

BERRIOZAR- EZKABA MENDI ATERALDIA



IKASGAIA: NATURAKO JARDUEREN OINARRIAK

IRAKASLEA: ASIER OIARBIDE

IKASLEAK: IMANOL KAÑAMARES MUGUERZA eta HARITZ JAMAR LUSARRETA

IKASTURTEA: 2015/2016

AURKIBIDEA

1.- SARRERA.....	2
2.- MARKO TEORIKOA.....	2
3.- METODOLOGIA.....	4
3.1.- NOLA EGIN DUT.....	4
3.2.- TXANGOAREN EZAUGARRIAK.....	4
4.- IBILBIDEAREN PROPOSAMENA.....	6
4.1.- BERRIOZAR ETA EZKABAREN KOKAPENA ETA OINARRIZKO INFORMAZIOA.....	7
4.2.- TOPOGIA.....	10
5.- EZTABAIDA.....	14
6.- ONDORIOAK.....	15
7.- ERREFERENTZIAK.....	16

1.-SARRERA:

Berriozarko herriarekin muga egiten duen Ezkaba mendira ateraldia egitea proposatzen dut hurrengo lan honen bitartez. Ezkaba mendia 895 metroko altuera duen mendia da eta Iruñea Iparraldean kokatuta dago. Balio historiko handiko gertaera ezberdinak jazo dira bertan, gero azalduko ditudanak, ondorioz toki aproposa da kirola egiteaz gain gure herriaren historia gertuagotik ezagutzeko.

Ateraldia Berriozarko Arditxo taldearentzat pentsatua dago. Bertan, 13/16 urte neska eta mutilak elkartzen dira, monitore batzuen laguntzaz aisialdia euskaraz lantzeko. Dena dela, ateraldi hau adin tarte honetarako zein adinez helduagoa den beste edozein talderentzako gomendagarria da, exigentzia fisiko aldetik ez baita oso handia.

Ibilbide hau aipaturiko Berriozarko Mendialde Ikastetxe Publikotik abiatuko da, eta bidean hainbat puntu garrantzitsu ikusi ondoren Ezkaba mendian dagoen Alfontso XIII ren fortifikazioan bukatuko da, handik berriro beherakoari heldu eta 4 ordu geroago berriz ere bueltan egoteko. Ibilbide honek Iruñerri osoa toki altu batetik primeran ikusi ahal izateko aukera emateaz gain, bai Iruñeako eta baita Gerra Zibileko gertaera garrantzitsu batzuk gertutik ezagutzeko aukera ematen du.

Bide batez, haurrei mendian orientatzeko oinarrizko irakaspen bat emango zaie, bai igoeran zehar dauden mapak aztertzen eta baita marka ezberdinak interpretatzen. Bideari ekin eta berea afitxa informatibo batekin topo egingo dute eta topogiaren laguntzaz haien kabuz helmugara iristea izango da helburua. Monitoreen lana, egingo diren geldialdietan, bertan gertatukoak kontatzea izango da.

2.-MARKO TEORIKOA:

Antzinean kirola hezkuntzarako eta sozialki egokiak ziren baloreak irakasteko bideratuta zegoen. Ez da harrizkoa saskibaloia, egun kirol ospetsuenetariko bat dena, hezkuntzako instituzio batean jaio zela. Gaur egun, geroz eta ikastetxe gehiagok ezartzen dute kirola ikasleak hezteko (Amat, M, Batalla, A. 2000), gainera kirola ikasleen ikasgairik gustukoena da denbora pasatzeko (Giménez Fuentes-Guerra, F.J. d.g.).

Askoren ustez, kirolak duen kompetibitatea txarra da hezteko garaian. Aitzitik, kirol batzuek duten kompetibitatea ongi erabiliaz onurak jaso ditzakegu: kooperazioa, arauak eta aurkariak errespetatzea,... (Amat, M, Batalla, A. 2000).

Nahiz eta batzuek kirola gorputza otzantzeko eta humanistikoak ez diren baloreak transmititzeko dela dioten, kirolak hainbat balore irakasteko balio dezake: talde lanari lotutako baloreak (esfortzua, entrega,..), balore moralak (kooperazioa, eskuzabaltasuna, hezkidetz,

“portaera egokia”,...), osasun baloreak (gorputza zaintzea, osasuntsu jatea,...) (Amat, M, Batalla, A. 2000).

Baina kirolak ez ditu balore hauek zuzenean irakasten, zeharka baizik. Kirolak egoera egokiak sortarazten ditu non pertsona bakoitzak, kritikoki pentsatuta, bere eremu pertsonalaren eta komunitarioaren arteko oreka mantenduz bere hierarkia eraikitzen duen (Amat, M, Batalla, A. 2000).

