



## PROGRAMAZIO DIDAKTIKOA

<b>ZENTRUA</b>	CPED KIROLENE KIIP	<b>KODEA</b>	
<b>GRADU</b>	ERDI MAILAKOA	<b>ZIKLOA / MAILA</b>	2
<b>KODEA ETA MODULUA</b>	MED-ASBD 203 - Kirol-urpekaritzaren oinarrizko mailako heziketa		

HELBURUAK	EDUKIAK
<p>A) Ikastaro batean parte hartuko duten ikasleen ezaugarri teknikoak, fisikoak eta psikologikoak identifikatzea eta antzematea, ezarritako prozedurak aplikatuta, hasteko baldintzak betetzen dituzten ebaluatzeko.</p> <p>B) Kirol-urpekaritzako ikastaro bateko saio teoriko eta praktikoen helburuak, edukiak, metodologia eta jarduerak zehazteko prozedurak eta jardueren temporalizazioa aukeratzea eta justifikatzea, programa operatibora egokituta, ikasle-taldearen datuak eta bilakaera erabilita eta ikaskuntzaren printzipio aplikagarriak identifikatuta, epe laburrean saio teoriko edo praktiko bat programatzeko.</p> <p>C) Urpekaritzako hastapen-, sendotze- eta espezializazio-ikastaroetan ematen diren urpekaritza-ezagutzak eta -teknikak azaltzea eta frogatzea, horien garrantzia justifikatuta, eta ikasteko estrategiak eta behar diren argudioak aztertuta.</p> <p>D) Ikaslearen azken mailak ebaluatzeko teknikak aplikatzea, erreferentziarako programazio orokorrean ezarritako irizpideei jarraituz, ikastaroan gai den ala ez zehazteko.</p> <p>E) Kirol-urpekaritzako ikastaro bateko ikasleekin harremanetan jartzeko teknikak eta estrategiak deskribatzea, aukeratzea eta erakustea, behaketa-</p>	<p>1. Hipotermia- eta hidrokuzio-egoeren prebentzioari buruzko prestakuntza ematen du kirol-urpekaritzako oinarrizko mailako ikastaro batean, urpekariaren organismoan uraren tenperaturak dituen ondorioak aztertuz eta ikastaroan erabil daitezkeen helburu eta baliabide didaktikoak aztertuz.</p> <p>2. Kirol-urpekaritzako oinarrizko mailako ikastaro batean, komunikazio-protokoloiei eta ikusmen- eta entzumen-aldaketei buruzko prestakuntza ematen du, uretako argiaren eta soinuaren transmisioa ezaugarrituz, zeinu espezifikoak erabiliz eta helburuak, ebaluazio-irizpideak eta baliabide didaktiko erabilgarriak aztertuz.</p> <p>3. Kirol-urpekaritzako oinarrizko mailako ikastaro batean urpekari baten flotagarritasunean eta lekualdatzean esku hartzen duten faktoreei buruzko prestakuntza ematen du, sakonerarekin jasaten dituen aldaketak aztertuz, bere taldearen portaeraren ezaugarriak zehaztuz eta helburu eta baliabide didaktiko erabilgarriak aztertuz.</p> <p>4. Kirol-urpekaritzako oinarrizko mailako ikastaro batean urpekariaren organismoan eta ekipoan presio-aldaketek izan ditzaketen ondorioei buruzko prestakuntza ematen du, sakonera-aldaketekin lotuta eta helburu eta baliabide didaktiko erabilgarriak aztertuta.</p> <p>5. Kirol-urpekaritzako oinarrizko mailako ikastaroetan, segurtasun-kurba gaintitzen ez duten urperatzeen igoera-planak egiteko prozedurei buruzko</p>



, dinamika- eta kontrol-prozedurak aplikatuta, eta kasuak ebaztea, haien ikaskuntza errazten duen giroa sortzeko.

prestakuntza ematen du, ehunen gainazala urperaketaren denborarekin eta sakontasunarekin erlazionatuz eta helburuak, ebaluazio-irizpideak eta baliabide didaktiko erabilgarriak aztertuz.

6. Kirol-urpekaritzako oinarrizko mailako ikastaro batean ekipatzeko eta uretara sartzeko teknikak eta trebetasunak irakasten eta balioesten ditu, helburuak eta ebaluazio-irizpideak aztertuz, teknika espezifikoak justifikatuz eta horiek gauzatzean egindako akatsak identifikatuz eta zuzenduz.

