|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SÜRE** | **ÖĞRENME ALANI** | **ALT ÖĞRENME ALANI** | **KAZANIMLAR** | **ETKİNLİKLER** | **YÖNTEM VE TEKNİKLER** | **KULLANILA ARAÇ GEREÇLER** | **ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME (KAZANIMLARA ULAŞMA DÜZEYİ)** |  **AÇIKLAMA** |
| **AY** | **HAFTA** | **SAAT** |
| **EYLÜL** | **1. HAFTA 18-22 EYLÜL** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergiler.A.6.10. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinlikler için kural ve yönergeler oluşturulmasına katkı sağlar | **Kuralları Öğreniyorum’**: Öğrencilere Yıl boyunca beden eğitimi dersinde kullanılan kavramlar açıklanır, Beden eğitimi dersinde kullanılacak ders kıyafetleri, soyunma odalarının kullanımı ile ilgili açıklamalarda bulunulur; sonraki derslerde nasıl hazır olmaları gerektiği söylenir. Beden eğitimi dersinde nasıl sıra olunacağı, geniş kolda, derin kolda sıralanmaları, öğretmenin nasıl bekleneceği, genel ısınmanın nasıl yapılacağı vb. kurallar öğren-cilere gösterilir. | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |   | Öğrencilerin Beden Eğitimi dersinde spor kıyafeti giyip-giymedikleri için kontrol listesi oluşturulur.  |
| **2.HAFTA 25-29 EYLÜL** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergiler.A.6.8. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kullandığı hareket kavramlarını açıklar.A.6.9. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde bireysel gelişimi için sorumluluk alır. | **‘Hep Birlikte Hareket Edelim’:** Öğrenciler grup oluşturur ve dizilmeleri ve sıralanmaları hep birlikte yapmaya çalışırlar | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb | Öğrencilerin kazanımları ne ölçüde kazandıkları gözlem formları ile takip edilebilir. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SÜRE** | **ÖĞRENME ALANI** | **ALT ÖĞRENME ALANI** | **KAZANIMLAR** | **ETKİNLİKLER** | **YÖNTEM VE TEKNİKLER** | **KULLANILAN ARAÇ GEREÇLER** | **ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME (KAZANIMLARA ULAŞMA DÜZEYİ)** |  **AÇIKLAMA** |
| **AY** | **HAFTA** | **SAAT** |
| **EKİM** | **1.HAFTA 02-06 EKİM** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler**  | A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergiler.A.6.8. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kullandığı hareket kavramlarını açıklar | ‘**Basketbol oyun kurallarını öğreniyorum’:** Basketbolun tanımı, oyuncu ve hakem sayısı, oyun süresi ve devre, zaman kuralları, oyuncu değiştirme, oyuna başlama, mola hakkı, basketbol sahası boyutları, pota ve top ölçüleri ile ilgili bilgiler verilir. Basketbol orta yuvarlağı içinde serbest şekilde top sürme ve top çelme oyunu oynatılır | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |   |  Belirli gün ve haftalarla ilgili düzenlenen etkinlik ve törenlere katılmaya istekli olur. |
| **2. HAFTA 09-13 EİMK** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.8. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kullandığı hareket kavramlarını açıklar.A.6.10. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinlikler için kural ve yönergeler oluşturulmasına katkı sağlar.. | ‘**basketbolda top tutmasını öğreniyorum’:**Basketbolda top tutma etkinlikleri yaptırılır | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb | Oyuna başlamadan önce gruplarakendi stratejilerini belirlemeleri içinzaman verilir |
| **3. HAFTA 16-20 EKİM** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergiler.A.6.11. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde zamanı etkili kullanır. | ‘**basketbolda pas atmayı öğreniyorum’:**Basketbolda pas çeşitleri öğrencilere gösterilir. Öğrencilere, dairede, göğüs pas ve yerden pas çalışması yaptırılır | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |   |
