**2023-2024 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI**

**………………… LİSESİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİ 11. SINIF**

**ÜNİTELENDİRİLMİŞ YILLIK DERS PLANI**

| **AY** | **HAFTA** | **SAAT** | **ÖĞRENME ALANI** | **ALT ÖĞRENME ALANI** | **KAZANIMLAR** | **KONU / KAVRAMLAR** | **YÖNTEM VE TEKNİK** | **ARAÇ VE GEREÇ** | **DEĞERLENDİRME** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| EYLÜL | 1.HAFTA(11-17) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği | 11.1.1. Hareket becerileri | 11.1.1.1.1. Serbest hareketleri grup hâlinde uygular 11.1.1.3.1. Oyun yoluyla stratejiler geliştirerek uygular. | ‘Serbest hareket ediyoruz’: Öğretmen derse hazırlık aşamasında ders alanına farklı motorik özellikleri ölçen istasyonlar kurar (dikey sıçrama, sürat koşusu, öne sıçrama, beceri vb.). Öğrenciler sıra ile istasyonları geçer ve derecelerini kaydederler. Etkinliklerde sorumluluk değeri üzerinde durulur. | Yaparak yaşayarak, anlatım, gösteri | Spor giysileri, huni vb. | **2023-2024 Eğitim-Öğretim yılı başlangıcı** |
| EYLÜL | 2.HAFTA(18-24) | 2 SAAT | 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.2.2. Fiziksel etkinlik kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.2.2.2.1. Fiziksel gelişimi hakkında bilgi almak için periyodik olarak testlere katılır. 11.2.2.2.2. Kendisine uygun fiziksel etkinlik hedefleri belirler. | H “Fiziksel Uygunluk testi”: Öğrencilerin fiziksel uygunluklarını belirlenmesi için sene başında mekik, şınav, otur-uzan esneklik ölçümü, vücut ağırlığı ve boy uzunluğu ölçümü yapılır. Etkinliklerde özdenetim değeri üzerinde durulur. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, eşli çalışma | Spor giysileri, huni, metre vb. |  |
| EYLÜL-EKİM | 3.HAFTA(25-01) | 2 SAAT | 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.2.4. Spor bilinci ve organizasyonları | 11.2.4.3.1. Uluslararası spor organizasyonlarının amaçlarını açıklar. 11.2.4.3.2. Olimpiyat oyunları ve spor organizasyonlarının ev sahibi ülkeler üzerindeki etkilerini açıklar. | ‘Spor Organizasyonları’: Olimpiyat oyunlarında ve spor organizasyonlarında spor federasyonlarına düşen görevler hakkında araştırma yapılması istenir. Olimpiyat oyunları ve spor organizasyonlarında kullanılan spor tesisleri hakkında araştırma yapılması ve bu araştırmaların paylaşılması sağlanır: Sınıf içi mini organizasyon yapılır. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, eşli çalışma | Spor giysileri, futbol topu, huni vb. |  |
| EKİM | 4.HAFTA(02-08) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği | 11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.1.2.1.1. Seçili spor dalına özgü ısınma hareketlerini uygular. 11.1.2.1.3. Seçili spor dalına özgü kuralları uygular. 11.1.2.1.4. Seçili spor dalına özgü hareketleri açıklar. 11.1.2.1.5. Seçili spor dalına özgü temel hareketleri uygular. | ‘Futbolda çalım yapıyorum’: Futbol top sürme ve aldatma hareketleri öğrencilere gösterilir ve etkinliklerle öğrencilere yaptırılır. Etkinliklerde saygı değeri üzerinde durulur. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, eşli çalışma | Spor giysileri, futbol topu, huni vb. |  |
| EKİM | 5.HAFTA(09-15) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri 11.2.4. Spor bilinci ve organizasyonları | 11.1.2.1.5. Seçili spor dalına özgü temel hareketleri uygular. 11.1.2.1.6. Seçili spor dalına özgü birleşik hareketleri uygular. 11.2.4.4.1. Centilmenlik kavramını açıklar. 11.2.4.4.2. Sporda centilmenliğin gerekliliğini ifade eder. | ‘Futbolda şut çekiyorum’: Futbolda şut nasıl çekilir, şut çekerken nelere dikkat edileceği anlatılır. Etkinlikler öğrencilere gösterilir ve yaptırılır. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, eşli çalışma | Spor giysileri, futbol topu, huni vb. |  |