7. Kirol-urpekaritzako oinarrizko mailako ikastaro batean, uretara joateko eta uretan flotatzeko teknikak eta trebetasunak irakasten eta balioesten ditu, helburuak eta ebaluazio-irizpideak aztertuz, teknika espezifikoak justifikatuz eta horiek gauzatzean egindako akatsak identifikatuz eta zuzenduz.

8. Kirol-urpekaritzako oinarrizko mailako ikastaro batean urperatzean amasketa kontrolatzeko teknikak eta trebetasunak irakasten eta balioesten ditu, helburuak eta ebaluazio-irizpideak aztertuz, teknika espezifikoak justifikatuz eta horiek gauzatzean egindako akatsak identifikatuz eta zuzenduz.

## EBALUAZIO IRIZPIDEAK

Ikasleak behar bezala ezagutu beharko ditu honako elementu hauek:

- a) Temperatura eta beroaren transmisioa.
- b) Hidrokuzio baten kausak eta sintomak.
- c) Hidrokuzioa saihesteko neurriak.
- d) Hipotermia.
- e) Hipotermiaren sailkapena eta sintomak.
- f) Urperatze batean hipotermia saihesteko prozedurak.
- g) Uraren gainazaleko biziraupena.
- h) Babes termikoko jantziak urpekaritzan.
- i) Helburuak eta ebaluazio-irizpideak.
- j) Ikasteko jarduerak.
- k) Argia. Uhin elektromagnetikoaren ezaugarriak.
- l) Uhinaren maiztasuna eta luzera.
- m) Espektro elektromagnetikoa.
- n) Argiaren islapena, errefrakzioa, dispersioa, xurgapena eta xurgapen selektiboa.
- o) Ikusmena ur azpian. Hori baldintzatzen duten faktoreak.
- p) Ur azpiko argiztapen-ekipoak.
- q) Urpekaritza-maskara. Ezaugarriak, motak eta mantentze-lanak.
- r) Soinua presio-uhin gisa, abiadura eta soinuaren harrera ur azpian.
- s) Lankideen arteko komunikazioa ur azpian.



- t) Komunikazio-protokoloak. Nahitaezko eta aukerako zeinuak.
- u) Masa, bolumena eta dentsitatea.
- v) Arkimedesen printzipioa. Enuntziatua eta aplikazio-adibideak.
- w) Flotagarritasuna.
- x) Uraren lekualdaketa.
- y) Itxurazko pisua kalkulatzeko.
- z) Aletak: motak eta errendimendua.
- aa) Flotagarritasun-ekipoa: txalekoa eta lasta.
- bb) Motak eta ezaugarriak.
- cc) Lastaren kontrola.
- dd) Akats ohikoenak.
- ee) Helburuak eta ebaluazio-irizpideak.
- ff) Ikasteko jarduerak.
- gg) Materiaren egoerak, dentsitatea, konpresagarritasuna, biskositatea.
- hh) Gasen, likidoen eta solidoen propietateak.
- ii) Teoria zinetiko molekularra.
- jj) Presio atmosferikoa, unitateak.
- kk) Presio hidrostatikoa eta absolutua hondoan.
- ll) Azaleko tentsioa.
- mm) Gas idealen legeak, Boyle eta Mariotte eta Gay-Lussac. Enuntziatuak eta aplikazio-adibideak.
- nn) Erdiko belarria, sudur-bular parasalak, arnasketa-sistema eta digestio-sistema presio-aldaketan eraginpean dauden barrunbe gisa.
- oo) Barotraumatismoak eta biriketako gainpresioa. Horiek saihesteko prozedurak.
- pp) Jantziaren eta txaleko hidrostatikoa bolumen-aldaketak.
- qq) Urperatzea kontrolatzeko aparatuek: manometroak eta sakonuneak. Funtzionamendua, interpretazioa.
- rr) Helburuak eta ebaluazio-irizpideak.
- ss) Ikasteko jarduerak.
- tt) Eskafandra autonomoaren blokea (botila eta bere txorrota). Ezaugarriak, funtzionamendua eta kontserbazioa.
- uu) Erregulatuak, ezaugarriak eta funtzionamendua.
- vv) Arnastutako eta eshalatutako airearen osaera.
- ww) Henryren legea. Enuntziatua.
- xx) Arnasketan gasak disolbatzea; instalatzea, asetzea eta gainjartzea.
- yy) Gainjartze kritikoa.
- zz) Gaixotasun deskonpresiboa, eragina duten faktoreak, sintomak eta tratamendua.
- aaa) Urperaketak sailkatzea.
- bbb) Urperatze-profil estandarrik.
- ccc) Denbora hondoan, muga-denbora, urperatze-sakonera eta segurtasun-muga.
- ddd) Taulak maneiatzea.
- eee) Helburuak eta ebaluazio-irizpideak.
- fff) Ikasteko jarduerak.
- ggg) Urpekaritzako hastapen-ikastaroko ekipo osoarekin uretara sartzeko eta uretara sartzeko teknikak eta trebetasunak.
- hhh) Tresneria muntatzeko eta kokatzeko prozedurak.
- iii) Ekipo osoarekin uretara sartzeko eta uretatik irteteko prozedurak. Akats ohikoenak.
- jjj) Behar den lasta modu enpirikoan kalkulatzeko prozedurak.
- kkk) Urperatu aurretik taldekideari eta taldekideari egin beharreko azterketak. Akatsak, haien kausak.
- lll) Helburuak eta ebaluazio-irizpideak.
- mmm) Ingurune konfinatuan (igerilekua) eta ur irekietan (urperatze-eremua) ikasteko jarduerak.
- nnn) Ekipo osoarekin uretara mugitzeko eta uretan flotatzeko teknikak eta trebetasunak.
- ooo) Lurrazalean eta ur azpian mugitzeko hegal-teknikak. Akatsak eta laguntzak.
- ppp) Gainazalean eta ur azpian flotagarritasuna mantentzeko teknikak. Akatsak eta laguntzak.
- qqq) Abiadura kontrolatuz igotzeko eta jaisteko teknikak. Akatsak eta laguntzak.
- rrr) Urpekaritza jasangarria eta hondotik mugitzea.
- sss) Helburuak eta ebaluazio-irizpideak.
- ttt) Ingurune konfinatuan (igerilekua) eta ur irekietan (urperatze-eremua) ikasteko jarduerak.
- uuu) Urperatzean arnasketa kontrolatzeko teknikak eta trebetasunak ekipo osoarekin.
- vvv) Arnasa hartzeko teknikak, aireztapen egokia mantenduz.



