



Irakaskuntza Gidaliburua

2024/25 ikasturtea

Datu Orokorrak

Irakasgaia: AURKARI-KIROLAK

Titulazioa: JARDUERA FISIKOAREN ETA KIROLAREN ZIENTZIETAKO GRADUA

Mota: D

ECTS kredituak: 12 ECTS

Maila: 1.

Denbora-banaketa: seihilekoa, urtea, etab.: 2. SEIHILEKOA

Hizkuntza: GAZTELANIA

Irakasle-taldea: Dk. Rubén Jiménez Alfageme ruben.jimenez@euneiz.com; Dk. Arkaitz Garbisu

Hualde arkaitz.garbisu@euneiz.com

Irakasgaiaren aurkezpena:

Irakasgai honek bi bloke handi ditu. Multzoetako batean erraketa-kirolen oinarriko oinarri teorikoak eta praktikoak irakatsiko dira, bai eta kirol espezifiko bakoitzaren prestakuntza-etapetara egokitutako metodologia eta progresio didaktikoak ere. Bigarren blokean judoaren eta jiu-jitsu tradizionalaren oinarri teknikoak ikusiko ditugu. Judoaren alderdi eta teknika garrantzitsuen oinarri teorikoak irakatsiko dira, eta judo-hastapeneko saio bat planteatzen ikasiko da.

Datu espezifikoak

Prestakuntza- eta ikaskuntza-prozesuaren emaitzak (PIE)

Ezagutzak edo Edukiak (E)	E9	Kirol-taldeak eta -taldeak gidatzeko elementuak ezagutzea.
	E12	Kirol-entrenamenduaren prozesuaren oinarri orokorrak ulertzea.
Gaitasunak (GA)	GA1	Informazioaren eta komunikazioaren teknologiak aplikatzea lanbide-zeregina garatzean.
	GA2	Teknologia berriek (IKT) ematen duten informazioa bilatzea, antolatzea eta interpretatzea.
	GA5	Mugimen-trebetasunak eskuratzea eta jarduera fisikoan eta kirolean praktika gauzatzen dela erakustea.
	GA6	Ikasketa-plan honetan garatutako jarduera fisikoaren eta kirolaren arloetan ezagutzak dituela erakustea eta ulertzea.
Trebetasunak eta	TE	Besteekin elkarlanean aritzea eta proiektu komun batean



Irakaskuntza Gidaliburua

2024/25 ikasturtea

Abileziak (T)		laguntzea.
	TF	Informazioa, ideiak, arazoak eta konponbideak transmititzea publiko espezializatu eta ez-espezializatu bati.

Irakasgaiaren Edukia*

- Aurkarien kirolen elementu teknikoak, taktikoak eta arauzkoak.
- Proposamen metodologikoak egitea aurkarien kirolak irakasteko eta ikasteko.

(* Garatutako edukia eskuragarri dago Unibertsitateko Campus Birtualean argitaratutako irakasgaiaren irakaskuntza-programazioan)

Irakaskuntza-metodologiak eta prestakuntza-jarduerak

Irakasgai honetan erabilitako irakaskuntza-metodologiak honako hauek dira:

IM1	Azalpenezko metodoa
IM2	Kasu-azterketak
IM3	Arazoetan oinarritutako ikaskuntza
IM4	Proiektuetan oinarritutako ikaskuntza
IM5	Ikasketa kooperatiboa
IM6	Tutoretzak
IM8	Mugimen-praktikak egiteko metodologia parte-hartzailea

Irakasgai honetan erabilitako prestakuntza-jarduerak honako hauek dira:

Prestakuntza-jarduerak	Aurreikusitako orduak	presentzialtasuna (%)
PJ1: Klase teorikoa	42	100
PJ3: Lanak egitea (banakakoak eta/edo taldekoak)	72	20
PJ4: Banakako tutoretza	4	50
PJ11: Taldeko tutoretza	4	100



Irakaskuntza Gidaliburua 2024/25 ikasturtea

PJ5: Ikasketa independentea eta ikaslearen lan autonomoa	116	0
PJ6: Ebaluazio-probak	6	100
PJ10: Praktika kirol-erakundeekin eta/edo kirol-instalazioetan	56	100
Guztira	300	

Ebaluazioa: Ebaluazio-sistemak eta -irizpideak

Irakasgai honetan honako ebaluazio-sistema hauek erabili dira:

Izendapena	Gutx. hazt.	Gehi. hazt.
ES1: Ikaslearen bertaratzea eta parte-hartzea ebaluatzea	5	15
ES2: Lanen ebaluazioa	0	45
ES3: Ebaluazio- eta/edo azterketa-probak	0	45
ES7: Gaitasun motorrak eskuratzeko proba praktikoa	20	45

Ikasleak bi ebaluazio-modalitate ditu irakasgaia gainditzeko:

- Etengabeko ebaluazioa, urtean 2 deialditan: ohikoa eta ezohikoa.
- Ebaluazio bakarra, urtean bi deialdirekin.
- EUNEIZ Unibertsitatean, ebaluazio jarraitua (irakasleek definitutako irakasgaiaren jardura ebaluagarrien batez besteko haztatua) funtsezko ebaluazioa da, baina EUNEIZek ebaluazio bakarra egiteko aukera ematen dio ikasleari (azterketa bakarra).
- Ezin da aldatu ikasturtean zehar ikasleak aukeratutako ebaluazio-modalitatea (jarraitua izatetik bakarra izatera).
- Ebaluazio bakarraren modalitatea baliatu nahi duen ikasleak hori **justifikatzen** duen idazki formal bat eskatu beharko die irakasgaiaren ardura duten irakasleei eta tituluaren koordinazioari, ikasturtea hasten den lehenengo bi asteetan.



