



# ACTIVITY BREAKS: IKASI MUGITUZ!

(Euskara)

Silvia Arribas-Galarraga / Julen Maiztegi  
Izaskun Luis de Cos / Saioa Urrutia





*Jarduera fisikoak hainbat onura dakarzkio osasunari: gaixotasunak prebenitzen eta tratatzen laguntzen du, eta osasun mentalaren egoera eta bizi-kalitatea hobetzen ditu. Ikastetxea eta irakasleak funtsezkoak dira, osasun-agente gisa jardun baitezakete.*

**Itziar Larizgoitia Jauregui**

Eusko Jaurlaritza. Osasun Publikoaren eta Adikzioen Zuzendaria.

*Gero eta gehiago dira neurozientziaren alorrean argitaratzen diren ikerketak, jarduera fisikoak haurren eta gazteen garapenean eta errendimendu akademikoan duen eragin positiboa azpimarratuz.*

**Birjinia Pozo González**

Berritzegune Nagusiko Zuzendaria.



*Benetan euskal gizarte aktibo bat sortu nahi badugu, beharrezkoa da haur eta gazteen artean eragitea bereziki, bizitzarako ohitura onak haurtzaroan landu behar direlako.*

**Gorka Iturriaga Madariaga**

Eusko Jaurlaritza. Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zuzendaria.

#### Egileak:

- Silvia Arribas-Galarraga
- Julen Maiztegi Kortabarria
- Izaskun Luis de Cos
- Saioa Urrutia Gutierrez

#### Diseinua:

- Vudumedia.com

#### Marrazkiak:

- Sergio González

#### Argitaratzaileak:

- Eusko Jaurlaritza / Gobierno Vasco  
Kultura eta Hizkuntza Politika Saila  
Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zuzendaritza
- IKERKI taldea  
Hezkuntza, Filosofia eta Antropologia Fakultatea  
UPV / EHU



*Activity Breaks* edo etenaldi aktiboak gela-saioetan egiten diren etenaldi laburrak dira. Proposamen honetan, irakasgaiko irakasleak geldialdia egingo du saioaren erdi aldera, ondoren aurkezten diren fitxetan oinarrituta, ikasleei ikasgaiaren edukiekin lotutako mugimendu batzuk proposatzeko. Etenaldi horiek 5 eta 10 minutu arteko iraupena dute, eta, ondoren, ikasgelako dinamikak bere ohiko mar-txa berreskuratuko du.

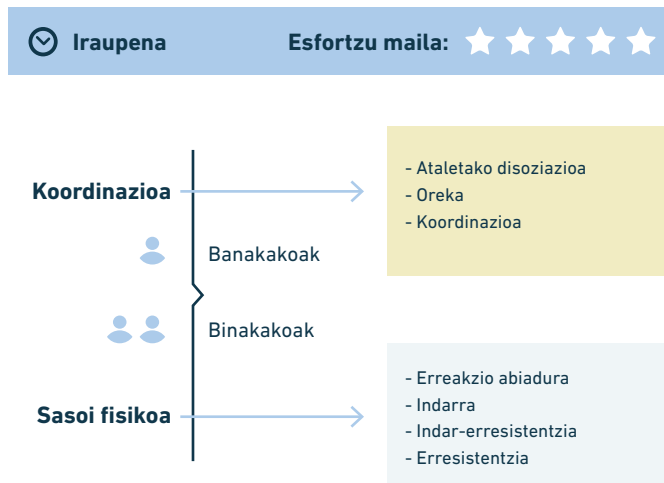
Jarraian, Euskara gaiko edukiekin lotutako zenbait jardue-ra fisiko fitxa formatuan aurkezten dira.

Fitxak, saio bakoitzeko bat egiteko moduan diseinatuta daude. Irizpide fisikoei eta irizpide kognitiboei jarraiki an-tolatu dira, eta horietako bakoitzaren zailtasun-maila adie-razi da.

Ariketak, batez ere, banaka egiten dira, eta gehienek ez dute espazio aldaketarik eskatzen. Maila fisikoan batez ere koordinazioa edo sasoi fisikoa lantzen duten jarduerak be-reizten dira. Mugikortasun urriko ikasleentzat egokitutako jarduerak ere proposatzen dira.

Euskara. Edukiak:

- Ortografia (Txistukarikak eta H)
- Ergatiboa (Nor ala Nork)
- Izena
- Adjektiboak
- Konmutadura (-a, -ak, -rik)
- Erakusleak
- Aditza (Nor- Nork eta Nor-Nori-Nork)



## Etenaldi aktibo arrakastatsuendako DEKALOGOA:

1. Edukiak alde zuzenetik landu.

- *Fitxa hauek zuzenetik landu beharrekoko edukiak errebasatzen laguntzen dute. Kontuan hartu ikasleen ikaskuntza-prozesua fitxa egokia aukeratzeko.*

2. Fitzak aukeratzeko ordena librea da.

- *Lantzen ari den edukiaren edo taldearen erritmoaren araberrakoa izan behar da.*

3. Irakurri fitxa saioa baino lehen.

4. Etenaldi aktiboen hasiera adierazten duen jarraibide bat ezarri.

- *Adibidez: txalo bat eman, dena mahai gainean utzi.*

5. Azaldu argi eta labur jarduera (azalpenerako minutu bat baino gehiago ez).

- *Ahal bada, adibideak jarri.*

6. Hitzak edo esaldiak, poliki, ozen eta argi irakurri.

- *Beharrezkoa bada, behin baino gehiagotan irakurri.*

7. Jardueretan, saiatu 10 minutuko denbora EZ gainditzen.

8. Etenaldi aktiboen amaiera adierazten duen jarraibide bat ezarri.

- *Adibidez: 2 txalo eman, atzerako kontaktetako erloju bat erabili...*

9. Pazientzia izan.

- *Lehenengo saioak apur bat nahasgarriagoak izan daitezke, baina 3-4 saiotan ikasleak dinamikan murgiltzen dira.*

10. Etenaldi aktiboak, gutxienez astean 3 saiotan egitea gomendatzen da.

### **ERATORRITAKO ONURAK:**

- Motibazio-maila handitzen da.
- Arreta eta kontzentrazioerako gaitasuna areagotzen da.
- Garunaren funtzio exekutiboaren garapenean lagungarria da.

**ORTOGRAFIA:  
TXISTUKARIAK  
S, X, Z,  
TS, TX, TZ**



# 1 TXISTUKARIEKIN JOLASEAN

S, X, Z (bi saiotarako proposamena)

# 2 TXISTUKARIEKIN JAUZIKA

S, X, Z (bi saiotarako proposamena)

# 3 T-DUN TXISTUKARIAK

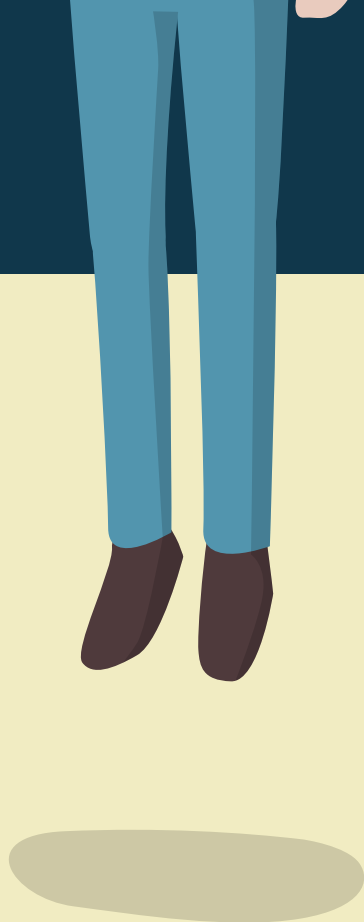
TZ, TX, TS (bi saiotarako proposamena)

# 4 T-DUN TXISTUKARIAK DANTZAN

TZ, TX, TS (bi saiotarako proposamena)

# 5 TXISTUKARIAK ASMATU

S, X, Z, TZ, TX, TS (bi saiotarako proposamena)



# TXISTUKARIEKIN JOLASEAN

1

🕒 9-10 minutu

Esfortzu maila: ★★☆☆☆

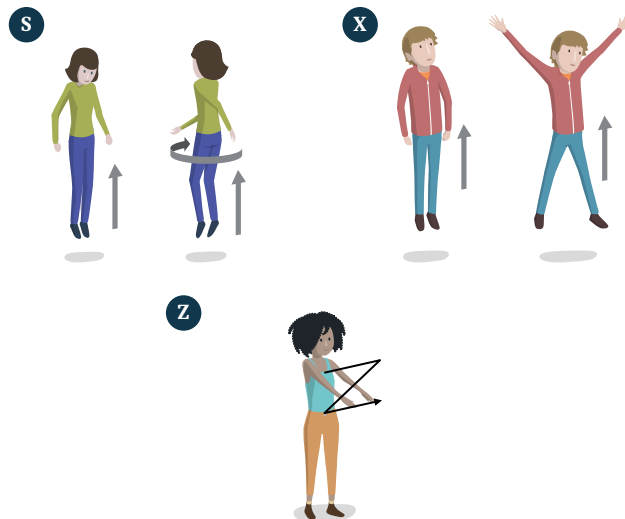
👤 Sasoi fisikoa

Ikasleak zutik.

Irakasleak, fitxaren zerrendatik, hitzak poliki-poliki irakurriko ditu.

Hitzaren baitan, honelako jarduerak egin:

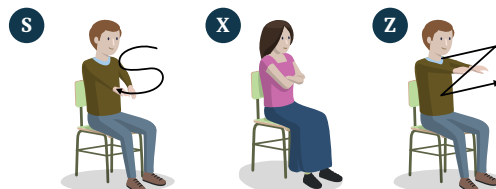
- **S**: salto bira eman.
- **X**: salto bat egin eta hankak eta besoak zabaldu (guraizea).
- **Z**: bi eskuekin “Z” irudikatu (airean).



**Egokitzapena (mugikortasun murriztua):**

Eserlekuan:

- **S**: airean 2 eskuekin “S” irudikatu.
- **X**: besoak gurutzatu.
- **Z**: 2 eskuekin “Z” irudikatu (airean).



## Hitz zerrenda (S, X, Z):

### 1. Saioa

1. Lehengusua
2. Goiza
3. Soka
4. Zikin
5. Meza
6. Asko
7. Nahastu
8. Maisua
9. Islatu
10. Marrazkia
11. Suspertu
12. Zapata
13. Azterketa
14. Zizare
15. Xaboia
16. Elkartasuna
17. Sarrera
18. Eliza
19. Zuhurtzia
20. Ostatu

### 2. Saioa

1. Eguzkia
2. Sorgina
3. Sugea
4. Puxika
5. Oilasko
6. Gurasoa
7. Xerra
8. Isolatu
9. Zortea
10. Azkena
11. Kezka
12. Sumendia
13. Euskalduna
14. Esnea
15. Ixa
16. Sei
17. Gozoa
18. Pasa
19. Izeba
20. Zuzen



*Hitzak zoriz irakurri.*

# TXISTUKARIEKIN JAUZIKA

2

Edukia: S, X, Z (bi saiotarako proposamena)

🕒 5-7 minutu

Esfortzu maila: ★★☆☆☆

👤 Sasoi fisikoa

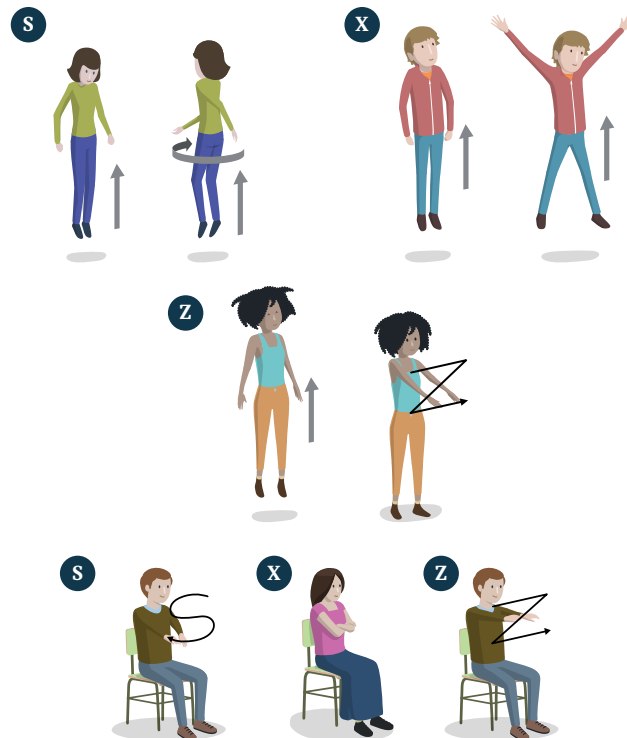
Ikasleak zutik. Tokian, eten gabe **jauzi txikiak eginez**. Irakasleak, fitxaren zerrendatik, hitzak poliki-poliki irakurriko ditu. Hitzaren baitan, honelako jarduerak egin:

- **S**: salto bira emanez. **Jarraitu** jauzi txikiak eginez.
- **X**: salto bat egin eta hankak eta besoak zabaldu (guraizea). **Jarraitu** jauzi txikiak eginez.
- **Z**: bi eskuekin “Z” irudikatu (airean). **Jarraitu** jauzi txikiak eginez.

