



Irakaskuntza Gidaliburua

2026/27 ikasturtea

Datu Orokorrak

Irakasgaia: AURKARI-KIROLAK.

Titulazioa: JARDUERA FISIKOAREN ETA KIROLAREN ZIENTZIETAKO GRADUA.

Mota: DERRIGORREZKOA.

ECTS kredituak: 12 ECTS

Maila: 2.

Denbora-banaketa: 2. SEIHILEKOA.

Hizkuntza: GAZTELANIA.

Irakasle-taldea: Dk. Arkaitz Garbisu Hualde arkaitz.garbisu@euneiz.com; Iñigo Madariaga López inigo.madariaga@euneiz.com; Unai Merino Mencía unai.merino@euneiz.com

Ikasgela(k): Ikasgela teorikoak eta kanpoko kirol-instalazioak.

Irakasgaiaren aurkezpena:

Irakasgai honek bi bloke handi ditu. Multzoetako batean erraketa-kirolen oinarrizko 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)¹

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

¹ PIEren sailkapena 822/2021 Errege Dekretuan definitutakoari dagokio, eta titulua egiaztatzeko memorian definituta dago.

* Edukia zabaltzea, horretarako irakaskuntza-programazioa erabiliz. Zabaltzea tarteko puntuan egon behar da, hau da, irakaskuntza-gidako informazioa zabaltzea behar da, baina ez da iritsi behar irakaskuntza-programazioaren mugetara. Puntuaz puntu aztertu beharreko gaien aurkibidea sartu behar da (garatu gabe). Gehienez hiru azpialde sar daitezke, ideia giltzarriekin/azpigaiekin Gehienez 2 orrialde izango ditu.



Irakaskuntza Gidaliburua

2026/27 ikasturtea

		eta kirolean praktika gauzatzen dela erakustea.
	GA6	Ikasketa-plan honetan garatutako jarduera fisikoaren eta kirolaren arloetan ezagutzak dituela erakustea eta ulertzea.
Trebetasunak eta Abileziak (T)	TE	Besteekin elkarlanean aritzea eta proiektu komun batean laguntzea.
	TF	Informazioa, ideiak, arazoak eta konponbideak transmititzea publiko espezializatu eta ez-espezializatu bati.

Irakasgaiaren Edukia*

Judoa

- 1. unitatea: Sarrera.
- 2. unitatea: Judoaren oinarriak.
- 3. unitatea: Erregelamendua.
- 4. unitatea: Judo inklusiboa eta hastapeneko judoa.
- 5. unitatea: Judoaren zientzia.

Erraketa-kirolak

- 6. unitatea: Erraketa-kirolen oinarriak.
- 7. unitatea: Erraketa-modalitateak.
- 8. unitatea: Alderdi garrantzitsuak ikasturteetan eta unitate didaktikoa egitea.
- 9. unitatea: erraketa-kirolen oinarri fisikoak eta psikologikoak.
- 10. unitatea: hainbat kolektibotako erraketa-kirolak.

Irakaskuntza-metodologiak eta prestakuntza-jarduerak²

Irakasgai honetan erabilitako irakaskuntza-metodologiak honako hauek dira:

IM1	Azalpenezko metodoa.
IM2	Kasu-azterketak.
IM3	Arazoetan oinarritutako ikaskuntza.

² Titulutik egiaztatutako memoriatik irakaskuntza-metodologiak, prestakuntza-jarduerak eta ebaluazio-sistemak atera beharko dira. (1 ECTS = ikaslearen 25 lanordu).



Irakaskuntza Gidaliburua

2026/27 ikasturtea

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

Ebaluazioa: Ebaluazio-sistemak eta -irizpideak

Ebaluazio-asteak unibertsitatearen webgunean argitaratutako egutegi akademikoan zehaztuta daude; datak irakaskuntza hasi ondoren zehaztuko dira.