- www) Apea laburrak egiteko teknikak.  
xxx) Ur-maskara aire insufatuarekin husteko teknikak, urpean egonda. Akatsak eta laguntzak.  
yyy) Ur azpian maskararik gabeko arnasketa mantentzeko teknikak eta trebetasunak. Akatsak eta laguntzak.  
zzz) Helburuak eta ebaluazio-irizpideak.  
aaaa) Ingurune konfinatuan (igerilekua) eta ur irekietan (urperatze-eremua) ikasteko jarduerak.

### EDUKIEN SEKUENTZIA:

Irakasgaia betetzen duten gaiak orden sekuentzian banatuko dira, 1etik 8ra.

UNITATE DIDAKTIKOAK	HELBURUAK	EDUKIAK	EBALUAZIO IRIZPIDEAK
<b>UD, 1. zk.</b> 8 ordu aurrez aurreko.  Hipotermia- eta hidrokuzio-egoeren prebentzioari buruzko kirol-urpekaritzako oinarrizko mailako ikastaro batean irakasten du, uraren temperaturak urpekariaren organismoan dituen ondorioak aztertuz eta ikastaroan erabil daitezkeen helburu eta baliabide didaktikoak aztertuz.	A, B, C, D, E.	1	a, b, c, d, e, f, g, h, i, j.
<b>UD, 2. zk.</b> 8 ordu aurrez aurreko.  Komunikazio-protokoloei eta ikusmen- eta entzumen-aldaketei buruzko prestakuntza ematen du ur azpian, kirol-urpekaritzako oinarrizko mailako ikastaro batean, argiaren eta soinuaren transmisioa uretan ezaugarrituz, zeinu espezifikoak erabiliz eta helburuak, ebaluazio-irizpideak eta baliabide didaktiko erabilgarriak aztertuz.	A, B, C, D, E	2	k, l, m, n, o, p, q, r, s, t.
<b>UD, 3. zk.</b> 10 ordu aurrez aurreko.  Kirol-urpekaritzako oinarrizko mailako ikastaro batean urpekari baten flotagarritasunean eta lekualdatzean	A, B, C, D, E	3	u, v, w, x, y, z, aa, bb cc, dd ,ee, ff.