| **4. HAFTA 23-27 EKİM** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam |  **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergiler.A.6.8. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kullandığı hareket kavramlarını açıklar. |  ‘**Basketbolda durarak atışları öğreniyorum’:**Basketbolda durarak atışlar öğrencilere gösterilir. Daha sonra durarak atış çalışmaları yaptırılır. 29 Ekim Cumhuriyet Bayramı kutlama törenine öğrencilerin katılımları sağlanır. | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |  Belirli gün ve haftalarla ilgili düzenlenen etkinlik ve törenlere katılmaya istekli olur. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SÜRE** | **ÖĞRENME ALANI** | **ALT ÖĞRENME ALANI** | **KAZANIMLAR** | **ETKİNLİKLER** | **YÖNTEM VE TEKNİKLER** | **KULLANILAN ARAÇ GEREÇLER** | **ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME (KAZANIMLARA ULAŞMA DÜZEYİ)** |  **AÇIKLAMA** |
| **AY** | **HAFTA** | **SAAT** |
| **KASIM** | **1.HAFTA 30 EKİM-03 KASIM** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler**  | A.6.11. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde zamanı etkili kullanır.B.6.6. Fiziksel etkinliklerde kendisinin ve başkalarının sağlık ve güvenlik risklerini azaltacak düzenlemeler yapar. | ‘**Basketbolda top sürmeyi öğreniyorum’:**Basketbolda top sürme nasıl yapılır öğrencilere gösterilir ve top sürme çalışması yaptırılır | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |   |   |
| **2.HAFTA 06-****10 KASIM** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.15. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kullanabileceği materyaller tasarlar.B.6.9. Atatürk’ün spora ve sporculara neden önem verdiğini bilir. | **\* 10. Kasım Atamızın Saygıyla Anılması ,** Anıları, Sözleri ve Ülkemiz için Önemi Açıklanacak. **Basketbol maçları yapıyorum + eğitsel oyun** | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb | Atatürk ve Spor’: Atatürk’ün spor hakkında söylediği sözler, okunur, araştırılır, sınıfın panosuna asılır. Slayt gösterisi hazırlatılır |
| **3. HAFTA 13-17 KASIM** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergiler.A.6.16. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kendisinin ve arkadaşlarının performanslarını değerlendirir. | **Serbest Zamanımı Nasıl değerlendiriyorum”** : Öğrencilere serbest zaman etkinliği hakkında bilgilenme ve araştırma isteği uyandıracak sorular sorulur: Günlük yaşantınızda sıkıldığınızda neler yaparsınız | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |  Öğrencilerin beden eğitimi dersinde spor kıyafeti giyip-giymedikleri, kontrol listesine işlenecektir. |
| **4.HAFTA 20-24 KASIM** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.2. Raket ve uzun saplı araçlarla yapılan sporlara hazırlayıcı oyunlardaki ve etkinliklerdeki hareket becerilerini sergiler.A.6.11. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde zamanı etkili kullanır. | H **‘Futbol’da top sürüyorum’**: Futbolda top sürme ile ilgili etkinlikler öğrencilere gösterilir ve yaptırılır..*.* | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb | **24 KASIM ÖĞRETMENLER GÜNÜ** |
| **5.HAFTA 27 KASIM 01 ARALIK** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | B.6.3. Fiziksel etkinlik düzeyini etkileyen, kendisi ve yakın çevresi ile ilgili nedenleri açıklar.A.6.14. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde bireysel farklılığı olanlarla çalışmaya gönüllü olur. | H **‘Futbol’da top sürüyorum’**: Futbolda top sürme ile ilgili etkinlikler öğrencilere gösterilir ve yaptırılır | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |   |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SÜRE** | **ÖĞRENME ALANI** | **ALT ÖĞRENME ALANI** | **KAZANIMLAR** | **ETKİNLİKLER** | **YÖNTEM VE TEKNİKLER** | **KULLANILA ARAÇ GEREÇLER** | **ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME (KAZANIMLARA ULAŞMA DÜZEYİ)** |  **AÇIKLAMA** |
| **AY** | **HAFTA** | **SAAT** |
