

36. alea  
2005

HEZKIDETZAN  
Pausoz pauso

Paso a paso  
En la COEDUCACIÓN



2. eta 3.  
zikloa

# Gure gorputza



Neure gorputza baloratu



	ADOS De acuerdo	EZ NAGO ADOS No estoy de acuerdo	EZ NAGO ZIUR No se seguro
GORPUTZ EDERRA DAUKAT Tengo un cuerpo bonito			
NIRE BEGIAK EZ DIRA POLITAK Mis ojos no son bonitos			
NIRE ILEA ASKO GUSTATZEN ZAIT. Me gusta mucho mi pelo			
NIRE HANKAK EZ ZAIZKIT GUSTATZEN. No me gustan mis piernas			
ESKU POLITAK DITUT. Tengo las manos bonitas			
NIRE AHOA ITSUSIA DA Mi boca es fea			
IPURDI EDERRA DAUKAT Tengo un culo bonito			
NIRE AVRPEGIA EZ DA POLITA Mi cara es bonita			
GUSTATZEN ZAIZKIT NIRE SEXU-ORGANOAK Me gustan mis órganos genitales			
EZ DAGO GAIZKI NIRE ITXURA No estoy mal			





EGIN ZURE GORPUTZAREN MARRAZKIA ETA GUSTATZEN EZ ZAIZKIZUN ATALAK URDINEZ MARGOZTU  
 Haz el dibujo de tu cuerpo y marca en azul las parte que no te gustan.  
 Zergatik ez zaizkizu gustatzen zure gorputzaren atal horiek?

-----  
 -----

ORAIN GUSTATZEN ZAIZKIZUNAK GORRIZ MARGOZTU. Ahora dibuja en rojo las que te gustan.  
 Zergatik gustatzen zaizkizu?

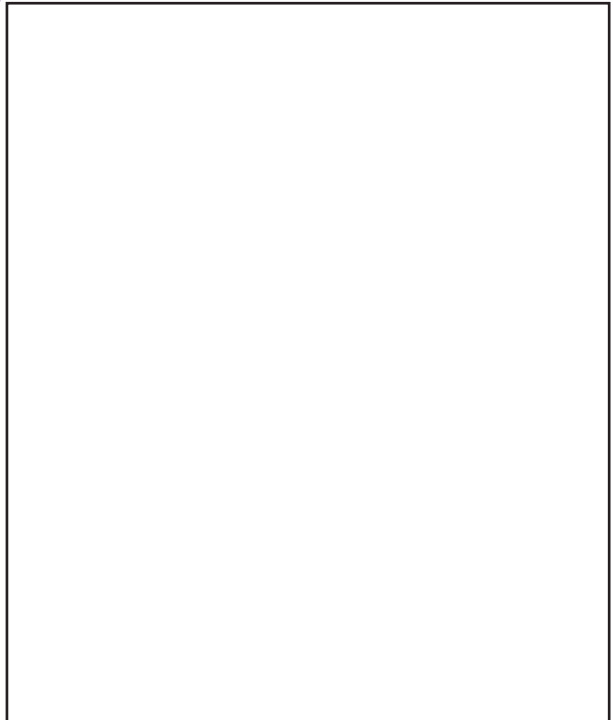
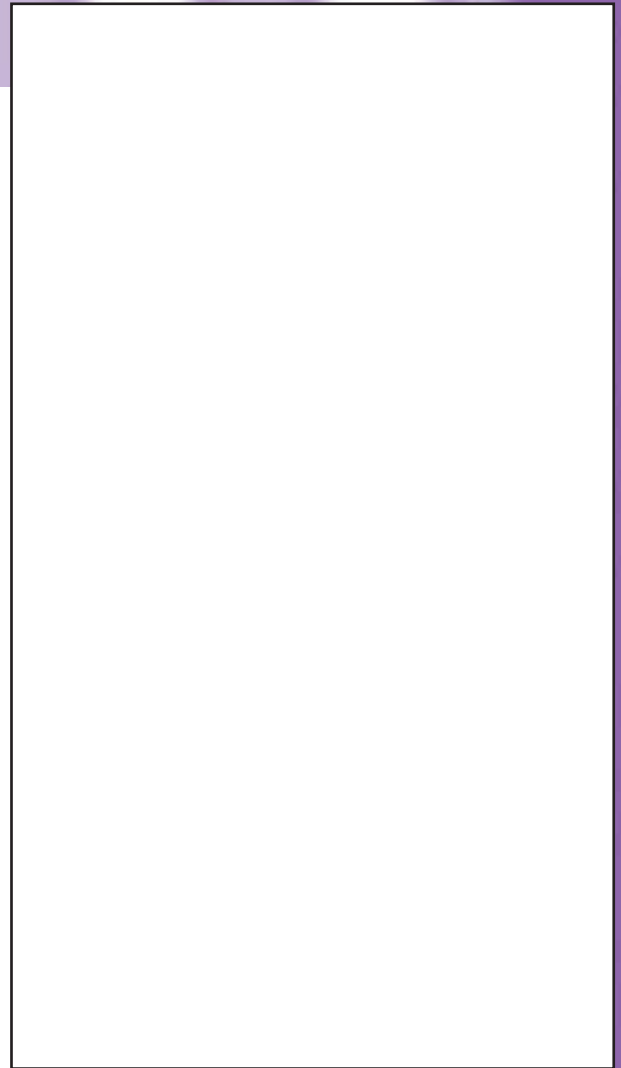
-----  
 -----

Zer kolore ikusten da gehiago marrazkian gorria ala urdina?  
 ¿Qué color predomina en el dibujo?

