



TED ANKARA KOLEJİ VAKFI ÖZEL OKULLARI



Oyun ve Fiziki Etkinlikler Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı Okul Öncesi ve 1-12. Sınıflar



OCAK 2015

PROGRAM GELİŞTİRME KOMİSYONU

AKADEMİK DANIŞMAN

Doç. Dr. M. Levent İNCE

Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Öğretim Üyesi

KOMİSYON BAŞKANI

Osman ÇARKÇI

Lise Kısmı Beden Eğitimi Zümre Başkanı

KOMİSYON ÜYELERİ

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİ

İsmail Kuru

İlkokul ve Ortaokul Beden Eğitimi
Zümre Başkanı

İlknur TOPÇU

Beden Eğitimi Öğretmeni

Pelin ÖRENCİK

Beden Eğitimi Öğretmeni

Tuğba ÖZTÜRK

Beden Eğitimi Öğretmeni

Vahit DURAN

Beden Eğitimi Öğretmeni

Ali ŞAHİN

Beden Eğitimi Öğretmeni

F. Zeynep KARACAÖREN

Beden Eğitimi Öğretmeni

Hakan MİDİLLİ

Beden Eğitimi Öğretmeni

Aynur SARIASLAN

Beden Eğitimi Öğretmeni

M. Murat ÖRER

Beden Eğitimi Öğretmeni

Yasin AKINCI

Beden Eğitimi Öğretmeni

Emrah BENLİ

Beden Eğitimi Öğretmeni

Elif MENGÜÇ

Beden Eğitimi Öğretmeni

PROGRAM GELİŞTİRME – ÖLÇME DEĞERLENDİRME BİRİMİ

Ece ÖZDEMİR

Program Geliştirme Uzmanı

Dr. Selda GÜLTEKİN

Ölçme Değerlendirme Uzmanı

DİL DENETİMİ

Ahmet AKARACI

Türk Dili ve Edebiyatı Öğretmeni

KAPAK TASARIM

M. Burak TAŞTI

Eğitim Teknoloğu

İçindekiler

1. OYUN VE FİZİKİ ETKİNLİKLER – BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİ ÖĞRETİM PROGRAMI’NIN GENEL AMAÇLARI.....	1
2. PROGRAM GELİŞTİRME MODELİ	1
3. ÖĞRETİM PROGRAMININ YAPISI.....	2
3.1. Öğrenme Alanları.....	3
3.2. Öğrenme Çıktıları.....	7
4. TED ANKARA KOLEJİ OYUN VE FİZİKİ ETKİNLİKLER – BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİ ÖĞRETİM PROGRAMI KAZANIMLARI	15
5. ÖĞRETİM PROGRAMININ ÖĞRENME ÖĞRETME YAKLAŞIMI - DAYANDIĞI İLKELER VE UYGULAMALAR.....	31
5.1. Bütüncül Gelişim, Beden ve Zihin Uyumu	31
5.2. Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor Dersi İle Yaşam Bağlantısı	32
5.3. Beden Eğitimi, Spor ve Eğitim Teknolojisi Kullanımı	33
5.4. Öğrenci İhtiyacının Belirlenmesi	34
5.5. Öğrenci İhtiyaçlarına Uygun Öğrenme Fırsatları Sunma	35
5.6. Öğrenen Merkezli Öğretim	35
5.7. Diğer Derslerle İlişkilendirme	36
5.8. Okul Fiziksel Etkinlik ve Spor Alanlarının Etkili Kullanımı	36
5.9. Okul - Aile İşbirliği	39
5.10. Kurumsal Paydaşlarla İşbirliği.....	39
6. PROGRAMIN ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME YAKLAŞIMI	41

1. OYUN VE FİZİKİ ETKİNLİKLER – BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİ ÖĞRETİM PROGRAMI’NIN GENEL AMAÇLARI

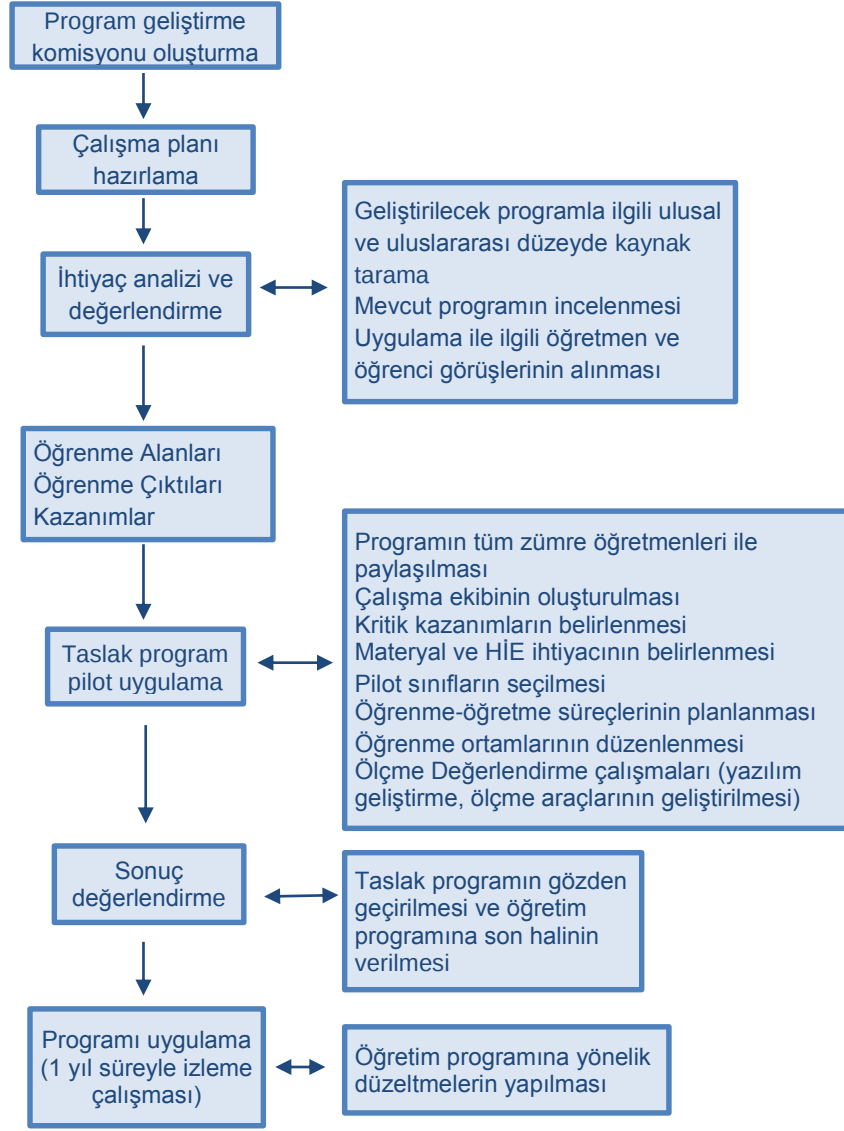
Öğretim Programı, 1739 sayılı Millî Eğitim Temel Kanunu’nun 2. maddesinde ifade edilen Türk Millî Eğitiminin Genel Amaçları ile Türk Millî Eğitiminin Temel İlkeleri esas alınarak hazırlanmıştır.

TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programının genel amacı; Milli Eğitim Bakanlığı Okul Öncesi Eğitim Programı, Milli Eğitim Bakanlığı İlkokul “Oyun ve Fiziki Etkinlikler”, Ortaokul “Beden Eğitimi ve Spor”, Lise “Beden Eğitimi” Dersleri öğretim programları hedefleri doğrultusunda okul öncesinden 12. sınıfa kadar öğrencilerin beden eğitimi ve spor yolu ile yaşamları boyunca genel sağlıklarını (fiziksel, sosyal, zihinsel, duygusal vb.) destekleyecek fiziksel etkinlikler ve sporla ilgili bilgi, beceri ve düzenli katılım alışkanlığı geliştirmelerini sağlamaktır.

2. PROGRAM GELİŞTİRME MODELİ

TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı geliştirilirken Taba-Tyler ve Demirel’in program geliştirme modellerindeki aşamalardan yararlanılmıştır.

Bu modellerden yararlanılarak hazırlanan TED Ankara Koleji “Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor” Dersi Öğretim Programı geliştirme aşamaları Şekil 1’de verilmiştir.