**Egokitzapena (mugikortasun murriztua):**

Eserlekuan. Eten gabe eskuekin bularra eta mahaia ukitzen:

- **S**: airean 2 eskuekin “S” irudikatu. **Jarraitu** bularra eta mahaia ukitzen.
- **X**: besoak gurutzatu. **Jarraitu** bularra eta mahaia ukitzen.
- **Z**: 2 eskuekin “Z” irudikatu (airean). **Jarraitu** bularra eta mahaia ukitzen.



## Hitz zerrenda (S, X, Z):

### 1. Saioa

- |              |               |
|--------------|---------------|
| 1. Bazkaldu  | 11. Solasaldi |
| 2. Ezinegona | 12. Zubia     |
| 3. Muxua     | 13. Izarrak   |
| 4. Osatu     | 14. Xede      |
| 5. Sua       | 15. Neska     |
| 6. Osasun    | 16. Ixo       |
| 7. Ikusi     | 17. Xaxatu    |
| 8. Zauria    | 18. Usoa      |
| 9. Uxatu     | 19. Ezkontza  |
| 10. Axola    | 20. Zirikatu  |

### 2. Saioa

- |               |                |
|---------------|----------------|
| 1. Gaztea     | 11. Izotza     |
| 2. Zaldi      | 12. Segi       |
| 3. Gaixotasun | 13. Ahaztu     |
| 4. Pixa       | 14. Gozokia    |
| 5. Zazpi      | 15. Sukalde    |
| 6. Solas      | 16. Zerrenda   |
| 7. Xehetasun  | 17. Sagarra    |
| 8. Ehiza      | 18. Perretxiko |
| 9. Sagua      | 19. Egiazko    |
| 10. Maitasuna | 20. Astindu    |



*Gelditu gabe. Intentsitate altua.*

# T-DUN TXISTUKARIAK

3

Edukia: TS, TX, TZ (bi saiotarako proposamena)

🕒 5-7 minutu

Esfortzu maila: ★★☆☆☆

👤 Sasoi fisikoa

Ikasleak zutik.

Irakasleak, fitxaren zerrendatik, hitzak poliki-poliki irakurriko ditu.

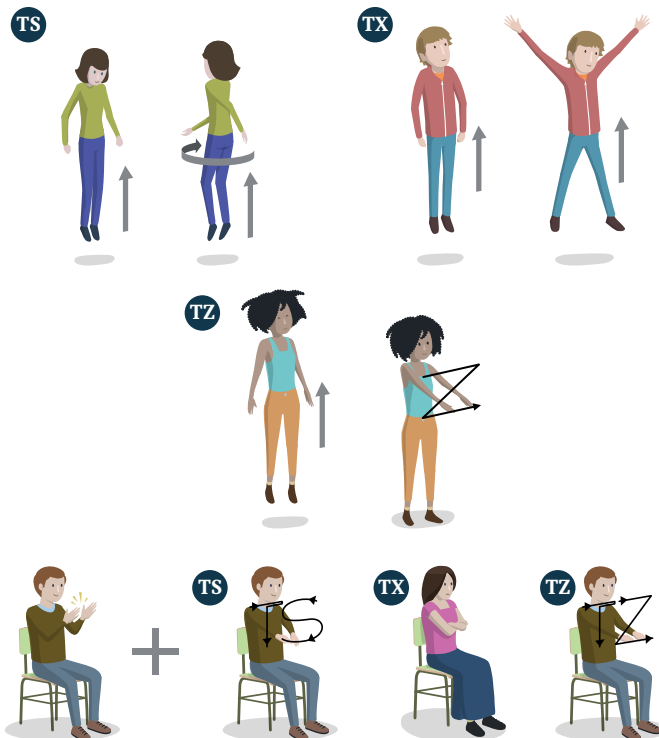
Hitzaren baitan, honelako jarduerak egin:

- **TS:** salto 1 egin. Ondoren, beste salto 1 bira emanaz.
- **TX:** salto 1 egin. Ondoren, beste salto 1 hankak eta besoak zabalduz (guraizea).
- **TZ:** salto 1 egin. Ondoren, 2 eskuekin “Z” airean marraztu.

**Egokitzapena (mugikortasun murriztua):**

Eserlekuan:

- **TS:** txalo 1 eta airean “S” forma marraztu.
- **TX:** txalo 1 eta besoak gurutzatu.
- **TZ:** txalo 1 eta airean “Z” forma marraztu.



## Hitz zerrenda (TS, TX, TZ):

### 1. Saioa

- |              |                |
|--------------|----------------|
| 1. Jatetxe   | 11. Etxe       |
| 2. Bihotz    | 12. Txorizo    |
| 3. Iltze     | 13. Urtxintxa  |
| 4. Dutxa     | 14. Aitzur     |
| 5. Hortzak   | 15. Jaitsi     |
| 6. Dantza    | 16. Ebatzi     |
| 7. Unibertso | 17. Txistu     |
| 8. Arkatz    | 18. Perretxiko |
| 9. Tripotx   | 19. Ahuntz     |
| 10. Itxura   | 20. Tximinia   |

### 2. Saioa

- |                |                |
|----------------|----------------|
| 1. Sinetsi     | 11. Arrantzale |
| 2. Bertso      | 12. Itsu       |
| 3. Putzu       | 13. Kontseilu  |
| 4. Atsedeen    | 14. Giltza     |
| 5. Atsegin     | 15. Txantxa    |
| 6. Eltxo       | 16. Bizkotxo   |
| 7. Suhiltzaile | 17. Jostorratz |
| 8. Laguntzaile | 18. Indartsu   |
| 9. Otso        | 19. Erakutsi   |
| 10. Ikatz      | 20. Itsu       |



*Hitz bakoitza 2 aldiz jarraian irakurri. Bigarrena eta gero, mugimendua egin.*

# T-DUN TXISTUKARIAK DANTZAN

4

Edukia: **TS, TX, TZ** (bi saiotarako proposamena)

🕒 5-7 minutu

Esfortzu maila: ★★☆☆☆

👤 Sasoi fisikoa

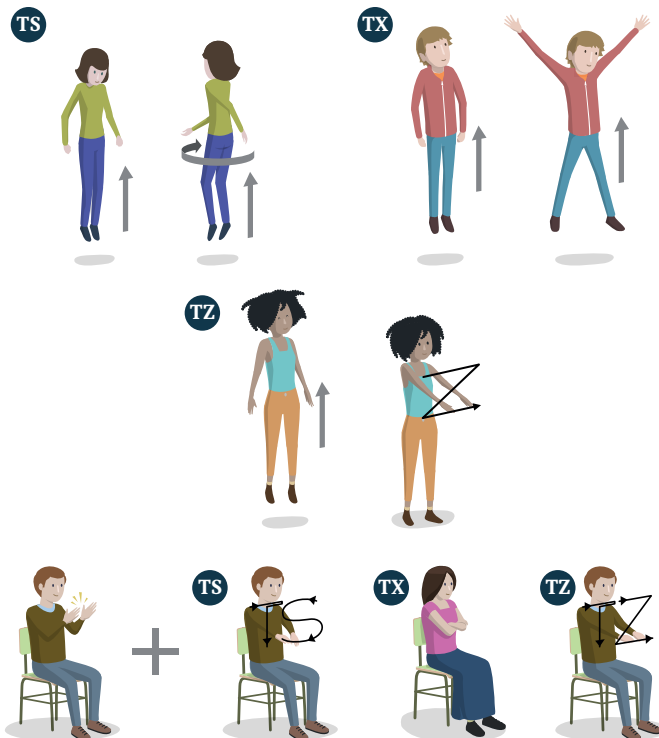
Ikasleak zutik. Tokitik mugitu gabe, dantzan/saltoka/korrika. Irakasleak, fitxaren zerrendatik, hitzak poliki-poliki irakurriko ditu. Hitzaren baitan, honelako jarduerak egin:

- **TS**: salto 1 egin. Ondoren, beste salto 1 bira eman. Jarraitu korrika.
- **TX**: salto 1 egin. Ondoren, beste salto 1 hankak eta besoak zabalduz (guraizea).
- **TZ**: salto 1 egin. Ondoren, 2 eskuekin “Z” airean marraztu.

## Egokitzapena (*mugikortasun murriztua*):

Eserlekuan. Eskuekin “dantzan” eten gabe:

- **TS**: txalo 1 eta airean “S” forma marraztu. Jarraitu eskuekin dantzan.
- **TX**: txalo 1 eta besoak gurutzatu. Jarraitu eskuekin dantzan.
- **TZ**: txalo 1 eta airean “Z” forma marraztu. Jarraitu eskuekin dantzan.



## Hitz zerrenda (TS, TX, TZ):

### 1. Saioa

- |                  |               |
|------------------|---------------|
| 1. Izotza        | 11. Txukun    |
| 2. Irakatsi      | 12. Arrautza  |
| 3. Tximeleta     | 13. Itsaso    |
| 4. Txilina       | 14. Zuhaitz   |
| 5. Bederatzi     | 15. Fitxa     |
| 6. Txantxangorri | 16. Urtsu     |
| 7. Matxura       | 17. Tximino   |
| 8. Erratz        | 18. Itsumustu |
| 9. Hautsontzi    | 19. Untxi     |
| 10. Hutsik       | 20. Mantso    |

### 2. Saioa

- |             |                |
|-------------|----------------|
| 1. Pintza   | 11. Motz       |
| 2. Txanoa   | 12. Txorimalo  |
| 3. Artzain  | 13. Gutxi      |
| 4. Jakintsu | 14. Kontsolatu |
| 5. Tximista | 15. Kontsumo   |
| 6. Mahatsa  | 16. Itxi       |
| 7. Iritsi   | 17. Txintxo    |
| 8. Entzun   | 18. lokatza    |
| 9. Saltsa   | 19. Atsoa      |
| 10. Mehatxu | 20. Eltze      |



*Ikasletoa une oro mugimenduan. Letra gabeko musika jar daiteke.*

# TXISTUKARIAK ASMATU

5

Edukia: S, X, Z, TS, TX, TZ (bi saiotarako proposamena)

🕒 5-7 minutu

Esfortzu maila: ★★☆☆☆

👤 Sasoi fisikoa

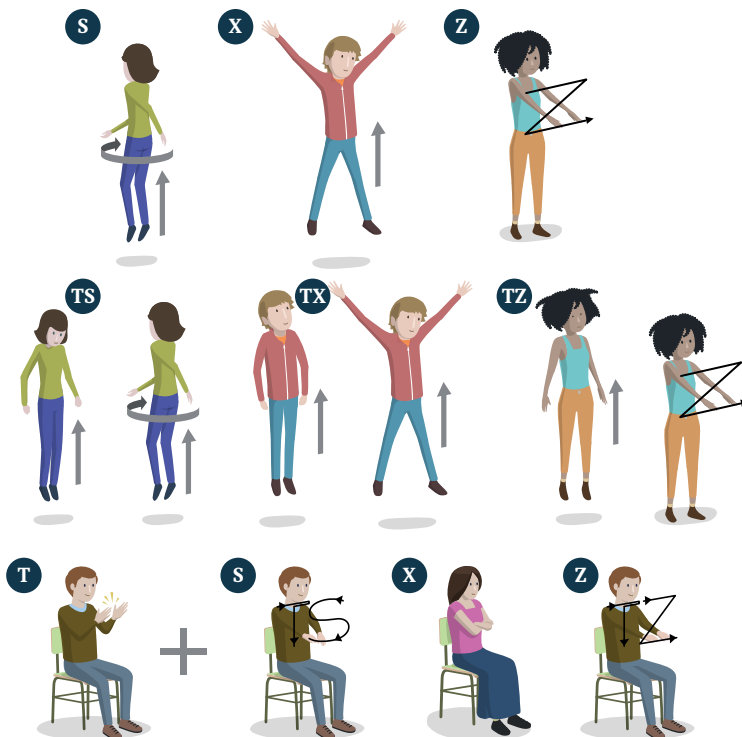
Ikasleak zutik. Tokitik mugitu gabe, dantzan/saltoka/korrika. Irakasleak, fitxaren zerrendatik, hitzak irakurriko ditu. Hitzaren baitan, honelako jarduerak egin:

1. S: salto bira eman.
2. X: salto 1 egin eta hankak eta besoak zabaldu (guraizea).
3. Z: 2 eskuekin "Z" irudikatu.
4. TS: salto 1 egin. Ondoren, beste salto 1 bira eman.
5. TX: salto 1 egin. Ondoren, beste salto 1 hankak eta besoak zabalduz (guraizea).
6. TZ: salto 1 egin. Ondoren, 2 eskuekin "Z" airean marraztu.

