

T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI
Ortaöğretim Genel Müdürlüğü



BEDEN EĞİTİMİ BİLİMİNE GİRİŞ
ÖĞRETİM PROGRAMI
9.SINIF



2006

BEDEN EĞİTİMİ BİLİMİNE GİRİŞ
DERSİ PROGRAM GELİŞTİRME
ÖZEL İHTİSAS KOMİSYONU
GENEL KOORDİNASYON

Medine KARAPINAR
Ortaöğretim Genel Müdürlüğü
Program Őube Müdürü

Mehmet Akif SÜTCÜ
Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığı
Program Geliştirme Uzmanı

Cesimi GÜNAYDINLI
(Koordinatör)

Fuat KARABULUT
(Komisyon Başkanı)

Ahmet ŐİRİNKAN
(Konu Alan Uzmanı-Program Geliştirme Uzmanı)

Adem HAN
(Beden Eğitimi Öğretmeni)

Muhammet Nuri KILIÇ
(Beden Eğitimi Öğretmeni)

Fatih ÖZBAYRAKTAR
(Beden Eğitimi Öğretmeni)

Tuncer KURT
(Beden Eğitimi Öğretmeni)

Fatih ŐİMŐEK
(Edebiyat Öğretmeni)

Fahri SEZER
(Rehberlik Uzmanı)

ÖNSÖZ

Dünyada bilginin önemi hızla artarken, “bilgi” kavramı ve “bilim” anlayışı da hızla değişmektedir. Bilgi toplumu oluşum sürecini başlatan bu gelişmelerin bilgi toplumunun ekonomik büyüme sürecini hızlandırıcı, sosyal alt yapı hizmetlerinin sunumunu iyileştirici ve kültürel etkileşimi artırıcı etkileri olduğu da açıktır.

Günümüzde ekonomik ve sosyal kalkınmanın en önemli bileşeni olan eğitim, tüm dünyada hızlı ve sürekli bir değişim içindedir. Gelişmiş tüm ülkeler, özellikle son yıllarda yoğun bir şekilde eğitimde reform çalışmaları başlatmışlardır.

Bütün bunların sonucunda; ülkemizde de eğitime olan talep farklılık göstermekte, eğitim sistemimizde çeşitli değişim ve gelişmeler yaşanmaktadır.

İç dinamikler ve AB eğitim sistemi normlarına uyum sürecinin dayanağını oluşturduğu “Orta Öğretimin Yeniden Yapılandırılması” kapsamında yürütülen bir dizi çalışma hayata geçirilmiş bulunmaktadır. Bu çalışmalardan en önemlilerinden biri ise; haftalık ders çizelgeleri ve buna dayalı olarak öğretim programlarının yeniden düzenlenmesidir.

Bu kapsamda yürütülen “Program Geliştirme” çalışmalarında; eğitim sistemi bir bütün olarak ele alınmış ve “nasıl bir insan modeli?” sorusu cevaplandırılmaya çalışılmıştır.

Anayasa, kanunlar, kalkınma plânları, şura kararları, akademik tezler, araştırmalar vb. kaynaklar gözden geçirilerek ülkemizin mevcut eğitim özelliklerinin belirlenmesi, başarı ve başarısızlıkların değerlendirilmesi ve ortaya çıkan sonuçların yeni öğretim programlarına yansıtılarak ilköğretim ve orta öğretim programlarının bütünsel bir yaklaşımla hazırlanması sağlanmıştır.

Öğretim programları ülkemizin tarihsel, kültürel, sosyal, ahlakî birikimini dünyada yaşanan tüm değişimleri ve gelişmeleri yansıtacak şekilde hazırlanmıştır. Programlar, etkinliklerle zenginleştirilerek, öğrenci merkezli hale getirilmiştir. Yine programların hazırlanmasında; sonuca dayalı bir anlayış yerine, süreci de değerlendiren bir anlayış esas alınmıştır.

Yeni program geliştirme yaklaşımı ile öğrencilerin araştırma yapmasına, kültürel faaliyetlere katılmasına, sosyal aktiviteler içinde olmasına, öğrenmeye dayalı etkinlikler içinde bulunmasına fırsat tanınmaktadır.

Yoğun bir çalışma sonucunda ortaya konulan bu programın hazırlanması, basımı, dağıtımı ve yayımlanmasında emeği geçen herkese teşekkür ederim.

Söz konusu programın Türk Eğitim Sistemimize hayırlı olması temennisiyle, yönetici, öğretmen ve öğrencilerimize başarılar dilerim.

Kerem ALTUN
Ortaöğretim Genel Müdürü

TÜRK MİLLÎ EĞİTİMİNİN AMAÇLARI

1739 Sayılı Millî Eğitim Temel Kanunu'na göre Türk Millî Eğitimnin Genel Amaçları:

Genel Amaçlar

Madde 2.

Türk Millî Eğitimnin genel amacı, Türk milletinin bütün fertlerini;

1. Atatürk inkılâp ve ilkelerine ve anayasada ifadesini bulan Atatürk millîyetçiliğine bağlı; Türk milletinin millî, ahlâkî, insanî, manevî ve kültürel değerlerini benimseyen, koruyan ve geliştiren; ailesini, vatanını, milletini seven ve daima yüceltmeye çalışan; insan haklarına ve anayasanın başlangıcındaki temel ilkelere dayanan demokratik, lâik ve sosyal bir hukuk devleti olan Türkiye Cumhuriyeti'ne karşı görev ve sorumluluklarını bilen ve bunları davranış hâline getirmiş yurttaşlar olarak yetiştirmek;

2. Beden, zihin, ahlâk, ruh ve duygu bakımlarından dengeli ve sağlıklı şekilde gelişmiş bir kişiliğe ve karaktere, hür ve bilimsel düşünme gücüne, geniş bir dünya görüşüne sahip; insan haklarına saygılı; kişilik ve teşebbüse değer veren, topluma karşı sorumluluk duyan; yapıcı, yaratıcı ve verimli kişiler olarak yetiştirmek;

3. İlgî, istidat ve kabiliyetlerini geliştirerek, gerekli bilgi, beceri, davranışlar ve birlikte iş görme alışkanlığı kazandırmak suretiyle hayata hazırlamak ve onların, kendilerini mutlu kılacak ve toplumun mutluluğuna katkıda bulunacak bir meslek sahibi olmalarını sağlamak;

Böylece, bir yandan Türk vatandaşlarının ve Türk toplumunun refah ve mutluluğunu artırmak; öte yandan millî birlik ve bütünlük içinde iktisadî, sosyal ve kültürel kalkınmayı desteklemek ve hızlandırmak ve nihayet Türk milletini, çağdaş uygarlığın yapıcı, yaratıcı, seçkin bir ortağı yapmaktır.

1.GİRİŞ

Beden eğitimi ve spor öğretmeni yetiştiren yükseköğretim kurumları (Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü ve Fen Edebiyat Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü), öğrencilere alanları ile ilgili temel teknikleri ve yöntemleri öğretmeyi amaçlamaktadırlar. Eğer öğrenciler, ilköğretim ve ortaöğretim kurumlarında yeterli ve planlı bir beden eğitimi dersi alamamış iseler, yükseköğretimde birçok zorluklarla karşılaşmaktadırlar.

Ortaöğretim kurumlarından Spor Liselerinin beden eğitimi ve spor alanında eğitimcilerin yetişmelerine büyük katkı sağlayacağı kesindir.

Orta öğrenimini Spor Liseleri'nde tamamlayan öğrenciler beden eğitimi ve sporla ilgili alan bilgisi ve genel kültür dersleriyle eğitilmiş olarak yükseköğretime gelecektir. Bu öğrencilerden özellikle Beden Eğitimi Öğretmenliği, Antrenörlük ve Spor Yöneticiliği bölümlerine yerleştirilen öğrenciler mesleki alanda daha bilinçli ve üst düzey eğitim alma imkânına sahip olacaklar. Meslekleriyle ilgili olan spor branşlarının temel tekniklerini öğrenmeye ayıracakları süreçleri, öğrenme – öğretme strateji ve tekniklerine ayıracaklardır.

Bu programın hazırlanmasındaki temel hedeflerden biri de Spor Liseleri'nde eğitim alan öğrencilere beden eğitimi ve sporla ilgili temel bilgilerin öğretilmesidir. Ünitelerde yer alan farklı sayıdaki öğrenci kazanımları konuların özelliğine göre farklılık göstermektedir.

Program Milli Eğitimin temel amaçlarına bağlı kalınarak öğrencileri bu hedeflere ulaştırabilmek amacıyla hazırlanmıştır.

2. PROGRAMIN HAREKET NOKTASI

Öğretim programında; ilköğretim okullarını tamamlayıp, beden eğitimi ve spor derslerini yeterli derecede öğrenen öğrenciler hareket noktası olarak alınmıştır. İlköğretimde 8 yıl boyunca okutulan ve uygulanan beden eğitimi ve spor derslerinde, özellikle ilköğretimin 1. kademesinde (1. 2. 3. 4. ve 5. sınıflar), beden eğitimi ve spor dersleri oyunlar şeklinde verilmiştir. Öğrencilere beden eğitimi ve sporun teorik bilgi ve uygulamalarıyla ilgili genel kavramlar; bireysel ve takım sporlarının temel teknikleri, fiziksel gelişimle ilgili beslenme, ilk yardım, doğa sevgisi, çevreyi koruma ve folklor bilgisi şeklinde verilmiştir.

İlköğretimin 2. kademesinde (6. 7. ve 8. sınıflar) ise, takım sporları ve bireysel sporların temel teknikleri öğretilmiş, oyun kuralları teorik olarak verilmiştir. Bu dönemde

öğrencilerin bireysel yetenekleri de tespit edilerek spor dallarına yönlendirme çalışmaları yapılmıştır.

Ayrıca öğrencilerin sağlıklı bir hayat sürebilmeleri için gerekli olan yaşam boyu spor felsefesi de beden eğitimi derslerinde işlenerek öğrencilerin sağlıklı bir vücut yapısına kavuşmalarıyla ilgili ön şartlar öğretilmiştir. Bu derslerle öğrenciler, herhangi bir spor dalında lisanslı sporcu olmasalar bile, yaşantıları boyunca spor yapmanın yararları hakkında bilgi sahibi olmuşlardır.

Alınan beden eğitimi ve spor bilgileri doğrultusunda serbest zamanlarını nasıl değerlendirecekleri, kötü alışkanlıklardan nasıl uzak duracakları ve sağlıklı bir beslenme programının hem kendisi hem de çevresi için yararları konusunda bilgi sahibi olacaklardır. Bunların ışığında iyi bir sporcu, iyi bir seyirci ve fair play ruhuna sahip bir taraftar olma ilkeleri hakkında bilgi sahibi olacaklardır.

Program, bu bilgiler ışığında, öğrencilerin ortaöğretim kademesine geldiklerini göz önünde bulundurularak, daha kapsamlı beden eğitimi ve spor bilgisine sahip olmalarını içermektedir. Teorik bilgilerin elde edilmesinden sonra, gelişmiş ülkelerdeki beden eğitimi ve spor uygulamaları incelenerek, sporcularının fiziksel güçleri ve ülkelerin sahip oldukları spor kültürleri konusunda, öğrencilerin bilgi sahibi olmaları hedeflenmiştir. Böylece sporda gelişmiş ülkelerin seviyesine ulaşılabilmesi ve hatta onların üstüne çıkılması hedeflenmiştir. Beden eğitimi ve spor eğitimi Cumhuriyet'in ilanı ile daha ayrı bir özellik kazanmıştır. Atatürk, "Sağlam kafa, sağlam vücutta bulunur" , "Ben sporcunun zeki, çevik ve aynı zamanda ahlaklısını severim" sözleriyle yeni yetişecek bireyler için beden eğitimi ve spor eğitiminin ne kadar önemli olduğunun altını çizmiştir.

Spor Liseleri için program hazırlanırken, bir yükseköğretim programında yer almakta olan konular göz önünde bulundurulmuştur. Bu konuların herhangi bir beden eğitimi ve spor öğretmeni, yöneticisi veya antrenörü yetiştiren yükseköğretim kurumlarının alt yapısını oluşturacak şekilde düzenlenmesine dikkat edilmiştir.

