

T.C.  
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI  
ORTAÖĞRETİM GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

ORTAÖĞRETİM  
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR  
DERSİ

ÖĞRETİM PROGRAMI



2017



## İÇİNDEKİLER

1. GİRİŞ .....	3
1.1. ÖĞRENME-ÖĞRETME YAKLAŞIMI .....	4
1.2. ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME YAKLAŞIMI .....	6
1.3. YETERLİLİK VE BECERİLER .....	9
1.4. DEĞER EĞİTİMİ .....	12
2. ÖĞRETİM PROGRAMININ UYGULANMASI .....	16
2.1. TEMEL FELSEFE VE GENEL AMAÇLAR .....	16
2.2. ALANA ÖZGÜ BECERİLER.....	17
2.3. ÖĞRETİM PROGRAMININ UYGULANMASINDA DİKKAT EDİLECEK HUSUSLAR .....	17
2.4. KAZANIM SAYISI VE SÜRE TABLOSU .....	18
3. ÖĞRETİM PROGRAMININ YAPISI .....	19
3.1. KAZANIMLARIN YAPISI .....	19
3.2. SINIF DÜZEYLERİNE GÖRE ÜNİTE, KONU, KAZANIM VE AÇIKLAMALARI.....	20
9. SINIF ÜNİTE, KONU, KAZANIM VE AÇIKLAMALARI.....	20
10. SINIF ÜNİTE, KONU, KAZANIM VE AÇIKLAMALARI.....	24
11. SINIF ÜNİTE, KONU, KAZANIM VE AÇIKLAMALARI.....	27
12. SINIF ÜNİTE, KONU, KAZANIM VE AÇIKLAMALARI.....	30

Eğitim ve öğretim, çağın gereklerine uygun olarak sürekli gelişen birikim ve tecrübeler ışığında yenilenen ve bitmeyen bir süreçtir. Bireyin hayatında eğitim süreci ile meydana gelen değişimin kalıcı hâle gelmesi ve bireyin dünyadaki değişime ayak uydurabilmesi, günümüz eğitim sistemlerinin temel belirleyicileri olarak kabul edilmektedir. Eğitim süreci ile kazanılan beceriler, bireylerin hayat standartlarının gelişmesinin yanı sıra ülkelerin küresel rekabet kapasitelerine ve demokratik gelişimlerine de önemli katkılarda bulunmaktadır. Günümüzün sosyal ve ekonomik şartlarında etkin rol oynayabilecek bireyler yetiştirebilmek, eğitim sistemlerinin uluslararası alanda rekabet edebilirliği ile doğrudan ilişkilendirilmektedir. Bireyin ve toplumun değişen talepleri, bilim, teknoloji, öğrenme öğretme yaklaşım, kuram ve stratejilerinde son yıllarda yapılan araştırma ve çalışmalarla gerçekleşen değişim ve gelişmeler, ulusal ve uluslararası değerlendirmelerin sonuçları, öğretim programlarının güncellenmesi ihtiyacını ortaya çıkarmıştır. Bakanlığımız, gerek anılan gelişmeler ve gerekse 1739 Sayılı Millî Eğitim Temel Kanunu çerçevesinde, öğrencilerini sorumluluk sahibi, eleştirel düşünebilen, problem çözme ve karar verme becerileri yüksek bireyler olarak hayata hazırlamak için çalışmalarını sürdürmektedir.

Yapılan çalışmalar bağlamında farklı ülkelerin son yıllarda benzer nedenlerle güncellenen öğretim programları incelenmiş, eğitim öğretim alanında yapılan akademik çalışmalara ilişkin yayınlar taranmış, nicel ve nitel araştırma teknikleri kullanılarak öğretmen, yönetici, öğrenci ve velilerin yanı sıra üniversitelerden ve sivil toplum örgütlerinden görüşler alınmıştır. Toplanan veriler, Türkiye'nin çeşitli illerinde fiilen görev yapan öğretmen ve akademisyenlerden oluşan komisyonlarca değerlendirilerek öğretim programları güncellenmiştir. Ardından kamuoyunun görüşlerine sunulmuş, geri bildirimler doğrultusunda programlara son hâlleri verilmiştir.

Öğretim programlarıyla;

- üst düzey bilişsel becerilere (eleştirel, analitik, özgün ve yenilikçi düşünen, sorgulayan, yorum yapan vb.) sahip,
- akademik ve sosyal anlamda başarılı, öğrendiklerini önceki öğrenmeleri ve farklı disiplin alanlarıyla ilişkilendirebilen, edindiği bilgi, beceri tutum ve davranışları günlük hayatına aktarabilen, merak eden, araştıran, açık fikirli, liderlik ve girişimcilik ruhuna sahip,
- teknolojiyi etkili şekilde kullanılabilen ve teknolojik gelişmelere uyum sağlayabilen, hızlı değişim ve gelişmelere uyum sağlayabilen,
- millî, manevi ve kültürel değerlerini özümsemiş, evrensel değerlere duyarlı, sosyal ve kültürel çeşitliliği takdir eden ve saygı duyan,
- öğrenmeye ve yeniliklere açık, öz güvenli, saygılı, dürüst, sorunlarla etkili şekilde baş edebilen, etik ilkelere uygun hareket eden, bir vatandaş olarak görev ve sorumluluklarını bilen ve yerine getiren bireyler yetiştirilmesi amaçlanmıştır.



## 1.1. ÖĞRENME ÖĞRETME YAKLAŞIMI

Öğrencilerin ne öğrendikleri, nasıl öğrendikleriyle yakından ilişkilidir. Bu bakımdan öğretim programlarıyla öğrencilere kazandırılması hedeflenen bilgi, beceri, tutum ve değerlerin aktarılması sürecinin etkili ve verimli bir şekilde planlanması ve yönetilmesi oldukça önemlidir. Bu sebeple etkili bir öğrenme öğretme sürecinin oluşturulması için aşağıdaki hususlara dikkat edilmelidir:

### **Öğrenme öğretme süreci öğrenci için anlamlı ve bütünleştirici olmalıdır.**

- 1) Öğrenme öğretme sürecinin anlamlı olabilmesi için, öğrencilerin bireysel farklılıkları (ilgi, öğrenme ihtiyacı, hazır bulunuşluk düzeyi, öğrenme stili vb.) tespit edilmeli, öğretim yöntem ve teknikleri belirlenirken bu farklılıklar göz önünde bulundurulmalıdır.
- 2) Anlamlı bir öğrenme için edinilen yeni bilgilerin günlük hayatta karşılığını bulması önemlidir. Bu bakımdan öğrencilerin öğrendiklerini çeşitli hayat durumlarında ve farklı disiplin alanlarında nasıl kullanabileceklerini kavramalarını sağlayan etkinlik ve çalışmalar yapılandırılmalıdır. Bu, öğrencilerin öğrenmeye karşı olumlu tutum geliştirmelerine ve hayat boyu araştıran ve öğrenen olmalarına katkı sağlayacak, öğrenmeyi daha anlamlı ve kalıcı hâle getirecektir.
- 3) Öğrencilerin yeni edindikleri bilgi ve becerileri önceki öğrenmeleri ile ilişkilendirmelerine imkân veren etkinlik ve çalışmalar tasarlanmalı ve uygulanmalıdır. Kullanılan öğrenme etkinlikleriyle öğrencilerin önceki öğrenmeleri geliştirilmeli, yanlış öğrenmeler düzeltilmeli, ilgileri çekilmeli ve öğrenciler sınıf içinde ve dışında anlamlı uygulamalar yapmaları için teşvik edilmelidir.

### **Öğrenme öğretme süreci değer odaklı olmalıdır.**

- 4) Öğrenciler sınıf ortamına doğal ve içten bir merakla gelirler. Öğrenme ortamına bireysel ilgileri ve yeteneklerinin yanı sıra çeşitli kişisel ve kültürel deneyimlerini, toplumsal birikimlerini de taşırlar. Öğrenme öğretme süreci, öğrencilerin anılan bu zenginlik ve farklılıkları dikkate alınarak kendilerini rahat ve güvende hissetmelerini sağlayan, olumlu his ve deneyimler kazanmalarını destekleyen, kendilerini ve başkalarını anlamalarına yardımcı olan, açık fikirliliği ve sorgulamayı besleyen, toplumsal bilinçlerini geliştiren bir usul ve üslupla yapılandırılmalıdır.
- 5) Öğrencilerin toplumsal ve evrensel değerleri keşfetmelerine fırsat sağlayan, değerleri benimseyerek tutum ve davranışa dönüştürmelerini destekleyen bir öğrenme öğretme ortamı oluşturulmalıdır. Bu ortamda öğretmen rehber olmalı, değerler eğitiminin sınıfla sınırlı kalmaması ve kalıcı olabilmesi için sınıf, okul ve aile iş birliği çerçevesinde aktif rol üstlenmelidir.

***Öğrenme öğretme süreci motive edici olmalıdır.***

- 6) Öğrenme öğretme sürecinde öğretmenler ve öğrencilerin birbirini tamamlayıcı sorumluluklara sahip oldukları göz önünde bulundurulmalı, öğrenciler kendi öğrenmelerinin sorumluluğunu almaları ve öz değerlendirme yapmaları hususunda teşvik edilmelidir.
- 7) Öğrenciler bağımsız çalışmalar yapmaları, keşfettikleri yeni bilgileri, düşünce ve duygularını paylaşmaları için cesaretlendirilmelidir.
- 8) Öğrenme öğretme sürecinde kullanılan etkinlik ve çalışmalar öğrencilerin gelişimsel düzeyleriyle tutarlı olmalıdır. Ancak gerektiğinde öğretmenler öğrencilerin özgünlüklerini, sorun çözme ve araştırma becerilerini kullanmalarını gerektirecek zorlayıcı görevler yapılandırılmalıdır. Öğretmenler öğrencilerini farklı çözümler üretmeleri, başarılı problem çözücü ve araştırmacı olmak için gerektiğinde risk almaları konusunda yüreklendirmelidir.