Egokitzapena (*mugikortasun murriztua*):

Eserlekuan:

- S: 2 eskuekin "S" irudikatu.
- X: besoak gurutzatu.
- Z: 2 eskuekin "Z" irudikatu.
- TS: txalo 1 eta airean "S" forma marraztu.
- TX: txalo 1 eta besoak gurutzatu.
- TZ: txalo 1 eta airean "Z" forma marraztu.



## Hitz zerrenda (S, X, Z, TS, TX, TZ):

### 1. Saioa

1. Zama (*pisua*)
2. Izun (*faltsua*)
3. Isun (*zigorra*)
4. Sama (*lepoa*)
5. Haltz (*zuhaitza*)
6. Zaio (*aditza*)
7. Altxa (*jaiki*)
8. Hots (*zarata*)
9. Zerra (*mozteko*)
10. Ahotz (*lasto*)
11. Hazi (*handitu*)
12. Xerra (*elikagaia*)

### 2. Saioa

1. Zaindu (*babestu*)
2. Hits (*triste*)
3. Hasi (*ekin*)
4. Iskin (*egin*)
5. Xorrotx (*maskaradako pertsonaia*)
6. Ahots (*boza*)
7. Izkin (*ertz*)
8. Zorrotz (*puntaduna*)
9. Saio (*emanaldi*)
10. Saindu (*santu*)
11. Hotz (*tenperatura baxua*)
12. Hitz (*berba*)



Hitzak zoriz irakurri. Hitzak errepikatu. Abiadura gehitu.

**ORTOGRAFIA:**

**H**





6

## H-AREN BILA

H (hiru saiotarako proposamena)

7

## H-IHESKORRA

H (hiru saiotarako proposamena)

8

## HASIERAN-ERDIAN

H (bi saiotarako proposamena)

# H-AREN BILA

6

Edukia: H (hiru saiotarako proposamena)

🕒 9-10 minutu

Esfortzu maila: ★★☆☆☆

👤 Sasoi fisikoa

Ikasleak zutik.

Irakasleak, fitxaren zerrendatik, hitzak ozen irakurriko ditu.

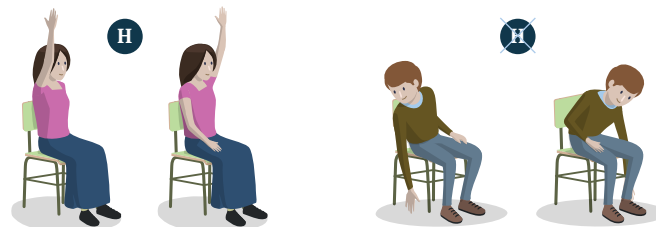
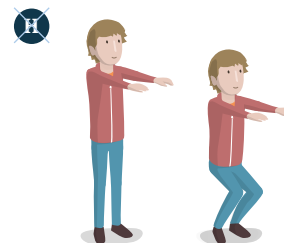
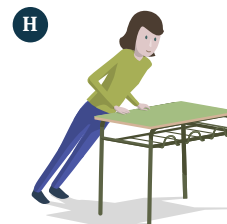
Hitzaren baitan, honelako jarduerak egin:

- **H-rekin:** eskuak mahai gainean jarri eta flexio 1 egin.
- **H-rik GABE:** besoak luzatu eta belaunak flexionatu bizkarra zuzen mantentzen (sentadillak egin). 2 aldiz.

**Egokitzapena (mugikortasun murriztua):**

Eserlekuan:

- **H-rekin:** beso 1 altxatu eta beste jaitsi, txandaka. 3 aldiz.
- **H-rik GABE:** esku batekin lurra ukitu eta ondoren bestearekin. Txandaka. 3 aldiz.



## Hitz zerrenda (H):

### 1. Saioa

- |             |             |
|-------------|-------------|
| 1. Ospatu   | 11. Harritu |
| 2. Erbeste  | 12. Leiho   |
| 3. Omenaldi | 13. Deiadar |
| 4. Hustu    | 14. Zahar   |
| 5. Mahai    | 15. Gehitu  |
| 6. Hamahiru | 16. Haizea  |
| 7. Arbel    | 17. Hemen   |
| 8. Hondarra | 18. Armarri |
| 9. Ospitale | 19. Umil    |
| 10. Aztarna | 20. Aholku  |

### 2. Saioa

- |               |              |
|---------------|--------------|
| 1. Inauteri   | 11. Harria   |
| 2. Ertzain    | 12. Higadura |
| 3. Leial      | 13. Estu     |
| 4. Aizto      | 14. Hurbil   |
| 5. Hedatu     | 15. Ziur     |
| 6. Laurogei   | 16. Erail    |
| 7. Alabaina   | 17. Aran     |
| 8. Herensugea | 18. Gihar    |
| 9. Orrialde   | 19. Dohain   |
| 10. Herri     | 20. Hezurra  |

### 3. Saioa

- |                                  |
|----------------------------------|
| 1. Ondo ( <i>ongi</i> )          |
| 2. Hur ( <i>fruitua</i> )        |
| 3. Istorio ( <i>kontakizun</i> ) |
| 4. Hondo ( <i>behea</i> )        |
| 5. Haur ( <i>ume</i> )           |
| 6. Abil ( <i>trebe</i> )         |
| 7. Ari ( <i>jardun</i> )         |
| 8. Hala ( <i>erakuslea</i> )     |
| 9. Ar ( <i>ez eme</i> )          |
| 10. Ala ( <i>edo</i> )           |



Irakasleak hitzak poliki-poliki irakurriko ditu silabak ondo ahoskatuz. Hitzak “H” duenean hasi egiten mugimendua.

Edukia: H (hiru saiotarako proposamena)

🕒 9-10 minutu

Esfortzu maila: ★★★★★

👤 Sasoi fisikoa

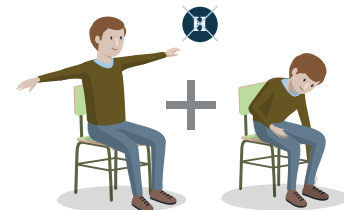
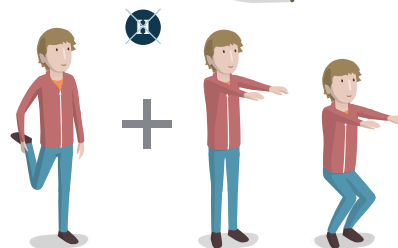
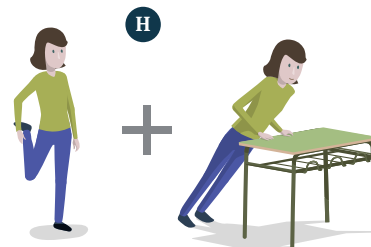
Ikasleak zutik. Orpoak ipurdira eraman, txandaka eta **etengabe**. Irakasleak, fitxaren zerrendatik, hitzak poliki irakurriko ditu ondo ahoskatuz. Hitzaren baitan, honelako jarduerak egin:

- **H-rekin:** eskuak mahai gainean jarri eta flexio 1 egin. Gero, jarraitu orpoak ipurdira eramaten.
- **H-rik GABE:** besoak luzatu eta belaunak flexionatu bizkarra zuzen mantentzen ( 2 sentadilla). Jarraitu orpoak ipurdira eramaten.

**Egokitzapena (mugikortasun murriztua):**

Eserlekuan. Besoak gurutze forman, eskuak gora eta behera begira (**etengabeko errotazioan**).

- **H-rekin:** beso 1 altxatu eta bestea jaitsi, 3 aldiz. Gero, **jarraitu** eskuak gora eta behera errotazioan.
- **H-rik GABE:** esku batekin lurra ukitu eta ondoren bestearekin. Txandaka, 3 aldiz egin. Gero, **jarraitu** eskuak gora eta behera errotazioan.



## Hitz zerrenda (H):

### 1. Saioa

1. Hanka
2. Gehiago
3. Behia
4. Hosto
5. Ordu
6. Hilobia
7. Gauerdi
8. Erronka
9. Orri
10. Umore
11. Saihets
12. Leun
13. Istorio (*ipuin*)
14. Ilargi
15. Bihotza
16. Ahaztu
17. Ahate
18. Eroa
19. Iaz
20. Astelehen

### 2. Saioa

1. Harrapatu
2. Espetxe
3. Aho
4. Amua
5. Etsi
6. Eratzun
7. Haragi
8. Urrun
9. Hegazti
10. Ibaia
11. Ehiza
12. Neurri
13. Hortz
14. Handi
15. Ihesi
16. Ukitu
17. Esparru
18. Ahizpa
19. Ehun
20. Ilea

### 3. Saioa

1. Ondo (*ongi*)
2. Hur (*fruitua*)
3. Istorio (*kontakizun*)
4. Hondo (*behea*)
5. Haur (*ume*)
6. Abil (*trebe*)
7. Ari (*jardun*)
8. Hala (*erakuslea*)
9. Ar (*ez eme*)
10. Ala (*edo*)



*Ikaslegoa etengabe mugimenduan. Intentsitate altua.*

# HASIERAN-ERDIAN

8

Edukia: H (bi saiotarako proposamena)

🕒 9-10 minutu

Esfortzu maila: ★★☆☆☆

👤 Koordinazioa

Ikasleak zutik.

Irakasleak, fitxaren zerrendatik, hitzak ozen irakurriko ditu.

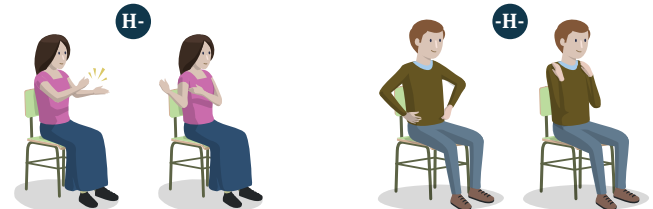
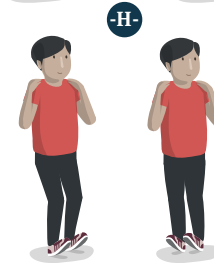
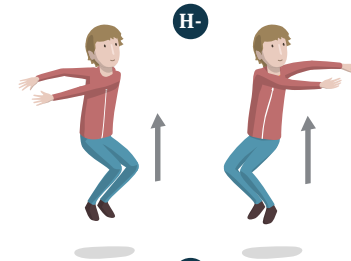
Hitzaren baitan, honelako jarduerak egin:

- **H hasieran:** salto eginez hankak alde batera eta eskuak beste aldera mugitu (**twist**). 3 aldiz alde bakoitzera.
- **H tartean:** eskuak sorbaldetan eta oinak kanpora ezker-eskubi mugitu. 3 aldiz alde bakoitzera.

**Egokitzapena (*mugikortasun murriztua*):**

Eserlekuan.

- **H hasieran:** besoak alde batera eta bestera mugitu (twist). 3 aldiz alde bakoitzera.
- **H tartean:** eskuak sorbaldatik aldakara. 3 aldiz.



## Hitz zerrenda (H):

### 1. Saioa

- |             |              |
|-------------|--------------|
| 1. Uharte   | 11. Hautatu  |
| 2. Hauspo   | 12. Hautsi   |
| 3. Habia    | 13. Aholku   |
| 4. Hainbat  | 14. Heriotza |
| 5. Herdoil  | 15. Hautsi   |
| 6. Ehun     | 16. Ahalmen  |
| 7. Hauteman | 17. Ohore    |
| 8. Uhin     | 18. Hauts    |
| 9. Ohitu    | 19. Aihotz   |
| 10. Uholde  | 20. Aho      |

### 2. Saioa

- |                        |                               |
|------------------------|-------------------------------|
| 1. Herio               | 11. Oihal                     |
| 2. Ihardetsi           | 12. Haitzulo                  |
| 3. Higuindu            | 13. Haitz                     |
| 4. Uhin                | 14. Harea ( <i>hondarra</i> ) |
| 5. Hilarri             | 15. Ahul                      |
| 6. Ahitu               | 16. Ehortzi                   |
| 7. Haur ( <i>ume</i> ) | 17. Haizea                    |
| 8. Ihar                | 18. Hausnartu                 |
| 9. Hainbeste           | 19. Ahizpa                    |
| 10. Ahuntz             | 20. Ahate                     |



*Hitzak bi aldiz irakurri. Bigarren aldiz irakurri ondoren, mugimendua egin.*

**ERGATIBOA:  
NOR ALA  
NORK?**



9

## BAT-BI!

NOR ala NORK? (bi saiotarako proposamena)

10

## NI ALA NIK?

NOR ala NORK? (bi saiotarako proposamena)



Edukia: **Ergatiboa: NOR** ala **NORK?** (bi saiotarako proposamena)

🕒 8-10 minutu

Esfortzu maila: ★★☆☆☆

👤 Sasoi fisikoa / Koordinazioa

Ikasleak zutik.