Esan bezala, kirola praktikatzean onura psikologiko eta fisikoak eskuratzen ditugu. Hori bai, kirola egitean hainbat baldintza eman behar dira onura hauek gizakiaren garapen integrala hobetzeko. Onura hauek izateko kirol jarduera era jarraitu batean eta giro egoki batean egin behar dira, non irakasleen eta entrenatzaileen baloreak transmititzeko gaitasuna oso garrantzitsua den. (Gutierrez Sanmartin, M. d.g.).

Natur jardueretan beste pertsonekin interakzioan egonda, konfiantza, errespetua, erantzukizuna, laguntza, apaltasuna,...transmititu daitezke. (Venero Venezuela, J.P. 2007). Horregatik ez da harritzekoa historian zehar hainbat autorek natur jardueren garrantzia azpimarratu duten: Rousseau (XVIII m.), Pestalozzi, Jorge Heber (sistema naturaletan egindako eskolak asmatu zituen) (Garcia Aguilera, E.N. 2010).

Fdez. Quevedo-k horrela definitu zituen natur jarduerak: “Jarduera interdisziplinari multzo bat dira naturarekin kontaktuan egonda eko-hezitzaile eta sortzaile eta kiroltasuna helburu dutenak.”

Mendi bat igotzean, paretan bat igotzean, kobazulo batean sartzean, mendi ibilaldi bat egitean,... eremu itxi batean nekez lortuko genukeena lortuko genuke. Natura eskola eremuko ikasketak irakasteko baliabideak: geografia, historia, fauna, flora,... Ikastola gehienetan ikasketak hauek irakasten dira baina ikasleek ez dute naturan bezain ongi ikasten (Arribas, H 2008).

Natur jardueretan hezkuntzarako baliagarriak diren bi arlo bereiz daitezke: kognitiboa, ohiko ingurutik, inguru desberdin batera joatea ikasleak zalantza eta esperientzia berriak izatea; eta afektibo-soziala, klasekideen arteko erlazio interpertsonalak indartzen dira, eskuzabaltasuna, lagunkotasuna,...bezalako jarrerak agertzen dira, gainera, ikasleak rol berriak izateko aukera izango du (antolatua, gidatua, kontrolatua, arduratua,...) rol hauetatik bere bizitzarako baliagarriak diren jarrerak barneratuz (Garcia Aguilera, E.N. 2010).

Hezkuntza fisikoan, ikasgeletan, behin eta berriz saiatzen dira ariketa batzuk eginez kooperazioa lantzen. Kooperazioa ariketak modu bateratu batean egin eta partehartzaile guztiek onurak jasotzean lantzen da. Kontzeptu hau ikasgeletan ezartzen da askotan, baina naturako jardueretan ia nahigabe irakasten da. Naturan ibiltzeak taldekideen erlazioak elkartzea errazten du, erlazioak indartzen dira, euren artean gehiago ezagutzen dira,... Guzti honek talde kohesioa indartzen du (Arribas, H 2008). Eremu natural batean pertsona guztien aukerak berdinak dira; eremu honetan, liderrak lider izateari uzten dio eta ahulenak indartsuagoak dira (Garcia Aguilera, E.N. 2010).

Gainera, minusbalotasun intelektuala dutenek autonomia eta autogestioa garatuko dituzte, ez bakarrik lekualdaketa, behar indibidualetan ere: motxilan zer sartu, noiz edan,

noiz jan, esfortzua kontrolatu,...Ezin dugu ahaztu pertsonen autonomia hezkuntzan bilatu behar dugun helburu bat dela eta minusbalotasun bat duen pertsona batentzat are gehiago (Arribas, H 2008).

Mendi ibilaldietan poztasun handiena norberaren helburua lotzea da, horregatik, kontuan hartu behar dira taldekide guztien ezaugarriak (Perez Brunicardi, 2004). "Ez dago gailurrera iristea bezalakorik. Batzuetan bistak izugarriak dira, besteetan ez. Baina momentu horretan igoeran jasandako nekea, egarria, gosea, hotza,... hazten da. Ez du garrantzirik gailurrera heldu den lehendabizikoa nor den jakitea, talde osoa heldu dela eta denon artean lortu dela baizik." (Arribas, H 2008).