Şekil 1. TED Ankara Koleji “Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor” Dersi Öğretim Programı Geliştirme Süreci

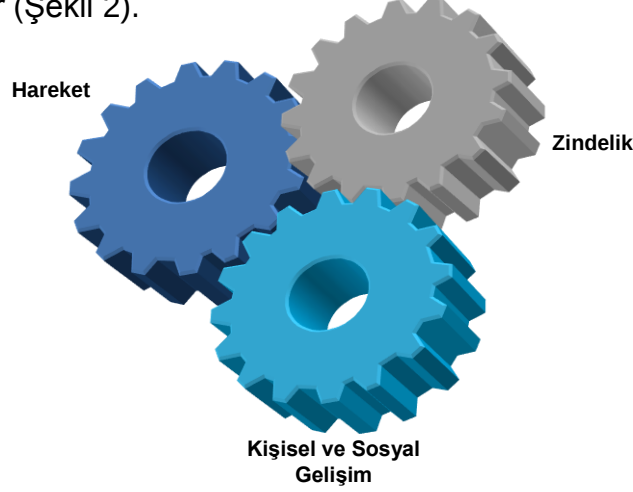
3. ÖĞRETİM PROGRAMININ YAPISI

TED Ankara Koleji “Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor” dersi öğretim programı, okul öncesinden başlayarak 12. sınıfı da kapsayacak biçimde okul öncesi ve ilkokulda "Oyun ve Fiziki Etkinlikler", ortaokulda "Beden Eğitimi ve Spor" ve lisede “Beden Eğitimi” dersi kapsamında uygulanacaktır.

Dersin genel amaçları doğrultusunda öğretim programı temel yaşam becerilerini destekleyen üç temel öğrenme alanı, dokuz öğrenme çıktısı üzerine kurulmuştur.

3.1. Öğrenme Alanları

TED Ankara Koleji “Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor” dersi öğretim programında üç temel öğrenme alanı ve bu öğrenme alanlarına ilişkin kazanımlar belirlenmiştir. Bu öğrenme alanları: 1- Hareket 2- Zindelik 3- Kişisel ve Sosyal Gelişim alanlarıdır (Şekil 2).



Şekil 2. TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı Öğrenme Alanları

Öğrenme alanlarına ilişkin kazanımların sınıf düzeylerine göre dağılımları, okulun fiziki koşulları göz önünde bulundurularak planlanan haftalık ders saatleri ise aşağıdaki şekildedir.

Tablo 1. TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler – Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı Öğrenme Alanları ve Sınıf Düzeylerine Göre Kazanım Dağılımları

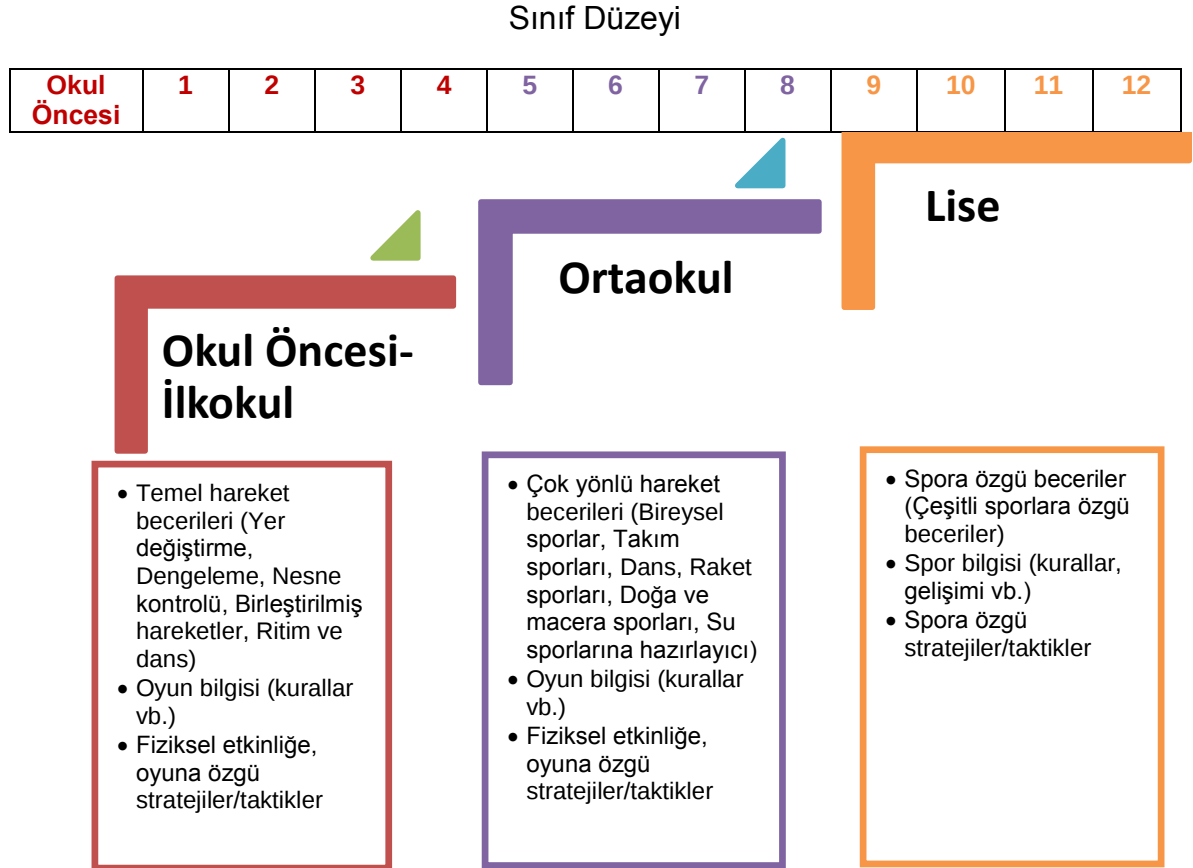
Sınıf Düzeyi	ÖĞRENME ALANLARI			Toplam
	Hareket	Zindelik	Kişisel ve Sosyal Gelişim	
Okul öncesi	8	4	7	19
1	11	4	6	21
2	10	4	6	20
3	10	4	6	20
4	10	4	7	21
5	9	5	8	22
6	8	6	6	20
7	7	6	6	19
8	5	6	8	19
9	4	9	5	18
10	4	9	5	18
11	4	8	5	17
12	5	5	5	15
Toplam	95	74	80	249

Tablo 2. TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler – Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı Sınıf Düzeylerine Göre Haftalık Ders Saatleri

Sınıf Düzeyi	Ders Adı	Haftalık Ders Saati
Okul Öncesi	Oyun ve Fiziki Etkinlikler	1
1-4. sınıflar	Oyun ve Fiziki Etkinlikler	2
5-8. sınıflar	Beden Eğitimi ve Spor	2
9-12. sınıflar	Beden Eğitimi	2

3.1.1. Hareket Öğrenme Alanı

Hareket öğrenme alanı, öğrencilerde okul öncesi ve ilkokul düzeyinde “temel hareket becerileri”, ortaokul düzeyinde “çok yönlü hareket becerisi” ve lise düzeyinde ise “spora özgü beceriler” geliştirmeyi hedefler. Öğrencilerin hareket becerilerini geliştirirken aynı zamanda bunlarla ilgili kuralları, kavramları, ilkeleri ve ilgili hareket stratejileri ile taktiklerini de öğrenmelerini amaçlar (Şekil 3).