Irakasleak, fitxaren zerrendatik, esaldiak ozen irakurriko ditu.

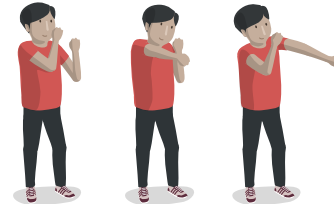
Esaldi bakoitzeko bi hitz daude parentesi artean, horietatik, ikasleak zuzena asmatu behar du.

Ikasleak forma zuzenari dagokion mugimendua egin behar du.

Nor



Nork



Nor



Nork



- **NOR:** belauna igo eta bere azpian txalo egin. Beste hankarekin errepikatu.
- **NORK:** boxeoa. Ezker-eskumako besoekin ukabilkadak eman airean. 3 aldiz.

**Egokitzapena (mugikortasun murriztua):**

Eserlekuan.

- **NOR:** besoak aurrera luzatu eta 3 txalo eman.
- **NORK:** boxeoa. Ezker-eskumako besoekin ukabilkadak eman airean. 3 aldiz.

## Esaldi zerrenda (NOR ala NORK?):

### 1. Saioa

1. (Amaia/**Amaiak**) gola sartu du.
2. (Zu/**Zuk**)liburu bat idatzi duzu.
3. (**Zu**/Zuk) zara liburuaren protagonista.
4. Nire (arriba/**arrebak**) hamalau urte bete ditu.
5. (Ane/**Anek**) gola sartu du.
6. Ordenagailua erosi duena (**Irati**/Iratik) izan da.
7. (**Lara**/Larak) mendian bizi da.
8. (**Txominek**/Txomin) esan dit isilik egoteko.
9. (**Ianirek**/Ianire) bizikleta berria dauka.
10. (**Aita**/Aitak) joan egin da.
11. (Maitek/**Maite**) margolari ona da.
12. (Josunek/**Josune**) zure lehengusina da.
13. Zure (**txakurrak**/txakurra) oso zaharra dira.
14. Atzoko azterketa (Mikel/**Mikelek**) bakarrik gainditu zuen.
15. (Amaia/**Amaiak**) lau katu ditu.
16. (Lara/**Larak**) mendian lo egin du.
17. (**Maitek**/Maite) ile horia dauka.
18. Zure etxeko (katua/**katuak**) leihotik ihes egin du.
19. (Felix/**Felixek**) istorio bat asmatu du.
20. (Amaiak/**Amaia**) eta Peru lagunak dira.

### 2. Saioa

1. (**Zu**/Zuk) izan zara egilea.
2. (**Guk**/Gu) bilera dugu.
3. (Katua/**Katuak**) sagua hil du.
4. (**Zu**/Zuk) guztiz zikindu zara jolasten.
5. (Itsasoa/**Itsasoak**) ur asko du.
6. (Guk/**Gu**) lagunak gara.
7. (Gizona/**Gizonak**) egunkaria du.
8. Oso harro jarri da (**neskatila**/neskatilak).
9. (**Gizona**/Gizonak) txikia da.
10. (**Ni**/Nik) berandu sartu nintzen azokara.
11. (Ane/**Anek**) egin du.
12. (**Miren**/Mirenek) etorri da.
13. Atzo oso goiz joan zen etxera (**Nekane**/Nekane).
14. (**Katua**/Katuak) hil da.
15. Arratsalde osoan jardun du (Nekane/**Nekane**) pilotan.
16. (**Jon**/Jonek) ere galdu zen mendian.
17. Liburuak eraman ditu (neskatila/**neskatilak**).
18. (Ni/**Nik**) dena atera nuen etxetik.
19. (Jon/**Jonek**) azterketa gainditzeko aukera oro galdu du.
20. (**Itsasoa**/Itsasoak) handia da.



*Esaldiak irakurtzean, parentesi artean adierazitako hitzak nabarmendu.*

Edukia: **Ergatiboa: NOR** ala **NORK?** (bi saiotarako proposamena)

🕒 8-10 minutu

Esfortzu maila: ★★☆☆☆

👤 Sasoi fisikoa / Koordinazioa

Ikasleak zutik.

Irakasleak, fitxaren zerrendatik, esaldiak ozen irakurriko ditu.

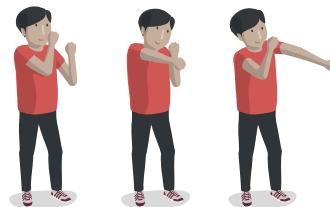
Esaldi bakoitzeko bi hitz daude parentesi artean, horietatik, ikasleak zuzena asmatu behar du .

Nor



- **NOR**: belauna igo eta bere azpian txalo egin. Beste hankarekin errepikatu.

Nork

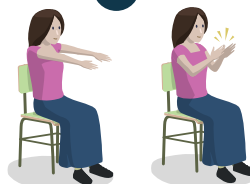


- **NORK**: boxeoa. Ezker- eskumako besoekin ukabilkadak eman airean, 3 aldiz.

**Egokitzapena (mugikortasun murriztua):**

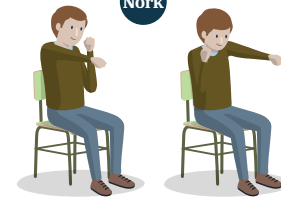
Eserlekuan.

Nor



- **NOR**: besoak aurrera luzatu eta 3 txalo eman.
- **NORK**: boxeoa. Ezker-eskumako besoekin ukabilkadak eman airean. 3 aldiz.

Nork



## Esaldi zerrenda (NI ala NIK?):

### 1. Saioa

1. (**Ni**/Nik) etxera noa.
2. (Ni/**Nik**) etxea erosi dut.
3. (**Ni**/Nik) igerilekura joan nintzen.
4. (Ni/**Nik**) liburu bat idatziko dut.
5. (Ni/**Nik**) belarra moztu dut.
6. (**Ni**/Nik) gurasoen etxean bizi nazi.
7. (**Ni**/Nik) oportretan mendira joango nintzateke.
8. (Ni/**Nik**) bale bat ikusi nuen.
9. (Ni/**Nik**) gauza asko esango nituzke.
10. (Ni/**Nik**) txapelketan parte hartuko dut.

### 2. Saioa

1. (**Ni**/Nik) menditik etorri naiz.
2. (**Ni**/Nik) lo nago.
3. (Ni/**Nik**) lagunduko dizut etxeko lanekin.
4. (**Ni**/Nik) Donostian bizi izan naiz 6 urtez.
5. (Ni/**Nik**) hondartzan igeri egin nuen.
6. (Ni/**Nik**) gitarra jotzen dut.
7. (**Ni**/Nik) gelako zaharrena naiz.
8. (**Ni**/Nik) amaren autoan etorri naiz.
9. (Ni/**Nik**) azterketa gainditu dut.
10. (**Ni**/Nik) osasuntsu nago.



*Parentesi artean dagoena nabarmendu.*

**IZENA**



## 11 **ARRUNTA EDO BEREZI**

Izenak: arruntak eta bereziak  
(2 saiotarako proposamena)

## 12 **ZENBAKARRIA AL DA?**

Izen arruntak: zenbakarriak edo zenbakaitzak  
(2 saiotarako proposamena)

## 13 **NEURTU DAITEKE?**

Zenbakaitzak: neurgarriak eta neurgaitzak  
(2 saiotarako proposamena)



# ARRUNTA EDO BEREZI

11

**Edukia:** Izenak **arruntak** eta **bereziak** (2 saiotarako proposamena)

🕒 8-9 minutu

Esfortzu maila: ★★☆☆☆

👤 Sasoi fisikoa

Ikasleak zutik.

Irakasleak, fitxaren zerrendatik, esaldiak irakurriko ditu.

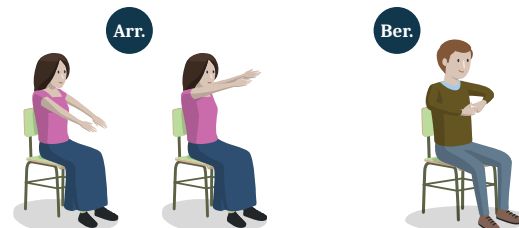
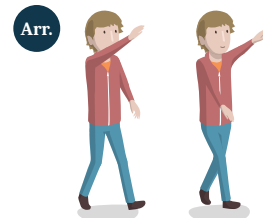
Hitzaren baitan, honelako jarduerak egin:

- **ARRUNTAK:** tokitik mugitu gabe, hankekin oinezko mugimendua egin eta besoak gora eta behera ahal den eta azkarren mugitu 3 segundoz.
- **BEREZIAK:** tokitik mugitu gabe, korrika mugimendua ahal den eta azkarren mugitu 3 segundoz.

**Egokitzapena (mugikortasun murriztua):**

Eserlekuan.

- **ARRUNTAK:** 2 besoak luzatu eta elkarrekin gora eta behera, 3 aldiz.
- **BEREZIAK:** 2 besoekin batera borobilak egin. 3 borobil.



## Hitz zerrenda (arruntak / bereziak):

### 1. Saioa

- |                |                |
|----------------|----------------|
| 1. Aita        | 11. Auto       |
| 2. Hiri        | 12. Bartzelona |
| 3. Maider      | 13. Baso       |
| 4. Plentzia    | 14. Liburu     |
| 5. Neska       | 15. Ainhoa     |
| 6. Sagar       | 16. Txakur     |
| 7. Kale        | 17. Haur       |
| 8. Bilbo       | 18. Ibon       |
| 9. Hondarribia | 19. Indar      |
| 10. Mahai      | 20. Ander      |

### 2. Saioa

- |                |                |
|----------------|----------------|
| 1. Kutxa       | 11. Itsasontzi |
| 2. Zuhaitz     | 12. Miren      |
| 3. Ilargi      | 13. Azukre     |
| 4. Ontzi       | 14. Kafe       |
| 5. Arrosa      | 15. Lur        |
| 6. Ordenagailu | 16. Uda        |
| 7. Arkatz      | 17. Japonia    |
| 8. Lehoi       | 18. Sua        |
| 9. Eliza       | 19. Erreaktore |
| 10. Tximino    | 20. Txakolin   |



*Hitzak zoriz irakurri. Gero eta azkarrago irakurri.*

# ZENBAKARRIA AL DA?

12

**Edukia:** Izen arruntak **zenbakarriak** edo **zenbakaitzak** (2 saiotarako proposamena)

🕒 8-9 minutu

Esfortzu maila: ★★☆☆☆

👤 Sasoi fisikoa

Ikasleak zutik.

Irakasleak, fitxaren zerrendatik, hitzak irakurriko ditu.

Hitzaren baitan, honelako jarduerak egin:

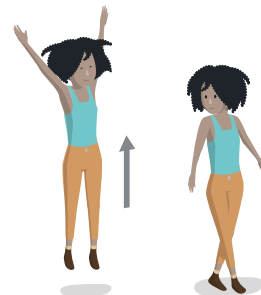
- **ZENBAKARRIAK:** salto egin besoak altxatuz. Lurreratzean hankak gurutzatu.
- **ZENBAKAITZAK:** lurra 2 eskuekin ukitu eta salto.

**Egokitzapena (mugikortasun murriztua):**

Eserlekuan.

- **ZENBAKARRIAK:** besoak altxatu. Ondoren, mahai gainean eskuak gurutzatu (ezker eskua behean). Berrito besoak altxatu eta mahai gainean eskuak gurutzatu (eskuin eskua behean).
- **ZENBAKAITZAK:** 2 eskuekin belaunak ukitu eta besoak altxatu.