Azken urteetan mendizaletasuna kuantitatiboki eta kualitatiboki garatu da eta eskola eremuetan ere sartu da. adibide gisa Txilen egin dituzten mendizaletasunaren formazio eskolak. Bertan mendizaletasunaren historia, ibilbideak, arriskuak,... lantzeaz aparte, ikasleei natur jardueretan euren burua onartzeko eta hauen kideak onartzeko beharra helarazten diete. Susana Ganboak (2005) esan zuen bezala "gizaki izan beharrak norberaren buruaren onarpena eskatzen du". John Powellek ideia hori defendatzeaz gain, norberaren burua onartzen dutenak zoriontsuak direla, gainerakoengana errazago hurbiltzen direla, autodeterminazioa dutela, euren buruez far egiteko erraztasun handiagoa dutela,... baieztatu zuen.

Horregatik, onartu behar da Hezkuntza Fisikoko irakasleek eta hezitzaileek pertsonen garapen integrala lantzeko natur jarduerak egiteari garrantzi handiagoa eman behar dietela. (Gallosa, C; Ramirez, L. 2007)

3.-METODOLOGIA:

3.1.- Nola egin dut?

Nire etxetik 10 minutura oinez dago Berriozarko Ikastetxe Publikoa eta hara bertaratu naiz, bertatik ekingo baitiogu ateraldiaren egunean bideari. Bertan, argazki kamera eta koaderno eskuardean nituela, kronometroa martxan jarri eta bideari ekin diot. Bide asfaltatu berria hartu eta "Lagartika"ra iritsi naiz, bertan panel informatiboa dago. Hemen markatuta dagoen ibilbideetako bat aukeratu dut, huraxe izango baita gero aurrek jarraitu beharko dutena, mendiko marka eta seinaleak interpretatuz.

Bidegurutze guztiak topogian markatzeaz gain, zalantzarriak izan daitezkeen tokietan argazkiak hartu ditut irakasleak eskuragarri izan ditzan, behar den bidetik doazela bermatu ahal izateko.

3.2.-Txangoaren ezaugarriak:

Hasieran aipatu bezala txangoa 13 eta 16 urte bitarteko neska mutilei bideratua dago. 3 Ordu inguru kostako da ibilbide osoa burutzea, tontorrean jan eta edateko tartetxo bat

emango delarik,beraz, exigentzia fisikoa ez da oso handia izango. Txangoak bi helburu ditu, batetik, naturako eremu batean jarduera fisikoa egitea, eta bestetik, eta benetan txango honetan garrantzi handia duena, helburu didaktikoa. Mendi honek balio historiko handia du, Gerra Zibilean kartzela izandako gotorlekua baitago bertan, eta herriko hurrek horren berri izan dezaten oso garrantzitsua da.

Teorikoki taldean edo klase batean azaltzea ondo dago, baina ez dago tokian bertan gertatu zena baina modu hoberik historia ulertzeko.

Txangoa aurrera eramateko udaberri bukaera edo uda dira garairik egokienak, bestela eguraldi traketsa eta lokatza aurkitzeko probabilitatea handia izango baita. Hala eta guztiz ere, ibilbidea ez da arriskutsua, eta beraz, segurtasunez joan gintezke euririk ari ez duen neguko egun batean ere.

Taldea handiegia ez izatea komeni da, eta 10 ikasleko monitore bat joatea gomendatzen da. Talde honen kasuan 16 haur dira, hortaz, 2 monitore joaterekin aski da. Hauei hurrei banatuko zaien topogiarekin batera, geldialdietan gertaera historikoen berri ikasleei ematea egokituko zaie. Horretarako, dagokion geldialdi bakoitzari dagokion laburpen historikoa ere eskuragarri izango dute.

Ibilbidea arriskutsua ez den arren, kontuan hartu beharreko faktore batzuk daude, txangoa egin aurretik kontuan hartu behar ditugunak.

- **Eguraldia:**

Behe lainoa sartuz gero edo euri asko arin baldin badu, galtzeko arriskua asko handitzen da. Hortaz, horrelako egunetan txangoa ez burutzea gomendatzen da. Bestalde, aurreko egunetan euri asko egin badu ere jakinaren gainean egotea komeni da, zapatila eta material egokia eramateko. Eguraldiaren berri izateko web orrialde honetan eskuragarri duzu informazioa:

<http://www.aemet.es/es/eltiempo/prediccion/municipios/berriozar-id31903>

- **Materiala:**

Segurtasuna bermatzeko materiala eta kooperazioa dira faktore garrantzitsuenak. Hortaz, kontuan hartu beharreko kontua da materialarena.Zailtasun tekniko handirik ez daukan ibilbidea izan arren, oinarrizko materiala egokia izatea garrantzitsua da, zapatiletatik hasita eramango dugun janarira arte.