Bu program, öğrencilerin, ilköğretimde almış oldukları temel beden eğitimi ve spor bilgisini daha kapsamlı olarak alabilmeleri için hazırlanmıştır.

Program, beden eğitimi ve spor bilgileri için temel sayılan, temel spor bilgisinden ve spor kültüründen oluşmaktadır. Bu bilgiler ışığında öğrenciler, beden eğitimi ile sporun farklılığını, temel ilkelerini ve prensiplerini öğreneceklerdir. Ayrıca örgün eğitim kurumlarındaki beden eğitimi ve spor derslerinin amaçlarını, öğrencilerin gelişim aşamalarını ve beden eğitimi ve spor etkinliklerinin faydalarını kavrayacaklardır. Beden eğitimi

etkinlikleri içerisinde, oyunun önemi ve işlevi, antrenman ve antrenman prensipleri gibi özellikleri de öğrenmiş olacaklardır.

Program, öğrencilerin gelecekte beden eğitimi ve sporla ilgili bir mesleğe yönelmelerini ve meslek seçim hakkında da bilgi sahibi olmalarını sağlayacaktır. Programın uygulanmasında, öğrencilerin bilişsel, duygusal ve devinimsel (psiko-motor) öğrenmelerini gerçekleştirmek için gezi, gözlem, araştırma ve uygulama aşamalarına da yer verilecektir. Öğrenci kazanımları, ölçme ve değerlendirme aşamalarında, öğrencilerin farklı spor kültürü ve farklı beden eğitimi ve spor etkinlikleriyle eğitildikleri düşünülerek planlanmıştır. Bu planlamalarda yazılı, sözlü sınavları ve gözlem formları gibi ölçme araçları öğrenci farklılıkları düşünülerek hazırlanmıştır. Bu değerlendirilmelerde öğrencilere nelerin öğretildiği değil, öğrencilerin neyi ne kadar öğrendikleri ölçülerek değerlendirme yapılmaya çalışılmıştır.

Programda aşağıdaki genel amaçların gerçekleştirilmesi hedeflenmiştir.

Genel Amaçlar

Bu programında sonunda öğrenciler;

1. Beden eğitimi ile ilgili temel kavramları tanır.
2. Eğitim kurumlarındaki beden eğitimi ve spor derslerinin amacını kavrar.
3. Beden eğitimi ve spor etkinliklerinin bireyin büyüme ve gelişmesine katkısını kavrar.
4. Beden eğitimi ve sporun kültürel yönünü kavrar.
5. Çocuğun temel hareket ihtiyacı ve temel hareket ihtiyacı içerisinde oyun ve oyun türleri hakkında bilgi sahibi olur.
6. Beden eğitimi ve spor etkinliklerinin bir yaşam biçimi olduğunu fark eder.
7. Beden eğitimi ve spor bilimlerinin diğer bilim dallarıyla olan ilişkisi hakkında bilgi sahibi olur.
8. Beden eğitimi ve sporun felsefesini kavrar.
9. Spor ve sağlıkla ilgili temel prensipler hakkında bilgi edinir.
10. Vücudunu tanıyarak sağlıklı bir vücut yapısı için gerekli etkinlikler hakkında bilgi sahibi olur.
11. Beden eğitimi ve spor etkinliklerinde dikkat edilecek hususlar hakkında bilgi edinir.
12. Beden eğitimi ve sporla ilgili öğretmenlik, antrenörlük ve idarecilik vb. mesleki alanlar hakkında bilgi edinir.

3. PROGRAMIN YAPISI

Bu program Spor Lisesi öğrencilerinin mesleki alan bilgisi, spor genel kültürü ve beden eğitimi ve sporun eğitimdeki yeriyle ilgili temel bilgiler dikkate alınarak 8 üniteye ayrılmıştır.

Üniteler temel beden eğitimi ve spor bilgisindeki kavram ve değerlerle başlamış, her ünite biraz daha genelden özele doğru bir bilgi sıralaması takip etmiştir.

Spor Lisesi 9.sınıf öğrencilerinin bu dersteki kazanımları, 10., 11. ve 12. sınıflardaki temel alan dersleri için bir bilgi birikimi ve altyapı oluşturacaktır. Bu programda elde edilen kazanımlar, hareket eğitimi, antrenman bilgisi, temel bireysel sporlar (atletizm, jimnastik, masa tenisi vb.) ile takım sporlarının (basketbol, voleybol, futbol, hentbol vb.) temel tekniklerinin öğretimi konularında bilgilenmelerine temel oluşturacaktır.

I. Ünite: “Beden Eğitimi ve Spor” adını taşımaktadır. Burada öğrencilere beden eğitimi ve spor terimlerinin anlamlarını ve aralarındaki farkları kavratmak hedeflenmiştir. Ayrıca beden eğitimi ve spor alanındaki temel kavramların (antrenman, ısınma, jogging, denge, kuvvet, sürat, dayanıklılık, istasyon çalışması vb.) öğrenilmesi ve örneklendirilmesiyle ilgili temel bilgilerin verilmesi amaçlanmıştır.

II. Ünite: “Okullarda Beden Eğitimi ve Spor” adını taşımaktadır. Bu ünite, örgün eğitim kurumlarının ilköğretim, ortaöğretim ve yükseköğretim basamaklarında beden eğitimi ve spor etkinliklerinin genel amaçları ve özel amaçları üzerinde durularak bunların öğrencilere kavratılması üzerinde durulmuştur.

III. Ünite: “Beden Eğitimi ve Sporun Amaçları” adını taşımaktadır. Bu ünite, amaç, beden eğitimi ve sporun bireysel, toplumsal, ekonomik ve psikolojik amaçları hakkında bilgi vermektir.

IV. Ünite: “Beden Eğitiminde Gelişim Aşamaları” adını taşımaktadır. Burada amaç, bireyin doğumdan itibaren ergenlik dönemi sonuna kadar olan gelişim aşamalarında beden eğitimi ve spor etkinliklerinden nasıl faydalanacağıyla ilgili bilgiler vermektir.

V. Ünite: “Beden Eğitimi ve Oyun” adını taşımaktadır. Bu ünite, beden eğitimi ve spor etkinlikleri içerisinde oyunun önemi, kullanımı ve farklı amaçların öğretilmesi hedeflenmiştir.

VI. Ünite: “Beden Eğitimi ve Spor Bilimlerinin Diğer Bilimlerle İlişkisi” adını taşımaktadır. Beden eğitiminin sosyal, psikolojik, tarihi, felsefi ve tıbbi yönleri ele alınarak öğretilmeleri hedeflenmiştir.

VII. Ünite: “Beden Eğitimi ve Spor Faaliyetleri” adını taşımaktadır. Burada amaç, beden eğitimi ve spor derslerinin planlanması, uygulanması, değerlendirilmesi, antrenman uygulamaları ve yaşam boyu spor etkinliklerinin öğretimi hedeflenmiştir.

VIII. Ünite: “Beden Eğitimi ve Sporda Meslek Alanları” adını taşımaktadır. Bu ünite, öğrencilere beden eğitimi ve sporla ilgili öğretmenlik, antrenörlük ve yöneticilik alanları hakkında temel bilgiler vererek, onları yönlendirmeyi hedeflemektedir.

Böylece bu programı bitiren öğrencilerin beden eğitimi ve sporla ilgili temel bilgileri kazanmış öğrenciler olması hedeflenmiştir.

BECERİLER

1. Eleştirel Düşünme
2. Yaratıcı Düşünme
3. İletişim
4. Araştırma – Sorgulama
5. Problem Çözme
6. Bilgi Teknolojilerini Kullanma
7. Girişimcilik
8. Türkçeyi Doğru, Etkili ve Güzel Kullanma
9. Gözlem
10. Farklılıklara saygı
11. Sosyal Değişim
12. Planlama
13. Koordinasyon
14. Katılım ve İşbirliği
15. Süreklilik
16. Ekip Çalışması

DEĞERLER

- Bilimsellik
- Bağımsızlık
- Çalışkanlık
- Dayanışma
- Güvenilir olmak
- Sabır
- Samimiyet
- Estetik duyarlılık
- Hoşgörü
- Sağlıklı olmaya önem verme
- Saygı - Sevgi
- Sorumluluk
- Vatanseverlik
- Yardımseverlik

4. PROGRAMIN UYGULANMA ESASLARI

4.1. Öğretim Yöntem ve Teknikleri

Beden eğitimi ve spor öğretiminde hedefe ulaşabilmek için öğrencilerin ilköğretim basamağında almış oldukları beden eğitimi ve spor dersleri ve genel spor kültürlerini oluşturan egzersizler, oyunlar, bireysel sporlar, takım sporları ve antrenmanla ilgili bilgi düzeyleri belirlenmeli, üniteler uygulanırken öğrencinin bilgi birikimi dikkate alınmalıdır.

İlköğretimin birinci basamağındaki temel ünite konuları olan koşular, atlamalar, atmalar, yürümeler, sekmeler, sıçramalar, yuvarlanma, taşıma, kaldırma ve tırmanma gibi konuların ne olduğunu, ikinci basamakta ise bu konularla ilgili temel teknik bilgileri öğrenerek gelen öğrenciler, ortaöğretimin birinci sınıfındaki temel konuları öğrenirken onların ilköğretimin 1. ve 2. kademesindeki öğrenimleri göz önünde tutularak ünitelendirilmesi zorunludur.

Üniteler işlenirken almış oldukları temel bilgilerin hatırlanması, dersin motivasyonu ve öğrenilmesini kolaylaştıracaktır. Aynı zamanda öğrencilerin bilgi birikimleri de ortaya çıkacağından derslerde daha fazla öğrenci katılımına ve öğrencinin aktifliğine fırsat sağlanacaktır.

Konular öncelikle basitten zora, genelden özele doğru ünitelendirildiği için, öğrenmeler birbiri üzerine sarmal öğrenme şeklinde pekişerek gerçekleşecektir. Bunların gerçekleşmesi sürecinde öğretmen öğrencilerin bilgi, beceri, yetenek ve isteklerini göz önünde bulundurarak yönlendirip rehberlik yapmalıdır. Öğrencileri ünitelerin hedefleri doğrultusunda eğitmeye çalışırken, onları aynı zamanda araştırmaya, tartışmaya da yönlendirmelidir. Bunun için, ders dışı etkinlikler olarak, öğrencilerin gözlem yapma, araştırma, sunma ve röportaj gibi yöntemlerle öğrendiklerini pekiştirmeleri yoluna gidilmesi de göz ardı edilmemelidir.

Çalışmalardaki öğrenci kazanımları tek tek ele alınarak değerlendirilmeli, kazanımlar birbirini destekleyerek pekiştirilmelidir. Grup çalışmalarının sınıf ortamında sunulmasına fırsat verilmeli, grup sözcüleri ve üyeleri tarafından konuların sunumunda, tartışma ve soru-cevap yöntemleri öğrencilere de uygulatılmalıdır.

Öğretmen, bu uygulamaları yaparken farklı yöntem ve teknikleri kullanmalı, ünite konularına göre yöntemleri seçmeli ve uygulamalıdır. Öğretmenin yöntem ve teknikleri uygularken dikkat etmesi gereken hususlar maddeler halinde şöyle sıralanmıştır:

1. Ünite konularının işlenişi, basitten karmaşığa, bilinenden bilinmeyene ve kolaydan zora doğru bir sırada ele alınmalıdır.
2. Öğrencilerin konuları tam olarak anlamaları, yorumlama, analiz ve sentez edebilmeleri için; problem çözme, tartışma, açıklama, canlandırma ve yeniden yapılandırma gibi teknikler kullanılmalıdır.
3. Beden eğitimi ve spor bilgileri sadece sınıfla sınırlandırılmamalı, öğrencilerin, kütüphaneler, spor merkezleri, spor salonları ve spor yüksek okulları gibi kurumlardaki kaynaklardan yararlanmasına imkân sağlanmalıdır.
4. Beden eğitimi ve spor eğitiminin teorik bilgilendirme süreçlerinde, dersin içeriğine uygun olacak şekilde panel, seminer, münazara gibi etkinlikler de düzenlenmelidir.
5. Öğrencilerin, beden eğitimi ve sporla ilgili bilimsel yayın, kitap ve dergi gibi materyalleri temin ederek bunları okuma, yorumlama, açıklama ve anlatma etkinliklerine imkân sağlanmalıdır.
6. M. E. B.'in belirlediği beden eğitimi ve spor alanlarıyla ilgili kaynaklar tavsiye edilmelidir.

