidetza sustatzen duen programa.

Gipuzkoako Foru Aldundiak programazio bat garatu du adituen laguntzaz programa honen orientazio hezigarria bermatu nahian. Kirol edukirik ez da ematen, oraindik gorputzak kirol teknika espezifikoak errepikatzeko ez daude prestatuak. Nesken artean bereziki sustatzen den programa da, adin hauean oinarritzko abileziak bereganatzeak hurrengo adinetan kirola uztearekin lotura zuzena izan dezakeelako (gaitasunaren autopertzepzioa). Programa hau 2018an hasi zen eta dagoeneko Gipuzkoako ikastetxe askotan martxan dago.

MULTIKIROLA Programa

LH3-6 ESKOLA ORDUETATIK KANPO

Kirol jarduera anitzean oinarritzen den, prozesua emaitzen gaintetik balioesten duen, haurrak erdigunean kokatzen dituen eta komunitarioa den programa.

Ohikoan, astean zehar entrenamendu saio bat edo bi gehi larunbatetako topaketa edo lehiaketetan datza. Eskolumeak kirol modalitateak ezagutzen eta praktikatzen hasten dira, haurren garapen mailari egokitu. Ikastetxeetan ikaskideen arteko taldeak osatzen dira ikasturtean zehar kirolaren bitartez elkarrekin ibilbide hezigarri bat egiteko eta monitoreek gidatzen dituzte talde horiek.

KIROL HASTAPEN Programa

LH1-DBH4 ESKOLA ORDUETAN EDO ESKOLA ORDUETATIK KANPO

Kirol-modalitateak irakasteko helburua duten eta eskola kiroleko urteko programa barruan dauden jarduerak dira eta ikastaro formatua izan ohi dute. Gipuzkoan urtero 40 bat jarduera eskaintzen dira eta, modalitatearen arabera, eskola orduetan edo eskola orduetatik kanpo gauzatu daitezke.

Eskola Kirol Egokitua [EKE] eta Inklusiboa [EKI]



EKI - Eskola Kirol Inklusiboa estrategia ikastetxe edota kirol klubek garatu dezaketen inklusio estrategia da, eskola adineko kirolean desgaitasuna edota funtzio aniztasuna duen eskola umearen kirol eta jarduera fisiko testuinguruan eragiteko eta inklusioa sustatzeko. EKI strategiaren eskutik, **EKE - Eskola Kirol Egokitua programa** ere garatu da 6-21 urte bitarteko aniztasun funtzionala duten haur eta gazteek, Eskola kiroleko ohiko taldeetan parte hartzea bermatuta izan dezaten. **Begirada inklusibo batetik, azken helburua, EKE taldeak EKI taldeetan bilakatzea eta MULTIKIROLA Programaren parte izatea da.**

KLUBEN ESKOLA KIROLA

KIROL ESKOLEN ETA KLUBEN ESKAINTZA

KLUBEN JARDUERAK

LH3-LH6

Eskola orduetatik kanpoko jarduera antolatua dira, oro har, astean zeharreko entrenamendu saio eta asteburuetako lehiaketez osatuak. Benjamin kategorian (LH3-4) **topaketak** (emaitzarik eta sailkapenik gabeko jarduerak) eta alebin kategorian (LH5-6) **lehiaketak** antolatu ahal izango dira ikasturteko. Beti ere MULTIKIROLA Programaren osagarriak eta ez ordezkioak izango direnak.

Horrela kirol aniztasuna ez ezik, gustukoa duten modalitatean saio gehigarria egin dezakete ikasleek. Beraien kirol ibilbide hezigarriarekin jarraitzeko ezin dute jarduera hau bakarrik egin, eta ikastetxeko MULTIKIROLEAN parte hartu behar dute. Ikasturtean zehar klubaren eskolen arteko topaketa (partidu) kopurua mugatua izango da. Egitura hauetan ere garrantzitsua da lehiaketen emaitzaren esanahia ez goraiatzea eta **norberaren eta taldearen hobekuntzan zentratzea**.



ERRENDIMENDUAN HASTEKO JARDUERAK

LH6tik aurrera

Kirolean errendimendua eta kirol helburuak lortzea xede duen kirol praktika erraztea du helburu, beren borondatez parte hartu nahi duten eta horretarako baldintzak betetzen dituzten **2.urteko alebin kategoriatik** (LH6) aurrerako haurrei zuzenduta dagoena, gehieneko parte hartzaile kupoa errespetatuz.

Ibilbide honetako lehiaketa jarduerak, 2. urteko alebinentzako (LH6) ikastetxeko **lehentasunezko jardueren osagarriak** izango dira, beraien kirol ibilbide hezigarriarekin jarraitzeko ezin dute adin honetan bakarrik jarduera hau egin, eta ikastetxeko MULTIKIROLEAN parte hartu behar dute.



IKASTETXEAN ETA KIROL ANIZTASUNA NAGUSI

13 urtera arte

Gipuzkoako ereduak, 13 urtera arte ikastetxean mantentzen ditu eskolumeak. **Inguru hurbilean eta ikaskideekin batera**. Eta ez dute baimenik, klubetan, kirol espezializatuan bakarrik parte hartzeko.

Izan ere, Gipuzkoan, **eskola kirola benetan hezigarria izateko** ahalegin handia egiten da. Eta heziketaren ikuspuntutik, ikasleek, kirol jardueren esperientzia antzak izatea komeni da. Baita ikasleak kirol modalitate batean aritzeko bokazio argia erakutsiko balu ere. Hasierako etapetan, kirol modalitate desberdinak praktikatzeko eta esperientzia desberdinak lortzea gomendio ona baita errendimendua hautatuko duen kirolariaren garapenerako ere.



FAMILIAK

“Gurasoak bertaratzeak eskola-umeen kirol jarduerarekiko motibazioan eragin zuzena du”.



Familien babesa ezinbestekoa da Gipuzkoako Eskola Kirola Edua bezalako programa bat aurrera eramateko. Izan ere, programa honen bitartez eskola kirolaren ereduaren erdiko ardatzean kokatzen da adingabea: kirol aniztasunaren alde eginez; haurrak txiki-txikitatik espezializazio munduan sartu gabe honek dakartzan onurekin; eta, **lehiaketaren emaitzari garrantzia eman ordez, ikasteari emanez**.

Bai, badakigu batzutan nekeza izan daitekeela larunbat goizetan goiz jaikitzea, dena antolatzea, eta gure **seme-alabei animoak ematea** arazoak gainditzeko ahaleginak egiten jarrai dezaten. Baina **emozioz betetako uneak** ere badira, non benetan pozten gaituzten gauza asko gertatzen diren, eta gure bitzita osoan gogoratuko ditugun aztarnak gelditzen diren.

GEHIAGO JAKITEKO

TXOSTEN TEKNIKOA

Eskola Kirolaren Euskal Batzordeak eskatuta, 2020an, UPV/EHUko GIKAFIT ikerketa taldeak txosten zientifikoa gartu du kirol hastapenak, hezigarria izateko, osasun ohiturak garatzeko, talentua garatzeko eta bestelako onurak lortzeko izan behar dituen ezaugarriak ezagutzeko.



Eskola Kirola
Bideoa



Gipuzkoa
Kirolak



Txosten
teknikoa

GIPUZKOA **KIROLAK**



GIPUZKOA
ETORKIZUNA
ORAIN