Mendiko zapatila egoki batzuk eramatea beharrezkoa izango da, zolaren behar bezalako funtzionamendua izateko, ez gorakoan ezta beherakoan ere irristatzen handirik eman ez dadin. Beraz, mendiko botak edo mendiko zapatilak eraman beharko dituzte. Kirola egiteko arropa eramatea gomendatzen da, izerdi egingo delako, eta baitamotxila bat eramatea ere. Bertan hainbat gauza eraman beharko direlako. Horien artean, xira bat, mapa, topogia, hamaiketakoa eta edaria. Hotza egiten duen eguna egokituz gero, eskularruak, txanoa eta buff a motxilan eramatea gomendatzen da.

Hidratazioa eta zerbait jatea ere garrantzitsua izango da. Zailtasun eta exigentzia oso handia ez bada ere kontuan hartu behar dugu maila oso ezberdinak emango direla talko kideen artean. Batentzako, paseotxo bat dena beste batentzako urteko erronka izango baita ia. Beraz, horrekin kontuz ibili behar da eta hidratazioa eta elikadura egokia eraman dezaten bermatzen saiatu, igoera zein jaitsierako erritmoak kontuan hartzeaz gain.

Honetaz gain, osasun txartela eta nortasun agiria gainean eramatea komeni da. Edozer gertatuta ere hobe baita identifikazio txartelak eskura edukitzea.

Monitoreek eraman beharreko materiala berdina izango da. Baina honetaz guztiaz gain, gertaera historikoen laburpena ere eraman beharko dute, haiei dagokienean dinamikak aurrera eramateko. Bestalde segurtasuna bermatzeko, GPS bat eramatea gomendatzen da, eta bakoitzak mugikorra eramatea, larrialdi dei bat egin behar izatekotan. Azkenik, monitoreek gutxienez behin ibilbidea egin izana oso garrantzitsua da, zalantzak sor daitezkeelako bidean eta behin egin izanak asko laguntzen duelako. Bidea lehenagotik ezagutzen badute eta ondo menperatzen badute, askoz hobeto.

Ibilbidearen gidari haurrak izango dira eta monitore bat aurrealdean joango da eta bestea azken haurrarekin batera, beti kate luze bat osatuz joango direlarik, aurrekoaren erreferentzia inoiz galdu gabe. Hau guztiek kontuan izatea garrantzitsua da inor ez galtzeko.

- **Jatekoa:**

Elikadura oso garrantzitsua da kirola egiterako orduan, errendimenduan eragin nabarmena baitu. Txangoaren egunean fuerte gosaltzeko esango zaie ikasleei, eta hamaiketakoan fruta pixka bat eta balio kaloriko handiko zerbait eramateko ere, barrita bat edo txokolate pixka bat izan daitekeena, glukosa maila igotzeko. Honetaz gain, hidratazioa oso garrantzitsua izanik, hau ere gogoraraziko zaie eta bakoitzak kantinplora bat eramateko eskatu.

4.-IBILBIDEAREN PROPOSAMENA:

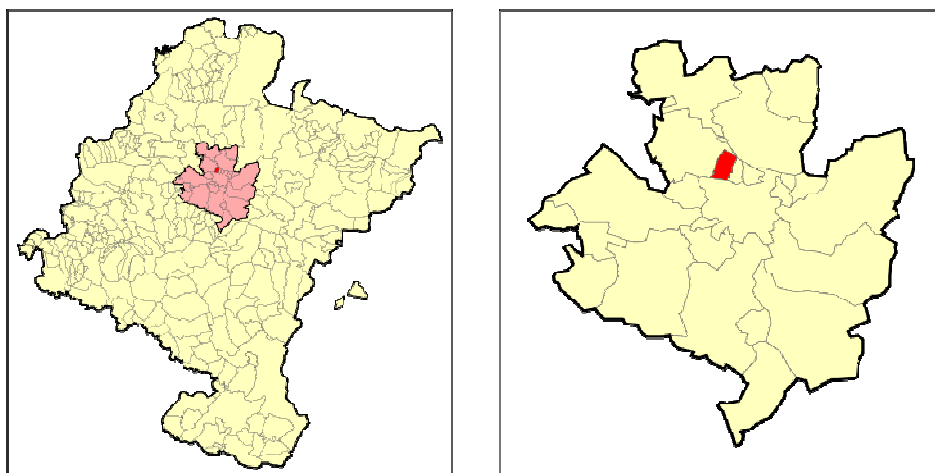
Planteatzen dudan ibilbidea Mendialde Ikastetxe Publikotik, Ezkaba mendiaren tontorreraino igo eta jaistean datza, bidean zehar hainbat puntu estrategikotatik pasatuz, historiari hurbilpen bat egitea helburu dutenak.



4.1.- Berriozar eta Ezkabaren kokapena eta oinarrizko informazioa:

Berriozar Nafarroako udalerrria da, Iruñerriko eskualdekoa, Iruñeko merindadean. 2012ko urtarrilaren 1eko erroldaren arabera, udalerrriak 9.449 biztanle zituen. Berriozar itsasoaren mailatik 428 metrora dago.