| **ARALIK** | **1.HAFTA 01-08 Aralık** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergilerA.6.14. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde bireysel farklılığı olanlarla çalışmaya gönüllü olur |  **‘Futbol’da topu kontrol edebiliyorum’:** Futbol’da top kontrol çeşitleri öğrencilere gösterilir ve yaptırılır. | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb | **“Ölçme ve değerlendirme”** Önceden hazırlanmış beceri testleri öğrencilere uygulanır. Beceri testinden sonra öğrencilerin yapmış olduğu hatalar belirtilir.  |  Öğrencilerin kazanımları ne ölçüde kazandıkları gözlem formları ile takip edilebilir. |
| **2.hafta 11-15 Aralık** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | B.6.6. Fiziksel etkinliklerde kendisinin ve başkalarının sağlık ve güvenlik risklerini azaltacak düzenlemeler yapar.A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergiler. | **‘Futbol’da duran ve hareketli toplara vuruyorum’**: Futbol da duran ve hareketli toplarla ilgili etkinlikler öğrencilere gösterilir ve yaptırılır | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |   |   |
| **3. HAFTA 18-22 ARALIK** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler**  | A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergiler.B.6.4. Fiziksel uygunluk seviyesini takip ederek, zamanla oluşan değişiklikleri açıklar |  **‘Hentbol topunu tutabiliyorum’:** Hentbolda temel duruş, top tutma ve temel pas öğrencilere gösterilir ve etkinliklerle öğrencilere yaptırılır | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |   |  Fiziksel etkinlik kartları (FEK) kullanılabilir |
| **4 HAFTA 25.29 ARALIK** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergiler.B.6.4. Fiziksel uygunluk seviyesini takip ederek, zamanla oluşan değişiklikleri açıklar | **‘Hentbol’da top sürüyorum’:** Hentbolda temel duruş, top tutma ve temel pas öğrencilere gösterilir ve etkinliklerle öğrencilere yaptırılır. | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |   |  Kontrol listeleri, dereceli puanlama anahtarları, öz değerlendirme ve akran değerlendirme kullanılır |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SÜRE** | **ÖĞRENME ALANI** | **ALT ÖĞRENME ALANI** | **KAZANIMLAR** | **ETKİNLİKLER** | **YÖNTEM VE TEKNİKLER** | **KULLANILAN ARAÇ GEREÇLER** | **ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME (KAZANIMLARA ULAŞMA DÜZEYİ)** |  **AÇIKLAMA** |
| **AY** | **HAFTA** | **SAAT** |
| **OCAK** | **1.HAFTA 01-05 OCAK** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergiler.A.6.16. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kendisinin ve arkadaşlarının performanslarını değerlendirir. |  | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |  **“Ölçme ve değerlendirme”** Önceden hazırlanmış beceri testleri öğrencilere uygulanır. Beceri testinden sonra öğrencilerin yapmış olduğu hatalar belirtilir.  |  Öğrencilerin kazanımları ne ölçüde kazandıkları gözlem formları ile takip edilebilir. |
| **2. HAFTA08-12 OCAK** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergiler.A.6.6. Seçtiği müziğe uyumlu farklı dans becerileri sergiler.A.6.7. Halk danslarına özgü hareket becerileri sergiler. | H ‘**Hentbol’da temel pas ve pas çeşitlerini biliyorum’**: Hentbolda top tutma ve temel pas öğrencilere gösterilir ve etkinliklerle öğrencilere yaptırılır.. | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |   |  Öğrencilerin beden eğitimi dersinde spor kıyafeti giyip-giymedikleri, kontrol listesine işlenecektir |
| **3.HAFTA 15-19 OCAK** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | B.6.1. Planladığı fiziksel etkinliklere düzenli olarak katılır.B.6.10. Yakın çevresine ait halk danslarını araştırır. | H ‘**‘Temel cimnastik duruşlarını öğreniyorum:** Planör, kartal, küçük köprü, mum, dizüstü, cephe vb. duruşları-nın teknikleri öğrencilere anlatılır, daha sonrada öğrencilere örneklerle gösterilir ve yaptırılır | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |   |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SÜRE** | **ÖĞRENME ALANI** | **ALT ÖĞRENME ALANI** | **KAZANIMLAR** | **ETKİNLİKLER** | **YÖNTEM VE TEKNİKLER** | **KULLANILA ARAÇ GEREÇLER** | **ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME (KAZANIMLARA ULAŞMA DÜZEYİ)** |  **AÇIKLAMA** |