| EKİM | 6.HAFTA(16-22) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri 11.2.3.kültürel birikimlerimiz ve değerlerimiz | 11.1.2.1.3. Seçili spor dalına özgü kuralları uygular. 11.1.2.1.6. Seçili spor dalına özgü birleşik hareketleri uygular. 11.1.2.1.7. Seçili spor dalına özgü etkinliklerde kendisi ve çevresi ile ilgili güvenlik önlemleri alır 11.2.3.2.1. Belirli gün ve haftalarla ilgili düzenlenen etkinlik ve törenlere katılır. | ‘Futbolda duran ve hareketli toplara vuruyorum’: Futbol da duran ve hareketli toplarla ilgili etkinlikler öğrencilere gösterilir ve yaptırılır. 29 Ekim Cumhuriyet Bayramı kutlama törenine öğrencilerin katılımları sağlanır. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, eşli çalışma | Spor giysileri, futbol topu, huni vb. |  |
| EKİM | 7.HAFTA(23-29) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.1.3. Hareket stratejileri ve taktikleri 11.2.2. Fiziksel etkinlik kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.1.3.1.1. Seçili spor dalına özgü savunma hareketlerini uygular. 11.1.3.1.2. Seçili spor dalına özgü hücum hareketlerini uygular. 11.2.2.1.1. Serbest zaman etkinliklerinin birey açısından yararlarını açıklar. 11.2.2.1.2. Serbest zaman etkinliklerinin sosyal hayata etkisini açıklar. | H ‘Futbolda köşe vuruşu kullanıyorum’: Futbol köşe vuruşu nasıl olur, nasıl kullanılır öğrencilere anlatılır. ‘Serbest Zaman Etkinlikleri’: Serbest zamanlarını spor yaparak değerlendirmenin pozitif yönleri üzerinde durulur. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, eşli çalışma | Spor giysileri, futbol topu, huni vb. |  |
| EKİM-KASIM | 8.HAFTA(30-05) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri 11.2.3.kültürel birikimlerimiz ve değerlerimiz | 11.1.2.1.1. Seçili spor dalına özgü ısınma hareketlerini uygular. 11.1.2.1.2. Seçili spor dalına özgü kuralları açıklar. 11.1.2.1.3. Seçili spor dalına özgü kuralları uygular. 11.1.2.1.5. Seçili spor dalına özgü temel hareketleri uygular. 11.2.3.2.1. Belirli gün ve haftalarla ilgili düzenlenen etkinlik ve törenlere katılır. | ‘Bayrağı taşıyorum’: Öğrencilere bayrak koşuları hakkında bilgi verilir. Daha sonra öğrenciler iki gruba bölünür ve öğrencilerin karşılarına dikilmiş olan engeller arasından çeşitli duruş ve şekillerde koşarak koşu çalışması yaptırılır. stafet yarışması, yaptırılır. 29 Ekim Cumhuriyet Bayramı kutlama törenine öğrencilerin katılımları sağlanır. Etkinliklerde vatanseverlik değeri üzerinde durulur. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, eşli çalışma | Spor giysileri, huni vb. | **Kızılay Haftası** |
| KASIM | 9.HAFTA(06-12) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği | 11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.1.2.1.1. Seçili spor dalına özgü ısınma hareketlerini uygular. 11.1.2.1.2. Seçili spor dalına özgü kuralları açıklar. 11.1.2.1.5. Seçili spor dalına özgü temel hareketleri uygular. | 4 “Ölçme ve değerlendirme” Önceden hazırlanmış beceri testleri öğrencilere uygulanır. Beceri testinden sonra öğrencilerin yapmış olduğu hatalar belirtilir. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, eşli çalışma | Spor giysileri, huni, engel vb. | **Atatürk Haftası** |
| KASIM | 10.HAFTA(20-26) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat11.1. Hareket yetkinliği 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri 11.2.3. Kültürel birikimlerimiz ve değerlerimiz11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri 11.2.3. Kültürel birikimlerimiz ve değerlerimiz | 11.1.2.1.3. Seçili spor dalına özgü kuralları uygular. 11.1.2.1.6. Seçili spor dalına özgü birleşik hareketleri uygular. 11.1.2.1.7. Seçili spor dalına özgü etkinliklerde kendisi ve çevresi ile ilgili güvenlik önlemlerini alır. 11.2.3.1.1. Atatürk’ün ilgilendiği spor dallarını tanıtan sunu hazırlar. 