***Farklı öğretim yaklaşımları ve stratejileri bir arada ve dengeli şekilde kullanılmalıdır.***

- 9) Tek bir öğrenme öğretme yaklaşımına bağlı kalınmamalıdır. Öğrencilerin bireysel farklılıkları, süreç içerisindeki gelişimleri ve ilerlemeleri dikkate alınarak farklı ve çeşitli öğretim strateji, yöntem ve tekniklerinden yararlanılmalı, süreç içinde yapılan gözlemler doğrultusunda yeri geldiğinde bunlarda değişikliğe gidilmelidir. Farklı öğrenme stillerine hitap eden, kazanımlarda belirtilen bilgi ve becerilerle tutarlı, öğrencilerin akademik ve teknik konuları özümsemelerine yardımcı olan, ilgi ve yeteneklerini geliştirmeye yönelik çeşitli öğretim stratejilerinden faydalanılması, öğrencilerin üst eğitim kurumlarında ve kariyerlerinde başarı şanslarını arttıracaktır.

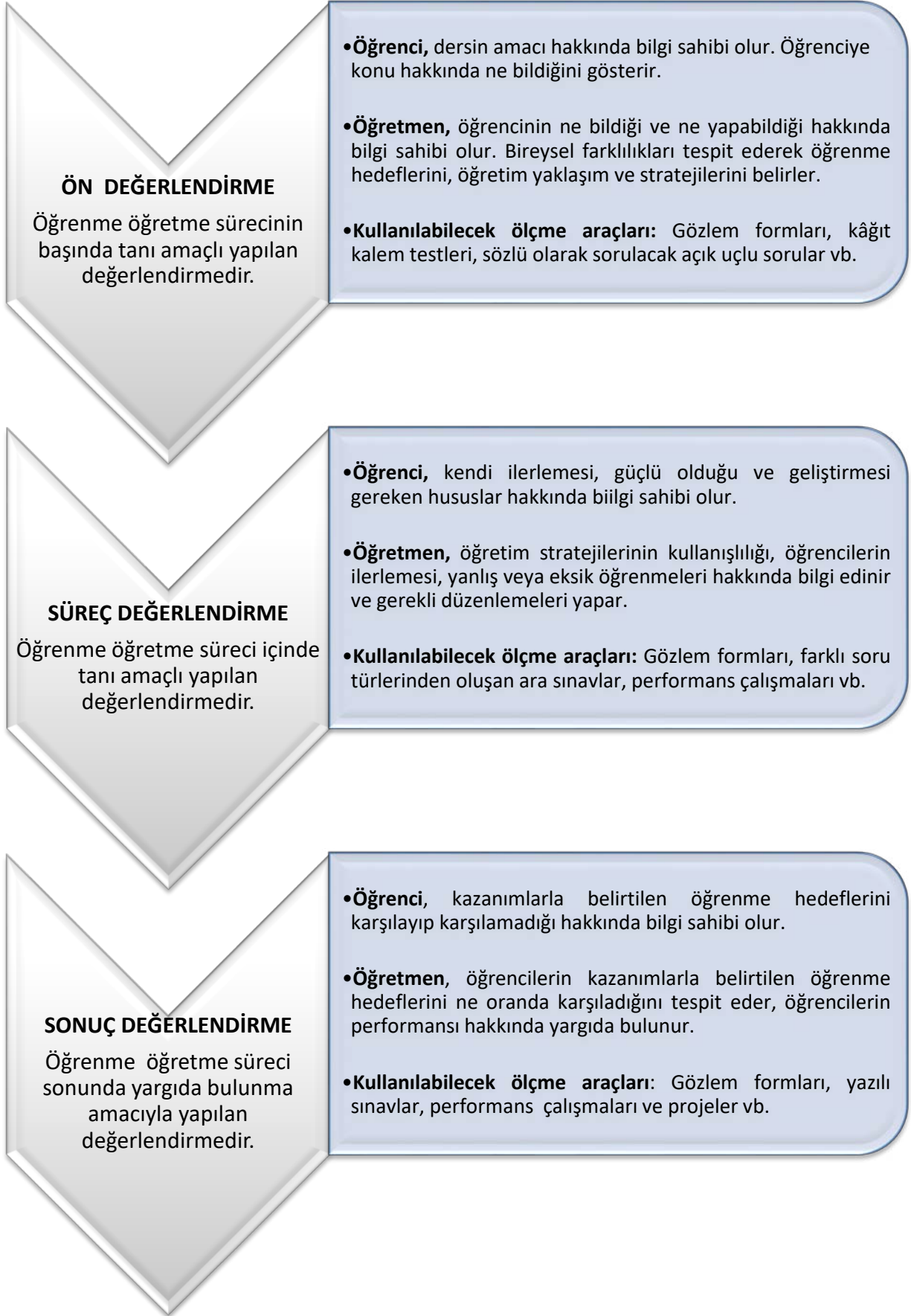
***Öğrenme öğretme sürecinde bilgi ve iletişim teknolojileri aktif şekilde kullanılmalıdır.***

- 10) Öğrenme öğretme sürecinde mümkün olduğunca bilgi ve iletişim teknolojilerinden yararlanılmalıdır. Bu teknolojilerin kullanılması öğrenme öğretme ortam ve uygulamalarını zenginleştirirken aynı zamanda öğrencilerin öğrenmesini destekleyecektir.
- 11) Dersin işlenişinde ve uygulamalarda görsel iletişim araçlarına yer verilmeli; slayt, bilgisayar, televizyon, etkileşimli tahta, İnternet, EBA içerikleri vb. etkin olarak kullanılmalıdır. Kazanımlarla ilgili belgesel, film, simülasyon vb. materyallerden yararlanılmalıdır. Teknolojik araç ve gereçler kullanılırken gizlilik, bütünlük ve erişilebilirlik göz önüne alınmalı ve İnternetin güvenli kullanımı konusunda gerekli uyarılar yapılmalı ve tedbirler alınmalıdır. Dijital kaynakların, özellikle İnternette sağlanan içeriklerde intihal yapılmaması, etik kurallara ve telif haklarına riayet edilmesi hususlarında duyarlı olunmalıdır.

## 1.2. ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME YAKLAŞIMI

Öğrenme öğretme sürecinin ayrılmaz bir parçası olan ölçme ve değerlendirme uygulamaları yapılandırılırken aşağıdaki hususlar dikkate alınmalıdır:

- 1) Değerlendirme amacıyla kullanılacak ölçme araçları, öğretim programı kazanımlarının bilgi ve beceri boyutunun yanı sıra öğretim programıyla öğrencilere kazandırılması hedeflenen yeterlilik ve beceriler ile tutarlı olmalıdır. Ölçme araçları yapılandırılırken kazanımların ve kazanım açıklamalarının belirlediği sınırlar göz önünde bulundurulmalıdır.
- 2) Ölçme ve değerlendirme uygulamaları sadece öğrenme ürününün değil, öğrencilerin öğrenme süreçlerinin de değerlendirilmesine imkân sağlayacak şekilde yapılandırılmalıdır. Sürecin her aşamasında, farklı yaklaşımlar ve yöntemler kullanılarak öğrencilerin hedeflenen bilgi, beceri ve tutumları edinip edinmedikleri farklı zamanlarda ve farklı bağlamlarda gözlemlenmeli, performansları hakkında öğrencilere yapıcı geri bildirimler sağlanmalı, öğretim stratejileri alınan değerlendirme sonuçlarına göre gözden geçirilmeli ve gerek görülürse değiştirilmelidir. Bu bakımdan değerlendirme çalışmaları sürekli olmalıdır (Şekil 1).



Şekil 1



- 3) Değerlendirme çalışmaları, farklı öğrenci yetenek ve beceri düzeyleri, öğrencilerin gelişimsel düzeyleri, kültür ve okul/sınıf ortamı göz önünde bulundurularak hazırlanmalı ve uygulanmalıdır.
- 4) Bilişsel becerilerin ölçülmesinde kullanılacak olan yazılı sınavlar ve ders kitaplarında yer alan ünite ve/veya konu değerlendirme bölümlerindeki sorular hazırlanırken şu hususlar göz önünde bulundurulmalıdır:
  - a. Sorular sadece konu ve kavram bilgisinin değil, üst düzey olarak adlandırılan bilişsel becerilerin (analiz etme, yorum yapma, çıkarımda bulunma, değerlendirme, sorgulama, eleştirel düşünme vb.) ölçülmesine fırsat sağlayacak şekilde hazırlanmalıdır. Yazılı sınavlarda kullanılacak madde türleri belirlenirken kazanımların temsil ettiği bilişsel beceri düzeyleri göz önünde bulundurulmalıdır.
  - b. Yazılı sınavlarda ve ders kitaplarında yer alan sorular yapılandırılırken mümkün olduğunca öncüllerden yararlanılmalıdır. Yazılı metinler (gazete ve dergi haberleri, bilimsel makaleler, okuma parçaları, örnek olaylar, analogiler vb.), görseller (fotoğraflar, resimler, çizimler, karikatürler vb.) ve grafik düzenleyiciler (kavram haritaları, zihin haritaları, şemalar vb.) öncül olarak kullanılmalıdır. Öncül olarak kullanılan yazılı metinler öğrencilerin hayatlarının tüm alanlarında ihtiyaç duyacakları okuryazarlık becerilerini edinmelerine, görseller ve grafik düzenleyiciler ise eğitim hayatlarında ve iş dünyasında sıklıkla kullanacakları uzamsal becerilerin geliştirilmesine yardımcı olacaktır. Tek bir öncüle bağlı farklı türde ve çok sayıda soruya yer verilmesi çok adımlı akıl yürütme becerilerinin edinilmesine ve geliştirilmesine katkı sağlayacaktır. Soruların öncülün kullanılmasını, analiz edilmesini, değerlendirilmesini veya yorumlanmasını gerektirecek şekilde oluşturulmasına dikkat edilmelidir.
  - c. Sorular öğrencilerin günlük hayatla ve diğer disiplinlerle ilişkilendirme yapmalarını, eski ve yeni bilgileri birleştirmelerini sağlamalıdır. Günlük hayata dair durumların ve materyallerin kullanıldığı öncüllere dayalı sorular, öğrencilerin çıkarım yapma becerisini ölçerken edindikleri bilgileri nerede ve/veya hangi günlük hayat durumlarında kullanabileceklerine ilişkin farkındalık geliştirmelerini sağlayacaktır.
- 5) Bilişsel, duyuşsal ve psikomotor becerilerin değerlendirilmesinde bireysel veya grup çalışması şeklinde düzenlenmiş performans çalışmaları ve projelerden yararlanılabilir. Bunlar yapılandırılırken verilen görevlerin, gerçek hayat durumlarıyla ve diğer disiplinlerle ilişkilendirme yapılmasına, öğrencilerin daha üst öğrenim kurumlarında ve sonraki yaşantılarında kullanabilecekleri yazılı ve sözlü iletişim, araştırma yapma, iş birliği yapma, tasarım yapma, sunum yapma, rapor hazırlama, kaynak kullanma gibi becerilerini kullanmaya ve geliştirmeye teşvik edici olmasına dikkat edilmelidir.
- 6) Psikomotor ve duyuşsal becerilerin değerlendirilmesinde ise dereceli puanlama anahtarı veya derecelendirme ölçeği şeklinde tasarlanmış gözlem formlarından yararlanılabilir. Bu formlarda

öğretim programıyla öğrencilere kazandırılması hedeflenen tutum ve değerlere ilişkin ölçütlere (derse katılma, saygılı davranma, iş birliği yapma, sorumluluklarını yerine getirme, nezaket kurallarına uygun iletişim kurma vb.) yer verilmelidir. Gözlem formları yıl boyunca farklı zamanlarda ve sürekli olarak kullanılmalıdır. Öğrencilerin sergilemiş oldukları tutum ve davranışlara ilişkin zamanında ve yapıcı geri bildirimler verilmeli, öğrenciler olumlu tutum sergilemeleri konusunda motive edilmelidir.