7. Beden eğitimi ve sporun toplumsal boyutu hakkında öğrenciler araştırmaya yönlendirilmeli, araştırma sonuçları sınıf ortamında tartışmaya açılmalıdır.

8. Öğrenci kazanımları sadece işlendiği konuda değil, diğer konularda da pekiştirilmelidir.

9. M. E. B. okul spor hizmetleri ve izcilik dairesinin faaliyetleri araştırılarak bu etkinlikler öğrenciler arasında da uygulanacak şekilde organize edilmelidir.

10. Spor Liselerinde, haftalık ders saatleri ve yıllık eğitim-öğretim süresi dikkate alınarak okutulacak konular zümre öğretmenleri tarafından belirlenmelidir.

11. Zümre öğretmenleri, yıllık planda yer alacak konuları dönemin ihtiyacı olan bilgilere göre planlamalıdır.

4.2. Ders Kitaplarının Hazırlanması

Beden eğitimi ve spor bilimleri ile ilgili derslerde en önemli araç ders kitaplarıdır. Ders ile ilgili temel bilgilerin ve becerilerin, ders kitabı esas alınarak düzenlenebileceği bilinmektedir. Ders kitapları da programda belirtildiği gibi ünitelerden oluşacaktır. Bu üniteler 2 gruptan oluşmaktadır:

1. grubu beden eğitimi ve spor bilimleriyle ilgili temel kavramlar ve bilgiler oluşturmaktadır.

2. grubu ise beden eğitimi ve spor bilimlerindeki bireysel ve grupla ilgili uygulamalı etkinlikler hakkında temel bilgiler oluşturmaktadır. Bu bilgiler doğrultusunda 9., 10., 11. ve 12. sınıflardaki uygulamalı derslerin teorik bilgileri verilmeye çalışılmıştır.

Ünitelerdeki konular ve kazanımlar, ilköğretimin birinci ve ikinci basamağındaki konulara ek olarak bilgi kazandırmayı amaçlamaktadır.

Üniteler, okullardaki beden eğitimi ve spor derslerinde öğrencilere kazandırılmak istenen bilgi ve beceriler hatırlatılarak, ortaöğretim basamağındaki öğrencilerin bu kazanımları daha fazla pekiştirebilmeleri, anlayabilmeleri ve yorumlayabilmeleri düşünülerek planlanmıştır.

Kitabın hazırlanmasında şu hususlar göz önünde bulundurulmuştur:

1. Konular ve kazanımlar Türk Milli Eğitimi'nin genel amaçlarına ve temel ilkelerine uygun olmalıdır.
2. Atatürk ilke ve inkılâplarına aykırı ifadelere yer verilmemelidir.

3. Beden eğitim ve spor bilimleri, toplumsal yapımıza uygun, gelenek ve göreneklerimiz göz önünde bulundurularak, milletimizin spor kültürüne uygun olmalıdır.
4. Öğrenciler arasında dil, din, ırk ve mezhep ayrımına yol açacak ifade ve kavramlara yer verilmemelidir.
5. Konular ve kazanımlar beden eğitimi ve sporun genel amaçları ve özel amaçlarına uygun olmalıdır.
6. Konular ve kazanımlar öğrencilerin seviyesine uygun olmalıdır.
7. Seçilen konular ve kazanımlar öğrenci davranışlarında iyi yönde gelişme ve değişmelere yol açmalıdır.
8. Konular, beden eğitimi ve spor etkinlikleriyle öğrencilerin bireysel gelişimlerine katkıda bulunmalıdır.
9. Konuların süreleri iyi ayarlanmalıdır.
10. Konu ve kazanımlar öğrencilerde istek uyandırıp, onları araştırmaya yönlendirmelidir.
11. Hazırlanan kitabın içeriği sadece Spor Liselilere değil tüm ortaöğretim kurumlarındaki öğrencilere hitap edebilmeli ve ilgi çekmelidir.
12. Ders kitabı sadece derslerde yararlanılan bir kaynak değil, aynı zamanda bir spor kültür kitabı olma özelliği taşınmalıdır.

4.3. Kitap Forma Sayıları

Ders Kitabı

Sınıf	Forma sayısı A4	Forma Sayısı B5
9. Sınıf	8-10	10-12

Öğretmen Kılavuzu

Sınıf	Forma sayısı A4 En fazla	Forma Sayısı B5 En fazla
9.Sınıf	8	10

5.KAZANIM TABLOSU, ÜNİTELER İÇİN ÖNERİLEN SÜRE

5.1.Kazanım Tabloları

DOKUZUNCU SINIF KAZANIM - ETKİNLİK TABLOSU







ÜNİTELER	KAZANIM SAYISI	ETKİNLİK SAYISI
I.ÜNİTE	10	7
II. ÜNİTE	8	6
III. ÜNİTE	8	3
IV. ÜNİTE	7	5
V. ÜNİTE	6	3
VI. ÜNİTE	9	5
VII. ÜNİTE	5	3
VIII. ÜNİTE	6	3
TOPLAM	59	35









5.2.Önerilen Süre
DOKUZUNCU SINIF İÇİN ÖNERİLEN SÜRE




ÜNİTE ADI	ÜNİTENİN BÖLÜMLERİ	ÖNERİLEN ZAMAN	
		Zaman (Saat)	Ağırlık %
I. ÜNİTE: BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR	Beden Eğitiminin Tanımı	1	12,50
	Sporun Tanımı	1	
	Beden Eğitimi ve Spordaki Temel Kavramlar	2	
II. ÜNİTE: OKULLARDA BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR	İlköğretim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Sporun Amacı	1	9,38
	Ortaöğretim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Sporun Amacı	1	
	Yükseköğretim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Sporun Amacı	1	
III. ÜNİTE: BEDEN EĞİTİMİ VE SPORUN AMAÇLARI	Genel Amaçlar	1	9,38
	Özel Amaçlar	2	









IV. ÜNİTE: BEDEN EĞİTİMDE GELİŞİM VE AŞAMALARI	Erken Çocukluk Dönemi(0-5 Yaş)	1	12,50
	Orta Çocukluk Dönemi (6-9 Yaş)	1	
	Genç Çocukluk Dönemi (10-13 Yaş)	1	
	Ergenlik Dönemi (14-18 Yaş)	1	
V. ÜNİTE: BEDEN EĞİTİMİ VE OYUN	Oyun Alanları	1	12,50
	Eğitsel Oyunlar	1	
	Eğitsel Oyun Türleri	1	
	Oyun Kuralları	1	
VI. ÜNİTE: BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİNİN DİĞER BİLİMLERLE İLİŞKİSİ	Hareket Bilimi Spor Pedagojisi	1	3,13
	Spor Psikolojisi Spor Sosyolojisi	2	15,63
	Spor Tarihi	1	
	Spor Tıbbı- Spor Felsefesi	2	







VII. ÜNİTE: BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR FAALİYETLERİ	Beden Eğitimi ve Spor Dersleri ve Planlaması	2	15,63
	Antrenman ve Antrenman İlkeleri	2	
	Yaşam Boyu Spor	1	
VIII. ÜNİTE: BEDEN EĞİTİMİ VE SPORDA MESLEK ALANLARI	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	1	9,38
	Antrenörlük Eğitimi	1	
	Spor Yöneticiliği Eğitimi	1	
TOPLAM		32	100







ÜNİTE	KAZANIMLAR	ETKİNLİK ÖRNEKLERİ	AÇIKLAMALAR
I. ÜNİTE: BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR	<p>Bu ünitenin sonunda öğrenciler;</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Beden eğitiminin bir vücut etkinliği ve hareket aracı olduğunu fark eder. 2. Bireysel ve grup olarak yapılan beden eğitimi etkinliklerini listeler. 3. Beden eğitimi ve spor ile ilgili söz ve vecizeleri yorumlar. 4. Beden eğitimi etkinliklerinin bireyin doğasında var olduğunu ve her yaş grubuna uygulanabileceğini fark eder. 5. Beden eğitiminin toplumun fiziksel yapısının gelişimindeki önemini belirtir. 	<p> +  “Beden Eğitimi”</p> <p>Öğrencilerden, okul öncesi ve ilköğretim döneminden bu yana akran gruplarıyla birlikte yaptıkları beden eğitimi etkinliklerini yazmaları istenir. Yazılanlar sınıfta değerlendirilir. Elde edilen bulgular slâyt ile tahtaya yansıtılır (1, 2 ve 4. kazanım).</p> <p> +  “Yöresel Oyunlar”</p> <p>Öğrencilerden, mahalle veya sokakta arkadaşlarıyla oynadıkları yöresel oyunları gruplar halinde hazırlayarak sınıfta canlandırmaları istenir. Canlandırılan bu oyunların eğitsel değerleri ve bireye hangi özellikleri kazandırdığı sınıfta tartışılır (2 ve 5. kazanım).</p> <p> +  “Atatürk ve Spor”</p> <p>Öğrencilerden, Atatürk’ün beden eğitimi ve spor ile ilgili söz ve vecizelerini araştırmaları istenir. Araştırma sonuçları sınıfa sunulur. Öğrencilerin araştırmalarından dikkat çekici olanlar okul gazetesinde yayınlanır (3. kazanım).</p>	<p>[!] Bu üniteye verilecek beceriler: Araştırma-sorgulama, değişim ve sürekliliği algılama, gözlem yapma, bilgi teknolojilerini kullanma, yaratıcı düşünme, katılım ve işbirliği, girişimcilik, Türkçeyi doğru, etkili ve güzel kullanma.</p> <p>[!] Bu üniteye verilecek değerler: bilimsellik, sorumluluk, dayanışma, saygı ve hoşgörü.</p> <p>[!] Beden eğitimi ve sporun bireyin gelişimine etkisine dikkat çekilir.</p>






ÜNİTE	KAZANIMLAR	ETKİNLİK ÖRNEKLERİ	AÇIKLAMALAR
I. ÜNİTE: BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR	<p>6. Beden eğitimi ve spor arasındaki farklılıkları listeler.</p> <p>7. Sporun toplumların hayatlarındaki yerini, önemini ve reklâm aracı olarak kullanımını örneklerle açıklar.</p> <p>8. Sporun toplumların sosyal ve ekonomik hayatlarına etkisini vurgular.</p> <p>9. Temel motorik özellikleri sınıflandırarak beden eğitimi ve spor açısından önemini örneklerle açıklar.</p> <p>10. Antrenman ve eğitsel oyunun beden eğitimi ve spordaki önemini belirtir.</p>	<p> “ Karşılaştıralım”</p> <p>Öğretmen sınıf tahtasını ikiye böler. Bir tarafa <i>beden eğitimi</i> diğer tarafa <i>spor</i> yazar. Öğrenciler tahtada yazılı başlıklarla ilgili etkinlikleri sıralarlar. Benzer ve farklı yönleri sınıfta tartışılır (6. kazanım).</p> <p> +  “ Niçin Spor? ”</p> <p>Toplumların sportif etkinlikleri hangi amaçlarla yaptıkları ile ilgili anket hazırlanarak, öğrenciler tarafından toplumun değişik kesimlerine uygulanır. Anket sonuçları sınıfta değerlendirilerek okul gazetesinde yayınlanır (7 ve 8. kazanım).</p> <p> +  “Reklâmlarla Spor”</p> <p>Öğrenciler iki grup halinde, ulusal ve uluslar arası alanda sporun reklâm, propaganda ve pazarlama aracı olarak kullanımını araştırırlar. Araştırma sonuçları sınıfta tartışılır (7 ve 8. kazanım).</p> <p> “ Temel Motorik Özellikler”</p> <p>Öğretmen, temel motorik özellikler, antrenman ve eğitsel oyunun sportif etkinlikler açısından önemini, beden eğitimi ve sporda kullanımını anlatan bir sunum yapar. Öğrencilerden kendilerine verilen çalışma kâğıtlarındaki boşlukları doldurmaları istenir (9 ve 10. kazanım).</p>	<p> Beden Eğitimi ve Spor Tarihi dersi ile ilişkilendirilir.</p> <p> Bu ünite; tartışma, açık uçlu sorular, çoktan seçmeli, boşluk doldurmalı testler, öz değerlendirme formu kullanılarak değerlendirme yapılabilir.</p>