Berriozar Iruñerriko eskualdearen ipar-mendebaldean kokatzen da, Iruñatik lau kilometrora. Udalerrriak Berriobeiti eta Ezkabarterekin egiten du muga iparraldean, Antsoainekin ekialdean, eta Iruñarekin hegoaldean. Berriozarrek hiru auzo ditu, Alde Zaharra, Auzo Berria eta Zortziko auzoa (Berriozar, 2015).



Ezkaba edo San Kristobal Iruñeko iparraldean dagoen mendia da, 895 metroko garaiera duena. Bere kokapena dela eta Iruñerriaren iparraldeko atea kontrolatu izan du historikoki. Izenari dagokionez, Iruñerrian bi modutan deitzen zaio, baina akats bat da, oso errotua dagoena gainera. Mendiaren izena Ezkaba da, bai erderaz eta baita euskaraz ere. San Cristobal goian zegoen (iadanik oso desitxuratua dago) ermita baten izena da, eta hortik dator mendiari horrela deitzea. Askok uste dute Ezkaba izena duela euskaraz eta San Cristobal erderaz, baina ez, mendiaren izena Ezkaba da (Monte Ezkaba, 2014).

Aipaturiko ermitaz gain, duen kokapenari esker toki estrategiko izan da Ezkaba mendia mendeetan zehar. Eraikin militar ezberdinak egon izan dira Ezkaba mendian zehar, San Cristobalgo gaztelua kasu, 1276 eraitsia izan zena, “Nabarreriako Guduan”

Honen ostean tamaina txikiagoko dorreak eraiki ziren, beti ere helburu militarretarako. Baina eraikin garrantzitsua, 1878 an eraikitzen hasi zen Alfontso XII.a gotorlekua izan zen.



Gotorleku militar hau bere izaera funtzional horreki ez zen urte askoz martxan aritu, baina 1934ko urriko iraultzatik aurrera kartzela bezala erabiltzen hasi zen. Lehenbiziko presoak Astuariasko iraultzan parte hartzea egozten zitzairen asko izan ziren, eta orduztik 1945 arte Gerra Zibila barne preso asko eta asko izan ziren hemen, osasun eta higie baldintza penagarrietan.

Gotorleku honen inguruan asko dago kontatzeko beraz, Gerra Zibilean zer esan handia eman baitzuen eta esaterako Ezkabako lhesaldi famatua bertan gertatu zen. Planteatzen den ibilbidean zehar historiaren zati honi erreparatuko zaio, eta geroago eraki diren oroitarrietan eta aurkitutako fosa komunetan geldialdiak egingo dira, gertatutakoa gertutik ezagutzeko intentzioarekin.

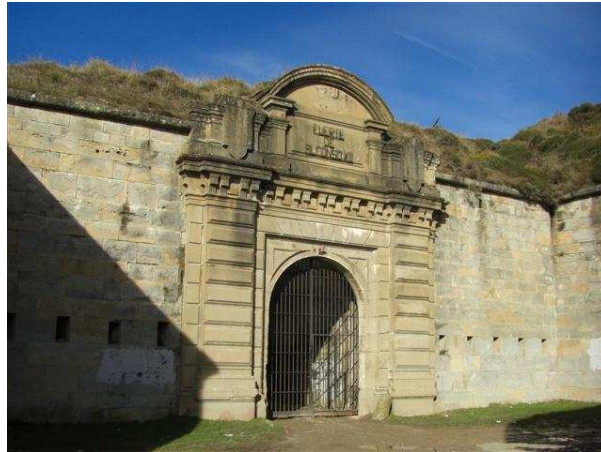
- **Ibilaldia:**

Esan bezala Mendialdea ikastetxean hasi eta bukatuko da ibilaldia. 3 Ordukoa izanen dela aurreikusten dena dena ondo badoa, hortaz, 9:45 etan geratzean aurreikusten da, 10 etan bideari ekiteko. 3 Geldialdi egingo dira igoeran zehar, gero topogian zehazki markatuta egongo direnak. Monolitoan lehenengoa, kartzelako atean bigarrena, goiko foso eta plaka oroigarrian hirugarrena.

Monolitora iristeko igoeraren zati handiena egin behar da, ondorioz geldialdi hori luzeena izango da, 15 minutu iraungo du. Ur trago bat hartu eta monitoreek monolitoaren inguruko informazioa eskainiko diete ikasleei. Galderen bidez saiatuko dira, dakiten informazioa bota dezaten eta gero denen artean bertan gertatutakoa ulertzen saiatuz.