### 1.3. YETERLİLİK VE BECERİLER

Toplumların teknoloji çağından bilgi çağına doğru ilerlemeleri ile son yıllarda meydana gelen bilimsel, teknolojik, sosyal değişim ve gelişmeler, toplumun öğrencilerden –geleceğin bireylerinden– beklentilerini de farklılaştırmıştır. Bu gelişme ve ilerlemeler, öğrencilere temel bilgi ve becerilerin yanı sıra eleştirel düşünme, yaratıcı düşünme, araştırma yapma, sorun çözme gibi bilişsel; sosyal ve kültürel katılım, girişimcilik, iletişim kurma, empati kurma gibi sosyal; öz denetim, öz güven, yaratıcılık, kararlılık, liderlik gibi kişisel yeterlilik ve becerilerin kazandırılmasını zorunlu kılmaktadır.

Öğretim programlarıyla öğrencilere kazandırılması hedeflenen yeterlilik ve beceriler ile bunlara ilişkin tanımlamalar, Avrupa Parlamentosu ve Konseyi tarafından 2008 tarihinde kabul edilen Avrupa Yeterlilikler Çerçevesi; Millî Eğitim Bakanlığınca öğrenci, öğretmen, okul, ilçe ve il gelişim seviyelerinin ülke genelinde yıllık olarak izlenmesi, değerlendirilmesi amacıyla hazırlanan “Millî Eğitim Kalite Çerçevesi”; Millî Eğitim Bakanlığı ve Yükseköğretim Kurulu başta olmak üzere kamu kurum ve kuruluşları, işçi ve işveren sendikaları, meslek örgütleri ve ilgili sivil toplum kuruluşlarıyla iş birliği içerisinde ulusal ve uluslararası konu uzmanlarının katkılarıyla hazırlanan, 02/01/2016 tarih ve 29581 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanarak yürürlüğe giren “Türkiye Yeterlilikler Çerçevesi” dikkate alınarak belirlenmiştir. Yeterlilik ve beceriler ile bunlara ilişkin tanımlamaların belirlenmesinde ayrıca “21. Yüzyıl Becerileri” olarak anılan yeterlilik ve beceriler ile bunlara ilişkin açıklamalar dikkate alınmıştır.

Kazanımların işleniş sürecinde bu yeterlilik ve becerilerin kazandırılmasına ve geliştirilmesine yönelik yöntem ve tekniklerin kullanılması, etkinlik ve çalışmalara yer verilmesi, öğrencilerin bir üst öğretim kurumunda, meslek hayatlarında ve günlük hayatlarında başarılı ve üretken bireyler olmalarına katkı sağlayacaktır.

Tablo 1. Öğrencilere Kazandırılması Hedeflenen Yeterlilikler ve Bu Yeterliliklerle İlgili Bilgi, Beceri ve Tutumlar

Yeterlilikler	Yeterliliklerle ilgili bilgi, beceri ve tutumlar
<b>Ana dilde iletişim</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Yazılı, sözlü ve sözlü olmayan iletişim araçlarını kullanarak etkili şekilde iletişim kurma.</li> <li>2. Ortamın gereklilikleri doğrultusunda iletişim kurma</li> <li>3. Duygu, düşünce ve görüşlerini sözlü ve yazılı olarak ortama uygun ve ikna edici şekilde ifade etme.</li> <li>4. Dil becerilerini olumlu ve sosyal olarak sorumlu/sağduyulu şekilde kullanma.</li> </ol>
<b>Yabancı dillerde iletişim</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Toplumsal gelenekleri, kültürel öğeleri, dil çeşitliliğini fark etme ve takdir etme.</li> <li>2. Sözlü ve yazılı mesajları anlama.</li> <li>3. İhtiyaçları doğrultusunda metinler okuma, okuduğunu anlama ve metin üretme.</li> <li>4. Yaşam boyu öğrenmenin parçası olarak resmi olmayan dili (günlük konuşma dilini) öğrenme.</li> <li>5. Kültürel çeşitliliğe saygı duyma.</li> <li>6. Dil öğrenmeye ve uluslararası iletişime merak ve ilgi duyma.</li> </ol>
<b>Matematik yeterliliği</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Matematik teorilerini, ölçümleri, temel işlemleri, formülleri, gösterimleri bilme.</li> <li>2. Matematik kavram ve terimlerini anlama ve kullanma.</li> <li>3. Günlük hayat durumlarında karşılaşılan problemlerin çözümünde matematiksel düşünme tarzını (mantıksal ve uzamsal düşünme) ve sunumunu (formüller, modeller, yapılar, grafikler, tablolar) kullanma.</li> <li>4. Temel matematik prensiplerini ve işlemlerini günlük durumlarda (evde ve/veya işte) uygulama.</li> <li>5. Matematiğe karşı olumlu tutum geliştirme.</li> </ol>
<b>Bilim ve teknoloji yeterliliği</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Doğal hayatı anlamak için sorular sorma ve delile dayalı sonuç çıkarma.</li> <li>2. İnsan eylemlerinin sebep olduğu değişimleri kavrama.</li> <li>3. Bireysel olarak doğal hayata karşı sorumluluklarını kavrama.</li> <li>4. Doğal hayata ilişkin temel prensipleri, temel bilimsel kavramları, metotları, teknolojiyi, teknolojik ürünleri ve işlemleri bilme.</li> <li>5. Bilim ve teknolojinin doğal hayat üzerindeki etkisini kavrama.</li> <li>6. Bilimsel sorgulamanın özelliklerini kavrama.</li> <li>7. Sebep sonuç ilişkisi kurma.</li> <li>8. Etik ve güvenlikle ilgili konular hakkında bilgi sahibi olma.</li> </ol>
<b>Dijital yeterlilik</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bilgi çağı teknolojilerinin yapısını, günlük yaşam durumlarındaki (kişisel, sosyal ve iş yaşamında) rolünü ve sağladığı fırsatları kavrama.</li> <li>2. Temel bilgisayar uygulamalarını (word işlemcisi, veri tabanları, bilgi depolama ve yönetme vb.) kavrama.</li> <li>3. İş, boş zaman, bilgi paylaşımı, öğrenme ve araştırma için İnternet ve elektronik medyanın (e-posta vb.) fırsatlarını ve potansiyel risklerini kavrama.</li> <li>4. Mevcut bilginin ve bilgi kaynaklarının güvenilirliğini sorgulama.</li> <li>5. Etkileşimli medyanın kullanımında dikkat edilmesi gereken yasal ve etik prensipleri kavrama ve sorumluluk sahibi şekilde kullanma.</li> <li>6. Bilgiyi araştırma, toplama, işleme, eleştirel ve sistematik şekilde kullanma.</li> <li>7. Sunulan bilgilerin güvenilirliğini sorgulama.</li> <li>8. Bilgi üretmek, sunmak ve kavramak için gerekli araçları kullanma.</li> <li>9. İnternet tabanlı servislere erişme, araştırma ve kullanma.</li> <li>10. Bilgi çağı teknolojilerini kültürel, sosyal ve/veya profesyonel amaçlarla kullanma.</li> </ol>
<b>Öğrenmeyi öğrenme</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. İş ya da kariyer hedefleri için gerekli yeterlilik, bilgi, beceri ve nitelikleri bilme.</li> <li>2. Kendi öğrenme stratejilerini, güçlü ve zayıf yönlerini bilme.</li> <li>3. Eğitim, hizmet içi eğitim, rehberlik, danışmanlık fırsatlarını araştırma.</li> <li>4. Daha sonraki öğrenmeler için gerekli okuryazarlık, matematiksel beceri ve bilgi iletişim teknolojilerini kullanma becerisi edinme ve geliştirme.</li> <li>5. Öğrenmesini ve kariyerini yönetme.</li> <li>6. Öz disiplin ve bağımsız çalışma becerileri edinme.</li> <li>7. Öğrenme sürecinin bir parçası olarak iş birlikli çalışma, heterojen gruplardan faydalanma, öğrendiklerini paylaşma.</li> <li>8. Kendi öğrenmesini ve çalışmasını değerlendirme.</li> <li>9. Gerek duyduğunda nasihat ve bilgi alma.</li> <li>10. Kendisini motive etme ve kendisine güven duyma.</li> <li>11. Problem çözme becerisi geliştirme.</li> <li>12. Engel ya da değişikliklerle baş edebilme.</li> <li>13. Önceki öğrenmelerinden ve deneyimlerinden yararlanma.</li> <li>14. Öğrendiklerini çeşitli hayat durumlarında uygulama.</li> <li>15. Öğrenme fırsatlarını arama ve değerlendirme.</li> </ol>