11.2.3.2.1. Belirli gün ve haftalarla ilgili düzenlenen etkinlik ve törenlere katılır.11.1.2.1.3. Seçili spor dalına özgü kuralları uygular. 11.1.2.1.6. Seçili spor dalına özgü birleşik hareketleri uygular. 11.1.2.1.7. Seçili spor dalına özgü etkinliklerde kendisi ve çevresi ile ilgili güvenlik önlemlerini alır. 11.2.3.1.1. Atatürk’ün ilgilendiği spor dallarını tanıtan sunu hazırlar. 11.2.3.2.1. Belirli gün ve haftalarla ilgili düzenlenen etkinlik ve törenlere katılır. | ’Uzun atlıyorum’: Üç adım ve uzun atlama çalışması yapılır, daha sonrada öğrencilere örneklerle gösterilir ve yaptırılır. ‘Atatürk ve Spor’: Atatürk’ün güreş, yüzme, futbol ve diğer spor dallarına olan ilgisi üzerinde durulur. Atatürk’ün spor hakkında söylediği sözler, okunur, araştırılır, posterler hazırlanır sınıfın panosuna asılır. Etkinliklerde sevgi değeri üzerinde durulur.’Uzun atlıyorum’: Üç adım ve uzun atlama çalışması yapılır, daha sonrada öğrencilere örneklerle gösterilir ve yaptırılır. ‘Atatürk ve Spor’: Atatürk’ün güreş, yüzme, futbol ve diğer spor dallarına olan ilgisi üzerinde durulur. Atatürk’ün spor hakkında söylediği sözler, okunur, araştırılır, posterler hazırlanır sınıfın panosuna asılır. Etkinliklerde sevgi değeri üzerinde durulur. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, eşli çalışmaAnlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, eşli çalışma | Spor giysileri, huni vb.Spor giysileri, huni vb. | **Öğretmenler Günü** |
| KASIM-ARALIK | 11.HAFTA(27-03) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği | 11.1.1. Hareket becerileri 11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.1.1.2.1. Fiziksel etkinlikleri koordineli bir şekilde yapar 11.1.1.2.2. Verilen ritme uygun hareketi kompozisyon içerisinde yapar. 11.1.2.1.6. Seçili spor dalına özgü birleşik hareketleri uygular. | ‘Eşli hareketleri öğreniyorum’: Cimnastikte eşli hareketler ve teknikleri öğrencilere anlatılır, daha sonrada öğrencilere örneklerle gösterilir ve yaptırılır. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, eşli çalışma | Spor giysileri, huni vb. |  |
| ARALIK | 12.HAFTA(04-10) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği | 11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.1.2.1.1. Seçili spor dalına özgü ısınma hareketlerini uygular. 11.1.2.1.2. Seçili spor dalına özgü kuralları açıklar. 11.1.2.1.3. Seçili spor dalına özgü kuralları uygular. 11.1.2.1.10. Seçili spor etkinliklerinde empati kurarak hareket eder. | ‘Amut ve erişme hareketini öğreniyorum’: Amut ve erişme hareketinin teknikleri öğrencilere anlatılır, daha sonrada öğrencilere örneklerle gösterilir ve yaptırılır. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, eşli çalışma | Spor giysileri, huni vb. |  |
| ARALIK | 13.HAFTA(11-17) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği | 11.1.1. Hareket becerileri 11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.1.1.2.2. Verilen ritme uygun hareketi kompozisyon içerisinde yapar. 11.1.2.1.5. Seçili spor dalına özgü temel hareketleri uygular. 11.1.2.1.6. Seçili spor dalına özgü birleşik hareketleri uygular. 11.1.2.1.9. Seçili spor dalına özgü yöresel müzikleri, geleneksel oyunları ve halk danslarını tanır. | ‘Dans Ediyorum’: Öğrencilerden, temel jimnastik duruşlarını kullanarak seçtikleri müziğe uygun dans figürleri oluşturur. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, | Spor giysileri, huni vb. |  |