| **AY** | **HAFTA** | **SAAT** |
| **ŞUBAT** | **2. HAFTA 05-09 ŞUBAT** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | B.6.12. Olimpiyat oyunlarının önemini açıklar.B.6.1. Planladığı fiziksel etkinliklere düzenli olarak katılır.B.6.10. Yakın çevresine ait halk danslarını araştırır | **‘İlk yardım’:** Temel ilk yardım ile ilgili güncel eğitim filmleri izlettirilerek konuya ilgi göstermeleri sağlanır. İzledikleri film sonunda öğrendikleri bilgileri önceki bilgileri ile karşılaştırmaları sağlanı**r** | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |   |   |
| **3.HAFTA 12-A6 ŞUBAT** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.2. Raket ve uzun saplı araçlarla yapılan sporlara hazırlayıcı oyunlardaki ve etkinliklerdeki hareket becerilerini sergiler | ‘**‘Spor sakatlıkları’**: Spor sakatlıkları hakkında bilgiler verilir. Güncel spor olayları takip ederek müsabakalarda sakatlanan ünlü sporcular liste altına alınır. Bilişim teknolojilerinden ve çevresindeki sağlık kuruluşlarından yararlanarak sınıfta spor sakatlıklarını içeren bir afiş hazırlanır | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb | Bireysel farklılıklar: Öğrencilerinfiziksel yeterlilikleri, fiziksel ve kişiselözellikleridir |
| **4.HAFTA 19-23 ŞUBAT** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.8. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kullandığı hareket kavramlarını açıklar.A.6.9. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde bireysel gelişimi için sorumluluk alır. | **Sağlıklı Besleniyorum**’: Öğrencilere tartışma ortamında aşağıdaki sorular sorulur: Sadece sağlıklı beslenmek sağlıklı bir yaşam için yeterli midir? Sadece fiziksel etkinlik sağlıklı bir yaşam için yeterli midir? Sağlıklı beslenme ve fiziksel etkinlik arasında ne gibi bir ilişki olabilir?  | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |  Öğrencilerin beden eğitimi dersinde spor kıyafeti giyip-giymedikleri, kontrol listesine işlenecektir |
| **5 HAFTA 26ŞUBAT-02 MART** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.2. Raket ve uzun saplı araçlarla yapılan sporlara hazırlayıcı oyunlardaki ve etkinliklerdeki hareket becerilerini sergilerA.6.11. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde zamanı etkili kullanır. | **‘Sağlığımı Koruyorum**’: Öğrencilerden düzenli fiziksel etkinliğin yaşam kalitesine olumlu etkilerinin neler olduğu konusunda kapsamlı bir araştırma yapmaları istenir. Hatta mümkünse bir spor hekimi ile görüşerek, sağlıklı bir yaşam için ne tür fiziksel etkinlikleri ne kadar süre ile yapmaları konusunda bilgi almaları ve bu bilgileri arkadaşları ile paylaşmaları istenir. Düzenli fiziksel etkinlik yapanlarla yapmayanlar arasındaki fiziksel farklılıkların neler olduğu ve yaşam boyunca insanı nasıl etkilediği konularında çıkarımlarda bulunmaları istenir. | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |  Proje ve performans görevi verilebilir |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SÜRE** | **ÖĞRENME ALANI** | **ALT ÖĞRENME ALANI** | **KAZANIMLAR** | **ETKİNLİKLER** | **YÖNTEM VE TEKNİKLER** | **KULLANILA ARAÇ GEREÇLER** | **ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME (KAZANIMLARA ULAŞMA DÜZEYİ)** |  **AÇIKLAMA** |
| **AY** | **HAFTA** | **SAAT** |
| **MART** | **1. HAFTA 05-09 MART** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergiler.A.6.8. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kullandığı hareket kavramlarını açıklar | H **‘Temel cimnastik duruşlarını öğreniyorum’:** planör, kartal, küçük köprü, büyük köprü, mum, dizüstü, cephe vb. duruşlarının teknikleri öğrencilere anlatılır, daha sonrada öğrencilere örneklerle gösterilir ve yaptırılır | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |   | Öğrencilerin Beden Eğitimi dersinde spor kıyafeti giyip-giymedikleri için kontrol listesi oluşturulur. |