Yeterlilikler	Yeterliliklerle ilgili bilgi, beceri ve tutumlar
<p><b>Sosyal yeterlilikler</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Farklı toplum ve çevrelerde (örneğin, iş) kabul edilen davranış kurallarını bilme.</li> <li>2. Toplum ve kültürle ilgili temel kavramları bilme.</li> <li>3. Kültürel çeşitliliğin farkında olma ve saygı gösterme.</li> <li>4. Milli kültürel kimliğini özümseme ve diğer kültürlerle nasıl etkileşim içinde olduğunu kavrama.</li> <li>6. Tolerans gösterme, empati kurma, dayanışma, iş birliği yapma.</li> <li>7. Stresten ve çatışmalardan kaçınma.</li> <li>8. Sosyoekonomik gelişmelere ve kültürler arası iletişime ilgi duyma.</li> <li>9. Farklı bakış açılarına saygı duyma, ön yargıların üstesinden gelme ve uzlaşmacı bir tutum sergileme.</li> <li>10. Demokrasi, adalet, eşitlik vatandaşlık, insan hakları, yerel, ulusal, uluslararası kuruluşlar hakkında bilgi sahibi olma.</li> <li>11. Güncel gelişmeleri takip etme.</li> <li>12. Ülkesinin tarihi ve dünya tarihi hakkında bilgi sahibi olma.</li> <li>13. Toplumu ilgilendiren problemlerin çözümü ile ilgilenme.</li> <li>14. Toplumsal ilişkilerde ve komşuluk ilişkilerinde yapıcı katılım sağlama.</li> <li>15. Toplumsal uyumu sağlamak için paylaşılan değerleri benimseme ve bunlara saygı duyma.</li> <li>16. Diğer insanların özeline saygı duyma.</li> </ol>
<p><b>İnisiyatif alma ve girişimcilik</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kişisel, profesyonel ve/veya iş hayatında fırsatların farkına varma.</li> <li>2. Etik değerleri benimseme.</li> <li>3. Etkili sunum yapma.</li> <li>4. Uzlaşmacı olma.</li> <li>5. Bireysel ve grup olarak çalışma.</li> <li>6. Kendi güçlü ve zayıf yönlerini tanıma ve sorgulama / değerlendirme.</li> <li>7. Gerekli olduğunda risk alma.</li> <li>8. Durum değerlendirmesi yapma.</li> <li>9. Kişisel, sosyal ve iş hayatında inisiyatif alma ve yenilikçi düşünme.</li> <li>10. Hedeflere ya da kişisel amaçlara ulaşmada kararlı olma.</li> </ol>
<p><b>Kültürel farkındalık ve ifade</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Yerel, ulusal ve uluslararası kültürel mirasın farkında olma.</li> <li>2. Önemli kültürel çalışmalar ve popüler kültür hakkında bilgi sahibi olma.</li> <li>3. Kültürel ve dilsel çeşitliliğin farkında olma.</li> <li>4. Yaşamda estetik faktörlerin önemini kavrama.</li> <li>5. Sanat eserlerine ve sanat çalışmalarına değer verme ve takdir etme.</li> <li>6. Kültürel yaşama katılma</li> </ol>



## 1.4. DEĞER EĞİTİMİ

Bireyin ulusal ve evrensel değerlere sahip olması, değerler eğitimini edinip özümsemesine bağlıdır. Bu amaçla bireyin bilişsel olarak ahlaki değerlerin bireysel ve toplumsal hayata yapacağı olumlu etkileri fark etmesi, olumlu ve olumsuz değerleri ayırt etmesi, kuralları sorgulaması gerekir. Bu, çevresindeki sosyal problemler veya ihtiyaçlarla grup, kurum ve sosyal örgütleri ilişkilendirmesi, eylemlerinin kendisinde ve çevresinde meydana getirdiği değişiklikleri izlemesi, eylemlerini gerekçelendirmesi, tarihî, millî ve manevi değerleri bilmesi ve benimsemesi, çevresindeki olayları anlamlandırması ve yorumlaması ile mümkündür. Bununla birlikte bireyin ahlaki değerlere önem vermesi, sahip olması ve geliştirmesi, olumlu değerlere uygun davranmaya ve değişik kültürleri tanımaya istekli olması, insanların birlikte yaşamalarını destekleyen değerleri koruma ve geliştirme konusunda sorumluluk üstlenmesi, dostça ve kardeşçe yaşamaya özen göstermesi, insanların ihtiyaçlarına duyarlı olması, duygu, düşünce ve davranışlarını kontrol edebilmesi, duyuşsal becerilerinin gelişimi ile doğrudan ilişkilidir.

Değerler; inanışlar, tarih, aile, kültür ve içinde yaşadıkları toplum tarafından şekillendirilir. Kişinin değerleri; aldığı kararları, yaptığı seçimleri, davranışlarını ve toplum içinde yaşadığı insanlar üzerindeki etkisini belirler. Okullar ve öğretim programları, sosyal davranış modelleri sağlayarak öğrencilerin değer sistemlerinin gelişiminde önemli rol oynar. Okuldaki etkinlikler aleni ya da örtük olarak öğrencilerin değerlere ilişkin bilgi ve kavrayışlarını, birey ve toplumun bir üyesi olarak belirli değerleri davranışa dönüştürmeleri için gereken becerileri geliştirmelerine yardımcı olur.

Öğretim programlarıyla öğrencilere kazandırılması hedeflenen değerler on ana başlık altında toplanmıştır (Tablo 2). Bu değerler birbirlerinden kopuk değildir ve her biri farklı bir takım değerleri de içinde barındırmaktadır.

Tablo 2. Öğrencilere Kazandırılması Hedeflenen Değerler ile Bunlara İlişkin Tutum ve Davranışlar

DEĞERLER	DEĞERLERLE İLİŞKİLİ TUTUM VE DAVRANIŞLAR
<b>ADALET</b>	Adil olma Eşit davranma Paylaşma
<b>DOSTLUK</b>	Diğerkâmlık Güven duyma Sadık olma Vefalı olma Yardımlaşma
<b>DÜRÜSTLÜK</b>	Açık ve anlaşılır olma Doğru sözlü olma Etik davranma Güvenilir olma Sözünde durma
<b>ÖZ DENETİM</b>	Davranışlarını kontrol etme Davranışlarının sorumluluğunu alabilme Öz güven sahibi olma
<b>SABIR</b>	Azimli olma Tahammül etme
<b>SAYGI</b>	Alçakgönüllü olma Başkalarına kendine davranılmasını istediği şekilde davranma Diğer insanların kişiliklerine değer verme
<b>SEVGİ</b>	Aile birliğine önem verme Fedakârlık yapma
<b>SORUMLULUK</b>	Kendine, çevresine, vatanına, ailesine karşı sorumlu olma
<b>VATANSEVERLİK</b>	Çalışkan olma Dayanışma Kurallara ve kanunlara uyma Tarihsel ve doğal mirasa duyarlı olma Toplumu önemseme
<b>YARDIMSEVERLİK</b>	Cömert olma Fedakâr olma İş birliği yapma Merhametli olma Misafirperver olma Paylaşma

Değerlerin, davranışa ve tutuma dönüştürülmesi teşvik edilmeli, öğrencilerde bu değerlere ilişkin farkındalık oluşturulmalıdır. Değerler eğitimi, eğitimin özü ve ruhudur. Ayrı bir program ya da konu alanı olarak görülmemelidir. Bu bakımdan okullar ve öğretmenler bu değerleri öğretim programlarının bütünlüycü bir parçası olarak ele almalı ve uygun yaklaşımları kullanarak öğrencilerine kazandırmalıdır. Öğrenme öğretme sürecinde değerlerin aktarılmasında, tutum ve davranışa dönüştürülmesinde aşağıdaki hususlara dikkat edilmelidir.

### ***Değer eğitimi, öğretim programlarındaki ifadelerden fazlasıdır.***

Değerler, yalnızca öğretim programlarında yer alan ifadeler olmaktan çıkarılmalı, öğrencilere okul içinde ve dışında değerleri pratiğe dönüştürmeleri için uygun ve etkili fırsatlar sağlanmalıdır. Değer eğitimi, öğretmenlerle başlamaktadır. Öğretmen, değerlerin aktarımında model ve kolaylaştırıcı olmalıdır. Öğretmen değerleri belirlemeli, tanımlamalı ve öğrenme ortamı ile öğretim yöntem ve stratejilerini bunların aktarılmasını sağlayacak şekilde düzenlemelidir. Değer odaklı öğretim yaklaşımı, gerçek hayat durumlarını, simülasyonları ve rol oynamayı içeren deneyimsel öğrenmeye uygundur. Kavramlar, eylem ya da davranışlarla ilişkilendirilmelidir. Yardım severlik denildiğinde bunun nasıl görüldüğü hakkında da bilgi verilmelidir. Öğrencilerin kendi ve toplum değerlerini keşfetmelerine fırsat sağlanmalıdır.

### ***Değerler, konu anlatımı şeklinde aktarılmamalı ve öğretim programı kazanımlarından kopuk olmamalıdır.***

Değerler, öğrencilere kazanımların içerik boyutu (konu) ile ilişkilendirilerek aktarılmalıdır. Konudan kopuk bir şekilde verilen değerlerin özümsemesi zor olacak, anlamlılığını ve kalıcılığını yitirecektir. Öğrenme öğretme sürecinde, değerler aktarılırken konu anlatımından ziyade öğrencilerin akıl yürütme, sorgulama, araştırma, yorum yapma, ilişkilendirme ve değerlendirme becerilerini kullanabileceği çalışmalara yer verilmelidir. Öğrencilerin ahlaki ikilemlerin yer aldığı metinleri, gazete haberlerini okumalarına, çıkarımda bulunabilecekleri soruları cevaplamalarına, tartışmalarına, kendi görüş ve düşüncelerini ifade etmelerine, bu ikilemlerin bireysel ve toplumsal yaşama yansımalarını değerlendirmelerine olanak sağlayan etkinliklere yer verilmelidir.

### ***Öğrencilerin kendilerini güvende hissedecekleri, destekleyici bir öğrenme ortamı oluşturulmalıdır.***

Öğrenme öğretme ortamı, öğrencilerde olumlu his ve deneyimler uyandırmalı, kendilerini anlamalarına yardımcı olmalı, sorgulamayı desteklemeli, değerleri keşfettirmeli ve değerlere ilişkin

bilgileri uygulamaya dönüştürerek anlamlı kılmalıdır. Sınıfta öğrencilerin kendilerini rahat ve güvende hissetmelerini sağlamak için toplum bilincini geliştiren, karşılıklı sevgi, saygı ve güven ortamı oluşturulmalı; ön yargılı ithamlara, kaba hitaplara ve ayrımcılığa müsaade edilmemelidir.