| ARALIK | 14.HAFTA(18-24) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri 11.2.2. Fiziksel etkinlik kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.1.2.1.2. Seçili spor dalına özgü kuralları açıklar. 11.1.2.1.3. Seçili spor dalına özgü kuralları uygular. 11.1.2.1.5. Seçili spor dalına özgü temel hareketleri uygular. 11.1.2.1.8. Seçili spor etkinliklerinde dürüstlük ve adil olma ilkelerini açıklar. | ‘Cirit atıyorum’: Cirit atma çalışması yapılır, daha sonrada öğrencilere örneklerle gösterilir ve yaptırılır. Etkinliklerde dostluk değeri üzerinde durulur. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, | Spor giysileri, cirit, huni, engel vb. |  |
| ARALIK | 15.HAFTA(25-31) | 2 SAAT | 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.2.4. Spor bilinci ve organizasyonları | 11.2.4.4.1. Centilmenlik kavramını açıklar. 11.2.4.4.2. Sporda centilmenliğin gerekliliğini ifade eder. | ‘Sporda Şiddete Hayır’: Sporda şiddet ve saldırganlığı önlemek için alınabilecek tedbirler, sporseverlerin sergilemeleri gereken tutum ve davranışlar hakkında görüş alışverişinde bulunulması sağlanır. Sporun spor için yapıldığını ve şiddete yer olmadığını vurgulayan resim yapılır, sözler vs. okunur, araştırılır, sınıfın panosuna asılır. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, | Spor giysileri, kitap, cd vs. |  |
| OCAK | 16.HAFTA(01-07) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği | 11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.1.2.1.1. Seçili spor dalına özgü ısınma hareketlerini uygular. 11.1.2.1.2. Seçili spor dalına özgü kuralları açıklar. 11.1.2.1.5. Seçili spor dalına özgü temel hareketleri uygular. | “Ölçme ve değerlendirme” Önceden hazırlanmış beceri testleri öğrencilere uygulanır. Beceri testinden sonra öğrencilerin yapmış olduğu hatalar belirtilir. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, eşli çalışma | Spor giysileri, huni, engel vb. | **Yılbaşı Tatili** |
| OCAK | 17.HAFTA(08-14) | 2 SAAT | 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.2.4. Spor bilinci ve organizasyonları | 11.2.4.1.1. Sporun toplum üzerindeki etkisini açıklar. | ‘Spor ve toplum’: Öğrencilerin tarih boyunca insanların neden spor yaptığı, sporu hangi amaçla kullandığı konularında araştırma yapmaları sağlanır. Araştırma sonucunda elde edilen bilgiler ışığında öğretmenin de yönlendirmesi ile spor-politika, spor-ekonomi, spor-kültür, spor-eğitim, spor-sağlık konuları üzerinde münazaralar düzenlenir. Araştırma sonucunda elde edilen bilgiler spor panosunda sergilenir | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, | Spor giysileri, kitap, cd vs. |  |
| OCAK | 18.HAFTA(15-21) | 2 SAAT | 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.2.4. Spor bilinci ve organizasyonları | 11.2.4.3.1. Uluslararası spor organizasyonlarının amaçlarını açıklar. 11.2.4.3.2. Olimpiyat oyunları ve spor organizasyonlarının ev sahibi ülkeler üzerindeki etkilerini açıklar. | ‘Olimpiyatlar’: Spor organizasyonları ve olimpiyatlar hakkında bilgi verilir. Sınıf iki ya da daha fazla gruba ayrılarak "eşleştirme oyunu" oynanır | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, | Spor giysileri, kitap, cd vs. | **Birinci Dönemin Sona Ermesi** |
| ŞUBAT | 19.HAFTA(05-11) | 2 SAAT | 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.2.4. Spor bilinci ve organizasyonları | 11.2.4.2.1. Dopingin sporcular üzerindeki olumsuz etkilerini açıklar. 11.2.4.2.2. Sporda dürüst olmanın gerekliliğini açıklar. | ‘Dopinge Hayır’: Sporda doping neden kullanır, kullanılmasının sakıncalarını içeren yazılar okunur, araştırılır, sınıfın panosuna asılır. | Yaparak yaşayarak, anlatım, gösteri | Kitap, İlkyardım CD’si, vb. | **İkinci Yarıyıl Başlangıcı** |
| ŞUBAT | 20.HAFTA(12-18) | 2 SAAT | 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.2.4. Spor bilinci ve organizasyonları | 11.2.4.4.1. Centilmenlik kavramını açıklar. 11.2.4.4.2. Sporda centilmenliğin gerekliliğini ifade eder. | ‘Düzenli Olarak Fiziksel Etkinliklere Katılırım’: Öğrenciler, Egzersizin sağlıklı yaşam üzerinde etkilerini açıklayan sloganlar üretirler. Sloganlar afiş hâline getirilir. Daha sonra sloganlar arasından oy çokluğuyla en beğenilenleri, belirli gün ve haftalarla uyuşanlarından okulda sergilenir. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, | Kitap, CD. vb. |  |