Bigarren geldialdia gotorlekuko atekoa izango da eta bertan gotorlekuaren detalle batzuk emango zaizkie, sorreraren urtea, emandako erabilerak... Kontuan hartzekoa da militarren esku dagoen eraikuntza honetara, erabilerarik gabe dagoen arren, sarrera debekatua dagoela. Sartu ahal izateko haiekin negoziatu behar da eta oso zaila da baimena lortzea. Bestela, aukera legoke barrura sartu eta barru barrutik ikusteko.



Azkeneko geldialdia mendiaren tontorrean egingo da. Bertan hilerri bat dago, fusilatuak izan ziren hainbat eta hainbat persona lurperatuak daudena.



1938 ko maiatzaren 22 an, espainiar estatua Gerra Zibilean murgilduta zegoela, Ezkabako gotorleku/kartzelatik 795 presok alde egin zuten. Denak ere errepublikareriko leialak ziren eta Frantziara heltzeko asmoz egin zuten ihes. Europaren historia osoan zehar emandako ihesaldirik handiena zen, eta halako egoerari frankismoak erantzun bortitza eman zion.

Iheslarietako 206 harrapatu eta bertan erahil zituzten, beste gehienak berriro preso hartu zituztelarik. Hiruk ordea ihes egitea lortu zuten, Jovino Fernández, José Marinero eta Valentín Lorenzo, CNTko eta UGTko sindikalistek. Badirudi laugarren batek ere lortu zuela ihes egitea, baina oraindik ez dute lortu benetan egia den frogatzea (Ezkabako Gotorlekuko iheslariak, 1938; d.g.).

Behin tontorrera helduta jaitsieran Berriozarko ikuztegitik pasako gara, ur trago bat hartzeko aukera izango dugularik, Ezkaba menditik datorren ur freskoa dastatuz.



4.2.- Topogia:

PART.	BAT.	
0´	0´	Berriozarko Mendialde Ikastetxe Publikoko sarreratik irtengo gara, eta bertan (1.irudia)dagoen asfaltozko bidea hartuko dugu.
6´	6´	Herri Zaharrera iritsiko gara, bidegurutzean eskuinera egingo dugularik, hego-ekialderuntz, asfaltozko bideari jarraituz. (2. Irudia)
5´	11´	Bidegurutze zabal batera helduko gara eta bertan informazio panela egongo da. Bide berdea jarraituko dugu guk. Pistatik aurrera egingo dugu, panela ezkerrean utzita. Ekialderuntz(3.Irudia)
4´	15´	Gezi batez markatutako bidegurutzera iritsiko gara. Bertan ezkerrean biratuko dugu, goruntza eginez. Etxebakarreko bidea hartuko dugu. Iparraldeko norabidea hartuko dugu.(4.Irudia)
15´	30´	Mahai batzuetara iritsiko gara. Hauek ezkerretara utzi eta eskuinetara joko dugu, beti Iparraldeko norantzan(5.Irudia)
2´	32´	Bidegurutzean eskuineko bidea hartuko dugu, 25 Gradu Ipar Ekialdera Hemendik aurrera tontorrera iritsi arte marka txuri eta berdeak jarraituko ditugu, zuhaitzetan daudenak.(6.Irudia)
3´	35´	Errepidea gurutzatuko dugu eta beste aldean dagoen bidezidorretik aurrera jarraituko dugu, iparralderuntz doa beti norabidea. (7.Irudia) Berdez markatua dago eta ez dago bidegurutzerik tarte honetan. Harri dexente dago, beraz poliki joatea komeni da.
8´	43´	Berriro errepidearekin topo egingo dugu, hau gurutzatu eta bidezidorretik segi. Berdez markatua egongo da.
10´+15´	68´	Monolitoarekin topo egingo dugu. Bertan 15 minutuko geldialdia egingo dugu(8.Irudia)Monolitoa eskuinean utzita aurrera jarraituko dugu, Iparralderantz beti ere,marka berdea jarraituz.
5´	73´	Eskuinetara joko dugu bidegurutzean, penditza dezente duen aldapan sartuz.(9.Irudia)30 Gradu Ipar Ekialderantz.
7´+5´	80´+5´	Gotorlekuko atera iritsiko gara, bertan 5´ eko geldialdia, monitoreek kontatzeko. Handik eskuinetara.90 gradu ekialderantz joanez aldapatxoa dago, hura hartuko dugu tontorrera heltzeko.(10.Irudia)
5´	90´+15´	Tontorrera helduko gara. Bertan dagoen plaka ikusi eta monitoreek haren zergatia azalduko dute. 15 Minutuz atsedena izango da hamaiketako hartzeko.(11.Irudia)Gero aldapatxoa jeitsi eta beheko bidea hartuko dugu. Eskuinera joz igo dugun azken aldapatxotik,(12.Irudia)mendebalderuntz 50 gradu.
3´	108´	Bidegurutze batekin egingo dugu topo. Hiru bide daude, guk erdikoa hartuko dugu, penditza handiena duena. (13.Irudia)
3´	111´	Bidegurutze honetan ezkerrean joko dugu,hegoalderuntz, bide estu eta harri asko dituena hartuz. Mantso joango gara penditza handia baitago.Bide hau horiz markatua egonen da.
10´	121´	Errepidearekin topo egingo dugu, hura gurutzatu eta hortxe jarraitzen du bidezidorrak, hegoaldeko norantzan(14.Irudia)
3´	124´	Errepidea hartuko dugu behearantzko joeran eta hegoaldeko norantzan eta 40 metrotara eskuinera hartuko dugu bidezidorrera sartuz berriro ere.(15.Irudia)
6´	130´	Herri zaharrera iritsiko gara. (16.Irudia) Bertan eskuinera, hego mendebaldera eta hurrengo kalean ezkerrean, hegoaldera, joko dugu.
4´	134´+10	Berriozarko labaderora iritsi gara eta ondoan dagoen Ezpeleta Jauregia ere ikusteko aukera izango dugu. 10 minutuz egongo gara bertan.(17.Irudia)