ÜNİTE	KAZANIMLAR	ETKİNLİK ÖRNEKLERİ	AÇIKLAMALAR
II. ÜNİTE: OKULLARDA BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR	<p>Bu ünitenin sonunda öğrenciler;</p> <ol style="list-style-type: none"> İlköğretim okullarının 1. kademesinde uygulanan beden eğitimi ve spor etkinliklerinin özelliklerini ve amaçlarını listeler. İlköğretim okullarının 2. kademesinde uygulanan beden eğitimi ve spor etkinliklerinin çeşitlerini ve amaçlarını özetler. Orta öğretim kurumlarındaki beden eğitimi ve spor etkinliklerinin amaçlarını ve öğrenciye kazandıracığı motorik özellikleri fark eder. Orta öğretim kurumlarında uygulanan beden eğitimi ve spor etkinliklerinin özelliklerini ve uygulama kurallarını örneklerle açıklar. 	<p> “Anket Yapalım”</p> <p>Öğretmen, İlköğretim okullardaki beden eğitimi ve spor etkinliklerinin uygulamasına yönelik hazırladığı anketi öğrencilerini ilgili kurumlara yönlendirerek uygular. Anket sonuçları sınıfta tartışılır. Elde edilen bulgular ve beden eğitimi ve spor etkinliklerinin genel amaçları okul gazetesinde yayınlanır (1 ve 2. kazanım).</p> <p> “Anlayalım – Cevaplayalım”</p> <p>Öğretmen, orta öğretim kurumlarındaki beden eğitimi ve spor etkinliklerinin amaçlarını ve öğrenciye kazandıracığı motorsal özellikleri anlatan bir slayt gösterisini sınıfa sunar. Öğrencilerden kendilerine verilen çalışma kâğıtlarındaki soruları cevaplamaları istenir (3. kazanım).</p> <p> “Okullar Arası Spor Yarışmaları”</p> <p>Öğrenciler, Okuliçi Beden Eğitimi Spor ve İzci-lik Dairesi Başkanlığı tarafından illerde düzenlenen okullar arası spor yarışmalarını yerinde izleyerek bu yarışmalar hakkında bilgi toplarlar. Topladıkları bilgileri münazara yöntemi ile sınıfa sunarlar (4. kazanım).</p>	<p>[!] Bu üniteye verilecek beceriler: Araştırma-sorgulama, değişim ve sürekliliği algılama, gözlem yapma, bilgi teknolojilerini kullanma, yaratıcı düşünme, problem çözme, Türkçeyi doğru, etkili ve güzel kullanma.</p> <p>[!] Bu üniteye verilecek değerler: bilimsellik, sorumluluk, dayanışma duyarlılık, saygı ve hoşgörü.</p> <p>↻ Beden Eğitimi ve Spor Tarihi dersi ile ilişkilendirilir.</p>






ÜNİTE	KAZANIMLAR	ETKİNLİK ÖRNEKLERİ	AÇIKLAMALAR
II. ÜNİTE: OKULLARDA BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR	<p>5. Yüksek öğretim kurumlarında uygulanan beden eğitimi ve spor etkinliklerinin amaçlarını ve çeşitlerini listeler.</p> <p>6. Yüksek öğretim çağındaki gençlerin beden eğitimi ve spor etkinliklerine olan ihtiyaçlarını fark eder.</p> <p>7. Beden eğitimi ve spor etkinliklerinin gençlere kazandıracığı bireysel ve toplumsal özellikleri sıralar.</p> <p>8. Yüksek öğretim seviyesindeki beden eğitimi ve spor etkinliklerinin organizasyonu hakkında örnekler verir.</p>	<p> +  “Üniversite Gençliği”</p> <p>Öğrenciler üniversite gençliğinin serbest zamanlardaki etkinlikleri ile ilgili araştırma yaparlar. Topladıkları bilgileri rapor halinde sınıfa sunarlar (5 ve 6. kazanım).</p> <p> “Üniversite Sporları Federasyonu ”</p> <p>Öğretmen, Üniversite Sporları Federasyonunu, kuruluş amacını ve faaliyetlerini anlatan bir sunumu sınıfa sunar. Öğrencilerden kendilerine verilen çalışma kâğıtlarındaki soruları cevaplamaları istenir (8. kazanım).</p> <p> +  “Münazara Yapalım ”</p> <p>Öğrenciler, iki grup halinde beden eğitimi ve spor etkinliklerinin gençlere kazandıracığı bireysel ve toplumsal özelliklere ilişkin araştırma yaparlar. Topladıkları bilgileri münazara yöntemi ile sınıfa sunarlar (7. kazanım).</p>	<p> Beden eğitimi ve sporun bireyin gelişimine etkisine dikkat çekilir.</p> <p> Beden Eğitimi ve Spor Tarihi dersi ile ilişkilendirilir.</p> <p> Bu ünite; tartışma, açık uçlu sorular, çoktan seçmeli, boşluk doldurmalı testler, öz değerlendirme formu kullanılarak değerlendirme yapılabilir.</p>





ÜNİTE	KAZANIMLAR	ETKİNLİK ÖRNEKLERİ	AÇIKLAMALAR
III. ÜNİTE: BEDEN EĞİTİMİ VE SPORUN AMAÇLARI	<p>Bu ünitenin sonunda öğrenciler;</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Beden eğitimi ve sporun genel amaçlarını listeler. 2. Hareket etme ihtiyacının bireyin doğasında var olduğunu fark eder. 3. Bireyin psiko-motor (sinir-kas) gelişiminin hareket etme sonucu oluştuğunu belirtir. 4. Beden eğitimi ve sporun sosyal ve zihinsel gelişime etkilerini örneklerle açıklar. 5. Beden eğitimi ve sporun özel amaçlarını listeler. 6. Beden eğitimi ve sporun bireylerin sağlıklı yaşam alışkanlığı kazanmalarına etkisini yorumlar. 7. Beden eğitimi ve sporun bireylerin sosyalleşmelerine ve kurallara uyma alışkanlıklarına etkilerini özetler. 8. Beden eğitimi ve sporun bireylerin yeteneklerinin tespitindeki işlevini saptar. 	<p> “ Hareket, Sağlıktır ”</p> <p>Hareket eğitiminin, bireylerin, sinir-kas, solunum, sindirim, kalp-damar sistemleri ile sosyal ve zihinsel gelişimlerine etkilerinin anlatıldığı bir metin sınıfa okunur. Öğrencilerden, dağıtılan çalışma kâğıtlarındaki boşlukları doldurmaları istenir (1, 2, 3 ve 4. kazanım).</p> <p> +  “ Değerlendirme ”</p> <p>Öğrenciler iki gruba ayrılır. Gruplardan, toplumdaki beden eğitimi ve spor etkinliklerini sistemli ve sürekli yapanlar ile yapmayanların sosyalleşmesi, toplumsal kurallara uymadaki dikkatleri, kendine güven ve çevreyle işbirliği yapma konularındaki duyarlılıklarının araştırılması istenir. Grup sözcüleri toplanan bilgileri sınıfa sunarlar. Elde edilen bulgular tahtaya yazılarak tartışılır (5, 6, ve 7. kazanım).</p> <p> “Yetenek Tespiti ”</p> <p>Öğretmen, bireylerin yeteneklerinin tespitinde beden eğitimi ve sporun işlevini anlatan bir metin okur. Okunan metin sınıfta değerlendirilir (8. kazanım).</p>	<p>[!] Bu üniteye verilecek beceriler: Araştırma-sorgulama, değişim ve sürekliliği algılama, gözlem yapma, bilgi teknolojilerini kullanma, yaratıcı düşünme, problem çözme, sosyal değişim, Türkçeyi doğru, etkili ve güzel kullanma.</p> <p>[!] Bu üniteye verilecek değerler: bilimsellik, sorumluluk, dayanışma duyarlılık, sağlıklı olmaya önem verme, saygı ve hoşgörü.</p> <p>[!] Beden eğitimi ve sporun bireyin gelişimine etkisine dikkat çekilir.</p> <p> Anatomi, Spor Sosyolojisi ve Spor Psikolojisi dersleri ile ilişkilendirilir.</p> <p> Bu üniteye; tartışma, açık uçlu sorular, çoktan seçmeli, boşluk doldurmalı testler, öz değerlendirme formu kullanılarak değerlendirme yapılabilir.</p>






ÜNİTE	KAZANIMLAR	ETKİNLİK ÖRNEKLERİ	AÇIKLAMALAR
IV. ÜNİTE: BEDEN EĞİTİMİNDE GELİŞİM AŞAMALARI	<p>Bu ünitenin sonunda öğrenciler;</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Erken çocukluk dönemini tanıyarak bu dönemdeki çocukların iskelet gelişimi, büyümeleri, ruhsal ve sosyal gelişimlerine beden eğitiminin katkılarını özetler. 2. Orta çocukluk dönemini tanıyarak bu dönemdeki çocukların iskelet gelişimleri, ruhsal ve sosyal gelişimlerini örneklerle açıklar. 3. Genç çocukluk döneminin özelliklerini sıralayarak kız ve erkek çocukların iskelet gelişimlerindeki farklılıkları belirler. 4. Genç çocukluk dönemindeki kız ve erkek çocukların duygusal ve sosyal gelişimlerindeki farklılıkların nedenlerini irdeler. 	<p> +  “Okul Öncesi Dönem”</p> <p>Öğrenciler, yakın çevrelerindeki okul öncesi çocukların oynadıkları oyunları gözlemleyerek rapor halinde sınıfa sunarlar. Elde edilen bilgiler ışığında oynanan oyunların çocukların gelişimlerine etkileri sınıfta tartışılır (1. kazanım).</p> <p> +  “İlköğretim Çağı”</p> <p>Öğrencilere ilköğretim çağındaki çocukların fiziksel ve ruhsal gelişim özellikleri hakkında bir anket uygulattırılarak sonuçları sınıfta değerlendirilir. Elde edilen bulgulara göre bu dönemin özellikleri tahtaya sıralanır (2, 3 ve 4. kazanım).</p> <p> +  “Genç Çocukluk ve Ergenlik Dönemi”</p> <p>Öğrenciler, beden eğitiminin, genç çocukluk ve ergenlik dönemindeki çocukların gelişimlerine etkisi ile ilgili araştırma yaparlar. Toplanan bilgiler münazara usulü ile sınıfa sunulur (4, 5, 6 ve 7. kazanım).</p>	<p>[!] Bu üniteye verilecek beceriler: Araştırma-sorgulama, değişim ve sürekliliği algılama, gözlem yapma, bilgi teknolojilerini kullanma, yaratıcı düşünme, problem çözme, Türkçeyi doğru, etkili ve güzel kullanma.</p> <p>[!] Bu üniteye verilecek değerler: bilimsellik, sorumluluk, dayanışma duyarlılık, saygı ve hoşgörü.</p> <p>[!] Öğrencilerin gelişiminde sınıf, cinsiyet ve yaş farkına dikkat çekilir.</p>





ÜNİTE	KAZANIMLAR	ETKİNLİK ÖRNEKLERİ	AÇIKLAMALAR
IV. ÜNİTE: BEDEN EĞİTİMİNDE GELİŞİM AŞAMALARI	<p>5. Ergenlik dönemini tanımlayarak bu dönemdeki çocukların bağımsız davranma arzularını sorgular.</p> <p>6. Ergenlik dönemindeki kız ve erkek çocukların iskelet gelişimlerindeki farklılıkların nedenlerini sıralar.</p> <p>7. Ergenlik dönemindeki kız ve erkek çocukların zihinsel, sosyal ve duygusal gelişim özelliklerini listeler.</p>	<p> +  “ Haydi, Gençler Spora ”</p> <p>Öğrenciler çevrelerindeki kız ve erkek öğrencilerin özelliklerine uygun sportif etkinlikler ile fiziksel gelişimleri arasındaki ilişki araştırılarak sınıfa sunulur. Elde edilen bulgular okul gazetesinde yayınlanır (5, 6 ve 7. kazanım).</p> <p> “ Kişiliğim! ”</p> <p>Beden eğitimi ve sporun kişilik gelişimine etkilerinin anlatıldığı bir metin sınıfa okunur. Okunan metin üzerinde sınıfta tartışılır (7. kazanım).</p>	<p> Anatomi dersi ile ilişkilendirilir.</p> <p> Bu ünite; tartışma, açık uçlu sorular, çoktan seçmeli, boşluk doldurmalı testler, öz değerlendirme formu kullanılarak değerlendirme yapılabilir.</p>

