

Ikasleen motxilen zama

Eskolako motxilen inguruko eta ikasleek bizkarrean eramaten dituzten pisuei buruzko hainbat ikerketa egin izan dira munduan barrena.

Ikerketa horien emaitzez hitz egiten da, hain zuzen ere, proposatzen dizugun elkarrizketan. Audioa entzun eta ondoko ariketa egin dezakezu.

Irudia; Pixabay



Audioa entzun eta erabaki zein den galdera bakoitzerako erantzun zuzena.

1. Motxilan nola sartu behar dira gauzak?

- Zama gehien duten gauzak bizkarraren kontra jarri behar dira.
- Motxila orekatu baino lehen goian zer sartu eta zer behean erabaki behar da.
- Zama gehien duten gauzak azpian lepoa ez behartzeko.

2. Zein ondorio ditu motxilan gauzak era desegokian sartzek?

- Motxila kulunkatu egiten dela lepoa, bizkarra eta oinak behartzuz.
- Motxila erori egin daiteke eta hankan min hartu motxila daramanak.
- Barruko gauzak jausi daitezke haurra kolpatuz.

3. Motxilen inguruko ikerketa nola egin da?

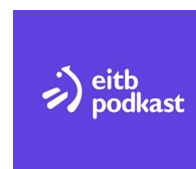
- Leon eta Vigoko bi ikerlek nazioartean egindako ikerketak gainbegiratu dituzte.
- Bi ikerlarik 2018 eta 2019an argitaratutako ikerketak adostu dituzte.
- Nazioarteko talde koordinatu batek egin ditu ikerketak beste bi ikerlariren gidaritzapean.

4. “Ez eraman gorputz-pisuaren %15a gainditzen duen bizkar-zorroa”. Norentzat da gomendio hau?

- Edonorentzat.
- 12 urtetik gorakoentzat.
- 12 urte bitarteko pertsonentzat.

5. Elkarrizketatuaren hitzetan, zergatik pisatzen dute haibeste gaur egungo ikasleen motxilek?

- Liburuak etxera ekartzen jarraitzen dutelako garai batean bezala.
- Arratsaldean eskolatik irtendakoan eskolaz kanpoko jarduerak dituztelako.
- Egun osorako eskolako gauzak, jatekoak, kirolekoak: dena sartzten dutelako motxilan.



<https://labur.eus/xYCcu>

ERANTZUNAK

1. c / 2. a / 3. a / 4. b / 5. c

HIZTEGI LAGUNGARRIA

Bizkar-zorroan. Motxilan.

Pisudun gauzak. Edo gauza pisudunak: bi eratarata esan daiteke.

Ez da kulunkatuko. Ez da mugituko, ez da batera eta bestera ibiliko.

Jausiak eta izaten dituztela. Besteak beste, erorikoak edo erorketak izaten dituztela.

Oreka mantentzeko. Egonkortasunari eusteko, ez erortzeko.

Honeek dira. Bizkaiera edo mendebaldeko euskararen ezaugarrietako bat. Erakusleak: honeek eta horreek, alegia, hauek eta horiek.

Hori da gakoa. Hori da aintzat edo kontuan hartu behar dena.

Otorduak egiteko. Otordua, eguneko janaldi bakoitza, egiteko.

TRANSKRIPZIOA

Esataria. Zientzia gure bizitzako edozein gauzatan topa dezakegu, Uxune...

Uxune Martinez kolaboratzailea. Bai.

Esataria. Baita haurrek eskolara eramaten dituzten motxiletan ere. Ondo aukeratu behar dira motxilak, Uxune...

Uxune Martinez. Bai. Bai.

Esataria. Gero ikasleek bizkarreko minik izan ez dezaten.

Uxune Martinez. Bizkar-zorroan, ba hori, bi aldeetara, bai ezkerretan bai eskuinetan ondo banatuta egon behar da pisua, ez edozelan. Pisu handiena duen materialak... Imajinatu ezazue liburu handi bat edo sendo bat, edo potolo bat daukagula edo ordenagailua daramatela edo hori, pisudun gauzak, beti bizkarraren zerean, kontra egon dadila, hor bertan sartuta, eta atzeko aldean. Hau da, atzeko aldean jartzea gomendatzen da pisudun materiala, edo gauzak. Eta gero pisu txikienekoak...