1. Irudia



2. Irudia



3. Irudia



4. Irudia



5. Irudia



6. Irudia



7. Irudia



8. Irudia



9. Irudia



10. Irudia



11. Irudia



12. Irudia



13. Irudia



14. Irudia



15. Irudia



16. Irudia



17. Irudia

5.-EZTABAIDA:

Gazteentzako irteera bat egiten dugunean, taldearen ezaugarriak kontuan hartu behar ditugu txango hori haiantzako aproposa dela baieztatzeko. Horregatik, guk aukeratutako mendi ibilaldia 14-16 urte duten gazteentzako aproposa dela uste dugu. Adin hauetan fisikoki nahiko garatuta daude, eta ez dute arazorik izango mendi ibilaldia egiteko. Egia da batzuek beste batzuek baino errazago igoko dutela Ezkaba, baina lortu nahi duguna da, indartsuenek ahul horiek laguntzea da, taldea kohesionatuz.

Horretaz gain, gure ikasleen arteko erlazio interpersonalak indartu nahi ditugu “Naturan ibiltzeak taldekideen erlazioak elkartzea errazten du” (Arribas, H 2008), ikastolan daudenean euren taldetxoetan daudelako bakarrik, eta mendi irteera batean taldetxo txiki horiek, talde handiago batean bihurtu nahi ditugulako. Honekin batera, euren artean eskuzabalak izatea nahi dugu, hamaiketako edota ura banatzerako orduan. “Guzti honek talde kohesioa indartzen du” (Arribas, H 2008).

Gainera, taldekideen artean desberdintasunik ez egotea nahi dugu, eta eremu natural batean “pertsonek guztien aukerak berdinak dira” (Garcia Aguilera, E.N. 2010); mendi ibilaldi batean rola aldatu daitezke, liderrak lider izateari uzten dio eta ahulenak indartsuagoak dira, horrela eman daitezkeen bulling egoerak sahiestuko ditugu eta ez dira ikasle baztertutako kasuak emango.

Argi dago Natur Jarduerak oso erabilgarriak direla pertsonen artean konfiantza, errespetua, laguntza, apaltasuna,.. transmititzeko, Venerok (2007) ongi azaltzen duen bezala. Hori gure gazteei helarazteaz gain, klasean ikasiko dituzten gauzak zeharka barneratuko dituzte, Ezkabako geografia, historia, flora,... Arribasek (2008) esaten duenez, klasean baino hobe ikasiko dute.

Baita ere, ikasleek taldea gidatzeko aukera izango dute eta euren gauzez arduratu beharko dira, horrela, Garciak (2010) esaten duen bezala, bizitzarako baliogarriak diren jarrerak barneratuko dituzte. Honekin, lortu nahi duguna da pertsonen euren autonomia lortzea eta are gehiago minusbalotasuna dutenek (Arribas, H 2008). Ezkabara joatean ez dugu nahi konpetibitatea sustatzea eta jakitea nor igoko den lehena, baizik eta talde kohesionatu bat bezala lan egitea, eta guztion artean lagunduta, helburu komun bat lortzea: gailurrera guztiok iristea. Arribasek (2008) dioen bezala, “Ez du garrantzirik gailurrera heldu den lehendabizikoa nor den jakitea, talde osoa heldu dela eta denon artean lortu dela baizik.” Edonola ere, taldekide guztien ezaugarriak kontuan hartu behar ditugu eta azkenengoaren erritmoa moldatuko gara, talde kohesionatu bat baikara.

