# ESKOLA KIROL Egokitua

*DESGAITASUN EGOERAN DAUDEN HAUR ETA GAZTEEN BEHARRETAN OINARRITUTAKO ESKOLA ADINEKO KIROL - PROGRAMA*




Gipuzkoako Kirol Egokituen Federazioa
Federación Guipuzcoana de Deporte Adaptado

Gipuzkoako Foru Aldundia
Kultura, Lankidetza, Gazteria eta Kirol Departamentua

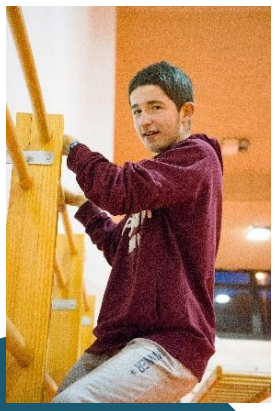
ETORKIZUNA ORAIN

Irizar

# PROGRAMAREN EZAUGARRIAK

Eskola kiroleko programak dituen helburu berberak lortzeko asmoarekin, desgaitasuna duten gazteek ere espezializatuago dauden teknikariekin astean 2 kirol- saio egiteko aukera eman nahi zaie EKE programaren bitartez. Ondoren, herri-mailan dauden azpi-egitura eta kirol- ohituren arabera, kirol espezifiko/ egokituren bat praktikatu nahi duten gazteei elkarte ezberdinetarako orientazio eta akonpainamendua eskaintzen da.

Taldeak osatzeko garaian, gazte bakoitzaren ezaugarri eta beharrak aztertzen ditugu, norberari hobeto dagokion eskaintza egiten zaio, jarduera mota, jardueraren ordutegia, instalakuntzaren irisgarritasuna, taldearen osaketa eta arreta egokia bermatzeko taldekide- monitore ratioak kontutan izanda.











# HELBURU ETA EDUKI OROKORRAK

*AUTONOMIA, SOZIALIZAZIOA, MOTRIZITATEA, BIZI – OHITURA OSASUNTSUAK, JARDUERA FISIKO ETA KIROL – IBILBIDE EZBERDINAK*

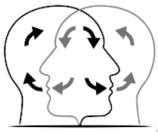
## OINARRIZKO PSIKOMOTRIZITATEA

» Espazio-denboraren pertzepzioa
» Koordinazio estatiko eta dinamikoa
» Gorputz-oreka
» Kontrol posturala



## HEZIKETA EMOZIONALA

Emozioak «
Autoestimua «
Gorputz-adierazpena «
Komunikazioa «
Sozialismoa «



## JOKO-JOLASAK

» Jolas-librea
» Sentsorialak
» Psikomotoreak
» Soziomotoreak
» Aurrekirolak



## OINARRIZKO ABILEZIA MOTOREAK

Desplazamenduak «
Jauziak «
Biraketak «
Manipulazioak «



## ABILEZIA MOTORE ESPEZIFIKOAK

» Kirol Hastapena
» Bakarkako kirolak
» Talde kirolak



# HELBURU ETA EDUKI ESPEZIFIKOAK

## JARRERA EGOKIAK

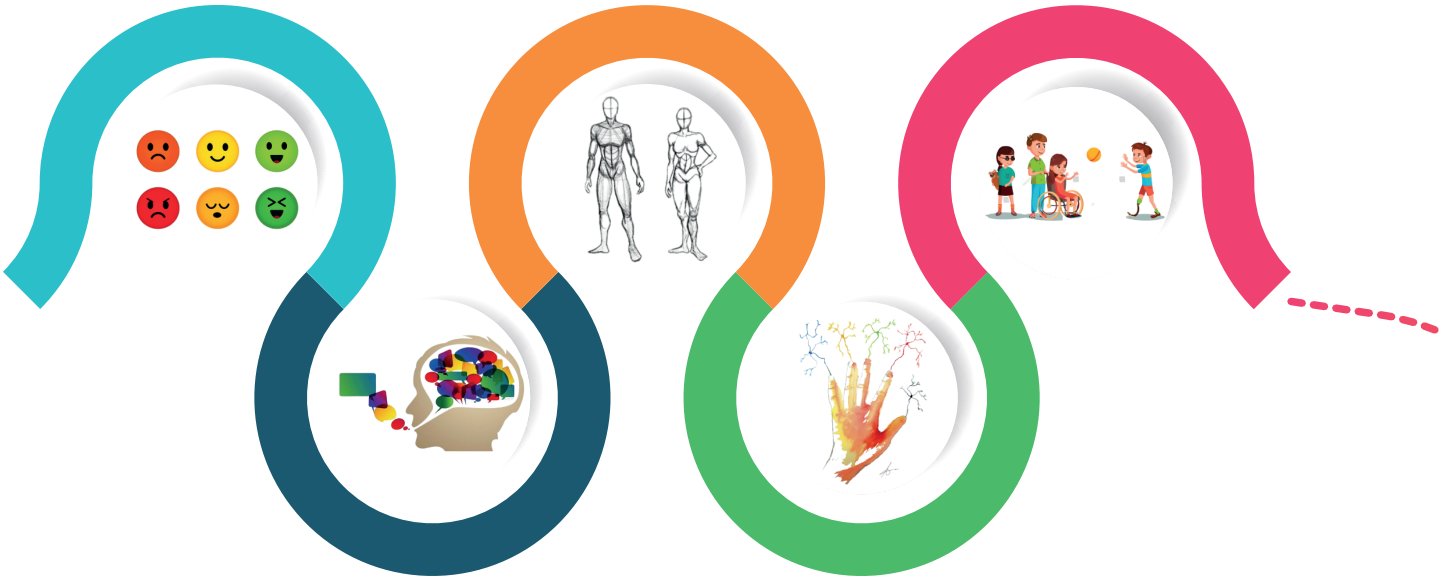
» Arauekiko
» Bere buruarekiko
» Besteekiko
» Material nahiz instalakuntzararekiko