### ***Değerler aktarılırken bütüncül bir bakış açısı benimsenmelidir.***

Toplumsal değerlerin özümsemesi ve aktarılması sadece sınıf ortamı ile sınırlandırılmamalıdır. Değer eğitiminde kapsamlı bir yaklaşım benimsenmeli, aile, okul çalışanları ve toplumdaki insanlar eğitim sürecine dâhil edilmelidir. Değerlerin aktarılmasında tek bir yöneme ve yaklaşıma bağlı kalınmamalı, farklı yöntem ve teknikler bir arada dengeli biçimde kullanılmalıdır.



### 2.1. TEMEL FELSEFE VE GENEL AMAÇLAR

Toplum kurallarına uygun olarak hayat sürmek; kişiler arası ilişkilerde yardımsever, insan haklarına saygılı ve dürüst davranmak, insanların ruhsal ve bedensel yapı itibarıyla sağlıklı olmasına bağlıdır. Günümüzde beden eğitimi ve spor, yetişmekte olan nesillere fikren ve bedenen sağlık kazandıran bir faaliyet alanı olarak kabul edilmektedir. Beden eğitimi ve spor; eğitim programlarının bütünüleyici bir parçası olması nedeniyle öğrencilerin fiziksel aktiviteler aracılığıyla psikomotor, bilişsel, duyuşsal ve sosyal alanda gelişimine, sosyal yaşantısının içinde sporu hayat tarzı hâline getirmesine, okul dışı serbest zamanlarını kültürel ve sportif etkinliklerle değerlendirmesine katkıda bulunur.

1739 sayılı Millî Eğitim Temel Kanunu'nun 2. maddesinde ifade edilen Türk Millî Eğitiminin Genel Amaçları ile Türk Millî Eğitiminin Temel İlkeleri esas alınarak hazırlanan Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı ile öğrencinin;

1. Dünyada ve Türkiye'de sporun tarihsel gelişimi hakkında bilgi sahibi olması,
2. Fiziksel etkinliklere katılım yoluyla hareket, bilgi ve becerilerini geliştirmesi ve bu becerileri alışkanlık hâline getirmesi,
3. Türk spor tarihinde başarılı olmuş sporcuları tanınması,
4. Sportif etkinlikler yoluyla spor kültürü edinmesi, spora özgü kuralları, bilgi ve becerileri uygulayabilmesi ve bu becerileri yaşantısında olumlu olarak kullanabilmesi,
5. Engellilerin ve özel eğitime ihtiyaç duyan bireylerin bedensel, sosyal ve ruhsal olarak gelişmesinde sportif etkinliklerin rolünü ve önemini kavraması,
6. Millî bayramların ve kurtuluş günlerinin anlamını, önemini kavraması ve bu kutlamalara katılmaya gönüllü olması,
7. Atatürk'ün ve Türk düşünürlerinin beden eğitimi ve spor ile ilgili düşüncelerini özümsemesi,
8. Spor organizasyonlarına katılım yoluyla spor bilinci gelişmiş sosyal bireyler olarak yetişmesi,
9. Düzenli etkin katılım ile sağlığı güçlendirici bilgi ve becerileri hayatında ve kişisel gelişiminde kullanabilmesi,
10. Beden ve ruh sağlığını olumsuz etkileyen alışkanlık ve bağımlılıklardan uzak durması,
11. Başkalarının varlığını da kabul ederek onlara karşı her zaman dürüst, saygılı "adil oyun" davranışta bulunması ve bunu alışkanlık hâline getirmesi,
12. Spor alanında faaliyet gösteren meslek grupları hakkında bilgi sahibi olması amaçlanmaktadır.

## 2.2. ALANA ÖZGÜ BECERİLER

Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı ile öğrencilere kazandırılması hedeflenen beceriler aşağıda sunulmuştur.

- Dayanıklılık
- Çabukluk
- Esneklik
- Hareketlilik
- Koordinasyon
- Kuvvet
- Ritim

## 2.3. ÖĞRETİM PROGRAMININ UYGULANMASINDA DİKKAT EDİLECEK HUSUSLAR

1- Hareket yetkinliği öğrenme alanında yer verilen seçili sporla ilgili kazanımlardaki branşlar; atletizm, badminton, basketbol, bisiklet, bocce, boks, dama, dağcılık, dart, eskrim, futbol, futsal, güreş, halter, halk dansları, hentbol, jimnastik, judo, karate, kayak, masa tenisi, modern danslar, oryantiring, okçuluk, satranç, su doku, su sporları, tenis, trekking, voleybol, yüzme vb. olarak belirlenebilir.

2- Her sınıf düzeyinde birden fazla branş seçilmeli; öğrencilerin ilgi ve istekleri, öğrencilerin maksimum seviyede katılımının sağlanması gerekliliği de dikkate alınarak yıllık plan yapılmalıdır.

3- Yapılacak çalışmanın türü ne olursa olsun çalışmaya aktif katılacak eklem ve kas gruplarına yönelik yeterli ısınma (aktif ısınma ağırlıklı olmak üzere) yaptırılmalı, ısınma hareketleri alışkanlık hâline getirilmeli ve asla ihmal edilmemelidir. Çalışmaların sonunda mutlaka soğuma egzersizleri yapılmalıdır.

4- Okul türüne ve okul şartlarına göre zümre öğretmenleri tarafından kazanımların seçilmesinde ve işleniş sıralamasında değişiklik yapılabilir.

5- Öğrencilerin, öğretim yılı başında okul yönetimi tarafından okul hekimi veya sağlık merkezleri ile iş birliği yapılarak sağlık kontrolünden geçirilmesi önerilir.

6- Öğretmenler, İş Sağlığı ve Güvenliği Kanunu gereği okullarda kurulan İş Sağlığı ve Güvenliği Kurulları ile iş birliği yapılmalıdır.

## 2.4. KAZANIM SAYISI VE SÜRE TABLOSU

### 9. SINIF

Öğrenme Alanı	Alt Öğrenme Alanı	Kazanım Sayısı	Süre/Ders Saati	Oran (%)
HAREKET YETKİNLİĞİ	HAREKET BECERİLERİ	8	22	31
	HAREKET KAVRAMLARI, İLKELERİ VE İLGİLİ HAYAT BECERİLERİ	12	26	36
	HAREKET STRATEJİLERİ VE TAKTİKLERİ	2	4	5
AKTİF VE SAĞLIKLI HAYAT	DÜZENLİ FİZİKSEL ETKİNLİK	2	3	4
	FİZİKSEL ETKİNLİK KAVRAMLARI, İLKELERİ VE İLGİLİ HAYAT BECERİLERİ	6	7	10
	KÜLTÜREL BİRİKİMLERİMİZ VE DEĞERLERİMİZ	5	5	7
	SPOR BİLİNCİ VE ORGANİZASYONLARI	6	5	7
TOPLAM		41	72	100

### 10. SINIF

Öğrenme Alanı	Alt Öğrenme Alanı	Kazanım Sayısı	Süre/Ders Saati	Oran (%)
HAREKET YETKİNLİĞİ	HAREKET BECERİLERİ	9	20	28
	HAREKET KAVRAMLARI, İLKELERİ VE İLGİLİ HAYAT BECERİLERİ	11	25	35
	HAREKET STRATEJİLERİ VE TAKTİKLERİ	2	4	5
AKTİF VE SAĞLIKLI HAYAT	DÜZENLİ FİZİKSEL ETKİNLİK	2	3	4
	FİZİKSEL ETKİNLİK KAVRAMLARI, İLKELERİ VE İLGİLİ HAYAT BECERİLERİ	5	8	11
	KÜLTÜREL BİRİKİMLERİMİZ VE DEĞERLERİMİZ	4	6	8
	SPOR BİLİNCİ VE ORGANİZASYONLARI	6	6	9
TOPLAM		39	72	100

### 11. SINIF

Öğrenme Alanı	Alt Öğrenme Alanı	Kazanım Sayısı	Süre/Ders Saati	Oran (%)
HAREKET YETKİNLİĞİ	HAREKET BECERİLERİ	4	16	22
	HAREKET KAVRAMLARI İLKELERİ İLE İLGİLİ HAYAT BECERİLERİ	11	24	34
	HAREKET STRATEJİLERİ VE TAKTİKLERİ	2	4	5
AKTİF VE SAĞLIKLI HAYAT	DÜZENLİ FİZİKSEL ETKİNLİK	1	4	5
	FİZİKSEL ETKİNLİK KAVRAMLARI, İLKELERİ VE İLGİLİ HAYAT BECERİLERİ	6	10	14
	KÜLTÜREL BİRİKİMLERİMİZ VE DEĞERLERİMİZ	2	6	8
	SPOR BİLİNCİ VE ORGANİZASYONLARI	7	8	12
TOPLAM		33	72	100

### 12. SINIF

Öğrenme Alanı	Alt Öğrenme Alanı	Kazanım Sayısı	Süre/Ders Saati	Oran (%)
HAREKET YETKİNLİĞİ	HAREKET BECERİLERİ	4	16	23
	HAREKET KAVRAMLARI, İLKELERİ VE İLGİLİ HAYAT BECERİLERİ	11	23	32
	HAREKET STRATEJİLERİ VE TAKTİKLERİ	2	4	5
AKTİF VE SAĞLIKLI HAYAT	DÜZENLİ FİZİKSEL ETKİNLİK	2	5	7
	FİZİKSEL ETKİNLİK KAVRAMLARI, İLKELERİ VE İLGİLİ HAYAT BECERİLERİ	5	10	13
	KÜLTÜREL BİRİKİMLERİMİZ VE DEĞERLERİMİZ	2	6	9
	SPOR BİLİNCİ VE ORGANİZASYONLARI	5	8	11
TOPLAM		31	72	100

## 3.1. KAZANIMLARIN YAPISI

Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı'nda 2 öğrenme alanı ve 7 alt öğrenme alanı bulunmaktadır. Öğretim Programının yapısı şematik olarak aşağıda sunulmuştur.