Eta bide batez, Txile eskolakoek lortu nahi dituzten helburuak, guk ere lortu nahi genituzke. John Powellek (d.g.) esaten duen bezala, guk haur hauek zoriontsuak, euren buruaz par egiteko gai izatea, gainerakoengana errazago hurbiltzeko gaitasuna izatea, eskuzabalak izatea,... Galloso eta Ramirez jaunek (2007) uste duten bezala, guk ere uste dugu Natur Jarduerak egitea tresna oso egokia dela pertsonen garapen integrala garatzeko.

6.-ONDORIOA

Lan hau eginda asko ikasi dugu. Lehedabiziko aldia da txango bat antolatzen jarri garela, topogia, marko teorikoa, eztabaida eta guzti. Txango bat antolatzea erreza dela badirudi ere ondo ateratzeko lanketa on bat burutu behar dela argi ikusi dugu. Bestalde, natur jarduerak heziketa integralean duten garrantzia ikasi dugu, marko teorikoan aztertu eta sakonduriko gaien bitartez.

Txango bat antolatzeko, lehenik eta behin, taldearen ezaugarriak jakin behar dira, ibilbidea gure ikasleentzat egokia dela bermatzeko. Ezin da ez errexegia ez zailegia izan, izan ere, erreza bada euren helburua erraz lortuko dute eta aspertu egingo dira. Oso zaila bada ordea, taldearen zati batek erronka gaindituko du baina beste batzuk ez dira kapaz izango, frustrazioara eramango dituelarik. Heziketa eta aisialdi esparruan egonda horrelako egoerak nahitaez ekidin beharrean gaude beraz

Baina jakituri nagusia marko teorikoa egiterakoan izan dugu. Bertan Natur Jarduerak hezkuntzan izan dezaketen indarra eta erabilgarritasuna barneratu dugu, ikasleen garapen integrala lortze bidean. Ikasleek Natur Jarduerekin klasean ikasi dezaketena azkarrago eta hobe ikasiko dute, haien arteko erlazio interpersonalak sendotuko dituzte, euren artean lagundu eta eskuzabalak izaten ikasiko dute, euren artean errespetatuko dira.

Azken batean klasean modu teorikoan landu ditzakegun balore batzuen oinarri teorikoak memoriz ikasi ditzakegu, baina lan honen bidez argi ikusi dugu, hortik pausu bat aurrera emateko garrantzitsua dela balore horiek praktikan jartzea, Natur Jardueren esparrua baliatuz kasu honetan. Buruz ikasi dezakegu, eskuzabaltasuna, elkarlana, errespetua... zer diren, baina mendian gora azkeneko ur tanta egarri den lagunari emateko kapaz izatea ez da liburu baten bidez ikasten, praktikan mendian benetan sentitzen da hori zer den.

7.-ERREFERENTZIAK

Berriozar. (2015, uztailak 20). *Wikipedia, Entziklopedia askea*. 2015eko abenduaren 7an 10:47an azkenekoz ikusia helbide honetan: <https://eu.wikipedia.org/w/index.php?title=Berriozar&oldid=4962241>.

Monte Ezcaba. (2014, abuztuak 12). 2015eko abenduaren 7an 11:20an azkenekoz ikusia helbide honetan: [https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Monte Ezcaba&oldid=76307291](https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Monte_Ezcaba&oldid=76307291).

Eztabako Gotorlekuko iheslariak, 1938 (d.g.). *Los Fugados de Ezcaba 1938*. 2015eko abenduaren 7an 11:30etan azkenekoz ikusia helbide honetan: <http://www.losfugadosdeezkaba1938.com/ezkabako-gotorlekuko-iheslariak-1938/>

Amat, M, Batalla, A. (2000). *Aula de innovación educativa*.

Venero Venezuela, J.P. (2007). *La clase de Educación Física como motor de cambio social. Reflexionando sobre actividades en la naturaleza, curriculum oculto y valores*.

Gutierrez Sanmartin, M. (d.g.). *El valor del deporte en la educación integral del ser humano*.

García Aguilera, E.N. (2010). *Actividades físicas en un medio natural y en un contexto educativo*.

Giménez Fuentes-Guerra, F.J. (d.g.). *¿Se puede educar a través del deporte?*

Galloso, C; Ramirez, L. (2007) *Montañismo y persona: vivir simplemente la vida al aire libre*.

Arribas, H (2008). *Caminar por la naturaleza: un planteamiento de ocio y inclusión*.