| **2.HAFTA 12-16 MART** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergiler.A.6.8. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kullandığı hareket kavramlarını açıklar | **‘Öne ve Geriye takla atıyorum’:** Öne ve geriye takla teknikleri öğrencilere anlatılır, daha sonrada öğrencilere örneklerle gösterilir ve yaptırılır | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |  Belirli gün ve haftalarla ilgili düzenlenen etkinlik ve törenlere katılmaya istekli olur. |
| **3.HAFTA 19-23 MART** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergiler.A.6.8. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kullandığı hareket kavramlarını açıklar. |  **‘Koşabiliyorum’:** Kısa, orta, uzun mesafe koşuları hakkında bilgi verilir, Alçaktan ve yüksekten çıkışlar gösterilir, Yat-kalk yarışması, Atatürk’ün spora ve sporcuya verdiği önem hakkında bilgi verilir.  | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |  Öğrencilerin beden eğitimi dersinde spor kıyafeti giyip-giymedikleri, kontrol listesine işlenecektir |
| **4.HAFTA 26-30 MART** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.8. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kullandığı hareket kavramlarını açıklar.A.6.10. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinlikler için kural ve yönergeler oluşturulmasına katkı sağlar. | H **‘Üç adım atlıyorum’:** Üç adım atlama çalışması yapılır, daha sonrada öğrencilere örneklerle gösterilir ve yaptırılır | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |   |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SÜRE** | **ÖĞRENME ALANI** | **ALT ÖĞRENME ALANI** | **KAZANIMLAR** | **ETKİNLİKLER** | **YÖNTEM VE TEKNİKLER** | **KULLANILA ARAÇ GEREÇLER** | **ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME (KAZANIMLARA ULAŞMA DÜZEYİ)** |  **AÇIKLAMA** |
| **AY** | **HAFTA** | **SAAT** |
| **NİSAN** | **1. HAFTA 02-06 NİSAN** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler**  | A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergiler.A.6.17. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde karşılaştığı problemlere bireysel çözümler üretir | **‘Bayrağı taşıyorum’:** Barak koşuları hakkında bilgi verilir, stafet yarışması, yaptırılır. | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |  |   |
| **2.HAFTA 09-13 NİSAN** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergiler.A.6.8. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kullandığı hareket kavramlarını açıklar. | **Sporda beslenme ve sıvı alımı hakkında bilgi alıyorum**: Spordan önce sonra ve sırasında beslenme ve sıvı alımı hakkında bilgi verilecek.Spor Sakatlıkları ve İlk yardım: Öğrenciler spor yaparken karşılaşılabilecek kazaları, sakatlıkları ve sakatlıklar sırasında neler yapmamız gerektiği anlatılır. | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb | Düzenlenen etkinliklere katılma durumları gözlemlenerek ders ve etkinliklere katılım değerlendirmesi yapılabilir |
| **3.HAFTA 16-20 NİSAN** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.14. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde bireysel farklılığı olanlarla çalışmaya gönüllü olur.B.6.4. Fiziksel uygunluk seviyesini takip ederek, zamanla oluşan değişiklikleri açıklar | H **‘Engellerden atlayabiliyorum’:** Öğrencilere engelli koşular hakkında bilgi verilir. Daha sonra öğrenciler iki gruba bölünür ve öğrencilerin karşılarına dikilmiş olan engeller arasından çeşitli duruş ve şekillerde koşarak koşu çalışması yaptırılır. | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |   |