## 3.2. SINIF DÜZEYLERİNE GÖRE ÖĞRENME ALANI, ALT ÖĞRENME ALANI, KONU, KAZANIM VE AÇIKLAMALARI

### 9. SINIF ÖĞRENME ALANI, ALT ÖĞRENME ALANI, KONU, KAZANIM VE AÇIKLAMALARI

#### 9.1. HAREKET YETKİNLİĞİ

##### 9.1.1. HAREKET BECERİLERİ

###### 9.1.1.1. Serbest Hareketler

9.1.1.1.1. Sporda ısınma ve soğuma egzersizlerinin önemini açıklar.

*Isınmanın sakatlanmaları önleyici özelliğine ve performansa olan olumlu etkilerine vurgu yapılır. Soğumanın egzersiz sonrası toparlanmadaki etkisi vurgulanır.*

9.1.1.1.2. Sıralanma ve dizilişleri açıklar.

*Sıralanma ve dizilişlerin dersin başında, işlenişinde, sonunda ve törenlerde kullanılması hakkında yönlendirme yapılır.*

9.1.1.1.3. Temel jimnastik duruşlarını açıklar.

*Bilgi ve iletişim teknolojilerinden yararlanılarak temel jimnastik duruşları ile ilgili araştırma yapılması sağlanır.*

9.1.1.1.4. Serbest hareketleri bireysel olarak uygular.

*Öğrencilerin değişik şekillerde yürüme, koşma, sıçrama alıştırmalarını bireysel olarak uygulamaları sağlanır.*

###### 9.1.1.2. Ritmik Hareketler

9.1.1.2.1. Ritmin önemini ifade eder.

*Öğrencilerde dersin içinde yapılan hareketlerin belli bir ritmi olduğu konusunda farkındalık oluşturulur.*

9.1.1.2.2. Görsel-işitsel uyarımlarla hareketleri uygular.

*Görsel-işitsel uyarımlarla (zil, düdük, ses vb.) harekete geçme çalışmaları yapılır.*

9.1.1.2.3. Zamana, dirence ve mesafeye karşı farklı ritim çalışmalarını uygular.

*Görsel-işitsel uyarımlarla (zil, düdük, ses vb.) harekete geçme çalışmaları yapılır.*

###### 9.1.1.3. Oyun ve Drama

9.1.1.3.1. Oyun ve drama yoluyla kendini ifade etmenin önemini açıklar.

*Öğrenciler, kişisel özelliklerinin ortaya çıkartılacağı doğaçlama oyunlara yönlendirilir.*

## 9.1.2. HAREKET KAVRAMLARI, İLKELERİ VE İLGİLİ HAYAT BECERİLERİ

### 9.1.2.1. Bireysel Mücadele, Alan Mücadelesi, File-Raket, Doğa, Zekâ Sporları ve Halk Dansları

9.1.2.1.1. Seçili spor dalına özgü ısınma hareketlerini uygular.

*9.1.1.1.1. Kazanımı ile ilişkilendirilir.*

9.1.2.1.2. Seçili spor dalına özgü kuralları açıklar.

*Bilgi ve iletişim teknolojilerinden yararlanılarak seçili spor dalı ile ilgili araştırma yapılması sağlanır.*

9.1.2.1.3. Seçili spor dalına özgü kuralları uygular.

9.1.2.1.4. Seçili spor dalına özgü hareketleri açıklar.

9.1.2.1.5. Seçili spor dalına özgü temel hareketleri uygular.

9.1.2.1.6. Seçili spor dalına özgü birleşik hareketleri uygular.

9.1.2.1.7. Seçili spor dalına özgü etkinliklerde kendisi ve çevresi ile ilgili güvenlik önlemlerini alır.

*Seçili spor dalına özgü etkinliklerde, öğrencilere iş sağlığı ve güvenliği konusunda bilgiler verilir ve güvenlik önlemleri almaları konusunda rehberlik edilir.*

9.1.2.1.8. Seçili spor etkinliklerinde kontrollü davranış ve adil oyun ilkelerini açıklar.

9.1.2.1.9. Seçili spor dalına özgü hareket kalıplarını ritim-müzik eşliğinde uygular.

*a. İnsan hayatının rutin hareketlerinin (yürüme, oturma, kalkma, dönme, sıçrama vb.) abartılarak dans hâline getirilmesi istenir.*

*b. Spor etkinliği esnasında yapılan hareketlerin (koşma, atlama, alet kullanma vb.) abartılarak serbest figürler üretilmesi istenir.*

9.1.2.1.10. Seçili spor etkinliklerinde rekabet ve iş birliği içerisinde hareket eder.

9.1.2.1.11. Seçili spor etkinliklerinde kendine güven duygusunun önemini açıklar.

9.1.2.1.12. Seçili spor etkinliklerinde araçları amacına uygun ve doğru kullanır.

*Öğrencilere derslerde kullanılacak malzemelerin bakımı, taşınması, korunması konusunda sorumluluklar verilir.*

## 9.1.3. HAREKET STRATEJİLERİ VE TAKTİKLERİ

### 9.1.3.1 Spor Dallarına Özgü Strateji ve Taktik

9.1.3.1.1. Seçili spor dalına özgü savunma hareketlerini uygular.

9.1.3.1.2. Seçili spor dalına özgü hücum hareketlerini uygular.

## 9.2. AKTİF VE SAĞLIKLI HAYAT

### 9.2.1. DÜZENLİ FİZİKSEL ETKİNLİK

#### 9.2.1.1. Hayat Boyu Egzersiz

9.2.1.1.1. Sağlıklı hayatın önemini açıklar.

*Düzenli fiziksel etkinlikler yapmanın hayat kalitesine olumlu etkileri hakkında araştırma yapılması ve bu araştırmaların paylaşılması istenir.*

9.2.1.1.2. Fiziksel uygunluğu geliştirmek için düzenli fiziksel etkinlikler yapmanın önemini açıklar.

### 9.2.2. FİZİKSEL ETKİNLİK KAVRAMLARI, İLKELERİ VE İLGİLİ HAYAT BECERİLERİ

#### 9.2.2.1. Serbest Zaman Etkinlikleri

9.2.2.1.1. Serbest zaman kavramını açıklar.

*Öğrencilerden serbest zaman etkinliklerinin kişisel faydaları hakkında araştırma yapmaları istenir.*

#### 9.2.2.2. Fiziksel Gelişim Gözlemi

9.2.2.2.1. Fiziksel gelişimi hakkında bilgi almanın gerekliliğini açıklar.

#### 9.2.2.3. Temel Sağlık Bilgisi

9.2.2.3.1. Sağlıklı beslenme ile fiziksel etkinlik arasındaki ilişkiyi açıklar.

*Bilgi ve iletişim teknolojilerinden yararlanılarak obezite, sağlıklı beslenme ve fiziksel etkinlikler ile ilgili araştırma yapılması sağlanır.*

9.2.2.3.2. Temel ilk yardım uygulamalarını açıklar.

*Koruma, kurtarma, bildirme kavramları üzerinde durulur.*

9.2.2.3.3. Kişisel bakımın ve temizliğin önemini açıklar.

9.2.2.3.4. Spor yaparken uygun giyinmenin sağlık açısından önemini açıklar.

### 9.2.3. KÜLTÜREL BİRİKİMLERİMİZ VE DEĞERLERİMİZ

#### 9.2.3.1. Atatürk ve Spor

9.2.3.1.1. Atatürk'ün sözlerinden hareketle Atatürk'ün spora ve sporcuya verdiği önemi açıklar.

#### 9.2.3.2. Tören ve Kutlamalar

9.2.3.2.1. Tören ve kutlamalarda yapılan okul içi ve okul dışı etkinliklerin önemini açıklar.

9.2.3.2.2. Tören ve kutlamalarda verilen komutları uygular.

#### 9.2.3.3. Türk Spor Tarihi ve Örnek Sporcularımız

9.2.3.3.1. Türk tarihinde yapılan spor türlerini açıklar.

*"Tepük, gürz, kılıç-kalkan, avcılık, gökbörü, beyge, cirit, güreş, okçuluk, cündilik" gibi spor türleri üzerinde durulur.*

9.2.3.3.2. Türk spor tarihine katkıda bulunmuş şahsiyetleri tanır.

*Türk spor tarihine katkıda bulunmuş spor adamları tanıtılır. Spor dallarında başarılı olabilmek için çalışkanlığın, azmin ve kararlılığın gerekliliği vurgulanır.*

### 9.2.4 SPOR BİLİNCİ VE ORGANİZASYONLARI

#### 9.2.4.1. Türkiye’de ve Dünyada Spor

9.2.4.1.1. Sporun tarihsel gelişimini açıklar.

*Sporun dünyadaki gelişimi hakkında bilişim teknolojileri kullanılarak araştırma yapılması sağlanır.*

9.2.4.1.2. Güncel spor olaylarını takip eder.

#### 9.2.4.2. Spor Ahlakı

9.2.4.2.1. Sporda erdemlilik kavramını açıklar.

9.2.4.2.2. Spor ve ahlak arasındaki ilişkiyi açıklar.

#### 9.2.4.3. Ulusal ve Uluslararası Spor Organizasyonları

9.2.4.3.1. Spor organizasyonunun amacını açıklar.

*Spor organizasyonları hakkında bilişim teknolojileri kullanılarak araştırma yapılması sağlanır.*

9.2.4.3.2. Olimpiyat oyunlarının tarihsel gelişimini açıklar.

*Olimpiyat oyunlarının tarihçesi hakkında bilişim teknolojileri kullanılarak araştırma yapılması sağlanır.*



## 10. SINIF ÖĞRENME ALANI, ALT ÖĞRENME ALANI, KONU, KAZANIM VE AÇIKLAMALARI

### 10.1. HAREKET YETKİNLİĞİ

#### 10.1.1. HAREKET BECERİLERİ

##### 10.1.1.1. Serbest Hareketler

10.1.1.1.1. Sporda ısınma ve soğuma egzersizlerinin temel ilkelerini uygular.

*Uyarılar ile ısınmanın belli bir sıra takip etmesi, kolaydan zora olması ve yapılan etkinlikler sonrası aktif soğuma egzersizlerinin yapılması sağlanır.*

10.1.1.1.2. Sıralanma ve dizilişlerle ilgili komutları uygular.

10.1.1.1.3. Temel jimnastik duruşlarını uygular.

10.1.1.1.4. Serbest hareketleri eşli olarak uygular.

*Öğrencilerin değişik şekillerde yürüme, koşma, sıçrama alıştırmalarını eşli olarak uygulamaları sağlanır.*