Şekil 3. Hareket Öğrenme Alanı Kapsamı

Hareket Öğrenme Alanı ile İlgili Kavramlar ve İlkeler

- Temel hareket becerileri ile ilgili kavramlar ve ilkeler (temel hareket becerileri sınıflaması, vücut ve alan farkındalığı, efor, hareket ilişkileri)
- Spora özgü hareket becerileri ile ilgili kavramlar ve ilkeler (top sürme, pas, şut, jimnastik becerileri, kısa mesafe koşu, biyomekanik ilkeler)
- Hareket beceri gelişimini etkileyen faktörler (öğrenme ilkeleri, motivasyon, geribildirim, öğrenmenin transferi)
- Oyun ve spora özgü bilgi (kurallar, gelişimi, gelenekler vb.)
- Hareket-spora özgü stratejiler ve taktikler (alan savunması, hücum, vücut aldatması)

3.1.2. Zindelik Öğrenme Alanı

Zindelik öğrenme alanı, öğrencilerin “sağlıkla ilgili fiziksel uygunlukları” ile “sosyal”, “duygusal” ve “zihinsel” gelişimlerini bir arada ele alır. Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluğun geliştirilmesi ve bu gelişimin öğrencilerin sosyal, duygusal ve zihinsel gelişimlerine yaptığı katkıların incelenmesi bu öğrenme alanının kapsamındadır. Bu öğrenme alanında okul öncesinden liseye kadar olan süreçte özellikle sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk geliştirme uygulamaları (vücut kompozisyonu, kalp dolaşım sistemi dayanıklılığı, kas kuvveti ve dayanıklılığı, esneklik) ve bunlarla ilgili kavramlar ve ilkeler ele alınmıştır. Lise yıllarında ise sağlıkla ilgili fiziksel uygunluğun sosyal, duygusal, zihinsel, çevresel ve mesleki gelişime olan etkilerinin de uygulamalı olarak incelenmesi bu öğrenme alanı kapsamı içindedir (Şekil 4).



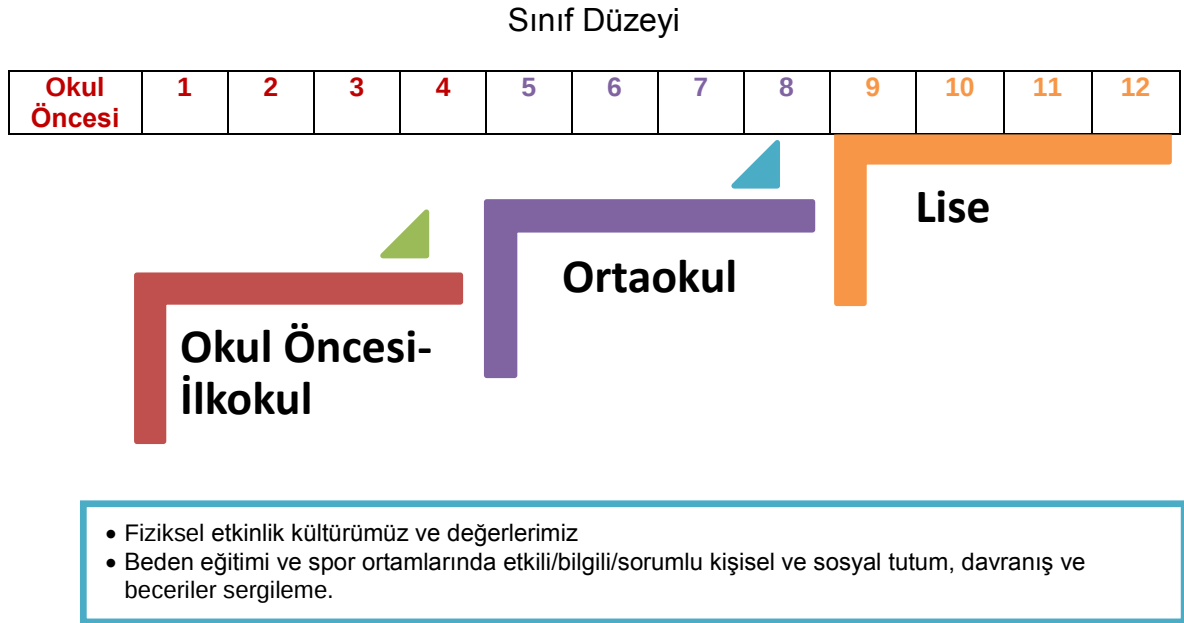
Şekil 4. Zindelik Öğrenme Alanı Kapsamı

Zindelik Öğrenme Alanı İle İlgili Kavramlar ve İlkeler

- Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk (vücut kompozisyonu, kalp-dolaşım sistemi dayanıklılığı, kas dayanıklılığı ve kuvveti, esneklik)
- Zindelik (sağlığın fiziksel, sosyal, duygusal, zihinsel, çevresel ve mesleki boyutları)
- Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk için egzersiz prensipleri (egzersiz sıklığı, şiddeti, süresi, tipi)
- Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluğu etkileyen kişisel, sosyal, çevresel nedenler
- Fiziksel etkinliklerde sağlığın korunması ve güvenlik (ısınma-soğuma ilkeleri, spor sakatlıklarında ilkyardım)

3.1.3. Kişisel ve Sosyal Gelişim Öğrenme Alanı

Kişisel ve Sosyal Gelişim öğrenme alanı, öğrencilerin beden eğitimi ve spor ortamlarında değer verme, saygı, katılım, işbirliği, sorumluluk alma, lider olma, grup hedefleri doğrultusunda çalışma, içsel motivasyon gibi sosyal beceriler, adil oyun (fair play) gibi öz-yönetim becerileri ile problem çözme, karar verme, strateji geliştirme vb. düşünme becerilerini geliştirmelerini kapsamaktadır. Fiziksel etkinliklerle ilgili tarihi süreç içinde gelişen kültürel birikimimiz ve değerlerimiz de bu öğrenme alanı içindedir. Kişisel ve sosyal gelişimle ilgili konular öğrencilerin yaşa uygun zihinsel, sosyal ve duygusal gelişim özellikleri dikkate alınarak öğretim programı içinde ele alınmıştır (Şekil 5).



Şekil 5. Kişisel ve Sosyal Gelişim Öğrenme Alanı Kapsamı

Kişisel ve Sosyal Gelişim Öğrenme Alanı İle İlgili Kavramlar ve İlkeler

- Fiziksel etkinlik kültürümüz ve değerlerimiz
- Öz-yönetim (hedef koyma, planlama, zaman yönetimi, kendi gelişimini izleme vb.)
- Sosyal beceriler (iletişim, sorumluluk alma, saygı, işbirliği, grupta karar alma, çatışma yönetimi, adil oyun vb.)
- Düşünme becerileri (eleştirel, yaratıcı, yansıtıcı düşünme, problem çözme, karar verme, strateji taktik geliştirme)

3.2. Öğrenme Çıktıları

TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı okul öncesinden lise bitimine kadar olan süreçte Milli Eğitim Bakanlığı, Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programları için sunulan 9 ana çıktı alanını hedefler. Bu çıktıların içeriği, TED Ankara Koleji öğrencilerinin bireysel, sosyal ve çevresel ihtiyaçları doğrultusunda geliştirilerek sınıf düzeyine özgü kazanımlar belirlenmiştir.

Öğrenme alanları ile ilgili çıktılar aşağıdaki şekildedir;

Tablo 3. TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler – Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı Öğrenme Alanlarına Göre Genel Çıktılar

Öğrenme Alanı	Genel Çıktılar
Hareket	1. Çeşitli fiziksel etkinliklere ve sporlara özgü hareket becerilerini geliştirir. 2. Hareket kavramlarını ve ilkelerini çeşitli fiziksel etkinliklerde ve sporlarda kullanır. 3. Hareket stratejilerini ve taktiklerini çeşitli fiziksel etkinliklerde ve sporlarda kullanır.
Zindelik	4. Sağlıklı yaşamla ilgili fiziksel etkinlik ve spor kavramlarını ve ilkelerini açıklar. 5. Sağlıklı olmak ve sağlığını geliştirmek için fiziksel etkinliklere ve sporlara düzenli olarak katılır.
Kişisel ve Sosyal Gelişim	6. Beden eğitimi ve sporla ilgili kültürel birikimimizi ve değerlerimizi kavrar. 7. Beden eğitimi ve spor yoluyla özyönetim becerilerini geliştirir. 8. Beden eğitimi ve spor yoluyla sosyal becerilerini geliştirir. 9. Beden eğitimi ve spor yoluyla düşünme becerilerini geliştirir.

3.2.1. Çeşitli fiziksel etkinliklere ve sporlara özgü hareket becerilerini geliştirir.

TED Ankara Koleji Okul Öncesi Programı'nı tamamlayan öğrenciler, temel hareket becerilerine (yer değiştirme, denge ve kuvvet hareketleri, küçük kas/büyük kas nesne kontrolü) yönelik farkındalık geliştirerek, rehber eşliğinde verilen yönergeler doğrultusunda hareketleri gerçekleştirmeyi dener.