esku hartzen duten faktoreei buruzko prestakuntza ematen du, sakonerarekin jasaten dituen aldaketak aztertuz, bere taldearen portaera ezaugarrituz eta helburu eta baliabide didaktiko erabilgarriak aztertuz.			
<b>UD, 4. zk.</b> 10 ordu aurrez aurreko.  Kiol-urpekaritzako oinarrizko mailako ikastaro batean urpekariaren organismoaren eta ekipoaren gainean egindako presio-aldaketen ondorioei buruzko prestakuntza ematen du, sakonera-aldaketekin lotuta eta helburu eta baliabide didaktiko erabilgarriak aztertuta.	A, B, C, D, E	4	gg,hh, ii, jj, kk, ll, mm, nn, oo, pp, qq, rr, ss.
<b>UD, 5. zk.</b> 9 ordu aurrez aurreko.  Kiol-urpekaritzako oinarrizko mailako ikastaroetan, segurtasun-kurba gainditzen ez duten urperatzeak igotzeko planak egiteko prozedurei buruzko prestakuntza ematen du, ehunen gainazala urperaketaren denborarekin eta sakontasunarekin erlazionatuz eta helburuak, ebaluazio-irizpideak eta baliabide didaktiko erabilgarriak aztertuz.	A, B, C, D, E	5	tt, uu, vv, ww, xx, yy, zz, aaa, bbb, ccc, ddd, eee, fff.
<b>UD, 6. zk.</b> 8 ordu aurrez aurreko.  Kiol-urpekaritzako oinarrizko mailako ikastaro batean uretara sartzeko eta uretara sartzeko teknikak eta trebetasunak irakasten eta balioesten ditu, helburuak eta ebaluazio-irizpideak aztertuz, teknika espezifikoak justifikatuz eta horiek gauzatzean egindako akatsak identifikatuz eta zuzenduz.	A, B, C, D, E	6	ggg, hhh, iii, jjj, kkk, lll, mmm.
<b>UD, 7. zk.</b> 9 ordu aurrez aurreko.  Kiol-urpekaritzako oinarrizko mailako ikastaro batean, uretara joateko eta uretan flotatzeko teknikak eta trebetasunak irakasten eta balioesten ditu, helburuak eta ebaluazio-	A, B, C, D, E	7	nnn, ooo, ppp, qqq, rrr, sss, ttt..



irizpideak aztertuz, teknika espezifikoak justifikatuz eta horiek gauzatzean egindako akatsak identifikatuz eta zuzenduz.			
<b>UD, 8. zk.</b> 8 ordu aurrez aurreko.  Urpeko arnasketa kontrolatzeko teknikak eta trebetasunak irakasten eta baloratzen ditu ekipo osoarekin, kirol-urpekaritzako oinarrizko mailako ikastaro batean, helburuak eta ebaluazio-irizpideak aztertuta, teknika espezifikoak justifikatuta eta horiek gauzatzean egindako akatsak identifikatuta eta zuzenduta.	A, B, C, D, E	8	uuu, vvv. www. xxx. yyy. zzz. aaaa.

## METODOLOGIA:

### • Ikuspegi didaktikoa

Programazio honetan proposatzen den metodologia didaktikoa sorkuntza ikuspegi batean oinarritzen da, modu honetan, ikasleek osatuko dute ikasketa prozesua. Horretarako, ikasleen aurre jakintza kontuan hartu behar da estrategia gogotsuak eta parte-hartzaileak eginez; **non ikasleak ikastaldiaren protagonistak** diren, eta ez elementu pasiboak; eta non **irakasleak orientatzaile, sustatzaile eta bideratzaile** papera beteko duen ikaslearen lehiaren garapenerako; konfiantza giro bat sortuz ikasleen parte-hartzerako eta **motibatorako**. Helburu nagusia ikaslea, progresiboki, bere ikasketa propioen kudeatzailea bihurtzea izango da.