ÜNİTE	KAZANIMLAR	ETKİNLİK ÖRNEKLERİ	AÇIKLAMALAR
V. ÜNİTE: BEDEN EĞİTİMİ VE OYUN	<p>Bu ünitenin sonunda öğrenciler;</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Güvenli oyun alanlarını listeleterek çocukların bu alanlarda oynayabilecekleri oyunlara örnek verir. 2. Çocukların okul bahçelerinde hangi oyunları oynayabileceklerini belirtir. 3. Eğitsel oyunu tanıyarak eğitsel oyun türlerini listeler. 4. Bireysel, grup ve karma eğitsel oyunların nasıl oynanacağını belirterek çocuğa kazandıracakları özellikleri özetler. 5. Oyunların, oyun kurallarına göre oynanması gerektiğini fark eder. 6. Oyun kuralları belirlenirken dikkat edilmesi gereken konuları açıklar. 	<p>  “Oyun Alanı”</p> <p>Öğrenciler, çevrelerindeki oyun oynanan alanlara ve bu alanların güvenli olup olmadıklarına ilişkin araştırma yaparak sınıfa sunarlar. Elde edilen bilgiler ışığında güvenli oyun alanı, bu alanlarda oynanabilecek oyunlar ve özellikleri sınıfta tartışılır (1 ve 2. kazanım).</p> <p> “Oyun Oynayalım”</p> <p>Öğretmen, eğitsel oyun ve eğitsel oyun türlerinin örneklerle anlatıldığı bir slâyt gösterisini sınıfa sunar. Öğrencilerden kendi yörelerinde oynanan benzer oyunları arkadaşları ile canlandırmalarını ister. Oynanan oyunların çocukların gelişimine katkıları sınıfta tartışılır. Oyunlardaki bölgesel farklılıklar tahtaya yazılır (3 ve 4. kazanım).</p> <p>  “Oyun Kuralları”</p> <p>Öğrenciler, çevrelerinde oynanan çeşitli oyunların hangi kurallara göre oynandığına ilişkin araştırma yaparlar. Elde edilen sınıfa sunulur. Öğretmen bu bilgileri değerlendirdikten sonra tüm oyunların belirli kurallara göre oynanması gerektiğini açıklar (5 ve 6. kazanım).</p>	<p>[!] Bu üniteye verilecek beceriler: Araştırma-sorgulama, değişim ve sürekliliği algılama, gözlem yapma, bilgi teknolojilerini kullanma, yaratıcı düşünme, problem çözme, Türkçeyi doğru, etkili ve güzel kullanma.</p> <p>[!] Bu üniteye verilecek değerler: bilimsellik, sorumluluk, dayanışma duyarlılık, saygı ve hoşgörü.</p> <p>[!] Oyun kuralları önceden belirlenerek uyulmasına dikkat çekilir.</p> <p> Anatomi dersi ile ilişkilendirilir.</p> <p> Bu üniteye; tartışma, açık uçlu sorular, çoktan seçmeli, boşluk doldurmalı testler, öz değerlendirme formu kullanılarak değerlendirme yapılabilir.</p>

ÜNİTE	KAZANIMLAR	ETKİNLİK ÖRNEKLERİ	AÇIKLAMALAR
VI. ÜNİTE: BEDEN EĞİTİMİ BİLİMİNİN DİĞER BİLİM DALLARI İLE İLİŞKİSİ	<p>Bu ünitenin sonunda öğrenciler;</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Beden eğitimi ve sporun ilişkili olduğu bilim dallarını listeler. 2. Spor pedagojisi tanımından hareketle beden eğitimi ve spor etkinliklerinin öğretim yöntemlerine örnekler verir. 3. Sportif etkinliklerin bireyin psikolojik yapısına, iş ortamına ve aile yapısına etkilerini belirterek spor psikolojisini açıklar. 4. Spor sosyolojisini tanıyarak sportif etkinliklerin bireylerin sosyalleşmelerine toplumsal yapıdaki rollerine olan etkilerini örneklerle açıklar. 	<p> “Okuma - Anlama”</p> <p>Öğretmen, beden eğitimi ve sporun ilişkili olduğu bilim dallarının anlatıldığı bir metni sınıfa okur. Öğrencilerden kendilerine verilen çalışma kâğıtlarındaki soruları cevaplamaları istenir. Verilen cevaplardan elde edilen bulgular tahtaya yazılarak değerlendirilir (1. kazanım).</p> <p> “Okuma - Anlama ”</p> <p>Öğretmen, beden eğitimi ve spor etkinliklerinde kullanılan öğretim yöntemlerini sıralayarak komut yöntemi ve alıştırmaya yöntemini örneklerle gösterir. Öğrencilerden bu yöntemleri arkadaşları ile uygulayarak göstermeleri istenir. Yapılan uygulamalar sınıfta değerlendirilir (2. kazanım).</p> <p> +  “Sosyoloji, Psikoloji ve Spor”</p> <p>Okul rehberlik servisinden yardım alınarak spor yapan öğrencilerle yapmayanların psiko-sosyal yapıları araştırılır. Elde edilen bulgular sınıfta tartışılır (3 ve 4. kazanım).</p>	<p>[!] Bu üniteye verilecek beceriler: Araştırma-sorgulama, değişim ve sürekliliği algılama, gözlem yapma, bilgi teknolojilerini kullanma, yaratıcı düşünme, problem çözme, Türkçeyi doğru, etkili ve güzel kullanma.</p> <p>[!] Bu üniteye verilecek değerler: bilimsellik, sorumluluk, dayanışma duyarlılık, saygı ve hoşgörü.</p> <p>[!] Beden eğitimi ve sporun bireyin gelişimine etkisine dikkat çekilir.</p> <p> Beden Eğitimi ve Spor Tarihi, Spor Psikolojisi ve Spor sosyolojisi dersleri ile ilişkilendirilir.</p>

ÜNİTE	KAZANIMLAR	ETKİNLİK ÖRNEKLERİ	AÇIKLAMALAR
VI. ÜNİTE: BEDEN EĞİTİMİ BİLİMİNİN DİĞER BİLİM DALLARI İLE İLİŞKİSİ	<p>5. Beden eğitimi ve sporun tarih bilimi ile ilişkisini vurgulayarak dünyada spor etkinliklerinin başlangıç nedenlerini ve gelişimini örneklendirir.</p> <p>6. Beden eğitimi ve spor etkinliklerinin ülkemizdeki ilk uygulamalarını ve gelişimini irdeler.</p> <p>7. Cumhuriyet dönemindeki sportif etkinlikleri ve Atatürk'ün spora bakışını özetler.</p> <p>8. Beden eğitimi ve sporun bireylerin iskelet-kas gelişimi, dolaşım, solunum ve sindirim sistemlerine etkilerini vurgulayarak tıp bilimi ile olan ilişkisini açıklar.</p> <p>9. Sporun ana felsefesinin fair-play ve rakibe saygı olduğunu fark eder.</p>	<p> “Hatırlayalım !”</p> <p>Öğretmen, öğrencilerden, Beden Eğitimi ve Spor Tarihi dersindeki birikimlerini kullanarak kendilerine verilen çalışma kâğıtlarındaki soruları cevaplamalarını ister. Verilen cevaplardan elde edilen bulgular tahtaya yazılarak değerlendirilir (5, 6 ve 7. kazanım).</p> <p> “Seminer - Konferans ”</p> <p>Bölgedeki Gençlik ve Spor İl Müdürlükleri, üniversitelerin Beden Eğitimi ve Spor Bölümleri ve hastanelerin Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon bölümlerinden yardım alınarak öğrencilere yönelik “ Spor ve Sağlık”, “Spor Felsefesi” konularında seminer ve konferanslar düzenlenir. Öğrencilerden bu seminer ve konferanslarla ilgili izlenimlerini yazmaları istenir. Yazılanlar sınıfta değerlendirilir (8 ve 9. kazanım).</p>	<p>[!] Bu üniteye verilecek beceriler: Araştırma-sorgulama, değişim ve sürekliliği algılama, gözlem yapma, tablo, grafik ve diyagram hazırlama ve yorumlama, Türkçeyi doğru, etkili ve güzel kullanma.</p> <p>[!] Bu üniteye verilecek değerler: bilimsellik, sorumluluk, dayanışma duyarlılık, saygı ve hoşgörü.</p> <p>[!] Beden eğitimi ve sporun bireyin gelişimine etkisine dikkat çekilir.</p> <p> Anatomi dersi ile ilişkilendirilir.</p> <p> Bu üniteye; tartışma, açık uçlu sorular, çoktan seçmeli, boşluk doldurmalı testler, öz değerlendirme formu kullanılarak değerlendirme yapılabilir.</p>

ÜNİTE	KAZANIMLAR	ETKİNLİK ÖRNEKLERİ	AÇIKLAMALAR
VII. ÜNİTE: BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR FAALİYETLERİ	<p>Bu ünitenin sonunda öğrenciler;</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Beden eğitimi ve spor derslerinin ilk, orta ve yüksek öğretim kurumlarındaki amaçlarına örnekler verir. 2. Beden eğitimi ve spor derslerinin planlanmasında dikkat edilecek hususları listeler. 3. Antrenman kavramını tanımlayarak antrenman ilkelerini açıklar. 4. Yaşam boyu spor kavramını tanımlayarak yaşam boyu spor için yapılabilecek etkinliklere örnekler verir. 5. Yaşam boyu sporun bireylere sağladığı yararları sıralar. 	<p> “Okullarda Beden Eğitimi ve Spor” Öğrenciler üç grup halinde beden eğitimi ve spor derslerinin ilk, orta ve yüksek öğretim kurumlarındaki amaçlarını ve derslerin planlanmasını araştırırlar. Araştırma sonuçları grup sözcüleri tarafından sınıfa sunulur. Elde edilen bilgiler sınıfta tartışılır (1 ve 2. kazanım).</p> <p> “Antrenmana Gidelim” Öğrenciler çevrelerindeki spor kulüpleri ile kendi okul takımlarının çalışmalarını yerinde izleyerek uygulamalar hakkında bilgiler toplarlar. Toplanan bilgiler uygulamalı olarak sınıfa sunulur. Elde edilen bulgulara göre temel antrenman ilkeleri tahtaya sıralanır (3. kazanım).</p> <p> “Yaşam Boyu Spor” Öğretmen, dünyadaki yaşam boyu spor uygulamalarını ve toplumsal etkilerini anlatan bir sunum yapar. Yapılan sunum sınıfça değerlendirilerek bizdeki uygulamalarla karşılaştırmalar yapılır (4 ve 5. kazanım).</p>	<p>[!] Bu ünite de verilecek beceriler: Araştırma-sorgulama, değişim ve sürekliliği algılama, gözlem yapma, bilgi teknolojilerini kullanma, yaratıcı düşünme, problem çözme, Türkçeyi doğru, etkili ve güzel kullanma.</p> <p>[!] Bu ünite de verilecek değerler: bilimsellik, sorumluluk, dayanışma duyarlılık, saygı ve hoşgörü.</p> <p>Beden Eğitimi ve Spor Tarihi dersi ile ilişkilendirilir.</p> <p> Bu ünite de; tartışma, açık uçlu sorular, çoktan seçmeli, boşluk doldurmalı testler, öz değerlendirme formu kullanılarak değerlendirme yapılabilir.</p>