## GORPUTZAREKIKO KONTROL-POSTURALA

» Desplazamenduak
» Gorputz-simetria
» Oinarrizko posturak
» Uzkurdura-erlajazioa

## JOKO-JOLASAK

» Desplazamenduak materialarekin
» Begi-esku eta begi-oin koordinazioa
» Kooperatibo/oposiziozkoak



## TREBETASUN SOZIOEMOZIONALAK ETA KOMUNIKAZIOKOAK

» Agurra
» Besteekiko interakzioa
» Hitzezko nahiz hitzik gabeko komunikazioa

## SENTSAZIOAK, SENTIMENDUAK ETA ESPAZIO-DENBORAREN PERTZEPZIOA

» Sentipenak bizitu, identifikatu eta komunikatu
» Espazio-denbora pertzepzioa (kolore, tamaina, forma, erritmoa, kokapen eta ekintza segidak)



## ARNASKETA

» Ur-azpian
» Ur-azpi eta kanpoko erritmoak
» Arnasketa eta ariketaren koordinazioa

## FLOTAZIOA

» Postura ezberdinen kontrola elementuekin eta elementurik gabe



## KIROL HASTAPENA

» Koordinazio motorea
» Gaitasun fisiko orokorrak
» Oinarrizko teknika
» Araudi orokorrak

## URAREKIKO FAMILIARIZAZIOA

» Ura
» Materiala eta instalakuntzarekiko onarpena

## PROPULTSIOA ETA IGERIKETA-ESTILOAK

» Hanka-besoen mugimenduaz desplazatzea
» Koordinazioa
» Gorputz- tonoaren kontrola
» Estilo ezberdinetan beso- hanken koordinazioa
» Biratzeak eta jauziak

## *OINARRIZKO PROGRAMA OSATZEN DUTEN BESTE EKINTZA BATZUK ERE BURUTZEN DITUGU:*

» Erabiltzaileei eta haien familiei orientazio zerbitzua

» Eskola-sentsibilizaziorako proiektua (Gipuzkoa)
- "Desberdintasuna bizi": LH3- DBH4 bitartean dauden ikasleekin desgaitasuna ezagutu eta bizitzeko saioak antolatzen dira eskola- orduetan.

» Prestakuntza saioak, desgaitasunari arreta egokia emateko formakuntza- beharra dutela adierazten diguten eragileei, alegia.

» Udaleku irekien eskaintza ematen da urtero. Programa honetan parte- hartzeko, ezinbestekoa izango da ikasturteko Aisialdi txartela tramitatuta izatea.

» Asteburuetako kirol-topaketak eta aire zabaleko jarduerak burutzen dira, eskualdeka: jardueren artean, alde batetik naturako jarduerak sustatzen dira, hala nola surfa, eskalada edo mendia, eta bestalde, kirol modalitate ezberdinen sustapen jarduerak antolatzen dira, hala nola futbol, igeriketa, eskubaloia, goalballa, boccia, pala, slaloma, etab. Jarduera hauetan parte- hartzeko, ezinbestekoa izango da ikasturteko Aisialdi txartela tramitatuta izatea.







# *EKE PROGRAMAN PARTE HARTZEKO:*

**1.** Jarri harremanetan koordinatzailearekin:
*multikirola@gkef-fgda.org* / **943 46 25 14**

**2.** Gertuen duzun EKE taldea ezagutzera gerturatu eta jarduera mota aukeratu: jarduera uretan/ aretoan, asteroko jarduera egun kopurua: 1 edo 2.