##### 10.1.1.2. Ritmik Hareketler

10.1.1.2.1. Ritimle hareketleri yapar.

*Yürüme, koşma, sıçrama hareketlerini belli bir ritimle yapmaları istenir.*

10.1.1.2.2. Fiziksel etkinlikleri ritmik bir şekilde uygular.

*Sportif becerilerde kullanılan, ritimlerle ilişkili hareketlere benzer olanların bulunması ve gösterilmesi sağlanır (kayma adımı vb.).*

10.1.1.2.3. Zamana, dirence ve mesafeye karşı bireysel hareketleri uygular.

*Koordinasyon parkurunda motorik özelliklerin geliştirilmesi sağlanır.*

##### 10.1.1.3. Oyun ve Drama

10.1.1.3.1. Oyun ve drama yoluyla kendini ifade eder.

*Öğrencilerden kendilerini etkileyen herhangi bir güncel olayı, müzik eşliğinde sadece vücut hareketlerini kullanarak kısa süreli drama örnekleri ile anlatmaya çalışmaları istenir.*

10.1.1.3.2. Oyun yoluyla stratejiler geliştirmenin önemini açıklar.

*Oyuna başlamadan önce gruplara kendi stratejilerini belirlemeleri için zaman verilir.*

#### 10.1.2. HAREKET KAVRAMLARI, İLKELERİ VE İLGİLİ HAYAT BECERİLERİ

##### 10.1.2.1. Bireysel Mücadele, Alan mücadelesi, File-Raket, Doğa, Zekâ Sporları ve Halk Dansları

10.1.2.1.1. Seçili spor dalına özgü ısınma hareketlerini uygular.

10.1.2.1.2. Seçili spor dalına özgü kuralları açıklar.

*Bilgi ve iletişim teknolojilerinden yararlanılarak seçili spor dalı ile ilgili araştırma yapılması sağlanır.*

10.1.2.1.3. Seçili spor dalına özgü kuralları uygular.

10.1.2.1.4. Seçili spor dalına özgü hareketleri açıklar.

10.1.2.1.5. Seçili spor dalına özgü temel hareketleri uygular.

10.1.2.1.6. Seçili spor dalına özgü birleşik hareketleri uygular.

10.1.2.1.7. Seçili spor dalına özgü etkinliklerde kendisi ve çevresi ile ilgili güvenlik önlemleri alır.

*Seçili spor dalına özgü etkinliklerde, öğrencilere iş sağlığı ve güvenliği konusunda bilgiler verilir ve güvenlik önlemleri almaları konusunda rehberlik edilir.*

10.1.2.1.8. Seçili spor etkinliklerinde dürüstlük ve adil olma ilkelerini açıklar.

10.1.2.1.9. Seçili spor dalına özgü hareket kalıplarını kullanarak farklı kompozisyonlar oluşturur.

10.1.2.1.10. Seçili spor etkinliklerinde arkadaşlık ve dostluk ilkelerine uygun hareket eder.

*Bireysel farklılıklara karşı saygılı ve anlayışlı davranmanın gerekliliği vurgulanır.*

10.1.2.1.11. Seçili spor etkinliklerinde araçları amacına uygun ve doğru kullanır.

*Derslerde kullanılacak malzemelerin bakımı, taşınması ve korunması hususunda öğrencilerin bilinçli hareket etmelerinin önemine vurgu yapılır.*

### 10.1.3. HAREKET STRATEJİLERİ VE TAKTİKLERİ

#### 10.1.3.1. Spor Dallarına Özgü Strateji ve Taktik

10.1.3.1.1. Seçili spor dalına özgü savunma hareketlerini uygular.

10.1.3.1.2. Seçili spor dalına özgü hücum hareketlerini uygular.

## 10.2. AKTİF VE SAĞLIKLI HAYAT

### 10.2.1. DÜZENLİ FİZİKSEL ETKİNLİK

#### 10.2.1.1. Hayat Boyu Egzersiz

10.2.1.1.1. Sağlıklı hayat için düzenli fiziksel etkinlikler yapar.

10.2.1.1.2. Hayat boyu spor için çevresindeki fırsatları kullanır.

### 10.2.2. FİZİKSEL ETKİNLİK KAVRAMLARI, İLKELERİ VE İLGİLİ HAYAT BECERİLERİ

#### 10.2.2.1. Serbest Zaman Etkinlikleri

10.2.2.1.1. Serbest zaman ve spor ilişkisini açıklar.

*Serbest zamanlarını spor yaparak değerlendirmenin pozitif yönleri üzerinde durulur.*

#### 10.2.2.2. Fiziksel Gelişim Gözlemi

10.2.2.2.1. Fiziksel gelişimi hakkında bilgi almak için periyodik olarak testlere katılmanın önemini açıklar.

#### 10.2.2.3. Temel Sağlık Bilgisi

10.2.2.3.1. Sağlıklı beslenme ile ilgili bilgilerin doğru bilgi kaynaklarından alınmasının önemini açıklar.

10.2.2.3.2. Spor sakatlanmalarını önlemeye ilişkin ilkeleri uygular.

*10.1.2.1.7. Kazanımı ile ilişkilendirilir.*

10.2.2.3.3. Kişisel bakımını ve temizliğini yapar.

### 10.2.3. KÜLTÜREL BİRİKİMLERİMİZ VE DEĞERLERİMİZ

#### 10.2.3.1. Atatürk ve Spor

10.2.3.1.1. Atatürk'ün sporla ilgili sözlerinden oluşan poster hazırlar.

#### 10.2.3.2. Tören ve Kutlamalar

10.2.3.2.1. Tören ve kutlamalarda yapılan okul içi ve okul dışı etkinlik ve törenlerde görev alır.

#### 10.2.3.3. Türk Spor Tarihi ve Örnek Sporcularımız

10.2.3.3.1. Tarihte kurulan Türk devletlerinde spora verilen önemi açıklar.

*Bilgi ve iletişim teknolojilerinden yararlanılarak tarihte kurulan Türk devletlerinde spora verilen önem ile ilgili araştırma yapılması sağlanır.*

10.2.3.3.2. Olimpiyatlarda başarı elde etmiş Türk sporcularını tanır.

*Bilgi ve iletişim teknolojilerinden yararlanılarak olimpiyatlarda başarı elde etmiş Türk sporcuları ile ilgili araştırma yapılması sağlanır.*

### 10.2.4. SPOR BİLİNCİ VE ORGANİZASYONLARI

#### 10.2.4.1. Türkiye'de ve Dünyada Spor

10.2.4.1.1. Ulusal sporun tarihsel gelişimini açıklar.

*Bilgi ve iletişim teknolojilerinden yararlanılarak devletin ve özel sektörün ulusal sporumuzun geliştirilmesi için hangi çalışmaları yaptığı ile ilgili araştırma yapılması istenir.*

10.2.4.1.2. Spor alanında faaliyet gösteren meslek gruplarını tanır.

*Beden eğitimi ve spor öğretmenliği, antrenörlük, spor yöneticiliği gibi meslekler hakkında araştırma yapılması sağlanır.*

#### 10.2.4.2. Spor Ahlakı

10.2.4.2.1. Sporda adil oyun kavramını açıklar.

10.2.4.2.2. Sporda ahlaklı olmanın gerekliliğini açıklar.

#### 10.2.4.3. Ulusal ve Uluslararası Spor Organizasyonları

10.2.4.3.1. Yurt içi spor organizasyonlarının amaçlarını açıklar.

10.2.4.3.2. Spor organizasyonlarına katılmanın önemini açıklar.

*Öğrenciler okullarda ve ilde yapılacak organizasyonlara katılmaları konusunda teşvik edilir.*

## 11. SINIF ÖĞRENME ALANI, ALT ÖĞRENME ALANI, KONU, KAZANIM VE AÇIKLAMALARI

### 11.1. HAREKET YETKİNLİĞİ

#### 11.1.1. HAREKET BECERİLERİ

##### 11.1.1.1. Serbest Hareketler

11.1.1.1.1. Serbest hareketleri grup hâlinde uygular.

*Grupları oluştururken güç dengesine dikkat edilmelidir.*

##### 11.1.1.2. Ritmik Hareketler

11.1.1.2.1. Fiziksel etkinlikleri koordineli bir şekilde yapar.

*Öğrencilerin koordinasyon parkurunda çalışmaları sağlanır.*

11.1.1.2.2. Verilen ritme uygun hareketi kompozisyon içerisinde yapar.

*Basit bir ritim eşliğinde dört veya sekiz sayılı hareketlerin tüm sınıfla uygulanması sağlanarak bir sonraki aşamada kendi ritim, hareket ve kompozisyonlarını yapmaları istenir.*

##### 11.1.1.3. Oyun ve Drama

11.1.1.3.1. Oyun yoluyla stratejiler geliştirerek uygular.

*Öğrencilerin oyun içinde gelişen problemleri çözerek yeni stratejileri kurallara bağlı olarak uygulamasına dikkat edilmelidir.*

#### 11.1.2. HAREKET KAVRAMLARI, İLKELERİ VE İLGİLİ HAYAT BECERİLERİ

##### 11.1.2.1. Bireysel Mücadele, Alan Mücadelesi, File-Raket, Doğa, Zekâ Sporları ve Halk Dansları

11.1.2.1.1. Seçili spor dalına özgü ısınma hareketlerini uygular.

11.1.2.1.2. Seçili spor dalına özgü kuralları açıklar.

*Bilgi ve iletişim teknolojilerinden yararlanılarak seçili spor dalı ile ilgili araştırma yapılması sağlanır.*

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.

11.1.2.1.6. 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.