ÜNİTE	KAZANIMLAR	ETKİNLİK ÖRNEKLERİ	AÇIKLAMALAR
VIII. ÜNİTE: BEDEN EĞİTİMİ VE SPORDA MESLEK ALANLARI	<p>Bu ünitenin sonunda öğrenciler;</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Beden eğitimi ve spor alanındaki meslek dallarını listeler. 2. Beden eğitimi ve spor öğretmenliğini diğer öğretmenlik branşları ile mukayese eder. 3. Beden eğitimi ve spor öğretmeninde bulunması gereken özellikleri örneklerle açıklar. 4. Antrenörlük mesleğini tanıyarak antrenörlerin taşıması gereken nitelikleri sıralar. 5. Spor yöneticiliğinin bir meslek dalı olduğunu fark ederek spor yöneticilerinin çalışma alanlarını açıklar. 6. Spor yöneticiliğinin sportif gelişme ve başarıya olan katkılarını vurgular. 	<p> “Okullarda Beden Eğitimi ve Spor” Öğrenciler yakın çevrelerindeki üniversitelerin beden eğitimi ve spor eğitimi veren bölümlerini ziyaret ederek bu bölümlerin verdikleri mesleki eğitime ilişkin bilgiler toplarlar. Elde edilen bilgiler sınıfta değerlendirilir (1, 2, 3, 4, 5 ve 6. kazanım).</p> <p> “Öğretmenlerim” Öğrencilerden beden eğitimi ve spor öğretmenleri ile diğer öğretmenlerin mesleki uygulamaları ve tutumları konusunda mukayese ettikleri birer ödev hazırlamaları istenir. Hazırlanan ödevler sınıfta tartışılır (2. kazanım).</p> <p> “Antrenör – Spor Yöneticisi” Öğretmen, antrenörlük ve spor yöneticiliği meslekleri ile bu meslek grubundan dünya ve ülkemizdeki başarılı örnekleri anlatan bir sunum yapar. Yapılan sunum sınıfça değerlendirilerek bu meslek mensuplarının sahip olması gereken nitelikler vurgulanır (4, 5 ve 6. kazanım).</p>	<p>[!] Bu üniteye verilecek beceriler: Araştırma-sorgulama, değişim ve sürekliliği algılama, gözlem yapma, bilgi teknolojilerini kullanma, yaratıcı düşünme, problem çözme, Türkçeyi doğru, etkili ve güzel kullanma.</p> <p>[!] Bu üniteye verilecek değerler: bilimsellik, sorumluluk, dayanışma, duyarlılık, saygı ve hoşgörü.</p> <p> Bu üniteye; tartışma, açık uçlu sorular, çoktan seçmeli, boşluk doldurmalı testler, öz değerlendirme formu kullanılarak değerlendirme yapılabilir.</p>

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Ölçme ve değerlendirme eğitim ve öğretimin önemli bir parçasıdır. Eğitimde, programların istenilen başarıyı gösterip göstermediği, öğrencilerden beklenen bilgi, beceri ve tutumların gelişip gelişmediği, ölçme ve değerlendirme yoluyla tespit edilir. Ölçme ve değerlendirme, eğitim ve öğretim sürecini sürekli izleme, her aşamada ortaya çıkan sorunları tespit ve düzeltme imkânı verir.

BEDEN EĞİTİMİ BİLİMİNE GİRİŞ DERSİNDE ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Beden Eğitimi Bilimine Giriş Dersi için yapılacak değerlendirme etkinliklerinde, Beden Eğitimi Bilimine Giriş Dersi Programı'nın tüm boyutlarında sağlanan gelişme ve başarı ölçülmeye ve kaydedilmeye çalışılır. Öğretmenler, öğrencilerin beden eğitimi bilimiyle ilgili konular, kavramlar ve becerilerle ilgili eksiklerini belirlerken, bireysel gelişimlerini izlerken, karşılaştıkları zorlukları tanımlarken, öğrencileri öğrenmeye ve becerilerini geliştirmeye özendirirken değerlendirme yaparlar. Böylece değerlendirme, öğrencilerin eğitiminde yapılandırıcı ve geliştirici bir rol oynar. Öğrencilerin öğrenmesi ve gelişimiyle ilgili elde edilen bilgiler, öğretmenler tarafından kullanılabilmesi gibi öğrencinin kendini değerlendirmesine ve kişisel hedefler belirlemesine de yardım eder.

DEĞERLENDİRME ARAÇ VE YÖNTEMLERİ

GÖRÜŞME (MÜLÂKAT): Öğrencilerle yapılan görüşmeler, öğrencilerin çalışmaları hakkında ve konuları nasıl anladıkları konusunda anlama düzeylerinin daha iyi değerlendirilmesine yardım eder.

GÖZLEMLER: Gözlemler, öğrenciler hakkında doğru ve çabuk bilgiler sağlar. Uygulamada hız ve zaman önemlidir.

SÖZLÜ SUNUM: Sözlü sunum, konuşma, dil eğitimi, dil sanatları gibi birçok alanda kullanılabilir. Öğrencilerin eleştirel düşünme becerileri hakkında iyi bilgi sağlar. Kontrol listeleri, dereceli puanlama anahtarı ya da değerlendirme ölçekleri ile değerlendirme yapılabilir. Sözlü sunumlar, öğrencilerin hatırlama, kavrama ve hitap düzeyleri hakkında bilgi toplamak için uygun araçlardır.

ARAŞTIRMA KÂĞITLARI: Araştırma kâğıtları eğitimin her kademesinde kullanılır. Bir performans değerlendirme maddesi olarak oldukça uygundur.

ÖZ DEĞERLENDİRME: Belli bir konuda bireyin kendi kendisini değerlendirmesine öz değerlendirme denir. Öz değerlendirme, bireylerin kendi yeteneklerini kendilerinin keşfetmelerine yardımcı olan bir yaklaşımdır. Öz değerlendirme, öğrencilerin okulda yaptıkları çalışmaları, nasıl düşündüğünü ve nasıl yaptığını değerlendirmelerini gerektirir.

DERECELİ PUANLAMA ANAHTARI (RUBRİC)

Dereceli puanlama anahtarı, performansı tanımlayan ölçütleri içeren puanlama rehberidir. Herhangi bir çalışmanın puanlanması için geliştirilmiş ölçütleri içeren bir araçtır. En faydalı dereceli puanlama anahtarı, kendi yaptıklarınızdır.

ÖĞRENCİ ÜRÜN DOSYASI (PORTFOLYO)

Öğrenci ürün dosyası, öğrencilerin bir ya da birkaç alandaki çalışmalarını, harcadığı çabayı, geçirdiği evreleri gösteren başarılarının koleksiyonudur. Öğrencinin gelişimini, velisinin ve öğretmenlerinin izleyebilmesine olanak sağlayan bir çalışmadır. Sınıf içi etkinliklerin öğrencinin seçimi sonucunda bir araya getirilip, yansıtılmasıyla oluşan öğrenci ürün dosyası, aynı zamanda hem öğretmen hem de öğrenci için bir değerlendirme yöntemidir.

PERFORMANS DEĞERLENDİRME

Performans değerlendirme, öğrencilerin, öğrenme türleri gibi bireysel özellikleri dikkate alınarak, bunları eyleme dönüştürmelerini sağlayacak durum ve ödevler olarak tanımlanabilir. Performans değerlendirme, öğrencinin günlük yaşamındaki problemleri nasıl çözeceğini ve problem çözmek için sahip olduğu bilgi ve becerileri nasıl kullanacağını göstermesini ister.

KAVRAM HARİTALARI

Kavram haritaları, bir temel kavram etrafında, bu temel kavramla ilişkili diğer kavramları ve bunların birbiriyle olan ilişkilerini gösteren grafiksel yapılardır (Korkmaz, 2004). Ya da bilginin, daha uzun süre hatırlanması ve daha verimli bir şekilde kullanılabilmesi için grafiklerle temsil edilmesi yöntemidir.

TUTUM ÖLÇEKLERİ

Tutum, bireylerin belli bir kişiyi, grubu, kurumu veya bir düşünceyi kabul ya da reddetme şeklinde gözlenen, duygusal bir hazır oluşluk hali veya eğilimdir (Özgüven, 1999). Tutum ölçekleri, tutum ölçme yöntemleri içerisinde en önde gelen ve yaygın olarak kullanılmaktadır (Tavşancıl, 2002). Tutum ölçeklerinden en çok kullanılan yöntem de Likert ölçeğidir. Likert tipi ölçeklerle, ölçülmek istenen tutumla ilgili çok sayıda olumlu ve olumsuz ifade yazılır. Bu ifadeler için, “Tamamen Katılıyorum”, “Katılıyorum”, “Kararsızım”, “Katılmıyorum” ve “Kesinlikle Katılmıyorum” biçiminde tepkide bulunulur. Böylece her cevaplayıcı, ölçekteki her ifadenin kapsadığı tutum objesine katılma / katılmama derecesini bildirmiş olur.

KISA CEVAPLI MADDELER: Bir kelime, bir sembol ya da en çok birkaç kelime ile cevaplanabilen madde türüne denir. Bu tür maddeler bilgi basamağını ölçmek için uygundur. Öğrenci sorunun cevabını kendisi yazar. Kısa cevaplı maddeler iki türdür. Birisi soru cümlesi, diğeri eksik cümle tipindedir.

ÇOKTAN SEÇMELİ TESTLER: Çoktan seçmeli bir madde, kök ve seçeneklerden oluşur. Kök, kazanımın ifade edildiği veya sorunun sorulduğu kısımdır. Seçenekler de öğrencinin önüne konulan muhtemel cevaplardır. Öğrenciye yöneltilen sorunun cevabı genellikle üç ya da dört başka cevapla birlikte verilir. Öğrenciden istenen, doğru cevabı, verilenler arasından seçip işaretlemesidir. Bu maddeleri, öğrencilerin yaratıcılığını ve yazma becerilerini ölçmek amacıyla kullanamayız. Daha çok bilgi, zihinsel beceriler ve yeteneklerin ölçülmesinde kullanılırlar. Fiziksel beceriler ve yeteneklerin ölçülmesinde kullanılmazlar.

EŞLEŞTİRMELİ MADDELER: İki grup halinde verilen ve birbirleriyle ilgili olan bilgi öğelerinin, belli bir açıklamaya göre eşleştirilmesini gerektirir. Kim?, ne?, nerede? gibi soruların cevabını oluşturan olgusal bilgilerin ölçülmesinde daha kullanışlıdır.

UZUN CEVAPLI MADDELER: Bu tip maddelerde, öğrencilere bir ya da birkaç soru verilip bunlara belli bir sürede yazılı cevap vermesi istenir.

DEĞERLENDİRME ÖRNEK FORMLARI

ÖĞRENCİ ÖZ DEĞERLENDİRME FORMU

Bu form kendinizi değerlendirmek amacıyla hazırlanmıştır. Çalışmalarınızı en doğru yansıtan seçeneğe (x) işareti koyunuz.

Öğrencinin;

Adı ve Soyadı:

Sınıfı :

No :

DEĞERLENDİRECEK DAVRANIŞLAR	DERECELER		
	Her zaman	Bazen	Hiçbir zaman
1. Başkalarının anlattıklarını ve önerilerini dinledim.			
2. Yönergeyi izledim.			
3. Arkadaşlarımı incitmeden teşvik ettim.			
4. Ödevlerimi tamamladım.			
5. Anlamadığım yerlerde sorular sordum.			
6. Grup arkadaşlarıma çalışmalarında destek oldum.			
7. Çalışmalarım sırasında zamanımı akıllıca kullandım.			
8. Çalışmalarım sırasında değişik materyaller kullandım.			

9. Bu etkinlikten neler öğrendim?

.....
.....
.....

10. Bu etkinlik sırasında grubumdaki arkadaşlarıma nasıl yardım ettim?

.....
.....
.....

11. Bu etkinlik sırasında en iyi yaptığım şeyler:

.....
.....
.....

ÖZ DEĞERLENDİRME

Öğrencinin Adı ve Soyadı:

Tarih:

Sınıfı:

No:

Bu çalışmada neler yaptım?

.....
.....
.....
.....

Bu çalışmadan neler öğrendim?

.....
.....
.....
.....

Bu çalışmada başarılı olduğum bölümler?

.....
.....
.....
.....