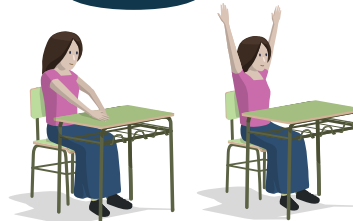
Zenbakarriak



Zenbakaitzak



Zenbakarriak



Zenbakaitzak



## Hitz zerrenda (zenbakarriak/zenbakaitzak):

### 1. Saioa

- |              |                |
|--------------|----------------|
| 1. Hotz      | 11. Ume        |
| 2. Kea       | 12. Gogo       |
| 3. Zauri     | 13. Justizia   |
| 4. Edertasun | 14. Izar       |
| 5. Sagar     | 15. Berogailua |
| 6. Hotz      | 16. Gari       |
| 7. Ardo      | 17. Bero       |
| 8. Mahai     | 18. Gatza      |
| 9. Motxila   | 19. Haserre    |
| 10. Maitasun | 20. Zaldi      |

### 2. Saioa

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1. Etxe       | 11. Kutsadura |
| 2. Ohe        | 12. Urte      |
| 3. Gorroto    | 13. Olio      |
| 4. Denbora    | 14. Ur        |
| 5. Beldurra   | 15. Haize     |
| 6. Esnea      | 16. Poza      |
| 7. Liburua    | 17. Ozpin     |
| 8. Koadernoia | 18. Nazka     |
| 9. Samina     | 19. Irina     |
| 10. Ogia      | 20. Odola     |



*Hitzak zoriz irakurri.*

# NEURTU DAITEKE?

13

**Edukia:** zenbakitzak **neurgarriak** eta **neurgaitzak** (2 saiotarako proposamena)

🕒 8-9 minutu

Esfortzu maila: ★★☆☆☆

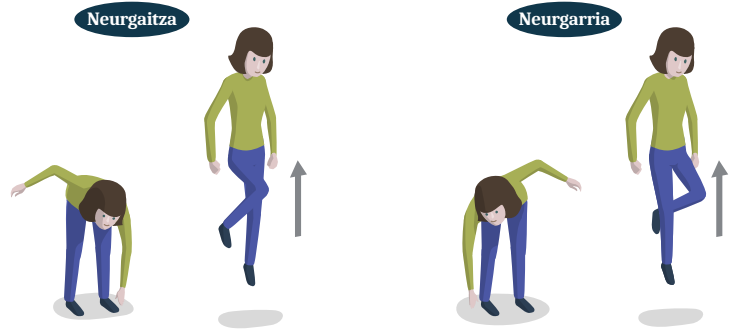
👤 Sasoi fisikoa / Koordinazioa

Ikasleak zutik.

Irakasleak, fitxaren zerrendatik, hitz **ZENBAKAITZAK** irakurriko ditu.

Ezaugarrien baitan, honako jarduerak egin:

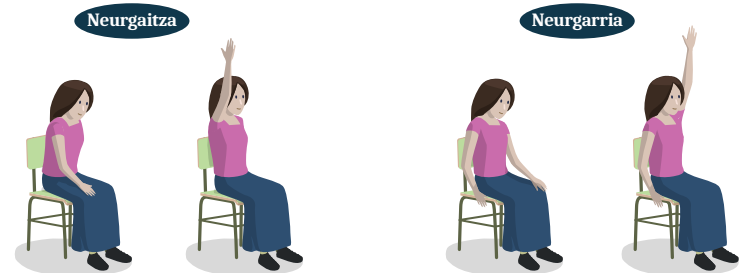
- **NEURGAITZA:** ezkerreko eskuarekin lurra ukitu eta jarraian ezker hankarekin salto egin.
- **NEURGARRIA:** eskuineko eskuarekin lurra ukitu eta jarraian eskuineko hankarekin salto egin.



**Egokitzapena (mugikortasun murriztua):**

Eserlekuan.

- **NEURGAITZA:** eskuineko eskuarekin eskuin belauna ukitu eta eskuin besoa altxatu.
- **NEURGARRIA:** ezkerreko eskuarekin ezker belauna ukitu eta ezker besoa altxatu.



## Hitz zerrenda (neurgarria/neurgaitza):

### 1. Saioa

- |               |            |
|---------------|------------|
| 1. Odol       | 11. Poza   |
| 2. Ke         | 12. Papera |
| 3. Nazka      | 13. Haize  |
| 4. Burdina    | 14. Lotsa  |
| 5. Bero       | 15. Artile |
| 6. Pazientzia | 16. Hotz   |
| 7. Belar      | 17. Harea  |
| 8. Haragi     | 18. Laino  |
| 9. Haserre    | 19. Ezti   |
| 10. Maitasun  | 20. Pentsu |

### 2. Saioa

- |             |               |
|-------------|---------------|
| 1. Gogo     | 11. Azukrea   |
| 2. Beldur   | 12. Gorroto   |
| 3. Oihal    | 13. Diru      |
| 4. Olio     | 14. Kafe      |
| 5. Irina    | 15. Esne      |
| 6. Amodio   | 16. Samin     |
| 7. Gose     | 17. Edertasun |
| 8. Tristura | 18. Su        |
| 9. Justizia | 19. Kutsadura |
| 10. Gatza   | 20. Ur        |



*Hitzak gero eta azkarrago irakurri.*

# ADJEKTIBOAK: IZENONDOA ETA IZENLAGUNA



14

## OREKA MANTENDU

Adjektiboak: izenondoa eta  
izenlaguna



# OREKA MANTENDU

14

Edukia: Adjektiboak: **izenondoa** eta **izenlaguna**

🕒 8-10 minutu

Esfortzu maila: ★★☆☆☆

👤 Koordinazioa

Ikasleak zutik.

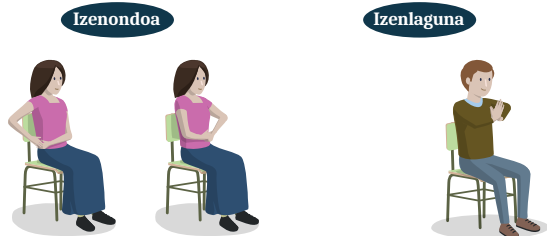
Irakasleak, esaldiak irakurriko ditu.

- **IZENONDOA:** ezkerreko besoa eta eskuineko belauna altxatzearekin batera, ezkerreko oineko behatz puntetan jarri. Segidan, eskuineko besoa eta ezkerreko belauna altxatzearekin batera eskuineko oineko behatz puntetan jarri.
- **IZENLAGUNA:** belaun bat flexionatu eta beste hanka atzera luzatu lurra ukitu gabe. Gorputz-enborra aurrera eta behera eramán. Besoak kontrako hankarantz (**irristalaria**). Salto txiki bat egin, hankaz aldatu.

**Egokitzapena (mugikortasun murriztua):**

Eserlekuan.

- **IZENONDOA:** eskuak ezker aldekatik eskuin aldekara 3 aldiz eramán.
- **IZENLAGUNA:** eskuak elkartu, ukondoak jaso eta indarra egin. 5 segundoz.



## Hitz zerrenda (izenondoa/izenlaguna):

### 1. Saioa

- |                           |                         |
|---------------------------|-------------------------|
| 1. Liburuaren letra       | 11. Mikel musikaria     |
| 2. Etxe handia            | 12. Ur beroa            |
| 3. Langile arduratsua     | 13. Mendiko airea       |
| 4. Txirrindulari azkarra  | 14. Erloju zaharra      |
| 5. Bilboko txirrindularia | 15. Egun hotza          |
| 6. Kirolari aparta        | 16. Etxeko telebista    |
| 7. Bizikleta herdoildua   | 17. Iratzargailu berdea |
| 8. Urrezko eraztuna       | 18. Koaderno handia     |
| 9. Disko berria           | 19. Koldoren koaderno   |
| 10. Musika lasaia         | 20. Begi urdinak        |

### 2. Saioa

- |                    |                          |
|--------------------|--------------------------|
| 1. Nire motxila    | 11. Mendi elurtua        |
| 2. Hegazkin txikia | 12. Egun luzea           |
| 3. Liburu berria   | 13. Futbolarien baloia   |
| 4. Gurasoen autoa  | 14. Etxe berria          |
| 5. Txakur polita   | 15. Gorkaren arreba      |
| 6. Itsaso zakarra  | 16. Bizikleta zaharra    |
| 7. Ibai handia     | 17. Ordenagailu motela   |
| 8. Mirenen liburua | 18. Liburutegiko sarrera |
| 9. Neska txikia    | 19. Joneren pilota       |
| 10. Mahai urdina   | 20. Egurrezko lurra      |



*Esaldi bakoitza 2 aldiz irakurri. Bigarrenarekin mugimendua gauzatu.*

# KOMUNZTADURA



15

## EZIN GELDITU

Komunztadura: -a, -ak, -rik



**Edukia:** Komunztadura: **-A, -AK, -RIK** (2 saiotarako proposamena)

🕒 9-10 minutu

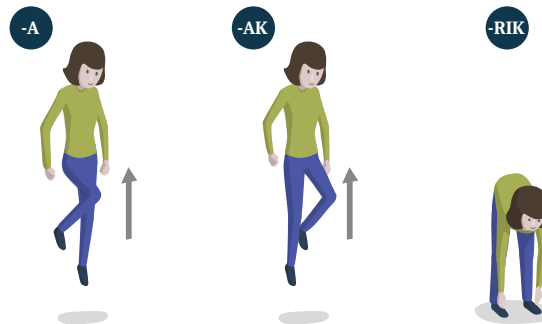
Esfortzu maila: ★★☆☆☆

👤 Sasoi fisikoa

Ikasleak zutik. Eten gabe jauzi txikiak eginez. Irakasleak, zerrendako esaldiak irakurriko ditu. Lodiz idatzitako hitzak nabamendu, eta parentesi artean dagoena, isilunean utzi (EZ IRAKURRI ERANTZUNA). Adibidez “*Ez nuen lo(...) egin*”.

Hutsunean jarri beharrekoaren baitan, honelako jarduerak egin:

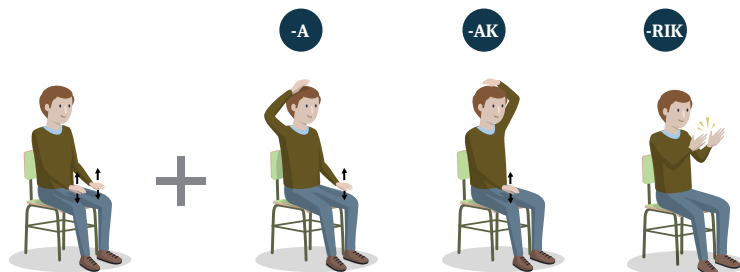
- **-A:** ezkerreko hankarekin hiru salto.
- **-AK:** eskuineko hankarekin hiru salto.
- **-RIK:** makurtu eta lurra ukitu bi eskuekin.



## Egokitzapena (*mugikortasun murriztua*):

Eserlekuan. Etengabe kolpe txikiak izterretan:

- **-A:** eskuineko eskua buru gainera eta ezkerreko eskuarekin jarraitu kolpeak ematen izterrean.
- **-AK:** ezkerreko eskua buru gainera eta eskuineko eskuarekin jarraitu kolpeak ematen izterrean.
- **-RIK:** 2 txalo eta jarraitu kolpeak izterretan ematen.



## Esaldi zerrenda (-a, -ak, -rik):

### 1. Saioa

1. Ez nuen **lo(-rik)** egin.
2. Ez dut **telebista(-rik)** ikusten.
3. **Telebist(-a)** ikusten ari naiz.
4. Nire **lagun(-a)** hondartzara joan da.
5. Txirrinduaren **gurpil(-ik)** zulatu al zaizkizu inoiz?
6. **Kafe(-rik)** nahi?
7. **Denbor(-a)** izango dudala pentsatzen dut.
8. Nire **lagun(-ak)** hondartzara joan ziren.
9. Jan al dituzu **dilista(-rik)**?
10. Kafea hartzeko **txanpon(-ak)** falta zaizkit.
11. **Dilista(-k)** jan ditut.
12. Gaur goizean **tostada(-k)** jan ditut.
13. Etxerako **lan(-ak)** egitea ahaztu zait.
14. Ez dut **denbora(-rik)** izango.
15. Txirrinduaren bi **gurpil(-ak)** zulatu zaizkit.
16. **Lagun(-ik)** hondartzan?
17. **Tostada(-rik)** jan al duzu gosaltzeko?
18. Txirrinduaren **gurpil(-a)** zulatu zaio.
19. Gaur goizean **tostad(-a)** bakarra jan dut.
20. Atzo gauena ikusi al zenuen **telebista(-rik)**?