Esataria. Horiek geratuko dira...

Uxune Martinez. aurreko...

Esataria. Horiek geratuko dira bizkarraren kontra, ez?

Uxune Martinez. Hori da.

Esataria. Gauza pisutsuagoak, ez?

Uxune Martinez. Hori da.

Esataria. Bale.

Uxune Martinez. Eta pisu gutxikoak aurreko aldean egon daitezela.

Esataria. Aurreko aldean. Bale.

Uxune Martinez. Orduan karga ere modu egokian banatzen da.

Esataria. Banatuko da.

Uxune Martinez. Zergatik? Ba bueno, bizkar-zorroa horrela ez da kulunkatuko. Eta ez du kolpatuko hainbeste lepoa edo bizkarra ibiltzen den bitartean edo ibiltzen doazen bitartean. Ikusi dute zientzialariek ere haurrak jausiak eta izaten dituztela.

Esataria. Bai.

Uxune Martinez. Jausi egiten direla eta, eta jausi horietako asko da motxilarengatik, hau da, motxila hori, motxila horren karga modu desegokian dagoelako, orduan zer gertatzen da? Oin-presioa, ez?, oinetan presio gehiago egin behar dute oreka mantentzeko, eta sarri askotan galdu egiten dute. Bai? Eta bueno, horren zera, hori dela eta ba ez dira, egonkortasuna galdu egiten dute eta jausi egiten dira. Eta gero, oinetan ere izaten dituzte, ez bakarrik bizkar aldean eta, hanketan eta oinetan ere mina izaten dute horregatik.

Esataria. Izaten dute.

Uxune Martinez. Bai. Hori izaten dute.

Esataria. Bueno, esan duzu hau guztia egin dutela Vigoko eta...

Uxune Martinez. Hau egin dute, bueno, errepaso bat egin dute Vigo eta Leongo bi ikertzailek ba 2010. urtetik 2019ra kaleratutako hainbat ikerketen errepaso egin dute, gainbegiratu egin dute... Bertan ikusi dituzte, bueno ba bai Britainia, edo bueno, Erresuma Batuko ikerketak, ikusi dituzte Estatuko ikerketak, eta gero ikusi dituzte Iraneko ikerketak, Estatu Batuak, Kanada eta... Orduan egin dute bildu eta ikusi zer, zer dagoen eta hor bertako ondorioak. Ondorio nagusiak honeek (hauek) dira. Zein da gomendio nagusia? Ba beraien gorputz pisuaren baino, % 10a baino pisu gehiago ez eramatea batez ere...

Esataria. Soinean, bizkarrean.

Uxune Martinez. Hori da. 12 urte bitartekoen artean. 12 urtetik, hau da, 12 urtetik aurrera % 15a posible da, baina pisu hori edo kantitate hori ez gaintitza. Hori da gakoa.

Esataria. Eta orain gaude betiko misterioa. Zergatik eramaten dute haurrek hainbeste gauza motxilan? Zergatik eramaten dituzte? Guk garai batean, ni aspaldikoa naiz, baina...

Uxune Martinez. Bai.

Esataria. Garai batean liburuak eskolan bertan uzten genituen. Orain dena eramaten dute etxera.

Uxune Martinez. Horretan ere badu zerikusia ere, gure garaiak, bueno, gehiengo etxera joaten ginela, ba hori, bazkalorduetan eta. Eta egun, bueno ba goizetik arratsaldera, arratsaldean irten arte bertan egoten direla. Beraz, eramaten dituzte beste gauza asko, hau da, kirola egiteko zera, ekipamendua...

Esataria. Arropa...

Uxune Martinez. Eta bestelako gauzak.

Esataria. Gauza asko, ez?, egun osorako joaten dira.

Uxune Martinez. Bai. Bai. Hori da. Eta bueno, otorduak egiteko ere bertan eramaten dute, bueno, ba janaria. Eta orduan, hau da, gauza asko eramaten dituzte, batez ere ordu asko edo egunaren denbora-tarte handia bertan pasatzen dutela.