Bu çalışmada en çok zorlandığım bölümler?

.....
.....
.....
.....

Çalışmamı yaparken beklemediğim nelerle karşılaştım?

.....
.....
.....
.....

Bu çalışmayı tekrar yapsaydım şu şekilde yapardım:

.....
.....
.....
.....

GRUP DEĞERLENDİRME FORMU

Grubun Adı:

Sınıfı:

Yönerge: Aşağıdaki her bir ölçütün ne düzeyde yeterli olduğunu göz önüne alarak grubu değerlendiriniz.

BECERİLER	DERECELER				
	1- Hiçbir zaman	2- Nadiren	3-Bazen	4- Sıklıkla	5- Her zaman
Grup üyeleri birbirleriyle yardımlaşır.					
Grup üyeleri birbirlerinin düşüncelerini dinlerler.					
Grup üyelerinin her biri çalışmalarda rol alır.					
Grup üyeleri birbirlerinin düşüncelerine ve çabalarına saygı gösterir.					
Grubun her üyesi birbirleriyle etkileşim içerisinde tartışır.					
Grup üyeleri ulaştıkları sonucu birbirlerine iletir.					
Grup üyeleri bireysel sorumluluklarını yerine getirir.					
Grup üyeleri bilgilerini diğerleriyle tartışır.					
Grup üyeleri birbirlerine güvenir.					
Grup üyeleri birbirlerini cesaretlendirir.					
Grup üyeleri söz hakkının adil bir biçimde paylaşılmasına özen gösterirler.					
Grupta birbiriyle çatışan görüşler olduğunda, gruptakiler bunları tartışmaya açarlar.					
Çalıştıkları konuda, grup üyeleri ortak bir görüş oluşturur.					
Grup üyeleri birlikte çalışmaktan hoşlanırlar.					
TOPLAM					

YORUMLAR :

.....
.....
.....

GRUP ÖZ DEĞERLENDİRME FORMU

Grubun Adı:

Gruptaki öğrencilerin Adları:

Açıklama: Aşağıdaki tabloda grubunuzu en iyi şekilde ifade eden seçeneğin altına (X) işareti koyunuz.

DEĞERLENDİRİLECEK TUTUM VE DAVRANIŞLAR	DERECELER		
	Her zaman	Bazen	Hiçbir zaman
1. Araştırma plânı yaptık.			
2. Görev dağılımı yaptık.			
3. Araştırmada çeşitli kaynaklardan yararlandık			
4. Etkinlikleri birlikte hazırladık.			
5. Görüşlerimizi rahatlıkla söyledik.			
6. Grupta uyum içinde çalıştık.			
7. Birbirimizin görüşlerini ve önerilerini dinledik.			
8. Grupta birbirimize güvenerek çalıştık.			
9. Grupta birbirimizi takdir ettik.			
10.Çalışmalarımız sırasında birbirimizi cesaretlendirdik.			
11.Sorumluluklarımızı tam anlamıyla yerine getirdik.			
12. Çalışmalarımızı etkin bir biçimde sunduk.			
TOPLAM			

Aşağıdakileri grubunuza göre cevaplayınız.

1. Çalışmalar sırasında karşılaştığımız en büyük problem

.....
.....

2. Problem nereden kaynaklanıyordu?

.....
.....

3. Grubumuzun en iyi olduğu alan

.....
.....

4. Grup olarak daha iyi olabilirdik. Fakat,

.....
.....
.....

ÖĞRENCİ GÖZLEM FORMU

Açıklama: Bu form, etkinlik süresince öğrencilerin, yapılan çalışmalara katılma düzeylerini gözlem-niz amacıyla hazırlanmıştır.

Ünite Adı:

Sınıfı :

Adı – Soyadı:

Öğrenci no:

GÖZLENECEK ÖĞRENCİ KAZANIMLARI	DERECELER				
	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Her zaman
	1	2	3	4	5
I. DERSE HAZIRLIK					
1. Bilgi kaynaklarına nasıl ulaşacağını bilir.					
2. Ulaştığı kaynaklardan etkin bir biçimde yararlanılır.					
3. Derse değişik yardımcı kaynaklarla gelir.					
4. Derse hazırlıklı gelir.					
Toplam					
II. ETKİNLİKLERE KATILMA					
1. Konu ile ilgili görüşlerini çekinmeksizin ifade eder.					
2. Görüşü sorulduğunda söyler.					
3. Yeni ve özgün sorular sorar.					
4. Belirttiği görüşler ve verdiği örnekler özgündür.					
5. Dersi iyi dinlediği izlenimi veren sorular sorar.					
Toplam					
III. İNCELEME – ARAŞTIRMA – GÖZLEM					
1. Bilgi toplamak için çeşitli kaynaklara başvurur.					
2. Kendisine verilen kaynaklarla yetinmeyip başka kaynaklar araştırır.					
3. İnceleme ve araştırma ödevlerini özenerek yapar.					
4. Gözlemlerini dikkatli bir şekilde yapar.					
5. Gözlemleri sonucunda mantıksal çıkarımlarda bulunur.					
6. Araştırma ve inceleme sonucunda genellemeler yapar.					
Toplam					
IV. BİLİMSEL YÖNTEM					
1. Bilinenlerden bilinmeyeni kestirir.					
2. Verileri çizelgelere ve grafiğe dönüştürür.					
3. Yönteme uygun deney yapar.					
4. Deney sonuçlarını doğru yorumlar.					
5. Deneye uygun rapor yazar.					
6. Deneyin sonucunu sunar.					
7. Araştırma inceleme ve deney sonuçlarından genellemelere ulaşır.					
Toplam					
GENEL TOPLAM					

PROJE DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ

Projenin Adı:
Öğrencinin;
Adı ve soyadı:
Sınıfı:
No:

GÖZLENECEK ÖĞRENCİ KAZANIMLARI	DERECELER				
	Kötü	Geçer	Orta	İyi	Çok İyi
	1	2	3	4	5
I. PROJE HAZIRLAMA SÜRECİ					
Projenin amacını belirleme					
Projeye uygun çalışma plâni yapma					
Grup içinde görev dağılımı yapma					
İhtiyaçları belirleme					
Farklı kaynaklardan bilgi toplama					
Projeyi plâna göre gerçekleştirme					
TOPLAM					
II. PROJENİN İÇERİĞİ					
Türkçe'yi doğru ve düzgün yazma					
Doğru bilgileri kullanma					
Toplanan bilgileri analiz etme					
Toplanan bilgileri düzenleme					
Elde edilen bilgilerden çıkarımda bulunma					
Kritik düşünme becerisini gösterme					
Yaratıcılık yeteneğini kullanma					
TOPLAM					
III. SUNU YAPMA					
Türkçe'yi doğru ve düzgün konuşma					
Sorulara cevap verebilme					
Konuyu dinleyicilerin ilgisini çekecek şekilde sunma					
Sunuyu hedefe yönelik materyalle destekleme					
Sunuda akıcı bir dil ve beden dilini kullanma					
Verilen sürede sunuyu yapma					
Sunum sırasındaki öz güvene sahip olma					
Severek sunu yapma					
TOPLAM					
GENEL TOPLAM					

Öğretmenin yorumu:

.....
.....

BEDEN EĞİTİM BİLİMİNE GİRİŞ DERSİ ÖĞRENCİ ÜRÜN DOSYASI

Öğrencinin;

Tarih

Adı ve soyadı:

Başlık

.....
Neden bu çalışmayı sakladım?
.....
.....
.....

Bu çalışmayı neden arkadaşlarımla paylaştım?
.....
.....
.....

Öğrendiklerim hakkında gösterebileceklerim nelerdir?
.....
.....
.....

Eğer bu çalışmayı tekrar yapsaydım, şu şekilde yapardım:
.....
.....
.....
.....

Çalışmamı yaparken beklemediğim nelerle karşılaştım?
.....
.....
.....
.....

Benim için bu çalışmanın anlamı
.....
.....
.....
.....

ÖĞRENCİ ÜRÜN DOSYASI (PORTFOLYO) DEĞERLENDİRME FORMU

Öğrencinin adı ve soyadı:.....

Sınıf:.....

Yönerge: Aşağıdaki her bir ölçütün ne düzeyde yeterli olduğunu göz önüne alarak dosyayı değerlendiriniz.

ÖLÇÜTLER	Dereceler				
	1	2	3	4	5
1. Çalışmaların tam olması					
2. Çalışmalardaki çeşitlilik					
3. Çalışmaların amaca uygunluğu					
4. Çalışmaların doğruluğu					
5. Dosyanın düzenliliği					
6. Harcanan çabaları gösterme					
7. Yaratıcılığı gösterme					
8. Çalışmaların seçiminde risk alma					
9. Öğrencinin gelişimini gösterme					
10. Kendini değerlendirme					

YORUMLAR/ÖNERİLER:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

SÖZLÜ SUNUM DERECELİ PUANLAMA ANAHTARI

	Çok iyi	İyi	Kabul edilebilir	Kabul edilemez
İçerik	Çalışmada yeterince materyal kullanılmış. İçerik iyi yapılandırılmış ve ip uçlarıyla desteklenmiş.	Çalışmayla ilgili yeterli bilgi verilmiş. İçerik iyi yapılandırılmış fakat küçük çelişkiler var.	Yeterince bilgi var ancak konuyla iyi ilişkilendirilmemiş.	Konu açık değil. Konuyu destekleyen bilgiler yok.
Tutarlılık ve Organizasyon	Çalışma iyi yapılandırılmış. Konuya özgü örnekler yeterli, sonuç bölümü açık, kontrollü ve akıcı şekilde ifade edilmiş. Geçişler iyi, iyi organize edilmiş.	Bilgiler mantıksal sırayla verilmiş. Genellikle iyi organize edilmiş. Fikirler arasındaki geçişler beklenen kadar iyi değil.	Kavramlar ve düşünceler iyi ilişkilendirilmemiş. Bağlantılar eksik, akış ve düşünceler değişken.	Sunum düzenli değil ve bağlantılar eksik, akışkan değil. Konunun gelişimi belirsiz. Sunumun sıralanışı mantıksal değil.
Yaratıcılık	Çalışma çok orijinal bir şekilde sunuldu. Dinleyicilerin dikkati çekilmiştir.	Sunumda bazı orijinallikler var. Materyaller çeşitli, çalışmayla iyi ilişkilendirilmemiş.	Çeşitlilik az ya da yok. Çok az orijinallik ve yorumla çalışmalar sunulmuştur.	Multimedya kullanımı yetersiz. Çeşitlilik yok ya da az.
Materyal Kullanımı	Multi medya araçlarının kullanımı dengeli ve çalışmayı geliştirmek için doğru olarak kullanılmış.	Multi medya kullanımında çeşitlilik yok ve çalışmayla ilişkilendirilmemiş.	Multi medya araçlarının kullanımı değişken. Bir bölümden diğerine geçişler düzgün değil. Multi medya çalışmayla açıkça ilişkilendirilmemiş.	Multi medya çok az ya da hiç kullanılmamış. Araç kullanımı dengesiz. (Bazı yerlerde çok fazla bazı yerlerde çok az.)
Konuşma Becerileri	Anlatım açık ve anlaşılır. Uygun ses tonu kullanılmış. İyi bir duruş ve göz teması var. Coşkulu ve güvenli bir anlatım.	Açık ve anlaşılır bir konuşma ancak yeterince kibar değil.	Bazı konuşmalar anlaşılır değil. Göz kontağı yetersiz. Açıklamalar az veya yetersiz.	Çok alçak ya da çok yüksek sesli sunum. Göz kontağı yok. Konuşma çok hızlı ya da çok yavaş, konuşma monoton ve ilgi çekici değil.
Dinleyici Tepkileri	Dinleyiciler sunumla ilgili. Dinleyicilerin dikkati toplanmış, konu yaratıcı bir şekilde sunulmuş.	Sunum sırasında genellikle dinleyicilerin dikkati toplandı. Sunum ilginçti.	Dinleyicilerin ilgisi kaybolmuş sununun çoğunda az ya da hiç hayal gücü kullanılmamıştır.	Dinleyicilerin ilgisi kaybolmuş. Sunumda çelişkiler var.
Sunum Süresi	Sunum belirlenen süreden +/- iki dakika sapsmiş.	Sunum belirlenen süreden +/- dört dakika sapsmiş.	Sunum belirlenen süreden +/- altı dakika sapsmiş.	Sunum çok uzun yada çok kısa, belirlenen süreden +/- on dakika sapsmiş.