### 2. Saioa

1. Irailean ez omen da **perretxiku(-rik)** izan.
2. Pirinioetako **mendi(-ak)** maite ditut.
3. Ez dut **ogi(-rik)** erosi.
4. Zein da Euskal Herriko **mendi(-rik)** altuena?
5. Jarduera **fisiko(-a)** egunero egin behar da.
6. Gaur egin al duzu jarduera **fisiko(-rik)**?
7. **Ogi(-a)** erosi dut.
8. Mirenek **perretxiku(-ak)** bildu ditu.
9. **Txirrindulari(-a)** larri zaurituta eraman zuten.
10. **Txirrindularia(-ak)** Tourrera joango dira.
11. Erosi al duzu **ogi(-rik)**?
12. **Mendi(-a)** maite duen neska bat naiz.
13. Ez dut berezko **talentu(-rik)**.
14. Goizean **egunkari(-a)** irakurri dut.
15. **Mendizale(-ak)** K2 gailurrera iritsi ziren.
16. K2ko gailurretik ez zen **mendizale(-rik)** itzuli.
17. **Mendizale(-a)** galdu zen.
18. Ikasleek **zuhaitz(-ak)** landatzen dituzte.
19. **Boligrafo(-a)** gorde du poltsan.
20. **Zuhaitz(-ak)** landatu dituzte.



*Beste aukera batzuk: Ikasleak, txandaka, erantzuna emango dute. Zuzena bada, denak batera egingo dute dagokion mugimendua. Oker badago, hurrengo ikaslea asmatzen saiatuko da.*

# ERAKUSLEAK



**16**

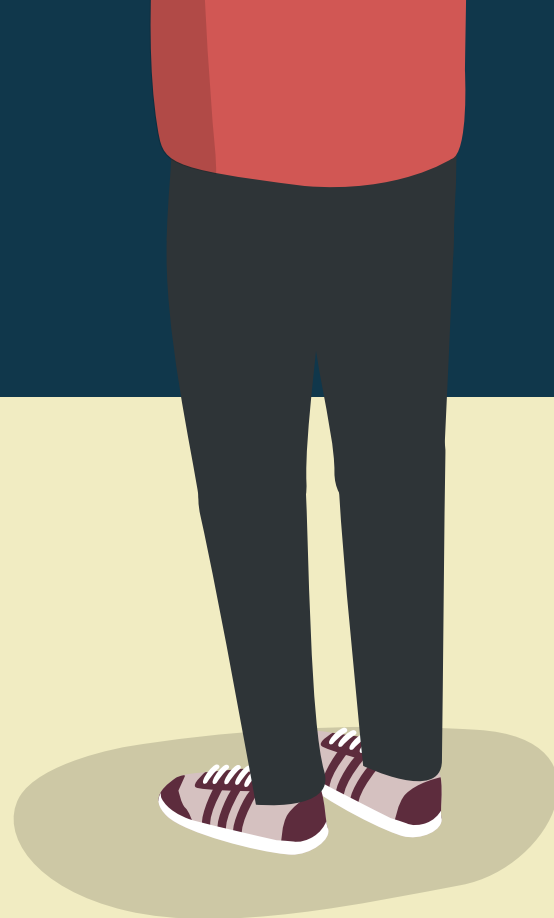
## **HAU, HORI, HURA**

Erakusleak - 1 (5 saiotarako proposamena)

**17**

## **HONETAN BAI**

Erakusleak - 2 (5 saiotarako proposamena)



Edukia: erakusleak 1 (5 saiotarako proposamena)

🕒 8-10 minutu

Esfortzu maila: ★★☆☆☆

👤 Sasoi fisikoa / Koordinazioa

Ikasleak zutik.

Erakusle bakoitzari hizki bat dagokio eta hizki bakoitzari mugimendu zehatz bat. Irakasleak erakusle bat irakurtzen duenean, dagokion mugimendua egin.

Ikasleak erakusleari dagokion **salto kopuru** eta **salto mota** egingo du.

## SALTO KOPURUA

1

NOR

2

NORK

3

NORI

4

NOREN

5

NOREKIN

## SALTO MOTA

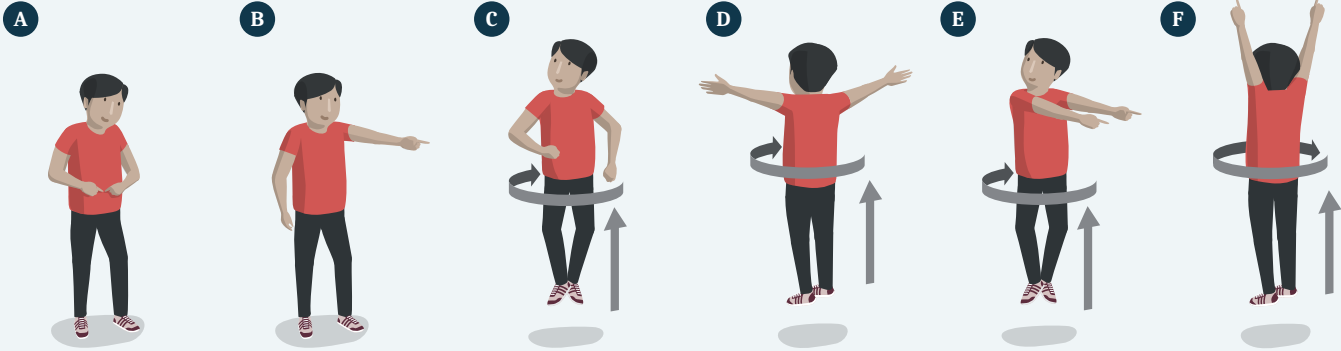
- **A:** salto eta lurreratzean zilborra seinalatu bi eskuekin.
- **B:** salto eta lurreratzean esku batekin aurrera seinalatu.
- **C:** salto bira erdi emanez eta lurreratzean aurrera seinalatu.
- **D:** besoak zabaldu eta salto bat eginez bira oso bat eman.
- **E:** bi eskuekin aurrera seinalatu eta salto eginez bira erdi eman.
- **F:** bi eskuekin sabaia seinalatu eta salto bat eginez bira oso bat eman.



*Erakusle bakoitzari hizki bat dagokio eta hizki bakoitzari mugimendu zehatz bat.*

**1 Proposamena:** Taula A3 neurrian inprimatu eta gelan jarri.

**2 Proposamena:** Erakusleen taula bost saiotan landu. Erakusle bat saio bakoitzeko. Landu nahi den erakuslearen zutabea aukeratu.



1	Hau	Hori	Hura	Hauek	Horiek	Haiek
2	Honek	Horrek	Hark	Hauek	Horiek	Haiek
3	Honi	Horri	Hari	Hauei	Horiei	Haiei
4	Honen	Horren	Haren	Hauen	Horien	Haien
5	Honekin	Horrekin	Harekin	Hauekin	Horiekin	Haiekin

Edukia: erakusleak 2 (5 saiotarako proposamena)

🕒 8-10 minutu

Esfortzu maila: ★★★★★

👤 Sasoi fisikoa / Koordinazioa

Ikasleak zutik.

Irakasleak, taulako erakusle bat irakurriko du. Erakusle bakoitzari hizki bat dagokio eta hizki bakoitzari mugimendu zehatz bat. Ikasleek erakusleari dagokion **salto kopuru** eta **salto mota** egingo du.

## SALTO KOPURUA

1

NON

2

NORA

3

NONDIK

4

NONGO

5

NORTAZ

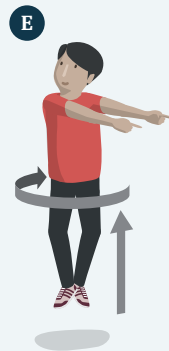
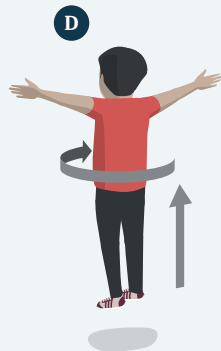
## SALTO MOTA

- **A:** salto eta lurreratzean zilborra seinatu bi eskuekin.
- **B:** salto eta lurreratzean esku batekin aurrera seinatu.
- **C:** salto bira erdi emanez eta lurreratzean aurrera seinatu.
- **D:** besoak zabaldu eta salto bat eginez bira oso bat eman.
- **E:** bi eskuekin aurrera seinatu eta salto eginez bira erdi eman.
- **F:** bi eskuekin sabaia seinatu eta salto bat eginez bira oso bat eman.



**1 Proposamena:** Taula A3 neurrian inprimatu eta gelan jarri.

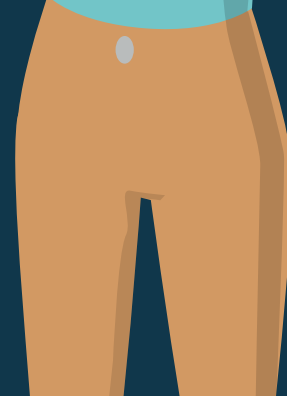
**2 Proposamena:** Erakusleen taula bost saiotan landu. Erakusle bat saio bakoitzeko. Landu nahi den erakuslearen zutabea aukeratu. Erakusle bakoitzari hizki bat dagokio eta hizki bakoitzari mugimendu zehatz bat.



<b>1</b>	Honetan	Horretan	Hartan	Hauetan	Horietan	Haietan
<b>2</b>	Honetara	Horretara	Hartara	Hauetara	Horietara	Haietara
<b>3</b>	Honetatik	Horretatik	Hartatik	Hauetatik	Horietatik	Haietatik
<b>4</b>	Honetako	Horretako	Hartako	Hauetako	Horietako	Haietako
<b>5</b>	Honetaz	Horretaz	Hartzaz	Hauetaz	Horietaz	Haietaz

# ADITZA





## **18** ADITZ-PERTSONAK IKASTEN

Mimika 1. fasea

## **22** ADITZAK LANTZEN

Nor-Nori-Nork - ORAINALDIA SINGULARRA

## **19** NOR-NORK ORAINALDIA

Mimika 1. faseko mugimenduekin

## **23** ADITZAK LANTZEN

Nor-Nori-Nork - ORAINALDIA PLURALA

## **20** NOR-NORK LEHENALDIA

Mimika 1. faseko mugimenduekin

## **24** ADITZAK LANTZEN

Nor-Nori-Nork - LEHENALDIA SINGULARRA

## **21** NOR-NORI-NORK

Mimika 2. fasea

## **25** ADITZAK LANTZEN

Nor-Nori-Nork - LEHENALDIA PLURALA

Edukia: Aditzak: NOR-NORK

 9-10 minutu

Esfortzu maila: ★★☆☆☆

 Koordinazioa

Denak, irakasleari jarraituz, aditz-pertsona bakoitzari dagokion mugimendua ikasi.

- **Nik:** 2 eskuak bularrera eraman eta norbera seinalatu.
  - **Hik:** eskuineko besoa altxatu eta aurrera seinalatu.
  - **Hark:** ezkerreko besoa altxatu eta ezkerre seinalatu.
  - **Guk:** 2 besoak altxatu aurrera seinalatuz eta bira bat eman.
  - **Zuk:** 2 besoak altxatu aurrera seinalatuz.
  - **Zuek:** eskuineko besoa altxatu eta eskuinetik ezkerre eta ezkerretik eskuinera seinalatu.
  - **Haiek:** 2 besoak altxatu eskuinera seinalatuz.
- 
- **Ni:** 2 eskuak burura eraman eta norbera seinalatu.
  - **Hi:** eskuineko besoa altxatu eta aurrera seinalatu. Jaitsi. Ezkerreko besoa altxatu eta aurrera seinalatu.
  - **Hura:** 2 besoak atzean altxatu eta atzera seinalatu.
  - **Gu:** ezkerreko eskua burura eraman eta eskuineko besoa altxatu eskuin aldera seinalatuz eta bira bat eman.
  - **Zu:** 2 besoak altxatu aurrera seinalatu. Jaitsi. Bi besoak altxatu aurrera seinalatu.
  - **Zuek:** eskuineko besoa altxatu eta eskuinetik ezkerre eta ezkerretik eskuinera seinalatu.
  - **Haiek:** 2 besoak altxatu eskuinera seinalatuz.



*Nahi beste saio erabiliko dira aditz taulak lantzeko.  
Lehenengo saioan, Mimika: 1. faseko mugimenduak ikasiko dira.*



NIK



HIK



HARK



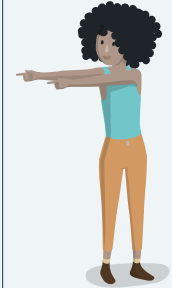
GUK



ZUK



ZUEK



HAIEK



NI



HI



HURA



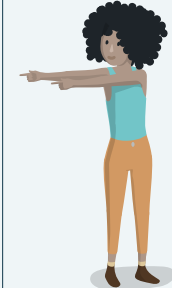
GU



ZU



ZUEK



HAIEK

# NOR-NORK MIMIKA 1. FASEKO MUGIMENDUEKIN. ORAINALDIA

19

**Edukia:** Aditzak: **NOR-NORK** (indikatiboa: **ORAINALDIA**)

 9-10 minutu

Esfortzu maila: ★★☆☆☆

 Koordinazioa

Ikasleak zutik. Binaka. Bata bestearen parean.  
Irakaslea gelatik ibiliko da laguntza eskainiz.

