Ayuntamiento Valle de Aranguren
Aranguren Ibarreko Udala

ESKALADA – ESKOLA

HAUR JARDUERAK

DESKRIBAPENA:

Eskaladako haur eskola 5 eta 12 urte bitarteko haurrei zuzenduta dago.. Hainbat talde osatuko dira, hizkuntzaren (gaztelania eta euskara**), adinaren eta mailaren arabera, haurrek eskalada ingurune seguru eta kontrolatuan ikasi eta egin dezaten. Saioen bidez, eskalada trebeziak garatu, koordinazioa eta indar fisikoa hobetu, eta oinarrizko teknikak ikasiko dira, irakasle gaitu batek gainbegiraturik. Horrez gain, hainbat balio sustatuko dira, hala nola konfiantza, talde lana eta hobetze pertsonala. Hori guztia kirol instalazioetako rokodromoan (pabiloia). Argibideak, hementxe: www.arangurenmenditaldea.com

*** Euskarazko jarduerak proposatzen dira euskara ikasgelatik kanpo era informalean mintza dadila bultzatzeko; horrenbestez, parte-hartzaileek D ereduan egon behar dute eskolaturik eta/edo euskaraz ulertu edo hitz egiteko gauza izan behar dute.*

HELBURU OROKORRAK:

- Mugimendu Trebeziak Garatzea:
  - Haurren koordinazioa, oreka eta arintasuna hobetzea.
- Sendotasun Fisikoa:
  - Giharren indarra eta erresistentzia fisikoa eskaladaren bitartez handitzea.
- Konfiantza eta Autoestimua:
  - Autokonfiantza eta autoestimua sustatzea, erronkak gainditzuz eta bestelako altuerak erdietsiz.
- Oinarrizko Eskalada Teknikak:
  - Oinarrizko eskalada teknikak irakastea, mugimenduak eta tresneriaren erabilera barne harturik.
- Segurtasuna eta Ardura:
  - Eskalada egin bitartean segurtasunak eta praktika arduratsuek duten garrantzia irakastea.
- Talde Lana:
  - Haurren arteko talde lana eta elkarlana sustatzea.
- Hobetze Pertsonala:
  - Irmotasuna eta hobetze pertsonala sustatzea erronken aurrean.
- Josteta eta Motibazioa:
  - Jarduerak jostagarriak eta motibagarriak izan daitezela bermatzea, haurren interesa mantenduta.
- Balioak eta Errespetua:
  - Balioak sustatzea, hala nola beste haurrekiko eta ingurunearekiko errespetua.
- Buru Garapena:
  - Eskalada egin bitartean, kontzentrazioa, erabakiak hartzea eta estresaren kudeaketa sendotzea.

GOMENDIOAK

- Saioetara kirol arropa eta oinetakoekin joatea, eta ura eramatea.
- Irakasleak esanen du material berezirik behar ote den; katu-oinak, adibidez.
- Kirol jardunean irmoa izatea aurrerapenak ikusteko.
- Irakasleari edozein min edo lesio jakinaraztea ariketak egokitze aldera.