SPOR BİLİMLERİ SÖZLÜĞÜ

A

- ADAPTASYON** : Uyum.
AEROBİK : Oksijenli.
AFFERENT : Duyu.
AGRESİF : Saldırgan.
AKLİMATİZASYON : İklima (yüksekliğe) uyum.
AKTİN : Kas kasılmasında rol oynayan bir protein çeşidi.
AKUT : Kısa süreli, ani.
AKYUVAR : Lökosit.
ALAKTİK GÜÇ : Egzersiz başlangıcında kas hücresi içindeki ATP-CP'nin kasılma sırasında ürettiği enerji ile yapılan iş gücü.
ALKALİ : Baz içerikli.
ALKALOZ : Hücre dışı sıvıda baz oranının çok olduğu durum.
ALVEOL : Akciğerde bulunan hava keseği.
ALVEOL VENTİLASYON : Soluk alınan havanın , hava keselerine ulaşması.
ALYUVAR : Eritrosit.
ANABOLİZMA : Metabolizmanın vücut dokularını yaptığı bölümü.
ANAEROBİK : Oksijensiz.
ANAEROBİK GÜÇ : Organizmanın oksijensiz ortamda enerji üretebilme gücü.
ANAEROBİK : Anaerobik metabolizmanın süratlendiği iş yükü veya oksijen tüketim düzeyi.
ANEMİ : Kırmızı kan hücreleri veya hemoglobin eksikliği.
ANOMALİ : Doğumsal ve kalıtsal olarak normalin dışında olan ve sapma gösteren.
ANTRENMAN : Bir amaç için programlanmış fiziksel ve zihinsel egzersizler bütünü.
ANTROPOLOJİ : İnsanı biyolojik ve sosyal yönden araştıran bilim dalı.
ANTROPOMETRİ : İnsanın çeşitli fiziksel ve bedensel özelliklerini çeşitli tekniklerle ölçme.
ARALI : İnterval.
ARTER : Atardamar.
ASİT : Hidrojen iyonu açığa çıkaran kimyasal madde.
ATIM VOLÜMÜ : Kalbin kasılması sonrasında sol ventrikülden (karıncık) pompaladığı kan mi miktarı.
ATROFİ : Bir dokunun kütle ve ya hacim kaybına uğraması.

B

- BİYOENERJETİK** : Canlılardaki enerji transformasyonu.
BRADİKARDİ : Kalp vuruş sayısının azalması.

C

- CIRCUIT TRAINING** : Dairesel Antrenman.

D

- DAYANIKLILIK** : Endürans. Yorgunluğa karşı koyabilme yeteneği.
DEHİDRATASYON : Su kaybı.
DİASTOL : Kalbin gevşeme durumu.
DİNAMİK : Hareketli.
DİNAMOMETRE : Kuvvet ölçümlerinde kullanılan alet.

E

- EFFERENT** : Motor.
EKSENTRİK KASILMA : Kas boyunun uzadığı, geriminin arttığı kasılma.
EKSPİRASYON : Soluk verme.
EKSTERNAL : Dış.

EKSTRASELLÜLER : Hücre dışı.
EKSTENSİF : Yaygın
EKTOMORFİ : Vücut yapısının inceliği.
ENDOMORFİ : Vücut yağ oranı yüksek olan, şişman görünümlü vücut tipi.
ENDÜRANS : Dayanıklılık.
ENZİM : Kimyasal reaksiyon hızını arttıran protein bileşiği.
EPİMİSYUM : Kasın etrafını sarıp, bir arada durmasını sağlayan dıştaki bağlayıcı doku.
ERGO : İş.
ERGOJENİK : İş veya performansı yükseltebilme.
ERGOMETRE : Bireyin fiziksel iş yapabilme gücünün ölçümünü yapan alet.
EŞİK : Bir tepkinin meydana gelmesi için gerekli en küçük uyarı miktarı.

F

FASİKÜL : Kas içindeki bağlayıcı doku kılıfı ile sarılan küçük kas lif demeti.
FENOTİP : Kalıtsal bir özelliğini bireyde görünümü.
FİT : Uygun.
FİTNESS : Uygunluk.
FOSFOJEN : ATP-CP'nin birlikte adlandırıldığı grup.

G

GENOTİP : Bireyin kalıtsal özelliklerinin tümü.
GERONTOLOJİ : Yaşlılık bilim.
GLİKOJEN : Karbonhidratın özellikle kas ve karaciğerde depolanmış şekli.
GLİKOJENESİS : Glikozun, glikojene dönüşmesi.
GLİKOJENOLİSİS : Glikojenin, glikoza dönüşmesi.
GLİKOLİZ : Glikozun pirüvik aside dönüşmesi.
GLİKONEOJENESİS : Protein ve yağın glikoza dönüşmesi.
GLUKOZ : Bir çeşit şeker.

H

HEMATOKRİT : Kırmızı kan hücrelerinin toplam kan hacmindeki yüzdesi.
HEMODİNAMİK : Kan akımının düzenlenmesini sağlayan fizik kuralları.
HEMOGLOBİN : Kırmızı kan hücrelerinin içindeki demir içerikli ve oksijene bağlanan pigment .
HETEROJEN : Farklı. Farklı özellikler taşıyan.
HİPER : Çok.
HİPERGLİSEMİ : Kan glukoz düzeyinin yükselmesi.
HİPERTANSİYON : Yüksek tansiyon.
HİPERTROFİ : Bir organ veya dokunun boyut veya kütlelerinde meydana geliş artış, büyüme.
HİPERVENTİLYASYON : Normaldan daha fazla soluk alıp, verme.
HİPO : Az.
HİPOGLİSEMİ : Kan glukoz düzeyinin düşüklüğü.
HİPOKSİ : Oksijen azlığı.
HOMOJEN : Aynı. Benzer özellikler taşıyan.

İ

İNSPİRASYON : Soluk alma.
İNSÜLİN : Glukozun hücre içine girmesine yardımcı olan hormon. Pankreasta üretilir.
İNTENSİF : Yoğun.
İTERNAL : İçsel.
İTERSTİSYAL : Hücreler arası.
İNTRASELLÜLER : Hücre içi.
İSKEMİ : Geçici yeterli kan gelememe nedeniyle oluşan oksijen yetersizliği durumu.
İYON : Elektrikle yüklü parçacık.
İZO : Eşit.
İZOKİNETİK KASILMA : Kas kısılma süratinin sabit tutulduğu kısılma .

İZOMETRİK KASILMA : Kas boyunun sabit kaldığı, geriminin arttığı kasılma.
İZOTONİK KASILMA : Kas boyunun değiştiği, geriminin sabit kaldığı kasılma.

K

KALORİ : Bir gram suyun ısısını bir derece yükseltebilen enerji veya iş birimi.
KAPİLLER : Kılcal damarlar.
KATABOLİZMA : Metabolizmanın yıkıcı safhası.
KONSANTRİK KASILMA : Kasın boyunun kısaldığı kasılma.
KRONİK : Uzun süreli.
KUVVET : Bir dirence karşı koyabilme gücü.

L

LAKTAT : Laktik Asitten oluşan bir tuz.
LAKTİK ASİT : Kasta yeterli oksijen bulunmadığı için glukozun tamamen parçalanamadığı oksijensiz enerji oluşum sistemin (laktik asitli sistem) yan ürünü olarak ortaya çıkan yorgunluk verici madde.
LEPTOZOM : Uzun boylu, dar gövdeli, yağ dokusunun bütün vücutta az olduğu vücut tipi.

M

MAKSİMUM : En büyük, en yüksek
MENTAL : Zihinsel.
METABOLİT : Metabolik olaylar sonucu üretilen herhangi bir madde.
METABOLİZMA : Vücutta oluşan tüm kimyasal değişiklikler ve reaksiyonlar.
MEZOMORFİ : Ortalamanın üzerindeki kas gelişimiyle ayırt edilen vücut tipi. Atletik tip.
MİNİMUM : En küçük, en düşük.
MİYOFİBRİL : İskelet kasının kasılabilen elemanı.
MİYOGLOBİN : Kas dokusunda bulunan hemoglobin benzeri bir bileşik.Oksijen taşıyıcı.
MİYOKARDİYUM : Kalp kası.
MİYOZİN : Kas hareketini üreten filamentleri oluşturan protein.

N

NÖRON : Sinir hücresi.

O

OBEZİTE : Şişmanlık.
OPTİMUM : En uygun.
OSMOLARİTE : Çözeltinin sıvıya oranı.
OVERLOAD : Aşırı yük.
OVERTRAINING : Sürantrenman

P

PARSİYEL : Kısmi.
PERİFERİK : Çevresel.
PROPOSİYON : Vücuttaki çeşitli büyüklerin birbirine oranı.

S

SARKOLEMMA : Kas lifinin hücre membranı.
SARKOMER : Miyofibrilin en temel fonksiyon gösteren birimi.(Enerji oluşan birim)
SARKOPLAZMA : Kas lifindeki jel benzeri stoplazma.
SEREBELLUM : Hareketlerin koordinasyonu ile ilgili beynin kısmı.
SİSTOL : Kalp kasılma durumu.

SOMATOTİP : Vücut tipi.
SPİROMETRE : Gaz metabolizmasının değerini ölçen alet.
STATİK : Sabit.
STEADY STATE : Gereken ile gelenin dengede olduğu, sabit olduğu durum.
SUBMAKSİMAL : Maksimal altı
SUMASYON : Birikim.
SUPRAMAKSİMAL : Maksimal üstü.

T

TAŞİKARDİ : Kalp atım hızının artması.
TİDAL VOLÜM : Solunum Hacmi.
TRİGLİSERİT : Serbest Yağ Asitlerinin depolanması.

V

VAZODİLATASYON : Damar çapının genişlemesi.
VAZOKONSTRİKSİYON : Damar çapının daralması.
VEN : Toplardamar.
VENTİLASYON : Soluk alıp verme
VİTAL KAPASİTE : Maksimal bir soluk alma sonrası, akciğerlerden dışarıya üflenebilen hava miktarı.

KAYNAKÇA

1. Açıkgöz, K. Aktif Öğrenme, Eğitim Dünyası Yayınları, 2003, İzmir.
2. Aracı, H., Liselerde Beden Eğitimi Ders Programları, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2001.
3. Beden Eğitimi Öğretim Kılavuzu, Milli Eğitim Bakanlığı Yayın Evi, İstanbul, 1997.
4. Beden Eğitimi Öğretmenleri Eğitim, Ders İçi Ve Ders Dışı Rehberi, Milli Eğitim Bakanlığı Yayın Evi, Ankara, 2000.
5. Çöndü, Ahmet, Beden Eğitimi Ve Sporda Özel Öğretim Yöntemleri, Nobel Yayın Dağıtım, 1999, Ankara.
6. İlköğretim Okullarında Ders Programları, Milli Eğitim Bakanlığı Yayın Evi, İstanbul, 2000.
7. Kale R., Erşen, E., Beden Eğitimi Ve Spor Bilimine Giriş, Nobel Yayın Dağıtım, Mart, 2003, Ankara.
8. Lanbert, D., And. Bacderstone D., Learning to Teach Geography İn The Secondary School Simultaneously , Published in The USA And Canada, 2000.
9. Muratlı, Sedat, Çocuk Ve Spor, Bağırğan Yayın Evi, Ankara, 1998.
10. Mengutay, S., Çocuklarda Hareket Gelişimi Ve Spor, Morpa Kültür Yayıncılık Yayıncılık Matbaası, İstanbul, 2005.
11. Sporbilim.Com
12. Tamer, K., Pulur, A., Beden Eğitimi Spor Öğretim Yöntemleri, Ada Matbaacılık Ltd. Şti. Ankara, 2001.
13. Tavşancıl, E., Tutumların Ölçülmesi Ve SPSS Veri Analizi, Nobel Yayınları, 1. Baskı. Ankara, 2002.