Mimika 1. fasea poster modura gelako toki ikusgai batean eskegi.  
Zeregina: Ikasle bakoitzak rol bat adostuko du: 1 ikaslea NORK; 2 ikaslea NOR.

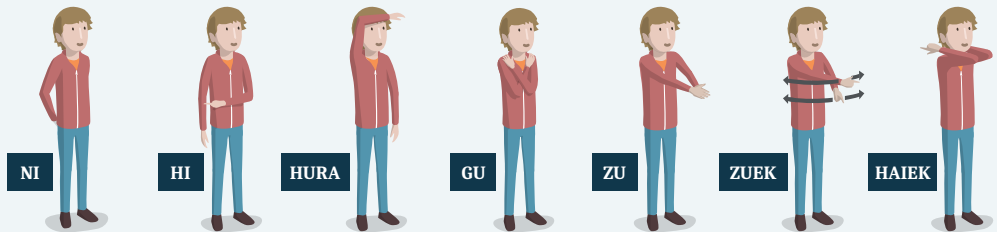
- 1 ikaslea (NORK): nahi duen aditz-pertsona mugimendua erabiliz, esango du. Adibidez: **HARK**
- 2 ikaslea (NOR): nahi duen aditz-pertsona mugimendua erabiliz esango du. Adibidez: **NI**

Ahalik eta azkarren, erantzun zuzena ematen saiatuko dira: **NAU**

**Asmatzen lehenengoak, puztarri bat eskuratuko du.**  
**Bikotea desegin eta beste bikote berri baten bila mugituko dira.**



- *Gelan mugimendua eskatzen duen jarduera.*
- *Fisikoki eskakizun gutxikoa.*
- **Gomendagarria:** *Mimika 1. faseko mugimenduak poster modura eskegi.*
- *Lehenengo saioan, Mimika: 1. faseko mugimenduak ikasita izan behar dira.*
- *Denbora ondo neurtu.*
- *Nahi beste saio erabiliko dira aditz taulak lantzeko.*



	NI	HI	HURA	GU	ZU	ZUEK	HAI EK
NIK		haut	dut diat dinat		zaitut	zaituztet	ditut ditiat dininat
HIK	nauk naun		duk dun	gaituk gaitun			dituk ditun
HARK	nau naik nain	hau	du dik din	gaitu gaitik gaitin	zaitu	zaituzte	ditu ditik ditin
GUK		haugu	dugu diagu dinagu		zaitugu	zaituztegu	ditugu ditiagu dininagu
ZUK	nauzu		duzu	gaituzu			dituzu
ZUEK	nauzue		duzue	gaituzue			dituzue
HAI EK	naute naitek naiten	haute	dute ditek diten	gaituzte gaitiztek gaitizten	zaituzte	zaituztete	dituzte ditiztek ditizten

# NOR-NORK MIMIKA 1. FASEKO MUGIMENDUEKIN. LEHENALDIA

20

**Edukia:** Aditzak: **NOR-NORK** (indikatiboa: **LEHENALDIA**)

 9-10 minutu

Esfortzu maila: ★★☆☆☆

 Koordinazioa

Ikasleak zutik. Binaka. Bata bestearen parean.  
Irakaslea gelatik ibiliko da laguntza eskainiz.

Zeregina: Ikasle bakoitzak rol bat adostuko du: 1 ikaslea NORK; 2 ikaslea NOR.

- 1 ikaslea (NORK): nahi duen aditz-pertsona mugimendua erabiliz, esango du. Adibidez: **HARK**
- 2 ikaslea (NOR): nahi duen aditz-pertsona mugimendua erabiliz esango du. Adibidez: **NI**

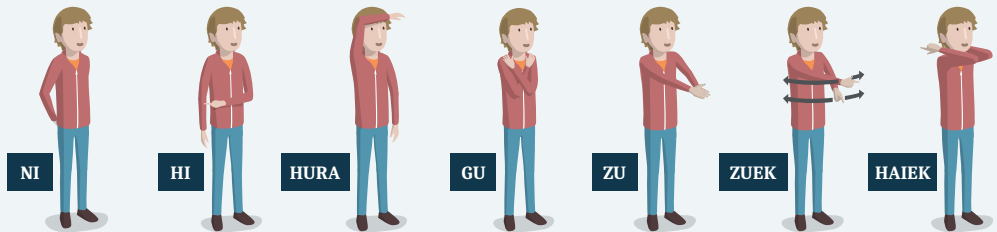
Ahalik eta azkarren, erantzun zuzena ematen saiatuko dira: **NINDUEN**

**Asmatzen lehenengoak, puztarri bat eskuratuko du.**

**Bikotea desegin eta beste bikote berri baten bila mugituko dira.**



- *Gelan mugimendua eskatzen duen jarduera.*
- *Fisikoki eskakizun gutxikoa.*
- **Gomendagarria:** *Mimika 1. faseko mugimenduak poster modura eskegi.*
- *Lehenengo saioan, Mimika: 1. faseko mugimenduak ikasita izan behar dira.*
- *Denbora ondo neurtu.*
- *Nahi beste saio erabiliko dira aditz taulak lantzeko.*



	NI	HI	HURA	GU	ZU	ZUEK	HAI EK
NIK		hindudan	nuen nian ninan		zintudan	zintuztedan	nituen nitian nitinan
HIK	ninduan nindunan		huen	gintuan gintunan			hituen
HARK	ninduen nindian nindinan	hinduen	zuen zian zinan	gintuen gintian gintinan	zintuen	zintuzten	zituen zitian zitinan
GUK		hindugun	genuen genian geninan		zintugun	zintuztegun	genituen genitian genitinan
ZUK	ninduzun		zenuen	gintuzun			zenituen
ZUEK	ninduzuen		zenuten	gintuzuen			zenituzten
HAI EK	ninduten ninditean ninditenan	hinduten	zuten zitean zitenan	gintuzten gintiztean gintiztenan	zintuzten	zintuzteten	zituzten zitiztean zitiztenan

# MIMIKA 2. FASEA: NOR-NORI-NORK

21

Edukia: Aditzak: NOR-NORI-NORK

 9-10 minutu

Esfortzu maila: ★ ★ ★ ★ ★

 Koordinazioa

Pertsona bakoitzari dagokion mugimendua ikasi.

- **Nik:** bi eskuak bularrera eraman eta norbera seinalatu.
  - **Hik:** eskuineko besoa altxatu eta aurrera seinalatu.
  - **Hark:** ezkerreko besoa altxatu eta ezkerre seinalatu.
  - **Guk:** bi besoak altxatu aurrera seinalatuz eta bira bat eman.
  - **Zuk:** bi besoak altxatu aurrera seinalatuz.
  - **Zuek:** eskuineko besoa altxatu eta eskuinetik ezkerre eta ezkerretik eskuinera seinalatu.
  - **Haiek:** bi besoak altxatu eskuinera seinalatuz.
- 
- **Niri:** bi eskuak ipurdia ukitzen.
  - **Hiri:** eskuineko besaurrea gerrian eta ezkerre seinalatu.
  - **Hari:** eskuineko besoa altxatu, besaurrea bekokian eta ezkerre seinalatu.
  - **Guri:** eskuineko eskua, ezkerreko sorbaldara eta ezkerreko eskuin sorbaldara.
  - **Zuri:** bi eskuak altxatu eta elkartu.
  - **Zuei:** bi besoak altxatu aurrera seinalatuz elkar gurutzatu.
  - **Haiei:** besoak altxatu eta atzera seinalatu.

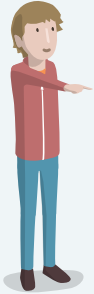


*Nahi beste saio erabiliko dira aditz taulak lantzeko.*

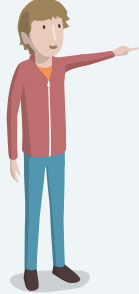
**Gomendagarria:** *1. faseko mugimenduak poster batean gelan itsatsi.*



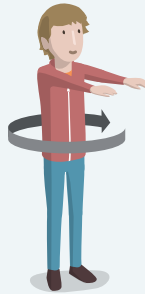
NIK



HIK



HARK



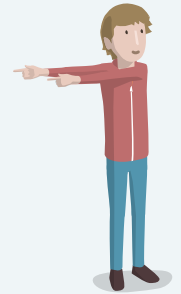
GUK



ZUK



ZUEK



HAIEK



NIRI



HIRI



HARI



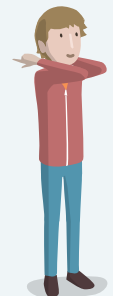
GURI



ZURI



ZUEI



HAIEI

# ADITZAK LANTZEN NOR-NORI-NORK ORAINALDIA SINGULARRA

22

**Edukia:** Aditzak: **NOR-NORI-NORK** (indikatioa: **ORAINALDIA, SINGULARRA**)

 9-10 minutu

Esfortzu maila: ★★★★★

 Koordinazioa

Ikasleak zutik. Binaka. Bata bestearen parean.  
Irakaslea gelatik ibiliko da laguntza eskainiz.

Zeregina: Ikasle bakoitzak rol bat adostuko du: 1 ikaslea NORK; 2 ikaslea NORI.

- 1 ikaslea (NORK): nahi duen aditz-pertsona mugimendua erabiliz, esango du. Adibidez: **HARK**
- 2 ikaslea (NORI): nahi duen aditz-pertsona mugimendua erabiliz esango du. Adibidez: **NIRI**

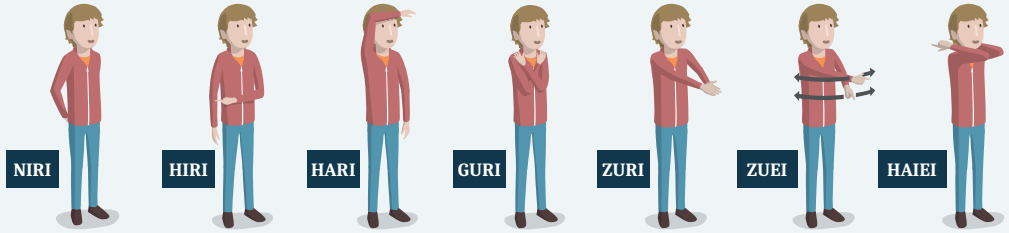
Ahalik eta azkarren, erantzun zuzena ematen saiatuko dira: **DIT**

**Asmatzen lehenengoak, puztarri bat apuntatuko du.**

**Bikotea desegin eta beste bikote berri baten bila mugituko dira zeregina errepikatzeko asmoz.**



- *Gelan mugimendua eskatzen duen jarduera.*
- **Gomendagarria:** *Mimika 2. fase poster modura gelako toki egoki batean eskegita.*
- *Lehenengo saioan, Mimika: 2. faseko mugimenduak ikasita izan behar dira.*
- *Denbora ondo neurtu.*
- *Irakasleak erabakiko du sariak ematea edo ez. Egitekotan ebaluazio amaieran ematea gomendatzen da.*
- *Nahi beste saio erabiliko dira aditz taulak lantzeko.*



	NIRI	HIRI	HARI	GURI	ZURI	ZUEI	HAIEI
NIK		diat dinat	diot zioat zionat		dizut	dizueta	diet zieat zientat
HIK	didak didan		diok dion	diguk digun			diet dien
HARK	dit zidak zidan	dik din	dio ziok zion	digu ziguk zigun	dizu	dizue	die ziek zien
GUK		diagu dinagu	diogu zioagu zionagu		dizugu	dizuegu	diegu zieagu zienagu
ZUK	didazu		diozu	diguzu			diezu
ZUEK	didazue		diozue	diguzue			diezue
HAIEK	didate zidatek zidaten	diate dinate	diote ziotek zioten	digute zigutek ziguten	dizute	dizuete	diete zietek zieten

# ADITZAK LANTZEN NOR-NORI-NORK ORAINALDIA PLURALA

23

**Edukia:** Aditzak: **NOR-NORI-NORK** (indikatioa: **ORAINALDIA, PLURALA**)

 9-10 minutu

Esfortzu maila: ★★☆☆☆

 Koordinazioa

Ikasleak zutik. Binaka. Bata bestearen parean.  
Irakaslea gelatik ibiliko da laguntza eskainiz.

Zeregina: Ikasle bakoitzak rol bat adostuko du: 1 ikaslea NORK; 2 ikaslea NORI.