| **4.HAFTA 23-27 NİSAN** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergiler.A.6.8. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kullandığı hareket kavramlarını açıklar |  | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb | **“Ölçme ve değerlendirme”** Önceden hazırlanmış beceri testleri öğrencilere uygulanır. Beceri testinden sonra öğrencilerin yapmış olduğu hatalar belirtilir. | **23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı’nı kutluyoruz**’ Öğrenciler, 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı hakkında resim, şiir, yazı vs. pano hazırlarlar |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SÜRE** | **ÖĞRENME ALANI** | **ALT ÖĞRENME ALANI** | **KAZANIMLAR** | **ETKİNLİKLER** | **YÖNTEM VE TEKNİKLER** | **KULLANILA ARAÇ GEREÇLER** | **ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME (KAZANIMLARA ULAŞMA DÜZEYİ)** |  **AÇIKLAMA** |
| **AY** | **HAFTA** | **SAAT** |
| **MAYIS** | **1. HAFTA 30 NİSAN 04 MAYIS** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergiler.A.6.8. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kullandığı hareket kavramlarını açıklar | **‘Voleybol’da temel kuralları öğreniyorum’:** Voleybolda saha ölçüleri pas çeşitleri vb kurallar öğrencilere anlatılır. | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |   |  Öğrencilerin beden eğitimi dersinde spor kıyafeti giyip-giymedikleri, kontrol listesine işlenecektir |
| **2.HAFTAA 07-11 MAYIS** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergiler.A.6.8. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kullandığı hareket kavramlarını açıklar | **H** **‘Voleybol’da parmak pası öğreniyorum’:** Voleybolda parmak pas öğrencilere anlatılarak, etkinliklerle öğrencilere yaptırılır. | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |   |
| **3.HAFTA 14-18 MAYIS** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergiler.A.6.8. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kullandığı hareket kavramlarını açıklar | H **‘Voleybol’da manşet pası öğreniyorum’:** Voleybolda manşet pas öğrencilere anlatılarak, etkinliklerle öğrencilere yaptırılır.**.“19 Mayıs Atatürk’ü Anma Gençlik ve Spor Bayramını Kutluyoruz**” Okul içinde yapılacak törenlere hazırlık yapılır. Öğrenciler, Atatürk, Spor ve Gençlik konularında şiir, makale, resim vs. pano hazırlar | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb | Vatanseverlik ve tarihsel mirasa duyarlılık değerleri üzerinde durulur.Kültürel mirasa duyarlılık değeri üzerinde durulur. |
| **4.HAFTA 21-25 MAYIS** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.1. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerileri sergiler.A.6.16. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kendisinin ve arkadaşlarının performanslarını değerlendirir. |  | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb | **Ölçme vedeğerlendirme”** Önceden hazırlanmış beceri testleri öğrencilere uygulanır. Beceri testinden sonra öğrencilerin yapmış olduğu hatalar belirtilir. |  Belirli gün ve haftalarla ilgili düzenlenen etkinlik ve törenlere katılmaya istekli olur. |
|   | **5.HAFTA28 MAYIS 01 HAZİRA**  | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler** | A.6.2. Raket ve uzun saplı araçlarla yapılan sporlara hazırlayıcı oyunlardaki ve etkinliklerdeki hareket becerilerini sergiler.A.6.8. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kullandığı hareket kavramlarını açıklar | **Voleybol oyununu oynuyorum+eğitsel oyun** | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |   |   |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SÜRE** | **ÖĞRENME ALANI** | **ALT ÖĞRENME ALANI** | **KAZANIMLAR** | **ETKİNLİKLER** | **YÖNTEM VE TEKNİKLER** | **KULLANILA ARAÇ GEREÇLER** | **ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME (KAZANIMLARA ULAŞMA DÜZEYİ)** |  **AÇIKLAMA** |
| **AY** | **HAFTA** | **SAAT** |