TED Ankara Koleji İlkokul Programı'nı tamamlayan öğrenciler, temel hareket becerilerini (yer değiştirme, dengeleme, nesne kontrolü ve bunların birleşiminden oluşan birleştirilmiş hareketler) yaş ve gelişim özelliklerine uygun düzeyde geliştirir (Tablo 4).

Öğrencilerin her bir temel hareketin olgun formuna Tablo 4'te belirtilen sınıf düzeylerinde ulaşmaları beklenir. Öğrenciler ilkökul sonunda temel jimnastik duruşları, ritim ve müzik eşliğinde hareket etme, vücut ve alan farkındalığı becerileri ve temel yüzme becerileri kazanır. Kurallı basit oyunlarda birleştirilmiş hareket becerilerini etkili kullanır. Çeşitli türlerden seçilmiş basit dansları küçük gruplarla yapar.

Tablo 4: Temel Hareket Bilgi ve Becerileri Gelişim Süreci

Temel Hareket Bilgi ve Becerileri	Sınıf Düzeyi					
	1	2	3	4	5	6
Yer değiştirme hareketleri						
Yürüme	X					
Koşma	X	X	X			
Atlama	X	X	X			
Sıçrama	X	X	X			
Zıplama	X	X	X			
Sıçramalı atlayış			X	X		
Galop	X	X	X			
Adım al sek		X	X	X		
Kayma	X	X	X			
Yuvarlanma	X	X	X	X		
Tırmanma	X	X	X			
Dengeleme hareketleri						
Eğilme	X	X	X			
Esnetme	X	X	X			
Düşme-kalkma				X	X	X
Dönme	X	X	X			
Salınma	X	X	X			
Ağırlık aktarma	X	X	X	X	X	X
Atlama-konma	X	X	X	X	X	X
Başlama-durma	X	X	X			
Denge	X	X	X	X	X	X
Oturuş	X	X	X			
İtme	X	X	X	X		
Çekme	X	X	X			
Nesne kontrolü gerektiren hareketler						
Atma, el üstü	X	X	X	X	X	X
Atma, el altı	X	X	X			
Yakalama	X	X	X	X	X	X
Tekmeleme-vuruş	X	X	X	X		
Yuvarlama		X	X	X		
Durdurma		X	X	X	X	X
Raketle vurma	X	X	X	X	X	X
Uzun saplı araçla vurma		X	X	X	X	X
Vole		X	X	X	X	X
Birleştirilmiş Hareketler (Yer değiştirme, dengeleme, nesne kontrolü gerektiren hareketlerden en az ikisinin birleşimi)	X	X	X	X	X	X

MEB (2006), İlköğretim (1-8.sınıflar) Beden Eğitimi Dersi Öğretim Programı'ndan alınmıştır.

Ortaokul düzeyinde temel hareket becerilerinin, çeşitli spor gruplarına yönelik etkinliklerle geliştirilmesi önceliklidir. TED Ankara Koleji Ortaokul Programı'nı tamamlayan öğrenciler çeşitli fiziksel etkinlik/spor gruplarının (bireysel, takım, dans, doğa ve macera, su vb.) basitleştirilmiş formlarını deneyimler ve en az iki farklı spor grubundan birer spora özgü temel hareketlerde yeterlik gösterir. Öğrenciler sekizinci sınıf sonunda belli bir konuda hazırladıkları dans koreografisini sunar. Çeşitli yüzme tekniklerini kısa, orta ve uzun mesafe yüzerken etkili şekilde gösterir.

TED Ankara Koleji Lise Programı'nı tamamlayan öğrenciler ise en az üç spor grubundan birer spora istekle katılmasını sağlayacak düzeyde hareket yeterliği gösterir.

3.2.2. Hareket kavramlarını ve ilkelerini çeşitli fiziksel etkinliklerde ve sporlarda kullanır.

TED Ankara Koleji Okul Öncesi Programı'nı tamamlayan öğrenciler, basit/kurallı oyun ve fiziksel etkinliklerde alan farkındalığı, kendi bedenlerine ilişkin vücut farkındalığı gösterir.

TED Ankara Koleji İlkokul Programı'nı tamamlayan öğrenciler, hareket becerileri ile ilgili vücut, alan, hareket ilişkileri kavramlarını yerinde kullanır. Temel hareket becerileri hareket anahtarı (doğru hareket ölçütleri) ile kendi hareket becerilerini değerlendirir. Oynadıkları oyunlarda iki veya daha fazla temel hareket becerilerini sergiler.

TED Ankara Koleji Ortaokul Programı'nı tamamlayan öğrenciler, üzerinde çalıştıkları fiziksel etkinlikler ve spor dallarına özgü kavramları ve spora özgü hareketlerdeki evreleri, çeşitli oyun ve fiziksel etkinliklerde hareket becerisini geliştirmek için yapması gerekenleri açıklar (tekrar, dönüt-düzeltilme vb.)

TED Ankara Koleji Lise Programı'nı tamamlayan öğrenciler, katıldıkları fiziksel etkinlikler ve sporlara özgü hareket becerilerini analiz eder. Bunlardaki hareket becerilerini geliştirmek için uyguladıkları antrenman planlarının etkisini değerlendirir.

3.2.3. Hareket stratejilerini ve taktiklerini çeşitli fiziksel etkinliklerde ve sporlarda kullanır.

TED Ankara Koleji Okul Öncesi Programı'nı tamamlayan öğrenciler; eşli /bireysel oyun ve fiziksel etkinlikler sırasında problem çözme becerilerini kullanır.

TED Ankara Koleji İlkokul Programı'nı tamamlayan öğrenciler, katıldıkları basit fiziksel etkinlik ve oyunlar için bireysel ve takım stratejileri ve taktikleri geliştirerek kullanır.

TED Ankara Koleji Ortaokul Programı'nı tamamlayan öğrenciler, çeşitli oyun ve fiziksel etkinliklerde savunma ve hücum, spora hazırlayıcı, spora özgü taktik ve stratejiler geliştirerek kullanır.

TED Ankara Koleji Lise Programı'nı tamamlayan öğrenciler, katıldıkları fiziksel etkinlikler ve sporlara özgü strateji ve taktikleri etkili kullanarak yeni strateji ve taktikler geliştirerek uygular (Tablo 5).

Tablo 5. Çeşitli fiziksel etkinlikler ve oyunlarda stratejiler ve taktikler

Çeşitli Bireysel Etkinliklerde Hareket Stratejileri/ Taktikleri	Hücum ve Savunma Oyunları	File ve Raket Oyunları	Alan/Vuruş Oyunları	Hedef Oyunları
Orta ve uzun mesafe etkinliklerinde tempo (egzersiz şiddeti) ayarlama, grup içinde kendisi için en uygun pozisyonu alma, kendi kişisel güçlü yönlerine göre etkinliği yönlendirme	Bir nesnenin kontrol edilmesi, rakipten korunması ve bir hedefe gönderilerek sayı yapılması	Bir nesneyi belirli bir alana elle veya raketle gönderme	Atış/fırlatma, vurma, koşu, yakalama	Harekette doğruluk ve kontrol
Atletizm Yüzme	Basketbol, Futbol, Hentbol, Korfbol, Hokey, Rugby vb.	Badminton, Masa tenisi, Tenis, Voleybol	Beyzbol, Softbol, Kriket	Bocce, Okçuluk, Bowling, Dart, Golf

Bunker, D.J., Thorpe, R.D. (1982)'den uyarlanmıştır.

3.2.4. Sağlıklı yaşamla ilgili fiziksel etkinlik ve spor kavramlarını ve ilkelerini açıklar.

TED Ankara Koleji Okul Öncesi Programı'nı tamamlayan öğrenciler, sağlıklı yaşam için oyun ve fiziki etkinlikler sırasında yeterli ve dengeli beslenmenin, temizlik kurallarına uymanın, doğru kıyafet seçmenin önemine yönelik farkındalık kazanarak, doğru alışkanlıklar sergiler.

TED Ankara Koleji İlkokul Programı'nı tamamlayan öğrenciler, fiziksel etkinliklere katılma nedenlerini ve katıldıkları sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk etkinliklerinin bedenleri üzerindeki etkilerini açıklar. Fiziksel etkinlik öncesinde, sırasında ve sonrasında sağlıklarını koruyan ve olumsuz etkileyen davranışların farkına varır.

