



Irakaskuntza Gidaliburua

2026/27 ikasturtea

Datu Orokorrak

Irakasgaia: BANAKAKO KIROLAK.

Titulazioa: JARDUERA FISIKOAREN ETA KIROLAREN ZIENTZIETAKO GRADUA.

Mota: DERRIGORREZKOA.

ECTS kredituak: 6 ECTS

Maila: 1.

Denbora-banaketa: 1. SEIHILEKOA.

Hizkuntza: GAZTELANIA.

Irakasle-taldea: Óscar Urdániz Caudevilla oscar.urdanoz@euneiz.com

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

Irakasgaiaren aurkezpena:

Irakasgai honetan atletismoaren oinarriko oinarri teorikoak eta praktikoak irakatsiko dira, baita prestakuntza-etapetara eta diziplina atletikoen bloke bakoitzerako egokitutako metodologia eta progresio didaktikoak ere.

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.
	GA3	Ikerketa zientifikoko metodoa aplikatzea, Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietako gradudunaren lanbide-praktika hobetzeko eta eguneratzeko.
	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.
	GA8	Jarduera fisikoaren eta kirolaren programak planifikatzea eta ebaluatzea irakaskuntzan, entrenamenduan, osasunean, kudeaketan, birsorkuntzan eta berregokitze fisikoan eta kirolean.
Trebetasunak eta Abileziak (T)	TD	Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietako gradudunaren lanbidearen mugak eta konpetentziak ezagutzea, eta identifikatzea noiz den beharrezkoa beste profesional batengana bideratzea.
	TE	Bestekin elkarlanean aritzea eta proiektu komun batean laguntzea.
	TF	Informazioa, ideiak, arazoak eta konponbideak transmititzea publiko espezializatu eta ez-espezializatu bati.

Irakasgaiaren Edukia*

- 1. unitatea: Atletismoaren orokortasunak
- 2. unitatea: Atletismoaren didaktika
- 3. unitatea: Lasterketak
- 4. unitatea: Jauziak
- 5. unitatea: Jaurtiketak
- 6. unitatea: Testuinguru atletetikoari aplikatutako indar-entrenamenduaren oinarriak

Irakaskuntza-metodologiak eta prestakuntza-jarduerak²

Irakasgai honetan erabilitako irakaskuntza-metodologiak honako hauek dira:

IM1	Azalpenezko metodoa.
IM2	Kasu-azterketak.
IM3	Arazoetan oinarritutako ikaskuntza.
IM4	Proiektuetan 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

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.	21	100
PJ3: Lanak egitea (banakakoak eta/edo taldekoak).	36	20
PJ4: Banakako tutoretza.	2	50
PJ11: Taldeko tutoretza.	2	100
PJ5: Ikasketa independentea eta ikaslearen lan autonomia.	58	0
PJ6: Ebaluazio-probak.	3	100
PJ10: Praktikak kirol-erakundeekin eta/edo kirol-instalazioetan.	28	100
Guztira	150	--

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: Gutxiegi (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.
Lasterketa-materiala: irteera-takoak, arauzko hesiak, erreleboen lekukoak.
Jauzi-materiala: listoiak, erorketa-koltxonetak, pertikak.
Jaurtitzeko materiala: pisuak, diskoak, jabalinak, maila desberdinetara egokitutako mailuak.
Material osagarria: konoak, pikak, seinaleztapen-markak, zinta metrikoak, sendabaloiak.
Kronometroak eta/edo denbora eta distantziak neurtzeko sistemak.
Kanpoko kirol-instalazioa: atletismo-pista eta Mendizorrotzako modulua.



Bibliografia eta ikasteko beste baliabide batzuk

Oinarritzko Bibliografia

- Mann, R. V., & Murphy, A. (2024). The mechanics of sprinting and hurdling. Independently published.
- Duran, P. P. (2000). Lanzamientos II Manual Básico de Atletismo. Real Federación Española de Atletismo.
- Gil, F., Pascua, M., y Sánchez, R. (2005). Manual Básico de Atletismo – Carreras. Real Federación Española de Atletismo.
- García-Grossocordón, J., Durán-Piqueras, J., & Sainz-Beivide, A. (2015). Jugando al Atletismo. Real Federación Española de Atletismo.
- García-Grossocordón, J., Durán-Piqueras, J., & Sainz-Beivide, A. (2012). Competiciones Alternativas para niños y jóvenes (hasta los 15 años). Real Federación Española de Atletismo.

Bibliografia Osagarria

- Pascua, M., Gil, F., y Marín, J. (2008). Atletismo 1 - Velocidad, Vallas y Marcha. Real Federación Española de Atletismo.
- Bravo, J., Ruf, H., y Vélez, M. (2003). Atletismo2 - Saltos Verticales. Real Federación Española de Atletismo.
- Bravo, J., Campos, J., Durán, J., y Martínez, J. L. (1993). Atletismo 3 – Lanzamientos. Real Federación Española de Atletismo.
- Brigaud, F. (2017). La carrera: Postura, biomecánica y rendimiento. Paidotribo.
- Rius-Sant, L. (2005). Metodología y Técnicas de Atletismo. Paidotribo.

Gomendatutako beste ikaskuntza-baliabide batzuk

- <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/>
- <https://www.recursoscientificos.fecyt.es/>
- <https://www.scopus.com/home.uri>
- <https://worldathletics.org/>