- 1 ikaslea (NORK): nahi duen aditz-pertsona mugimendua erabiliz, esango du. Adibidez: **HARK**
- 2 ikaslea (NORI): nahi duen aditz-pertsona mugimendua erabiliz esango du. Adibidez: **NIRI**

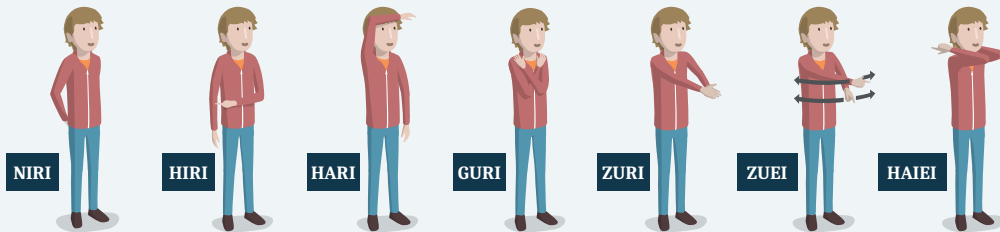
Ahalik eta azkarren, erantzun zuzena ematen saiatuko dira: **DIZKIT**

**Asmatzen lehenengoak, puztarri bat eskuratuko du.**

**Bikotea desegin eta beste bikote berri baten bila mugituko dira zeregina errepikatzeko asmoz.**



- *Gelan mugimendua eskatzen duen jarduera.*
- **Gomendagarria:** *Mimika 2. fase poster modura gelako toki egoki batean eskegita.*
- *Lehenengo saioan, Mimika: 2. faseko mugimenduak ikasita izan behar dira.*
- *Denbora ondo neurtu.*
- *Irakasleak erabakiko du sariak ematea edo ez. Egitekotan ebaluazio amaieran ematea gomendatzen da.*
- *Nahi beste saio erabiliko dira aditz taulak lantzeko.*



	NIRI	HIRI	HARI	GURI	ZURI	ZUEI	HAIEI
NIK		dizkiat dizkinat	dizkiot zizkiot zizkionat		dizkizut	dizkizuet	dizkiet zizkieat zizkienat
HIK	dizkidak dizkidan		dizkiok dizkion	dizkiguk dizkigun			dizkiek dizkien
HARK	dizkit zizkidak zizkidan	dizkik dizkin	dizkio zizkiok zizkion	dizkigu zizkiguk zizkigun	dizkizu	dizkizue	dizkiek zizkiek zizkien
GUK		dizkiagu dizkinagu	dizkiogu zizkiogu zizkionagu		dizkizugu	dizkizuegu	dizkiegu zizkieagu zizkienagu
ZUK	dizkidazu		dizkiozu	dizkiguzu			dizkiezu
ZUEK	dizkidazue		dizkiozue	dizkiguzue			dizkiezue
HAIEK	dizkidate zizkidatek zizkidaten	dizkiate dizkinate	dizkiote zizkiotek zizkioten	dizkigute zizkigutek zizkiguten	dizkizute	dizkizute	dizkiete zizkietek zizkieten

# ADITZAK LANTZEN NOR-NORI-NORK LEHENALDIA SINGULARRA

24

**Edukia:** Aditzak: **NOR-NORI-NORK** (indikatioa: **LEHENALDIA, SINGULARRA**)

 9-10 minutu

Esfortzu maila: ★★☆☆☆

 Koordinazioa

Ikasleak zutik. Binaka. Bata bestearen parean.  
Irakaslea gelatik ibiliko da laguntza eskainiz.

Zeregina: ikasle bakoitzak rol bat adostuko du: 1 ikaslea NORK; 2 ikaslea NORI.

- 1 ikaslea (NORK): nahi duen aditz-pertsona mugimendua erabiliz, esango du. Adibidez: **HARK**
- 2 ikaslea (NORI): nahi duen aditz-pertsona mugimendua erabiliz esango du. Adibidez: **NIRI**

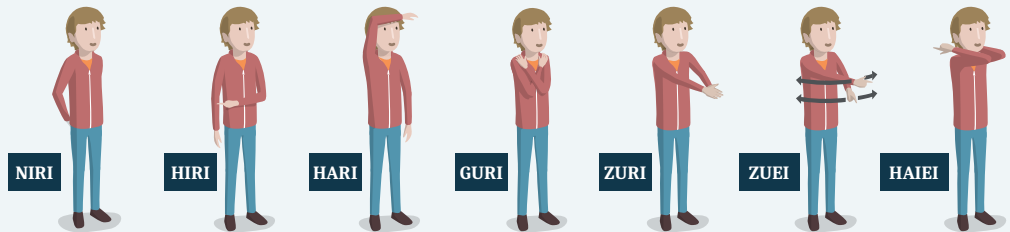
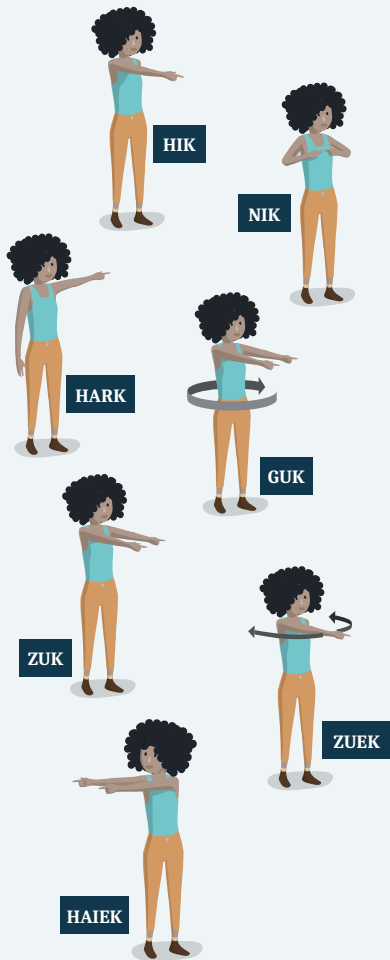
Ahalik eta azkarren, erantzun zuzena ematen saiatuko dira: **ZIDAN**

**Asmatzen lehenengoak, puztarri bat eskuratuko du.**

**Bikotea desegin eta beste bikote berri baten bila mugituko dira zeregina errepikatzeko asmoz.**



- *Gelan mugimendua eskatzen duen jarduera.*
- **Gomendagarria:** *Mimika 2. fase poster modura gelako toki egoki batean eskegita.*
- *Lehenengo saioan, Mimika: 2. faseko mugimenduak ikasita izan behar dira.*
- *Denbora ondo neurtu.*
- *Irakasleak erabakiko du sariak ematea edo ez. Egitekotan ebaluazio amaieran ematea gomendatzen da.*
- *Nahi beste saio erabiliko dira aditz taulak lantzeko.*



	NIRI	HIRI	HARI	GURI	ZURI	ZUEI	HAI EI
NIK		nian ninan	nion nioan nionan		nizun	nizuen	nien niean nienan
HIK	hidan		hion	higun			hien
HARK	zidan zidaan zidanan	zian zinan	zion zioan zionan	zigun ziguan zigunan	zizun	zizuen	zien ziean zianan
GUK		genian geninan	genion genioan genionan		genizun	genizuen	genien geniean genienan
ZUK	zenidan		zenion	zenigun			zenien
ZUEK	zenidatan		zenioten	zeniguten			zenieten
HAI EK	zidatan zidatean zidatanan	ziaten zinaten	zioten ziotean ziotenan	ziguten zigutean zigutenan	zizuten	zizueten	zieten zietean zietenan

# ADITZAK LANTZEN NOR-NORI-NORK LEHENALDIA PLURALA

25

**Edukia:** Aditzak: **NOR-NORI-NORK** (indikatioa: **LEHENALDIA, PLURALA**)

 9-10 minutu

Esfortzu maila: ★★☆☆☆

 Koordinazioa

Ikasleak zutik. Binaka. Bata bestearen parean.  
Irakaslea gelatik ibiliko da laguntza eskainiz.

Zeregina: ikasle bakoitzak rol bat adostuko du: 1 ikaslea NORK; 2 ikaslea NORI.

- 1 ikaslea (NORK): nahi duen aditz-pertsona mugimendua erabiliz, esango du. Adibidez: **HARK**
- 2 ikaslea (NORI): nahi duen aditz-pertsona mugimendua erabiliz esango du. Adibidez: **NIRI**

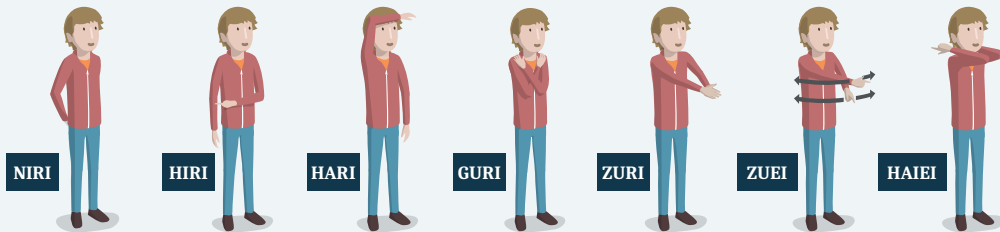
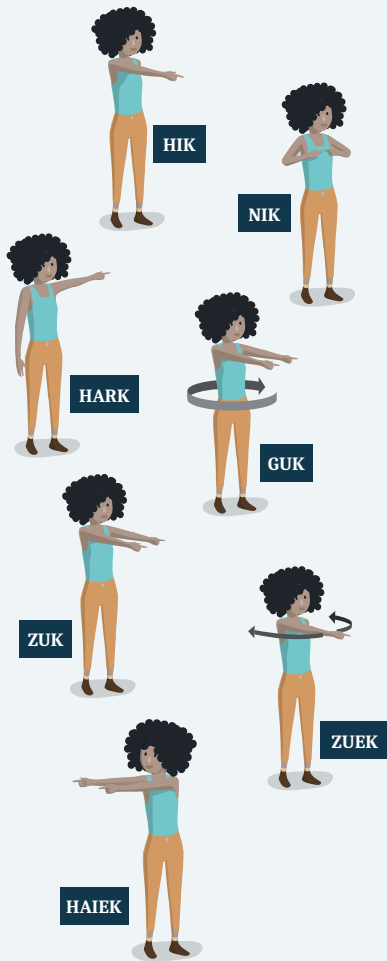
Ahalik eta azkarren, erantzun zuzena ematen saiatuko dira: **ZIZKIDAN**

**Asmatzen lehenengoak, puztarri bat eskuratuko du.**

**Bikotea desegin eta beste bikote berri baten bila mugituko dira zeregina errepikatzeko asmoz.**



- *Gelan mugimendua eskatzen duen jarduera.*
- **Gomendagarria:** *mimika 2. fase poster modura gelako toki egoki batean eskegita.*
- *Lehenengo saioan, mimika: 2. faseko mugimenduak ikasita izan behar dira.*
- *Denbora ondo neurtu.*
- *Irakasleak erabakiko du sariak ematea edo ez. Egitekotan ebaluazio amaieran ematea gomendatzen da.*
- *Nahi beste saio erabiliko dira aditz taulak lantzeko.*



	NIRI	HIRI	HARI	GURI	ZURI	ZUEI	HAIEI
NIK		nizkian nizkinan	nizkion nizkioan nizkionan		nizkizun	nizkizuen	nizkien nizkiean nizkieran
HIK	hizkidan		hizkion	hizkigun			hizkien
HARK	zizkidan zizkidaan zizkidanan	zizkian zizkinan	zizkion zizkioan zizkionan	zizkigun zizkiguan zizkigunan	zizkizun	zizkizuen	zizkien zizkiean zizkieran
GUK		genizkian genizkinan	genizkion genizkioan genizkionan		genizkizun	genizkizuen	genizkien genizkiean genizkieran
ZUK	zenizkidan		zenizkion	zenizkigun			zenizkien
ZUEK	zenizkidaten		zenizkioten	zenizkiguten			zenizkieten
HAIEK	zizkidaten zizkidean zizkidatenan	zizkiaten zizkinaten	zizkioten zizkiotean zizkiotengan	zizkiguten zizkigutean zizkigutengan	zizkizuten	zizkizueten	zizkieten zizkietean zizkietengan



ISBN: 978-84-457-3698-2



Argitaraldia: 1.a argitaletxe honetan, 2023ko apirila • Tirada: 1.000 ale • Argitaratzailea: Eusko Jaurlaritzako Argitalpen Zerbitzu Nagusia/Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco • Inprimatzailea: Gráficas Irudi, S.L. • L.G.: LG G 220-2023 • ISBN: 978-84-457-3698-2