TED Ankara Koleji Ortaokul Programı'nı tamamlayan öğrenciler, fiziksel etkinliklerde kişisel sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk önceliklerini nedenleri ile açıklar. Vücut ağırlığı yönetiminde beslenme alışkanlıklarının ve fiziksel etkinliklerin etkilerini kavrar. Fiziksel etkinlik düzeylerini destekleyen motivasyon yöntemleri geliştirir.

TED Ankara Koleji Lise Programı'nı tamamlayan öğrenciler katıldığı spor branşının sağlıkla ilgili fiziksel uygunluğuna katkılarını açıklayarak zindeliği oluşturan kavramları yorumlar, spora katılımın zindeliklerine olan etkilerini değerlendirir.

3.2.5. Sağlıklı olmak ve sağlığını geliştirmek için fiziksel etkinliklere ve sporlara düzenli olarak katılır.

TED Ankara Koleji Okul Öncesi Programı'nı tamamlayan öğrenciler, oyun ve fiziksel etkinliklerin sağlıklı yaşam için önemini ifade eder.

TED Ankara Koleji İlkokul Programı'nı tamamlayan öğrenciler yakın çevrelerindeki fiziksel etkinlik ve spor imkânlarını kullanarak haftanın her günü en az bir saat düzenli fiziksel etkinliklere katılır.

TED Ankara Koleji Ortaokul Programı'nı tamamlayan öğrenciler, bireysel önceliklerini belirleyerek haftanın her günü düzenli olarak fiziksel etkinliklere katılır. Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluğun kabul edilebilir minimum düzeyine ulaşır. Fiziksel

etkinlik düzeylerini geliştirmeye katkısı olan çeşitli teknolojileri (koşu bandı, bisiklet ergometresi, xbox, kalp atım monitörü, adımsayar vb.) kullanır.

TED Ankara Koleji Lise Programı'nı tamamlayan öğrenciler, haftada en az üç gün orta ve yüksek şiddetli fiziksel etkinliklere katılımı yaşam biçimi haline getirir. Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluğun minimum kabul edilebilir düzeyini korur. Fiziksel etkinlik düzeylerini arttıran teknolojileri etkili kullanır.

3.2.6. Beden eğitimi ve sporla ilgili kültürel birikimimizi ve değerlerimizi kavrar.

TED Ankara Koleji Okul Öncesi Programı'nı tamamlayan öğrenciler, kültürel birikimimiz ve değerlerimiz ışığında, rehber eşliğinde geleneksel çocuk oyunlarına katılımda isteklilik gösterir. Atatürk'ün spor sevgisinin farkına vararak milli bayramlar/belirli gün ve haftalara yönelik programları izlemenin ve katılmanın önemine yönelik farkındalık geliştirir.

TED Ankara Koleji İlkokul Programı'nı tamamlayan öğrenciler, ülkemizin ve diğer toplumların geleneksel çocuk oyunları hakkında bilgi sahibi olur ve oynamaya istek duyar. Atatürk'ün spor ve sporcuya verdiği önemi araştırarak milli bayramlar/belirli gün ve haftaların kutlamalarında, günün önemine uygun fiziksel etkinlikler hazırlanmasına katkı sağlar.

TED Ankara Koleji Ortaokul Programı'nı tamamlayan öğrenciler, fiziksel etkinliklerde ve sporlarda bağımsız olarak ya da grupla etkili çalışma, roller, sorumluluklar, amaçlar doğrultusunda etkili zaman kullanımı konularında bilinçlenir. Atatürk'ün spor ve sporcuya verdiği önemin ülkemizdeki sporun gelişimine katkılarını değerlendirerek bakış açısını benimser. Okul spor takımlarının gelişimini ve tarihçesini araştırarak okul kültürüne yaptığı katkıları değerlendirir. Okul spor takımında çeşitli roller alarak ya da taraftar olarak destekler.

TED Ankara Koleji Lise Programı'nı tamamlayan öğrenciler fiziksel etkinliklerin ve sporların kültürel gelişime olan katkılarını değerlendirir. Bu etkinliklerde çeşitli roller alarak etkili liderlik becerileri gösterir. Atatürk'ün spor ve sporcuya verdiği önemin ülkemizdeki sporun gelişimine katkılarını değerlendirerek bakış açısını benimser.

3.2.7. Beden eğitimi ve spor yoluyla öz-yönetim becerilerini geliştirir.

TED Ankara Koleji Okul Öncesi Programı'nı tamamlayan öğrenciler, oyun ve fiziki etkinlikler sırasında verilen yönergeleri takip ederek, basit/kurallı oyunlardaki kuralları benimser, kendi ve arkadaşlarının güvenliğine dikkate eder.

TED Ankara Koleji İlkokul Programı'nı tamamlayan öğrenciler, fiziksel etkinlik ortamlarında kural ve yönergelere uyulmasında sorumluluk alır. Fiziksel etkinliklerdeki gelişimlerini kayıt tutarak takip eder.

TED Ankara Koleji Ortaokul Programı sonunda fiziksel etkinlikler ve sporlarda adil oyun davranışı sergiler. Fiziksel etkinlikler sırasında zamanı amaçlar doğrultusunda etkili kullanır. Fiziksel etkinliklerdeki çeşitli rollerin sorumluluklarını etkili bir şekilde yerine getirir. Fiziksel etkinliklere katılımda iç motivasyon geliştirir.

TED Ankara Koleji Lise Programı'nı tamamlayan öğrenciler, adil oyun davranışını yaşam biçimi haline getirir. Fiziksel etkinlikler ve sporlarla ilgili konularda gönüllü çalışmalara değer verir. Bilinçli tüketicilik davranışı geliştirir. Yakın çevrelerindeki kişileri fiziksel etkinliklerle/sporlarla ilgili bilinçli tüketicilik davranışı için destekler.

3.2.8. Beden eğitimi ve spor yoluyla sosyal becerilerini geliştirir.

TED Ankara Koleji Okul Öncesi Programı'nı tamamlayan öğrenciler, eşli/grup oyun ve fiziki etkinlikler sırasında işbirliği göstermeye dikkat ederek, sorumluluk alır ve etkili iletişim becerilerini gösterir.

TED Ankara Koleji İlkokul Programı'nı tamamlayan öğrenciler, eğlence, rekabet ve yarışmaya dayalı fiziksel etkinliklerde arkadaşları ile işbirliği yapar. Bu ortamlarda iletişim becerilerini geliştirir.

TED Ankara Koleji Ortaokul Programı'nı tamamlayan öğrenciler, eğlence, rekabet ve yarışmaya dayalı fiziksel etkinliklerde arkadaşları ile bireysel ve grup hedefleri doğrultusunda işbirliği düzeyini geliştirerek sürdürür. Bu ortamlarda sözlü ve yazılı iletişim becerilerini etkili bir şekilde kullanır. Okul içi fiziksel etkinliklerde gönüllü olarak çalışır.

TED Ankara Koleji Lise Programı'nı tamamlayan öğrenciler; fiziksel etkinlikler ve spor ortamlarında liderlik davranışı sergiler. Okul içi ve dışı fiziksel etkinlik ve spor ortamlarında gönüllü çalışmalara katılır.

3.2.9. Beden eğitimi ve spor yoluyla düşünme becerilerini geliştirir.

TED Ankara Koleji Okul Öncesi, İlkokul, Ortaokul ve Lise Programı sürecinde öğrenciler fiziksel etkinliklere katılırken öğrenmeyi öğrenme, yaratıcı düşünme, yansıtıcı düşünme ve eleştirel düşünme, problem çözme, karar verme vb. düşünme becerilerini geliştirir.

TED Ankara Koleji Lise Programı'nı tamamlayan öğrenciler fiziksel etkinlikler/sporlarla ilgili haberlerin, görüşlerin ve düşüncelerin, yazıların bilimsel niteliğini değerlendirir.