Irakasgai honetan honako ebaluazio-sistema hauek erabili dira:

Izendapena	Gutx. hazt.	Gehi. hazt.
------------	-------------	-------------



Irakaskuntza Gidaliburua 2026/27 ikasturtea

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.
- Ebaluzio bakarra, urtean 2 deialdirekin.

Euneiz Unibertsitatean, ebaluazio jarraitua (irakasleek definitutako irakasgaiaren jarduera ebaluagarrien batezbesteko haztatua) da ebaluazio nagusia, baina Euneizek ebaluazio bakarrari heltzeko aukera ematen dio ikasleari.

Ezin da aldatu ikasturtean zehar ikasleak aukeratutako ebaluazio-modalitatea (jarraitua izatetik bakarra izatera).

Ebaluazio bakarreko modalitateari heldu nahi dion ikasleak hori justifikatzen duen idazki formal bat aurkeztu beharko du irakasgaiaz arduratzen diren irakasleei eta tituluaren koordinazioari zuzenduta, modalitate hori hasi eta lehenengo bi asteetan.

Ikaslea ez bada joaten eskola presentzialetara % 80ra, ebaluazio bakarraren ezohiko deialdira igaroko da zuzenean.

Salbuespen gisa, irakasgaiaz arduratzen den irakasleak beste irizpide gehigarri batzuen bidez baloratu ahal izango du, hala nola parte hartzea, jarrera, ikaslearen jardun- eta aprobetxamendu-maila, etab., ikasleari ohiko deialdian jarraitzeko aukera, betiere haren gutxieneko bertaratzea % 70etik gorakoa bada.

Hutsegiteak irakasgaiaz arduratzen den irakasleari justifikatu behar zaizkio, astebeteko epean gehienez ere. Egiaztagiri ofiziala posta elektronikoz aurkeztu beharko zaio irakasle arduradunari.

Ikaslea SOILIK etendako zatiekin joango da ezohiko ebaluaziora.

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).



Irakaskuntza Gidaliburua 2026/27 ikasturtea

- 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,

Ebaluazio-jarduerarik egiten ez duen ikasle matrikulatua ez-aurreztutzat (EA) joko da.

Idatzizko ebaluazio-jarduera orok (lanak, azterketak...) akats ortotipografikoak hartuko ditu kontuan azken kalifikazioan.

Plagioa debekatuta dago, bai lanetan, bai azterketetan, kalifikazioa detektatuz gero, eten egingo da. 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 analisia egin ondoren, % 30etik gorako antzekotasun-indizea duen edozein lan ez da ebaluatuko.

Beharrezko baliabide materialak eta azpiegiturak

Baliabide material edota azpiegitura mota
Irakasleek landutako irakaskuntza-materiala (apunteak, gida teknikoak, zeregin praktikoak).
Ikus-entzunezko baliabideak.
Judogis (ikasleen berezkoak).
Borrokak kontrolatzeko kronometroak eta markatzaileak.
Hastapenerako eta hobekuntza teknikorako material osagarria (manikiak).
Teniseko eta padeleko pilotak (hainbat presiotakoak).
Pilotak eramateko orgak eta entrenamendu teknikorako materiala (konoak, ituak, markatutako lerroak).
Tenis-erraketak eta padel-palak (ikasleenak edo emanak).
Hastapenerako eta hobekuntza teknikorako material osagarria.



Irakaskuntza Gidaliburua

2026/27 ikasturtea

Kanpoko kirol-instalazioa: Fernando Buesa Arena tatami aretoa.

Kanpoko kirol-instalazioa: Mendizorrotzako tenis- eta padel-pistak.

Bibliografia eta ikasteko beste baliabide batzuk

Oinarritzko Bibliografia

- 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.
- 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.

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., ... & Burtcher, 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.



Irakaskuntza Gidaliburua

2026/27 ikasturtea

Gomendatutako beste ikaskuntza-baliabide batzuk

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