Irakaskuntza Gidaliburua 2024/25 ikasturtea

- Ikaslearen % 80 eskola presentzialetara joaten ez bada, ezingo da ohiko deialdira aurkeztu eta automatikoki ezohiko deialdira igaroko da.
- Hutsegiteak irakasgaiaren ardura duen irakasleari justifikatu behar zaizkio, astebeteko epean gehienez ere. Egiaztagiri ofiziala posta elektronikoz aurkeztu beharko zaio irakasle arduradunari.
- Salbuespen gisa, irakasgaiaz arduratzen den irakasleak beste irizpide osagarri batzuk ere erabili ahal izango ditu, hala nola ikaslearen parte-hartzea, jarrera, jardun- eta aprobetxamendu-maila eta abar, ikasleak deialdi arruntan jarraitzeko aukera izan dezan, baldin eta gutxieneko bertaratzea % 70etik gorakoa bada.
- Ikaslea ezohiko ebaluaziora joango da BAKARRIK suspenditutako zatiekin.
- Irakasgaiaren kalifikazio-sistemak 1125/2003 Errege Dekretuan ezarritakoari jarraitzen dio, eta lortutako emaitzak 0tik 10era bitarteko zenbakizko eskalari jarraituz kalifikatuko dira, dezimal baten adierazpenarekin.
 - 0-4,9: Gutxiegia (GT).
 - 5,0-6,9: Nahiko (NK).
 - 7,0-8,9: Oso ongi (OO).
 - 9,0-10: Bikain (BI)
- «Ohorezko matrikula» aipamena 9.0 edo gehiagoko kalifikazioa lortu duten ikasleei eman ahal izango zaie. Kopurua ez da izango dagokion ikasturtean ikasgai batean matrikulatutako ikasleen ehuneko bost baino handiagoa, matrikulatutako ikasleen kopurua 20tik beherakoa denean izan ezik; kasu horretan, «Ohorezko Matrikula» bakarra eman ahal izango da.
- Ebaluazio-jarduerarik egiten ez duen ikasle matrikulatua ez-aurkeztutzat (EA) joko da.
- Idatzizko ebaluazio-jarduera orok (lanak, azterketak...) ortotipografia-hutsegiteak hartuko ditu kontuan azken kalifikazioan.
- Plagioa debekatuta dago, bai lanetan, bai azterketetan; antzemanek gero, kalifikazioa gaintitu gabe geratuko da. Gainera, campus birtualaren bidez entregatutako lanak Turnitin tresnak aztertuko ditu:
 - Irakasleak % 20 eta % 30 arteko antzekotasun-indizea duten txostenak berrikusiko ditu, plagio-iturri posibleak aztertzeko eta justifikatuta dauden ebaluatzeko.
 - Irakaslearen analisisia egin ondoren, % 30etik gorako antzekotasun-indizea duen edozein lan ez da ebaluatuko.

Bibliografia eta ikasteko beste baliabide batzuk



Irakaskuntza Gidaliburua

2024/25 ikasturtea

Oinarrizko Bibliografia

- Uriarte Marcos, S., Rodríguez-Rodríguez, R., Alfaro-Saiz, J. J., Carballeira, E., & Uriarte Marcos, M. (2021). Improving on Half-Lightweight Male Judokas' High Performance by the Application of the Analytic Network Process. *Frontiers in psychology*, 12, 621454.
- Alessandro, F. (2007). 1500 ejercicios para el desarrollo de la técnica en el tenis. Barcelona: Paidotribo.
- Moyano, J. (2011). 1001 Juegos y ejercicios de pádel. Sevilla: Wancuelen.

Bibliografia Osagarria

- Martínez-Rodríguez, A., Vicente-Salar, N., Montero-Carretero, C., Cervelló-Gimeno, E., & Roche, E. (2021). Weight Loss Strategies in Male Competitors of Combat Sport Disciplines. *Medicina*, 57(9), 897.
- Pocecco, E., Ruedl, G., Stankovic, N., Sterkowicz, S., Del Vecchio, F. B., Gutiérrez-García, C., ... & Bartscher, M. (2013). Injuries in judo: a systematic literature review including suggestions for prevention. *British journal of sports medicine*, 47(18), 1139-1143.
- Ghoul, N., Tabben, M., Miarka, B., Tourny, C., Chamari, K., & Coquart, J. (2019). Mixed martial arts induces significant fatigue and muscle damage up to 24 hours post-combat. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 33(6), 1570-1579.
- Phomsoupha, M., & Laffaye, G. (2015). The science of badminton: game characteristics, anthropometry, physiology, visual fitness and biomechanics. *Sports medicine*, 45(4), 473-495.
- Amieba, C. & Martín, J.J.S. (2013). Aspectos generales de la competición del pádel y sus demandas fisiológicas. *AGON: International Journal of Sport Sciences*, 3(2), 60-67.
- Kovacs, M. S. (2007). Tennis physiology. *Sports medicine*, 37(3), 189-198.
- Marks, B. L. (2006). Health benefits for veteran (senior) tennis players. *British Journal of Sports Medicine*, 40(5), 469-476.
- Crespo, M. & Reid, M. (2013). Entrenamiento de tenistas iniciantes e intermedios. International Tennis Federation.

Gomendatutako Beste Ikaskuntza-baliabide Batzuk

- <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/>



Irakaskuntza Gidaliburua

2024/25 ikasturtea

- <https://www.ijf.org>