4. TED ANKARA KOLEJİ OYUN VE FİZİKİ ETKİNLİKLER – BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİ ÖĞRETİM PROGRAMI KAZANIMLARI

Hareket

Okul Öncesi-İlkokul

Okul Öncesi	1. Sınıf	2. Sınıf	3. Sınıf	4. Sınıf
H.A.1. Yer değiştirme hareketlerini yapar.	H1.1.Yer değiştirme hareketlerini yapar.	H.2.1.Yer değiştirme hareketlerini farklı yönlere hareket ederken etkili kullanır.	H.3.1 Yer değiştirme hareketlerini vücut, alan farkındalığı ve hareket ilişkilerini kullanarak yapar.	H.4.1.Yer değiştirme hareketlerinde yeterlik gösterir.
H.A.2. Denge hareketlerini yapar.	H1.2.Denge hareketlerini yapar.	H2.2.Çeşitli seviyelerde/ yüksekliklerde yapılan hareketlerde denge gösterir.	H3.2.Denge hareketlerini hareket ilişkilerini kullanarak artan bir doğrulukta yapar.	H4.2.Statik ve dinamik denge becerilerinde yeterlik gösterir.
H.A.3. Küçük kas/ Büyük kas nesne kontrolü gerektiren hareketleri yapar.	H1.3. Nesne kontrolü becerilerini basit hareket etkinlikleri içinde sergiler.	H2.3.Nesne kontrolü becerilerini farklı efor düzeylerinde gösterir.	H3.3.Nesne kontrolü gerektiren hareketleri alan farkındalığı, efor ve hareket ilişkilerini kullanarak gösterir.	H4.3. Nesne kontrolü gerektiren hareketlerde yeterlik gösterir.
H.A.4. Basit/kurallı oyunlar oynar.	H1.4. İki ve daha fazla temel hareket becerisi içeren basit kurallı oyunlar oynar.	H2.4.İki ve daha fazla temel hareket becerisini basit kurallı oyunlarda artan bir doğrulukta gösterir.	H3.4.Birleştirilmiş hareket becerilerini basit kurallı oyunlarda etkili kullanır.	H4.4.Kurallı takım oyunlarında birleştirilmiş hareket becerilerini etkili kullanır.
H.A.5.Ritim ve müzik eşliğinde hareket eder.	H1.5.Ritim ve müzik eşliğinde hareket eder.	H2.5.Verilen ritim ve müziğe uygun bireysel ve grupla, nesle ve nesnesiz hareket/dans eder.	H3.5.Kendi seçtiği müziğe uygun olarak oluşturduğu bir hareket serisi/dans koreografisi sergiler.	H4.5.Çeşitli türlerden seçilmiş basit dansları küçük grupla yapar.
H.A.6.Oyun ve fiziksel etkinliklerde kendi bedenine ilişkin vücut farkındalığı gösterir.	H1.6.Oyun ve fiziksel etkinliklerde vücudun bölümleri ve yapabileceklerine ilişkin vücut farkındalığı gösterir	H2.6.Oyun ve fiziksel etkinliklerde Vücut farkındalığı ve eforla ilgili kavramları açıklar.		

Okul Öncesi-İlkokul (devamı)

Okul Öncesi	1. Sınıf	2. Sınıf	3. Sınıf	4. Sınıf
H.A.7. Oyun ve fiziksel etkinliklerde alan farkındalığı gösterir.	H1.7. Oyun ve fiziksel etkinliklerde alan farkındalığı gösterir.	H2.7. Basit ve kurallı oyunlarda alan farkındalığı gösterir.		
H.A.8. Kuvvet gerektiren hareketleri yapar.	H1.8. Çeşitli ekipmanların kullanıldığı su oyunlarına ve etkinliklerine katılır.	H2.8. Çeşitli ekipmanların kullanıldığı su oyunlarında ve etkinliklerinde hareket becerilerini geliştirir.	H.3.6. Çeşitli ekipmanlar kullanarak farklı yüzme tekniklerini uygular.	H4.6. Çeşitli yüzme tekniklerindeki temel becerileri uygular.
	H1.9. Oyun ve fiziksel etkinliklerde vücut dengesini sağlamak için ağırlık aktarımına yönelik stratejiler geliştirir.	H2.9. Oyun ve fiziksel etkinliklerde basit stratejileri ve taktikleri kullanır.	H3.7. Oyun ve fiziki etkinliklere uygun bireysel ve takım stratejileri üretir.	H4.7. Katıldığı oyun ve fiziksel etkinliklerde geliştirdiği bireysel ve takım stratejileri ile taktikleri kullanır.
	H1.10. Temel hareket kavramlarını bilir.	H.2.10. Temel hareket kavramlarını yerinde kullanır.	H3.8. Temel hareket becerilerini jimnastik etkinliklerinde kullanır.	H4.8. Temel jimnastik duruşlarını gösterir.
			H3.9. Hareket anahtarını (kritik boyutlar) arkadaşlarının hareket becerisini değerlendirmede kullanır.	H4.9. Hareket anahtarını (kritik boyutlar) kendi hareket becerisini değerlendirmede kullanır.

Okul Öncesi-İlkokul (devamı)

Okul Öncesi	1. Sınıf	2. Sınıf	3. Sınıf	4. Sınıf
			H3.10.Hareket ilişkileri ile ilgili kavramları açıklar.	H4.10.Hareket ilişkileri ile ilgili kavramları sözel ifadelerde doğru kullanır.
	H.1.11. Uygun duruş (postür) formu gösterir.			

Ortaokul

5. Sınıf	6. Sınıf	7. Sınıf	8. Sınıf
H5.1.Yer değiştirme hareketlerini hareket mekanik ilkelerine uygun şekilde bireysel veya eşle gösterir. (uygun aı, ağırlık merkezi, etki-tepki)	H6.1.çeşitli sporlara (bireysel, takım, raket ve uzun saplı araçlarla yapılan sporlara) hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerilerini gösterir.	H7.1.çeşitli sporlara (bireysel, takım, raket ve uzun saplı araçlarla yapılan sporlara) hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareket becerilerini artan bir doğrulukla gösterir.	H8.1.En az iki farklı spor grubundan birer spora özgü temel hareketlerde yeterlik gösterir.
H5.2.çeşitli hareketlerde verilen ipucu ve komutlara uygun statik ve dinamik denge gösterir.			
H5.3.Nesne kontrolü gerektiren hareketleri hareket mekanik ilkelerine uygun şekilde bireysel ve eşle gösterir. (uygun aı, ağırlık merkezi, etki-tepki)	H6.2.Dans ve halk danslarında birleştirilmiş hareket becerilerini sergiler.	H7.2.Dans ve halk danslarında birleştirilmiş hareket becerilerini artan bir doğrulukla sergiler.	
H5.4.çeşitli oyun ve fiziksel etkinliklerde hareket becerisini geliştirmek için yapması gerekenleri açıklar (tekrar, dönüt-düzeltme vb.)	H6.3.Sporlara hazırlayıcı oyun ve fiziksel etkinliklerdeki hareket becerilerinin nasıl geliştirebileceğini açıklar.		
H5.5.Verilen müziğe uygun dans adımlarını uygular.	H6.4.Verilen müziğe uygun farklı dans becerileri sergiler.	H7.3.Seçtiği müziğe uygun dans koreografileri geliştirerek uygular.	H8.2.Belli bir konuda hazırladığı dans koreografisini sunar.

Ortaokul (devamı)

5. Sınıf	6. Sınıf	7. Sınıf	8. Sınıf
H5.6.Hareket üzerinde kontrolünü artıran biyomekanik ilkeleri ayırt eder. (ağırlık merkezini düşürme, destek ayağını genişletme vb.)	H6.5.Sporlara hazırlayıcı oyun ve fiziksel etkinliklerdeki hareket kavramlarını açıklar.	H7.4.Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklere katılırken ilgili hareket kavramlarını yerinde kullanır.	
H5.7.Çeşitli yüzme tekniklerindeki temel becerileri geliştirir.	H6.6.Bir yüzme stilini tekniğine uygun gösterir.	H7.5.Çeşitli yüzme tekniklerindeki performansını hız, kuvvet ve dayanıklılıkla geliştirir.	H8.3.Çeşitli yüzme teknikliklerini kısa, orta ve uzun mesafe yüzerken etkili bir şekilde gösterir.
H5.8.Çeşitli oyun ve fiziksel etkinliklerde savunma ve hücum stratejileri ve taktikleri kullanır.	H6.7.Sporlara hazırlayıcı oyun ve fiziksel etkinliklere özgü strateji ve taktikler geliştirerek uygular.	H7.6.Sporlara hazırlayıcı oyunlarda karşılaştığı problemler için stratejik ve taktik çözümler geliştirir.	H8.4.Spor dallarına özgü stratejileri/taktikleri kullanır.
H5.9.Temel jimnastik hareketlerini yapar.	H6.8.Verilen jimnastik serisini uygular.	H7.7.Özgün jimnastik serisi hazırlayarak uygular.	H8.5.Temel jimnastik hareketlerini yapar.