| **HAZİRAN** | **1. HAFTA 18-22 EYLÜL** | **2** | A. Hareket Yetkinliği B. Aktif ve Sağlıklı Yaşam | **- Hareket becerileri****- Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili yaşam beceriler**  | A.6.2. Raket ve uzun saplı araçlarla yapılan sporlara hazırlayıcı oyunlardaki ve etkinliklerdeki hareket becerilerini sergiler.A.6.8. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kullandığı hareket kavramlarını açıklar | ‘**2017-2018 yılı Beden eğitimi Dersinin Değerlendirilmesi’:** Öğrencilere 2016-2017 yılı beden eğitimi dersini genel olarak değerlendirmeleri istenir. Dersin konularına, işlenişine, vs. çeşitli öneri ve çözümler sunarlar | Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri | Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |   | 8 HAZİRAN 2018 2017-2018 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI BİTİŞİ |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **SINIF :** |  | **HAVA KOŞULLARININ OLUMSUZ OLDUĞU DURUMLARDA SINIFTA İŞLENECEK YEDEK YILLIK PLAN** |
| **SÜRE** | **ÖĞRENME ALANI** | **ALT ÖĞRENME ALANI** | **KAZANIMLAR** | **ETKİNLİKLER** | **YÖNTEM VE TEKNİKLER** | **KULLANILAN ARAÇ GEREÇLER** | **ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME**  |  **AÇIKLAMA** |
| **AY** | **HAFTA** | **SAAT** |
|   |   | 2 | **Hareket Yetkinliği****Aktif ve Sağlıklı** **Hayat** | **Hareket Becerileri**  | BE.5.1.1.1.Yer değiştirme hareketlerini alan ve efor farkındalığını göstererek uygular.  |  **Spor Sakatlıkları ve İlk yardım:**  Öğrenciler sınıf yada bilgisayar laboratuarında toplanırlar ve spor yaparken karşılaşılabilecek kazaları, sakatlıkları ve sakatlıklar sırasında neler yapmamız gerektiği anlatılır. |  Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri |  Spor kıyafetleri, huni, top, slalom,vb |   |   |
|   | 2 | **Hareket Yetkinliği****Aktif ve Sağlıklı** **Hayat** | **Hareket Becerileri**  |  BE.5.1.1.2. Dengeleme gerektiren hareketleri vücut ve alan farkındalığını göstererek uygular |  **‘Şişeye Kalem Geçirmek’:** Oyuncular daire düzenindedirler. Ortaya 2 veya 4 şişe konur. Şişe sayısı kadar oyuncunun kemerlerinin arkasına, uçları aşağıya gelecek şekilde kalem bağlanır. Kalemlerin uçları diz kapağı hizamdadır. Verilen komutla beraber oyuncular, çömelerek ve ellerini kullanmadan kale­mi şişeye geçirme çalışırlar |  Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri |   |   |   |
|   | 2 | **Hareket Yetkinliği****Aktif ve Sağlıklı** **Hayat** | **Hareket Becerileri**  |  BE.5.1.1.3. Nesne kontrolü gerektiren hareketleri vücut farkındalığı ve hareket ilişkilerini göstererek uygular. |  ‘**Spor Terimlerini Öğreniyorum’:** Öğrencilere spor terimleri hakkında bilgi verilir ve spor terimleriyle ilgili eğitsel oyun oynanır. İsim şehir oyunundan esinlenerek spor terimleri tahtaya kutucuklar şeklinde yazılır. Öğrenciler 3 gruba ayrılır. Her gurup temsilcisi harfleri söyler. Harfler söyleyerek spor terimini bulmaya çalışırlar. |  Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri |   |   |   |
|   | 2 | **Hareket Yetkinliği****Aktif ve Sağlıklı** **Hayat** | **Hareket Becerileri**  |  BE.5.1.1.4. Birleştirilmiş hareket becerilerini çeşitli oyun ve etkinliklerde gösterir. |  ‘**Kendimi Kontrol Edebilirim’:** Bir spor etkinliğinde ya da maç esnasında yapılmış bir olumsuz durumu örnekleyen TV. programı ya da gazete haberi araştırırlar. Araştırmalarında tespit ettikleri olumsuz davranışı, nedenlerini ve önlemek için nasıl davranılması gerektiğini tartışırlar. Benzer durumlarda kendi hayatlarına ne derece uyguladıklarını sorarak kendilerini eleştirirler. Tartışmanın sonucunda, kaybetmenin de kazanmak kadar doğal olduğunu fark ederler |  Anlatım, Gösterip Yaptırma,Katılım,Yaparak Yaşayarak Alıştırma Yöntemleri |   |   |   |

\* Bu plan 23/05/2013 Tarih ve 56 Sayılı Talim Terbiye Kurulu Kararı ile değişen Ortaokul Beden Eğitimi ve Spor Ders (5, 6, 7 ve 8. Sınıflar) Öğretim Programına göre hazırlanmıştır.

**…………………………………… ……/06/2018**

**Beden Eğitimi Öğretmeni UYGUNDUR**

 **………………………………………….**

 **Okul Müdürü**