| ŞUBAT | 21.HAFTA(19-25) | 2 SAAT | 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.2.2. Fiziksel etkinlik kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.2.2.3.1. Sağlıklı beslenmenin temel ilkelerini açıklar. 11.2.2.3.2. Beden ve ruh sağlığını olumsuz etkileyen alışkanlık ve bağımlılıkların zararlarını açıklar. | ‘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? gibi sorularla öğrencilerde araştırma yapma, konu hakkında bilgilenme isteği uyandırılır. Öğrencilerin performans görevi alarak sınıfla paylaşımları sağlanır. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, | Kitap, CD. vb. |  |
| ŞUBAT-MART | 22.HAFTA(26-03) | 2 SAAT | 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.2.2. Fiziksel etkinlik kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.2.2.3.2. Beden ve ruh sağlığını olumsuz etkileyen alışkanlık ve bağımlılıkların zararlarını açıklar. | ‘Zararlı alışkanlıklardan uzak duruyorum’: Zararlı alışkanlıkların neler olduğu açıklanır. Bağımlılıktan kurtulmak için neler yapılması gerektiği araştırılır. Bağımlı olmamak için sergilemeleri gereken tutum ve davranışlar hakkında görüş alışverişinde bulunulması sağlanır. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, | Kitap, CD. vb. |  |
| MART | 23.HAFTA(04-10) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği | 11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.1.2.1.3. Seçili spor dalına özgü kuralları uygular. 11.1.2.1.4. Seçili spor dalına özgü hareketleri açıklar. 11.1.2.1.5. Seçili spor dalına özgü temel hareketleri uygular. | ‘Hentbolda pas ve şut yapabilirim’: Hentboldaki pas ve şut çeşitleri öğrencilere anlatılarak, etkinliklerle öğrencilere yaptırılır. Etkinliklerde sorumluluk değeri üzerinde durulur. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, | Spor giysileri, hentbol topu, huni vb. |  |
| MART | 24.HAFTA(11-17) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri 11.2.2. Fiziksel etkinlik kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.1.3.1.1. Seçili spor dalına özgü savunma hareketlerini uygular. 11.1.3.1.2. Seçili spor dalına özgü hücum hareketlerini uygular. 11.2.2.3.2. Beden ve ruh sağlığını olumsuz etkileyen alışkanlık ve bağımlılıkların zararlarını açıklar. | ‘Hentbolda top sürüyorum, rakiplerimi aldatıyorum’: Hentbolda top sürme, toplu ve topsuz aldatma hareketi öğrencilere gösterilerek, etkinliklerle öğrencilere yaptırılır. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, | Spor giysileri, hentbol topu, huni vb. | **İstiklâl Marşı’nın Kabulü ve Mehmet Akif Ersoy’u Anma Günü** |
| MART | 25.HAFTA(18-24) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği | 11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.1.2.1.1. Seçili spor dalına özgü ısınma hareketlerini uygular. 11.1.2.1.3. Seçili spor dalına özgü kuralları uygular. 11.1.2.1.5. Seçili spor dalına özgü temel hareketleri uygular. 11.1.2.1.8. Seçili spor etkinliklerinde takım ruhu ilkelerini uygular. | ‘Hentbolda serbest atış ve 7 metre atışı yapıyorum’: Hentbolda serbest atışlar ve 7 metre atışı hangi durumlarda gerçekleşir, nasıl atılacağı öğrencilere gösterilerek, etkinliklerle öğrencilere yaptırılır. Etkinliklerde özdenetim değeri üzerinde durulur. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, | Spor giysileri, hentbol topu, huni vb. | **Şehitler Günü** |