-----  
 -----

Hartu etxean dituzun aldizkariak eta aukeratu emakume edo gizon gorputz bat. Itsatsi hemen.  
 Nolakoa da?

-----  
 -----



GURE BURUA IDENTIFIKATZEKO LEHENENGO BIDEA DA. BESTE PERTSONEKIN HARREMANETZEN GARENEAN GORPUTZAREN BIDEZ EGITEN DUGU.  
 GURE INGURUNEAK MARKATZEN DUEN GORPUTZ EREDU KULTURALA BARNERATZEN DUGU. ESTEREOTIPO NAGUSIAK GORPUTZ IDEALA MARKATUKO DU.

Nuestro cuerpo es nuestro primer medio de identificación. Cuando nos relacionamos con otras personas lo hacemos a través del cuerpo. Interiorizamos el modelo cultural de cuerpo que hay en nuestra sociedad. El estereotipo dominante va a marcar el modelo ideal del cuerpo

Sexuaren arabera gorputzen balorazio desberdinak egiten direla uste duzu?  
 ¿Crees que se hacen valoraciones diferentes del cuerpo según el sexo?

-----  
 -----

# Higiene eta norbere garbitasun arauak

## Normas de higiene y limpieza personal

JARDUERA Actividad	NOIZ. Cuando (maiztasuna, zein unetan..)
Dutxa/bainua	
Ilea zaindu Cuidar el pelo	
Azazkalak zaindu Cuidar las uñas	
Hortz-haginak garbitu Limpiarse los dientes	
Begiak, sudurra, belarriak garbitu. Limpiarse los ojos, la nariz, las orejas..	
Arropaz aldatu Cambiar de ropa	

### Gorputzaren garbitasuna

Garrantzi handikoa da eta oso atsegina da bai zuretzat eta bai besteentzat.

Gorputz osoa garbitzea komeni da: hortzak otordu bakoitzaren ondoren, eskuak jan aurretik....

*Esan zeintzuk diren osasunarentzako ekintza eta jardun onak eta zeintzuk txarrak.*



# Gurasoen txokoa



## GURE GORPUTZA



Zaindu, entzun, ezagutu eta maitatu behar dugu.  
Tenemos que cuidar, escuchar, conocer y querer NUESTRO CUERPO

### Gure seme-alabekin Zentzumenak lantzeko jolasak

Juegos para trabajar los sentidos con nuestras hijas e hijos

#### Ukimena Tacto

Luma batekin jolastuko dugu gorputzeko atal desberdinetan (aurpegia, eskuak, oinak...) lazlanak ematen.

Con una pluma vamos a jugar a hacernos caricias en diferentes partes del cuerpo (cara, manos, pies...)

#### Dastamena Gusto

Begiak itxita fruta desberdinei kosk egingo diegu eta dastamenaren bitartez zein fruta den asmatu behar dugu.

Con los ojos cerrados vamos a morder cachos de diferentes frutas y tenemos que adivinar qué es.

#### Entzumena Oido

Bost minututan isilik egongo gara eta etxean entzuten ditugun soinu guztiak zerrendatuko ditugu. Ea nork harrapatzen duen gehien!

Durante cinco minutos nos quedamos escuchando los sonidos que hay en la casa y lo vamos apuntando, a ver quien oye más.

#### Usaimena Olfato

Zoaz hozkailura eta saia zaitaz bertan dauden janari guztien usaina aditzen. Egin ezazu begiak itxita eta norbaiten laguntzarekin.

Vete a la nevera y trata de captar los olores que hay. Hazlo con los ojos cerrados y con la ayuda de alguien.

### Idatzi sentitu duzuna

Escribe lo que has sentido

---

---

---

### Ikusmena Vista

IKUSI MAKUSI jolasean. Etzeko gela batean jolastuko dugu eta hor dagoen gauza bat aukeratu behar dugu besteak asmatzeko. Behin aukeratuta besteak *ikus* *makusi* esango diegu eta besteak *zer ikusi* erantzungo dute. Orduan aukeratu duzun gauzaren lehenengo letra esan behar duzu "B" hasten den gauzatxo bat (besaulkia), ea asmatzen duten.

Jugando al VEO-VEO



Zer iruditu zaizu boletin hau?

¿Qué te ha parecido este boletín?

---

---

---

Koordinatzailea:



Babeslea:



ARRASATEKO UDALA