Lise

9. Sınıf	10. Sınıf	11. Sınıf	12. Sınıf
H9.1.En az üç farklı sporun/etkinliğin hareket becerilerini geliştirir.	H10.1.En az üç farklı sporun/etkinliğin hareket becerilerini geliştirir.	H11.1.En az üç farklı sporun/etkinliğin hareket becerilerini geliştirir.	H12.1.En az üç sporda/etkinlikte hareket yeterliği gösterir.
H9.2.Katıldığı spora/etkinliğe özgü hareket becerilerini geliştirmeye yönelik öğretmenin verdiği antrenman programını uygular.	H10.2. Katıldığı spora/etkinliğe özgü hareket becerilerini geliştirmeye yönelik öğretmenin verdiği antrenman programlarından birini seçerek uygular.	H11.2. Katıldığı spora etkinliğe özgü hareket becerilerini geliştirmeye yönelik antrenman programı hazırlayarak uygular.	H12.2.Katıldığı spora etkinliğe özgü hareket becerilerini geliştirmeye yönelik olarak hazırladığı antrenman programının etkisini değerlendirir.
H9.3.Katıldığı sporlara/etkinliklere özgü hareket kavramlarını, ilkelerini ve oyun kurallarını açıklar.	H10.3.Katıldığı sporlara/etkinliklere özgü hareket kavramlarını, ilkelerini ve oyun kurallarını açıklar.	H11.3.Katıldığı sporlara/etkinliklere özgü hareket kavramlarını, ilkelerini ve oyun kurallarını açıklar.	H12.3.Katıldığı sporlara/etkinliklere özgü hareket kavramlarını, ilkelerini ve oyun kurallarını uygular.
H9.4.Katıldığı sporlara/etkinliklere özgü stratejileri ve taktikleri etkili kullanır.	H10.4.Katıldığı sporlara/etkinliklere özgü stratejileri ve taktikleri etkili kullanır.	H11.4.Katıldığı sporlara/etkinliklere özgü stratejileri ve taktikleri etkili kullanır.	H12.4.Katıldığı sporlara/etkinliklere özgü stratejik ve taktik çözümler geliştirerek uygular.
			H.12.5.Katıldığı sporlara/etkinliklere özgü hareket becerilerini analiz eder.

Zindelik (Fiziksel uygunluk ve sağlık)

Okul Öncesi-İlkokul

Okul Öncesi	1. Sınıf	2. Sınıf	3. Sınıf	4. Sınıf
Z.A.1. Fiziksel uygunluk gerektiren hareketleri yapar. (ısınma, eğilme esneme, kas dayanıklılığı, doğru nefes kullanımı)	Z1.1.Rehber eşliğinde nefes alımı ve kalp atımının belirgin olarak arttığı fiziksel etkinliklere haftanın her günü düzenli olarak katılır.	Z2.1.Orta ve yüksek şiddetli ve uzayan sürelerde fiziksel etkinliklere haftanın her günü düzenli olarak katılır.	Z3.1.Aerobik kapasite, kas kuvveti/dayanıklılığı ve esneklik içeren fiziksel etkinliklere haftanın her günü düzenli olarak katılır.	Z4.1.Yakın çevresindeki imkânları kullanarak fiziksel etkinliklere haftanın her günü düzenli olarak katılır.
Z.A.2.Oyun ve fiziksel etkinliklerin sağlıklı yaşam için önemini ifade eder.	Z1.2.Oyun ve fiziksel etkinliklerin sağlıklı yaşam için önemini açıklar.	Z2.2.Oyun ve fiziksel etkinlikler sırasında vücutta oluşan değişimleri açıklar (kalp atımı, nefes alım sıklığı ve terleme).	Z3.2.Aerobik kapasite, kas kuvveti/dayanıklılığı ve esnekliği geliştiren fiziksel etkinlikleri listeler.	Z4.2.Aerobik kapasite, kas kuvveti/dayanıklılığı ve esnekliği geliştiren fiziksel etkinliklerin bedeni üzerindeki etkilerini açıklar.
Z.A.3.Oyun ve fiziksel etkinlikler öncesinde, sırasında ve sonrasında sağlığını korumak için neler yapması (beslenme, temizlik, kıyafet seçimi vb.) gerektiğini ifade eder.	Z1.3.Oyun ve fiziksel etkinlikler öncesinde, sırasında ve sonrasında sağlığını korumak için neler yapması (beslenme, temizlik, kıyafet seçimi vb.) gerektiğini açıklar.	Z2.3.Oyun ve fiziksel etkinlikler öncesinde, sırasında ve sonrasında sağlığını etkileyen olumlu ve olumsuz davranışları (beslenme ve temizlik, kıyafet seçimi vb.) ayırt eder.	Z3.3.Oyun ve fiziksel etkinlikler öncesinde, sırasında ve sonrasında sağlığını olumlu etkileyecek davranışlar (beslenme ve temizlik, kıyafet seçimi vb.) sergiler.	Z4.3.Oyun ve fiziksel etkinlik öncesinde, sırasında ve sonrasında sağlığını olumlu etkileyecek davranışlar (beslenme ve temizlik, kıyafet seçimi vb.) sergiler.
Z.A.4.Oyun ve fiziksel etkinlik ortamlarında kendinin ve arkadaşları için tehlikeli durumları ifade eder.	Z1.4.Oyun ve fiziksel etkinlik ortamlarında kendi ve başkalarının güvenliğini etkileyecek durumları ayırt eder.	Z2.4. Oyun ve fiziksel etkinlik ortamlarında kendi ve başkalarının güvenliğini sağlayacak önlemler alır.	Z3.4. Oyun ve fiziksel etkinlik ortamlarında kendi ve başkalarının güvenliğini sağlayacak davranışlar sergiler.	Z4.4. Oyun ve fiziksel etkinlik ortamlarında kendi ve başkalarının güvenliğini sağlayacak davranışlar sergiler.

Ortaokul

5. Sınıf	6. Sınıf	7. Sınıf	8. Sınıf
Z5.1. Fiziksel etkinliklerin sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk düzeyine etkilerini gözleyerek haftanın her günü düzenli olarak katılır.	Z6.1.Bireysel önceliklerine göre plan yaparak haftanın her günü düzenli olarak fiziksel etkinliklere katılır.	Z7.1. Bireysel önceliklerine göre plan yaparak haftanın her günü düzenli olarak fiziksel etkinliklere katılır.	Z8.1.Hazırladığı planın etkilerini değerlendirerek haftanın her günü düzenli olarak fiziksel etkinliklere katılır.
Z5.2.Düzenli fiziksel etkinliklerin sağlığına kısa ve uzun vadedeki yararlarını açıklar.	Z6.2.Bireysel öncelikleri doğrultusunda haftalık ve aylık fiziksel etkinlik planı hazırlar.	Z7.2. Fiziksel etkinliklerde bireysel önceliklerini nedenleri ile açıklar.	Z8.2. Düzenli ve uygun düzeyde yapılan fiziksel etkinliklerin fiziksel uygunluğuna olan katkılarını açıklar.
Z5.3.Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk düzeyi ölçüm yöntemlerini açıklar.	Z6.3. Fiziksel uygunluk düzeyini belirleme amacı ile teknolojiyi kullanır.	Z7.3. Fiziksel uygunluk düzeyini takip etme amacı ile teknolojiyi kullanır.	Z8.3. Fiziksel uygunluk düzeyini geliştirmeye katkısı olan teknolojileri kullanır.
Z5.4.Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk ölçümlerini verilen ölçütlere göre yorumlar.	Z6.4.Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk geliştirmek için egzersiz sıklığı, şiddeti, süresi ve tipini açıklar.	Z7.4.Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk geliştirmede egzersiz şiddet ve süresini kendi bireysel hedeflerine uygun bir şekilde düzenler.	Z8.4.Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluğun minimum kabul edilebilir düzeyine ulaşır
Z5.5.Aerobik dayanıklılığını geliştirmek için uygun egzersiz şiddetinde en az 15dk egzersizi sürdürür.	Z6.5.Aerobik dayanıklılığını geliştirmek için uygun egzersiz şiddetinde en az 20 dk egzersizi sürdürür.	Z7.5.Aerobik dayanıklılığını geliştirmek için uygun egzersiz şiddetinde en az 30 dk egzersizi sürdürür.	Z8.5.Vücut kilo yönetiminde beslenme alışkanlıkları ve fiziksel etkinliklerinin etkilerini inceler.
	Z6.6.Fiziksel etkinliklere katılımını olumlu ve olumsuz etkileyen unsurları belirler.	Z7.6.Fiziksel etkinliklere katılımını olumsuz etkileyen unsurlar için çözüm yolları geliştirir.	Z8.6.Fiziksel etkinliklere katılımını destekleyen motivasyon yöntemleri geliştirir.