| MART | 26.HAFTA(25-31) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği | 11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.1.2.1.1. Seçili spor dalına özgü ısınma hareketlerini uygular. 11.1.2.1.2. Seçili spor dalına özgü kuralları açıklar. 11.1.2.1.5. Seçili spor dalına özgü temel hareketleri uygular. | 4 “Ölçme ve değerlendirme” Önceden hazırlanmış beceri testleri öğrencilere uygulanır. Beceri testinden sonra öğrencilerin yapmış olduğu hatalar belirtilir. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, eşli çalışma | Spor giysileri, huni, engel vb. |  |
| NİSAN | 27.HAFTA(01-07) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri 11.2.2. Fiziksel etkinlik kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.1.2.1.1. Seçili spor dalına özgü ısınma hareketlerini uygular. 11.1.2.1.2. Seçili spor dalına özgü kuralları açıklar. 11.1.2.1.3. Seçili spor dalına özgü kuralları uygular. 11.1.2.1.5. Seçili spor dalına özgü temel hareketleri uygular. 11.2.2.3.1. Sağlıklı beslenmenin temel ilkelerini açıklar. | ‘Basketbolda turnike çıkıyorum’: El bileği ve kol hareketi, topsuz olarak, tüm öğrencilere yaptırılır. Duvara karşı şut atma çalışması yaptırılır. Durarak atış, sıçrayarak atış, serbest atış örneklerle öğrencilere gösterilir. Öğrencilerin üç sayı çizgisi üzerinde birerli geniş kolda sıralanmaları sağlandıktan sonra sağ ve sol el için turnike atış tekniği gösterilir | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, | Spor giysileri, basketbol topu, huni vb. |  |
| NİSAN | 28.HAFTA(15-21) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri 11.2.2. Fiziksel etkinlik kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.1.2.1.1. Seçili spor dalına özgü ısınma hareketlerini uygular. 11.1.2.1.2. Seçili spor dalına özgü kuralları açıklar. 11.1.2.1.3. Seçili spor dalına özgü kuralları uygular. 11.1.2.1.5. Seçili spor dalına özgü temel hareketleri uygular. 11.2.1.1.1. Fiziksel uygunluğu geliştirmek için düzenli fiziksel etkinlikler yapar. | Basketbolda aldatma’: Basketbolda aldatma nasıl yapılır, aldatma yaparken nelere dikkat edilir öğrencilere anlatılır ve öğrencilerden taklit etmeleri istenir. Etkinliklerde yardımseverlik değeri üzerinde durulur. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, | Spor giysileri, basketbol topu, huni vb. |  |
| NİSAN | 29.HAFTA(22-28) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.1.3. Hareket stratejileri ve taktikleri 11.2.3. Kültürel birikimlerimiz ve değerlerimiz | 11.1.3.1.1. Seçili spor dalına özgü savunma hareketlerini uygular. 11.1.3.1.2. Seçili spor dalına özgü hücum hareketlerini uygular. 11.2.3.2.1. Belirli gün ve haftalarla ilgili düzenlenen etkinlik ve törenlere katılır. | ‘Basketbolda Alan Savunması yapıyorum’: Basketbolda alan savunması nasıl yapılır, savunma yaparken nelere dikkat edilir. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, | Spor giysileri, basketbol topu, huni vb. | **23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı** |
| NİSAN-MAYIS | 30.HAFTA(29-05) | 2 SAAT | 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.2.2. Fiziksel etkinlik kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.2.2.2.1. Fiziksel gelişimi hakkında bilgi almak için periyodik olarak testlere katılır. 11.2.2.2.2. Kendisine uygun fiziksel etkinlik hedefleri belirler. | H “Fiziksel Uygunluk testi”: Öğrencilerin fiziksel uygunluklarını belirlenmesi için sene başında mekik, şınav, otur-uzan esneklik ölçümü, vücut ağırlığı ve boy uzunluğu ölçümü yapılır. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, eşli çalışma | Spor giysileri, huni, metre vb. | **1 Mayıs İşçi Bayramı** |
| MAYIS | 31.HAFTA(06-12) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği | 11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.1.2.1.1. Seçili spor dalına özgü ısınma hareketlerini uygular. 11.1.2.1.3. Seçili spor dalına özgü kuralları uygular. 11.1.2.1.4. Seçili spor dalına özgü hareketleri açıklar. 11.1.2.1.5. Seçili spor dalına özgü temel hareketleri uygular. | ‘Voleybolda Parmak ve Manşet Pas yapıyorum’: Voleybolda parmak pas öğrencilere anlatılarak, etkinliklerle öğrencilere yaptırılır. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, | Spor giysileri, voleybol topu, huni vb. |  |