**3.** Kirol asegurua ( Aisialdi txartela ) tramitatu (Webgune-ko lotura)

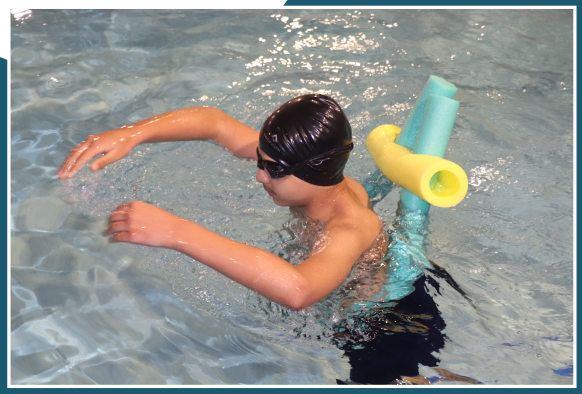

Anoeta Pasealekua, 15
20014 Donostia
**943 462 514**
www. gkef-fgda.org
info@gkef-fgda.org


**+ INFO**

**ASTELEHENETIK OSTIRALERA**
**09:00 - 14:00**





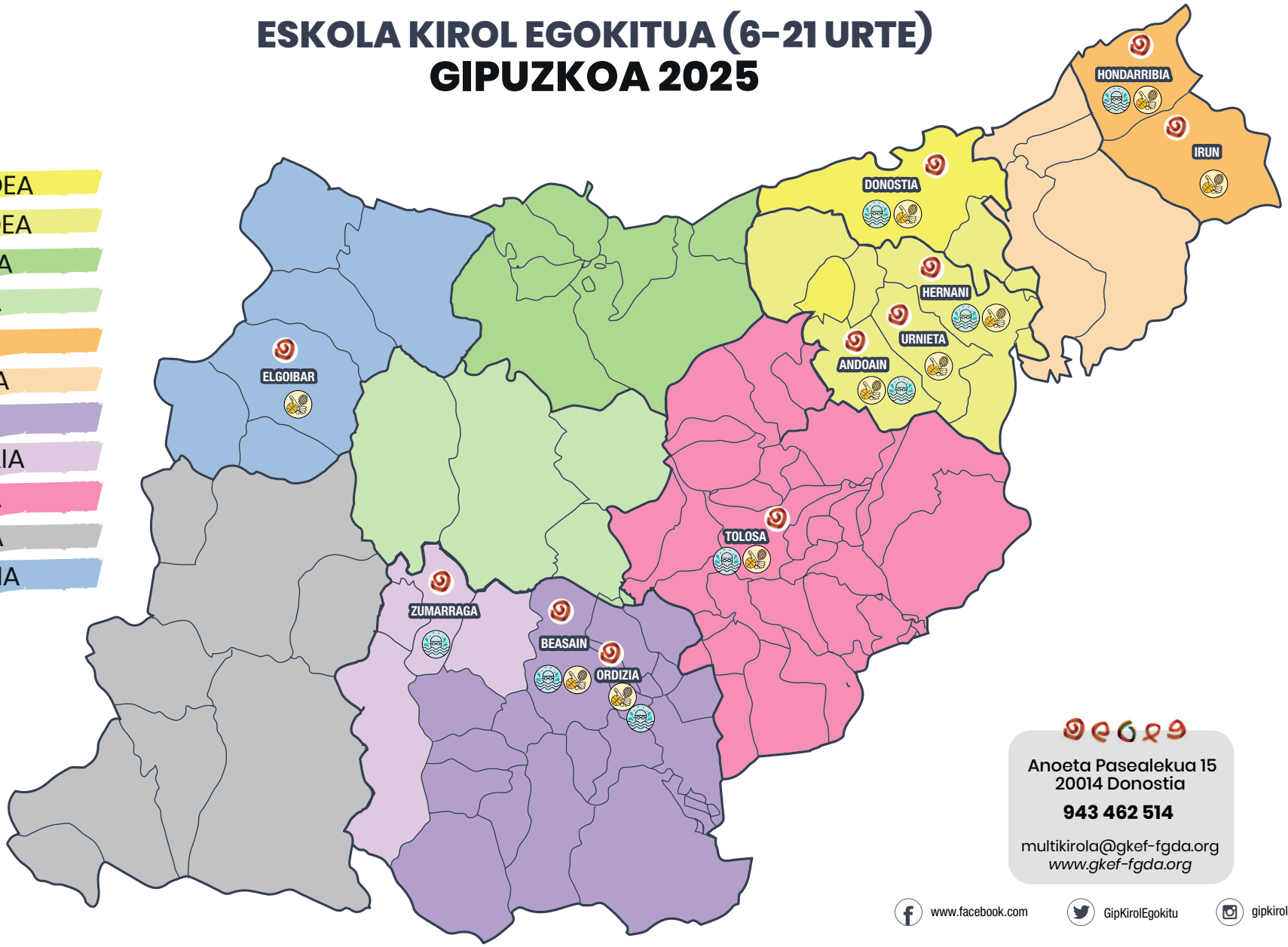




# ESKOLA KIROL EGOKITUA (6-21 URTE)
# GIPUZKOA 2025

**ESKUALDEAK**

- DONOSTIALDEA
- BURUNTZALDEA
- UROLA KOSTA
- UROLA ERDIA
- BIDASOA
- OARSOALDEA
- GOIERRI
- UROLA GARAIA
- TOLOSALDEA
- DEBAGOIENA
- DEBABARRENA





Anoeta Pasealekua 15
20014 Donostia
**943 462 514**
multikirola@gkef-fgda.org
*www.gkef-fgda.org*

www.facebook.com GipKirolEgokitu gipkirolegokitu


MULTIKIROLA

IGERIKETA HASTAPENA