*Seçili spor dalına özgü etkinliklerde, öğrencilere iş sağlığı ve güvenliği konusunda bilgiler verilir ve güvenlik önlemleri almaları konusunda rehberlik edilir.*

11.1.2.1.8. Seçili spor etkinliklerinde takım ruhu ilkelerini uygular.



11.1.2.1.9. Seçili spor dalına özgü yöresel müzikleri, geleneksel oyunları ve halk danslarını tanır.

*Ülkemizin kültür zenginliği ve bu zenginliğe sahip çıkmanın gerekliliği vurgulanır.*

11.1.2.1.10. Seçili spor etkinliklerinde empati kurarak hareket eder.

11.1.2.1.11. Seçili spor etkinliklerinde araçları amacına uygun ve doğru kullanır.

*Derslerde kullanılacak malzemelerin bakımı, taşınması, korunması hususunda öğrencilerin bilinçli hareket etmelerinin önemi vurgulanır.*

### 11.1.3. HAREKET STRATEJİLERİ VE TAKTİKLERİ

#### 11.1.3.1. Spor Dallarına Özgü Strateji ve Taktik

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. AKTİF VE SAĞLIKLI HAYAT

### 11.2.1. DÜZENLİ FİZİKSEL ETKİNLİK

#### 11.2.1.1. Hayat Boyu Egzersiz

11.2.1.1.1. Fiziksel uygunluğu geliştirmek için düzenli fiziksel etkinlikler yapar.

### 11.2.2. FİZİKSEL ETKİNLİK KAVRAMLARI, İLKELERİ VE İLGİLİ HAYAT BECERİLERİ

#### 11.2.2.1. Serbest Zaman Etkinlikleri

11.2.2.1.1. Serbest zaman etkinliklerinin birey açısından yararlarını açıklar.

*Serbest zamanları spor yaparak değerlendirmenin birey açısından pozitif yönleri üzerinde durulur.*

11.2.2.1.2. Serbest zaman etkinliklerinin sosyal hayata etkisini açıklar.

#### 11.2.2.2. Fiziksel Gelişim Gözlemi

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.

#### 11.2.2.3. Temel Sağlık Bilgisi

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.

### 11.2.3. KÜLTÜREL BİRİKİMLERİMİZ VE DEĞERLERİMİZ

#### 11.2.3.1. Atatürk ve Spor

11.2.3.1.1. Atatürk'ün ilgilendiği spor dallarını tanıtan sunu hazırlar.

*Atatürk'ün güreş, yüzme, futbol ve diğer spor dallarına olan ilgisi üzerinde durulur.*

#### 11.2.3.2. Tören ve Kutlamalar

11.2.3.2.1. Belirli gün ve haftalarla ilgili düzenlenen etkinlik ve törenlere katılır.

## 11.2.4. SPOR BİLİNCİ VE ORGANİZASYONLARI

### 11.2.4.1. Türkiye’de ve Dünyada Spor

11.2.4.1.1. Sporun toplum üzerindeki etkisini açıklar.

*Öğrencilerin tarih boyunca insanların neden spor yaptığını, sporu hangi amaçla kullandığı konularında araştırma yapmaları sağlanır.*

### 11.2.4.2. Spor Ahlakı

11.2.4.2.1. Dopingın sporcular üzerindeki olumsuz etkilerini açıklar.

*Uyarıcı etkisi olan maddelerin aşırı kullanılmasının insan vücuduna olan zararları hakkında bilgi verilir.*

11.2.4.2.2. Sporda dürüst olmanın gerekliliğini açıklar.

### 11.2.4.3. Ulusal ve Uluslararası Spor 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.

*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.*

### 11.2.2.4. Sporda Centilmenlik

11.2.2.4.1. Centilmenlik kavramını açıklar.

11.2.2.4.2. Sporda centilmenliğin gerekliliğini ifade eder.

*Sporda şiddet ve saldırganlığı önlemek için alınabilecek tedbirler, sporseverlerin sergilemeleri gereken tutum ve davranışlar hakkında görüş alışverişinde bulunulması sağlanır.*

## 12. SINIF ÖĞRENME ALANI, ALT ÖĞRENME ALANI, KONU, KAZANIM VE AÇIKLAMALARI

### 12.1. HAREKET YETKİNLİĞİ

#### 12.1.1. HAREKET BECERİLERİ

##### 12.1.1.1. Serbest Hareketler

12.1.1.1.1. Serbest hareketleri aletle uygular.

*Aletlerle çalışılırken gerekli güvenlik önlemlerinin alınması sağlanmalıdır.*

##### 12.1.1.2. Ritmik Hareketler

12.1.1.2.1. Fiziksel etkinlikler yaparak koordinasyonunu geliştirir.

*Temel dans ve step hareketlerini kullanarak el-ayak ve vücut koordinasyonunun gelişmesi sağlanır.*

##### 12.1.1.3. Oyun ve Drama

12.1.1.3.1. Eğitsel oyunlar planlar.

*Eğitsel oyunun seçilmesi ve planlanmasına öğrencilerle birlikte karar verilir.*

12.1.1.3.2. Planladığı eğitsel oyunu uygular.

*Eğitsel oyunu yönetme aşamasında sadece rehberlik yapılmalıdır.*

#### 12.1.2. HAREKET KAVRAMLARI, İLKELERİ VE İLGİLİ HAYAT BECERİLERİ

##### 12.1.2.1. Bireysel Mücadele, Alan Mücadelesi, File-Raket, Doğa, Zekâ Sporları ve Halk Dansları

12.1.2.1.1. Seçili spor dalına özgü ısınma hareketlerini uygular.

12.1.2.1.2. Seçili spor dalına özgü kuralları açıklar.

*Bilgi ve iletişim teknolojilerinden yararlanılarak seçili spor dalı ile ilgili araştırma yapılması sağlanır.*

12.1.2.1.3. Seçili spor dalına özgü kuralları uygular.

12.1.2.1.4. Seçili spor dalına özgü hareketleri açıklar.

12.1.2.1.5. Seçili spor dalına özgü temel hareketleri uygular.

12.1.2.1.6. Seçili spor dalına özgü birleşik hareketleri uygular.

12.1.2.1.7. Seçili spor dalına özgü etkinliklerde kendisi ve çevresi ile ilgili güvenlik önlemlerini alır.

*Seçili spor dalına özgü etkinliklerde, öğrencilere iş sağlığı ve güvenliği konusunda bilgiler verilir ve güvenlik önlemleri almaları konusunda rehberlik edilir.*

12.1.2.1.8. Seçili spor etkinliklerini sorumluluk alarak uygular.

*Seçili spor etkinliklerinde, seçilecek branşa özgü hareketler uygulanırken öğrencilere görev verilerek öğrencilerin sorumluluk alması sağlanır.*

12.1.2.1.9. Seçili spor dalına özgü müzikleri, geleneksel oyunları ve halk danslarını tanır.

*Öğrencilere değişik yörelere ait oyunlar oynatılarak farklı kültürler hakkında bilgi sahibi olmaları sağlanır.*

12.1.2.1.10. Seçili spor etkinliklerini yardımlaşarak uygular.

12.1.2.1.11. Seçili spor etkinliklerinde araçları amacına uygun ve doğru kullanır.

*Derslerde kullanılacak malzemelerin bakımı, taşınması, korunması hususunda öğrencilerin bilinçli hareket etmelerinin önemine vurgu yapılır.*

### 12.1.3.HAREKET STRATEJİLERİ VE TAKTİKLERİ

#### 12.1.3.1.Spor Dallarına Özgü Strateji ve Taktik

12.1.3.1.1. Seçili spor dalına özgü savunma hareketlerini uygular.

12.1.3.1.2. Seçili spor dalına özgü hücum hareketlerini uygular.

## 12.2. AKTİF VE SAĞLIKLI HAYAT

### 12.2.1. DÜZENLİ FİZİKSEL ETKİNLİK

#### 12.2.1.1. Hayat Boyu Egzersiz

12.2.1.1.1. Bilinçsiz spor yapmanın sağlık açısından zararlarını açıklar.

*Sürantrenman kavramı açıklanarak insan vücuduna etkisi hakkında bilgi verilir.*

12.2.1.1.2. Hareketsiz hayatın vücut sağlığı açısından zararlarını açıklar.

*Teknolojik aletleri kullanırken vücudun doğal duruşunda olmamasının ve hareketsiz kalmanın zararları üzerinde durulur.*

### 12.2.2. FİZİKSEL ETKİNLİK KAVRAMLARI, İLKELERİ VE İLGİLİ HAYAT BECERİLERİ

#### 12.2.2.1. Serbest Zaman Etkinlikleri

12.2.2.1.1. Kendisi için uygun olan serbest zaman etkinliklerine katılır.

#### 12.2.2.2. Fiziksel Gelişim Gözlemi

12.2.2.2.1. Fiziksel gelişimi hakkında bilgi almak için periyodik olarak testlere katılır.

12.2.2.2.2. Kendisine uygun fiziksel gelişim hedeflerini uygular.

#### 12.2.2.3. Temel Sağlık Bilgisi

12.2.2.3.1. Madde bağımlılığı ve zararlı alışkanlıkların sporcular üzerindeki olumsuz etkilerini açıklar.

12.2.2.3.2. Katıldığı sportif etkinliklerde uygun malzemeleri kullanır.

### 12.2.3. KÜLTÜREL BİRİKİMLERİMİZ VE DEĞERLERİMİZ

#### 12.2.3.1. Atatürk ve Spor

12.2.3.1.1. Cumhuriyet Dönemi'nde Atatürk'ün sporla ilgili aldığı kararları ve spor politikalarını açıklar.



**12.2.3.2. Tören ve Kutlamalar**

12.2.3.2.1. Tören ve kutlamalarda yapılan okul içi ve okul dışı etkinliklerde sorumluluk alır.

**12.2.4. SPOR BİLİNCİ VE ORGANİZASYONLARI****12.2.4.1. Türkiye’de ve Dünyada Spor**

12.2.4.1.1. Dünyadaki spor politikalarının ülkemizdeki spor politikasına etkisini açıklar.

*Bilgi ve iletişim teknolojilerinden yararlanılarak dünyadaki spor politikalarının ülkemizdeki spor politikasına etkisi hakkında araştırma yapılması sağlanır.*

**12.2.4.2.Spor Ahlakı**

12.2.4.2.1. Spor kültürü edinilmesi açısından sporda “adil oyunun” önemini açıklar.

**12.2.4.3. Ulusal ve Uluslararası Spor Organizasyonları**

12.2.4.3.1. Olimpiyat oyunları ve spor organizasyonlarının toplumlar arası etkileşimdeki rolünü değerlendirir.

**12.2.4.4.Engelliler ve Spor**

12.2.4.4.1. Engelli kavramını açıklar.

*Engellilere karşı sabırlı ve saygılı olmanın önemi vurgulanır.*

12.2.4.4.2. Engelli sporu kavramını açıklar.

*Paralimpik oyunlar hakkında araştırma yapılması sağlanır.*