| MAYIS | 32.HAFTA(13-19) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri 11.2.2. Fiziksel etkinlik kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.1.2.1.1. Seçili spor dalına özgü ısınma hareketlerini uygular. 11.1.2.1.3. Seçili spor dalına özgü kuralları uygular. 11.1.2.1.4. Seçili spor dalına özgü hareketleri açıklar. 11.1.2.1.5. Seçili spor dalına özgü temel hareketleri uygular. 11.2.2.1.1. Serbest zaman etkinliklerinin birey açısından yararlarını açıklar. | ‘Voleybolda servis atıyorum’: Voleybolda servis atışı öğrencilere anlatılarak, etkinliklerle öğrencilere yaptırılır. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, | Spor giysileri, voleybol topu, huni vb. |  |
| MAYIS | 33.HAFTA(20-26) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri 11.2.3. Kültürel birikimlerimiz ve değerlerimiz | 11.1.2.1.5. Seçili spor dalına özgü temel hareketleri uygular. 11.1.2.1.6. Seçili spor dalına özgü birleşik hareketleri uygular. 11.2.3.2.1. Belirli gün ve haftalarla ilgili düzenlenen etkinlik ve törenlere katılır. | ‘Voleybolda smaç atıyorum’: Voleybolda smaç nasıl yapılır öğrencilere anlatılarak, etkinliklerle öğrencilere yaptırılır. Öğrenciler, 19 Mayıs Atatürk’ü Anma, Gençlik ve Spor Bayramının anlam ve önemi hakkında araştırma yaparlar. Etkinliklerde vatanseverlik değeri üzerinde durulur. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, | Spor giysileri, voleybol topu, huni vb. |  |
| MAYIS-HAZİRAN | 34.HAFTA(27-02) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.1.3. Hareket stratejileri ve taktikleri 11.2.4. Spor bilinci ve organizasyonları | 11.1.3.1.2. Seçili spor dalına özgü hücum hareketlerini uygular. 11.2.4.3.2. Spor organizasyonlarına katılmanın önemini açıklar. | ‘Voleybolda Hücum ve Savunma yapıyorum’: Müsabaka formatında öğrenciler, iki takıma ayrılırlar. Takımlardan birisi hücum oyunlarını yaparken diğer takım savunma oyunlarını yapar. Etkinliklerde sabır değeri üzerinde durulur. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, | Spor giysileri, voleybol topu, huni vb. |  |
| HAZİRAN | 35.HAFTA(03-09) | 2 SAAT | 11.1. Hareket yetkinliği | 11.1.2. Hareket kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.1.2.1.1. Seçili spor dalına özgü ısınma hareketlerini uygular. 11.1.2.1.2. Seçili spor dalına özgü kuralları açıklar. 11.1.2.1.5. Seçili spor dalına özgü temel hareketleri uygular. | 4 “Ölçme ve değerlendirme” Önceden hazırlanmış beceri testleri öğrencilere uygulanır. Beceri testinden sonra öğrencilerin yapmış olduğu hatalar belirtilir. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, eşli çalışma | Spor giysileri, huni, engel vb. |  |
| HAZİRAN | 36.HAFTA(10-16) | 2 SAAT | 11.2. Aktif ve sağlıklı hayat | 11.2.2. Fiziksel etkinlik kavramları, ilkeleri ve ilgili hayat becerileri | 11.2.2.1.1. Serbest zaman etkinliklerinin birey açısından yararlarını açıklar. 11.2.2.1.2. Serbest zaman etkinliklerinin sosyal hayata etkisini açıklar. | ‘Spor Organizasyonu Düzenliyoruz’: Öğrenciler istedikleri branşlarda müsabaka formatında turnuva düzenlerler. Etkinliklerde dürüstlük değeri üzerinde durulur. | Anlatım, gösteri, alıştırmayla, işbirliği, komutla, katılımla, | Spor giysileri, voleybol, basketbol, futbol, topu, huni vb. | **Ders Yılının Sona ermesi** |

**Bu yıllık plan T.C. Milli Eğitim Bakanlığı Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığının yayınladığı öğretim programı esas alınarak yapılmıstır. Bu yıllık planda toplam eğitim öğretim haftası 36 haftadır.**