Talde lanen dinamika, ikasleak tamaina desberdinetako taldeetan sailkatuz burutuko den jardueraren arabera, eta IKT-en erabilera, metodo honen bi pilare izango dira, gaitasun sozial eta zibikoak zein digitalak indartzeko. “**Moodle**” plataforma hezigarria erabiliko dugu, non, honi esker, ikasleek aurkezpen digitalak, protokoloak, multimedia materiala eta ekintzetarako web orri nagusietarako estekak izango dituzte. Horretaz gain, ariketa interaktiboen ebazpenak eta zereginen entregak egiteko baliabidea izango da. Lehenetsunetako bat, ikasleak **ikasketa esanguratsu** bat eskuratzea da, ikasitakoa ulertuz (esanahia erantsiz), ikasgela barruko zein kanpoko egoeretan aplikatzeko gai izatea (jakintza **emangarria**), eta beren inguru sozial eta profesionalarekin (jakintza **gaitasuna**) lotzea. Hala eta guztiz, ezin dugu oroimenezko-ikasketa guztiz baztertu, beharrezkoa izaten jarraituko duela momentu zehatzetan, gertaera eta datuen ikasketarako, esaterako.

### • Teknika metodologikoak

Lehen azaldutako ikuspegi didaktikoa burutzeko, teknika eta estrategia metodologiko hauek erabiliko ditugu:

- **Azalpen metodoa:** Irakasle zein ikasleek, aurkezpen digital baten proiektzioaren (PPT) laguntzaren bidez.
- **Erakustaldi/Modelizazio:** irakasle, ikasle edo aditu batek eginda.
- **Praktika bideratua:** non ikasleak, irakasleak egindako eta bideratutako prozedura bat errepikatuko duen. Irakasleak zuzenketak, gogoetak, ebaluazioa... egingo ditu.
- **Praktika autonomoa:** Ikaslearen parte-hartzea autonomia eskuratzeko eta irakaslearen behaketa baloraziorako.
- **Idea-jasa:** Iritzia emateko, askatasuna sustatzeko, inguru bat izateko eta edukiak lantzeko ikuspegi berriak



sortzeko.

• **Mahai-inguru:** Christopher Laudell-ek Harvard Unibertsitatean, 1870ean, sortutako teknika da. M.L. Fabraren hitzetan, talde edo azpitaldeetan egoera erreal edo alegiazko bat aztertzean eta ebazpena aurkitzean datza. Metodo honek aurkikuntzaren bidezko ikasketan laguntzen du. Zentzu honetan, Winston Churchill-ek uste zuen "gure zeregina da besteen esperientziatik ikastea, zeren eta gureak askoz zailagoa da eta askotan beranduegi heltzen da".

#### EBALUAZIO IRIZPIDEAK:

Orokorrean, ebaluazio tresnak hau dira:

- o Asistentzia kontrola kalifikazio irizpideak jarraituz.
- o Azterketa idatzia, konbinatua edo bakarkako zein taldeko lanengatik ordezkaturia.
- o Praktikasunezko suposizioen ebazpen-azalpena.

#### KALIFIKAZIOAK:

**Derrigorrezko asistentzia:** Gutxieneko asistentzia %90ekoa izan behar da. %75-%90 bitartean daudenek erreperatzeko aukera izango dute lan osagarrien bidez. %75etik beherakoak, ordea, bigarren deialdira aurkeztu beharko dira asistentziak betez ez-ohiko deialdian ebaluatuak izateko.

**Lanak eta azterketak:** Nota orokorraren %50a.

**Praktikasunezko suposizioen ebazpen-azalpena eta erronken lorpena:** nota orokorraren %30a.

**Ahozko proba. Erronken defentsa oral:** nota orokorraren %20a.

Modulu hau ohiko deialdian (jarraian) gaintzeko, beharrezkoa da ebaluazio irizpideetan ageri diren atal guztietan 5 puntu edo gehiagoko kalifikazioa izatea, eta asistentziak betetzea.

#### EBALUAZIOAREN ONDORIOAK:

Kalifikazioei begirako atal baten haustek ohiko deialdian modulua ez gaintzea esan nahi du, hau gaintzeko bigarren deialdi ez-ohiko batera joateko beharraz. Ohiko deialdian ez gaintzearen arrazoia agertze falta izango balitz, hauek berreskuratu beharko liriteke ez-ohiko deialdia baino lehenago, ohikoaren baldintza berberetan.

Ez gaintzearen arrazoia aurreko atalen bat izango balitz, irakasleak txartzat adierazitako alderdiak errepikatu edo eraldatu beharko ditu

Irakasgai hau (beste batzuk bezala) gaintuta egon behar da heziketa praktikoa hasi baino lehen.

#### OHARRAK



**KIROLENE**  
KIROL IRAKASKUNTZEN IKASTETXE PUBLIKOA