Lise

9. Sınıf	10. Sınıf	11. Sınıf	12. Sınıf
Z9.1.Çevresindeki fiziksel etkinlik ve spor imkânlarını kullanarak haftada en az üç gün orta ve yüksek şiddetli fiziksel etkinliklere katılır.	Z10.1.Seçtiği spor branşına özgü fiziksel uygunluk düzeyini geliştirmek için plan yaparak haftada en az üç gün orta ve yüksek şiddetli fiziksel etkinliklere katılır.	Z11.1.Seçtiği spor branşına özgü hazırladığı fiziksel uygunluk planlarının sağlıkla ilgili ve spora özgü fiziksel uygunluğuna etkilerini değerlendirerek haftada en az üç gün orta ve yüksek şiddetli fiziksel etkinliklere katılır.	Z12.1.Yaşam biçimi haline getirerek haftada en az üç gün orta ve yüksek şiddetli fiziksel etkinliklere katılır.
	Z10.2.Katıldığı spor branşının sağlıkla ilgili fiziksel uygunluğuna katkılarını açıklar.	Z.11.2.Zindeliği oluşturan kavramları yorumlar.	Z12.2.Spora katılımın zindeliğine (fiziksel, sosyal, duygusal, zihinsel) olan etkilerini değerlendirir.
Z9.2. Fiziksel uygunluk düzeyini analiz etmek için teknolojiyi kullanır.	Z10.3. Seçtiği spor branşına özgü fiziksel uygunluk düzeyini takip etmek için teknolojiyi kullanır.	Z11.3. Seçtiği spor branşına özgü fiziksel uygunluğunu analiz etmek için teknolojiyi kullanır.	Z12.3. Fiziksel uygunluk düzeyini artıran teknolojileri etkili kullanır.
Z9.3.Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluğun minumum düzeyini korur.	Z10.4.Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluğun minumum düzeyini korur.	Z11.4.Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluğun minumum düzeyini korur.	Z12.4.Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluğun minumum düzeyini korur.
Z9.4.Günlük ve haftalık harcadığı kalori ve aldığı kalori dengesini takip eder.	Z10.5.Katıldığı sporun özelliğine uygun kendisine dengeli beslenme planı hazırlar.	Z.11.5.Katıldığı sporun özelliğine uygun kendisine dengeli beslenme planını uygular.	Z.12.5. Dengeli beslenmeyi yaşam biçimi haline getirir.

Lise (devamı)

9. Sınıf	10. Sınıf	11. Sınıf	12.Sınıf
Z9.5.Fiziksel etkinliklere katılımda etkili farklı motivasyon yöntemlerini dener.	Z10.6.Yakın çevresindeki bireylerin (ailesi, arkadaşları) fiziksel etkinliğe katılımını farklı motivasyon yöntemleri kullanarak destekler.		
Z9.6.Fiziksel etkinlikleri dayandıkları enerji sistemlerine göre gruplar.			
Z9.7.Fiziksel etkinliklerin kas, iskelet, dolaşım ve solunum sistemine olan etkilerini açıklar.	Z10.7.Fiziksel etkinliklerin sindirim ve boşaltım sistemlerine olan etkilerini açıklar.	Z.11.6.Fiziksel etkinlikler ve sporların sinir ve hormon sistemlerine olan etkilerini açıklar.	
Z.9.8.Takip ettiği sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk programını, antrenman ilkelerine uygunluğu açısından değerlendirir.	Z.10.8.Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk ile spora özgü (performansla ilgili) fiziksel uygunluk arasındaki farkı kavrar.	Z.11.7.Fiziksel uygunluğu etkileyen birey ve çevreyle ilgili unsurları araştırır.	
	Z10.9.Fiziksel etkinliklere katılım sonrası toparlanma evresini inceler.		
		Z11.8.Spor sakatlıklarından korunma yollarını araştırır.	
Z9.9.Çevresindeki fiziksel etkinlik ve spor imkânlarını araştırır.			

Kişisel ve Sosyal Gelişim

Okul Öncesi-İlkokul

Okul Öncesi	1. Sınıf	2. Sınıf	3. Sınıf	4. Sınıf
KSG.A.1. Oyun ve fiziksel etkinliklerde verilen yönergeleri takip eder.	KSG1.1.Oyun ve fiziksel etkinliklerde yönergeleri takip eder.	KSG2.1.Oyun ve fiziksel etkinliklerde kural ve yönergelere uyulmasında sorumluluk alır.	KSG3.1.Oyun ve fiziksel etkinliklerde kural ve yönergelere uyar.	KSG4.1.Oyun ve fiziksel etkinliklerde kural ve yönerge oluşturulmasına katkıda bulunur.
KSG.A.2. Oyun ve fiziksel etkinliklerde arkadaşları ile işbirliği içinde olmaya dikkat eder.	KSG1.2.Oyun ve fiziksel etkinliklerde işbirliği yapmaya isteklilik gösterir.	KSG2.2.Oyun ve fiziksel etkinliklerde işbirliğini benimser.	KSG3.2. Oyun ve fiziksel etkinliklerde işbirliğini destekler.	KSG4.2.Rekabet ve yarışmaya dayalı oyun ve fiziksel etkinliklerde işbirliği yapar.
KSG.A.3.Rehber eşliğinde geleneksel çocuk oyunlarına katılır.	KSG1.3.Geleneksel çocuk oyunlarımızı oynar.	KSG2.3.Eşli ve küçük gruplarla geleneksel çocuk oyunlarını oynar.	KSG3.3. Seçtiği geleneksel çocuk oyunlarında arkadaşlarına rehberlik yapar.	KSG4.3. Farklı kültürlerin geleneksel çocuk oyunlarını tanıyarak oynar.
KSG.A.4.Milli bayramlar/belirli gün ve haftaların anma ve kutlama törenlerine yönelik fiziksel etkinlikleri izler.	KSG1.4.Milli bayramlar/belirli gün ve haftaların anma ve kutlama törenlerine yönelik fiziksel etkinliklere katılır.	KSG2.4. Milli bayramlar/belirli gün ve haftaların anma ve kutlama törenlerine yönelik fiziksel etkinliklere katılır.	KSG3.4. Milli bayramlar/belirli gün ve haftaların anma ve kutlama törenlerine yönelik fiziksel etkinlikler hazırlanmasına katkı getirir.	KSG4.4.Milli bayramlar/belirli gün ve haftaların anma ve kutlama törenlerine yönelik fiziksel etkinlikler hazırlar.
KSG.A.5.Oyun ve fiziksel etkinlikler sırasında karşılaştığı problem durumları ifade eder.	KSG1.5.Oyun ve fiziksel etkinlikler sırasında karşılaşılabileceği problem durumları tanımlar.	KSG2.5.Oyun ve fiziksel etkinliklerde karşılaştığı problemlere yönelik eş veya grupta çözümler üretir.	KSG3.5.Oyun ve fiziksel etkinlikler sırasında karşılaştığı problemlere yönelik üretilen çözüm yollarını dener.	KSG4.5 Oyun ve fiziksel etkinlikler sırasında karşılaşılan problemleri çözer.

Okul Öncesi-İlkokul (devamı)

Okul Öncesi	1. Sınıf	2. Sınıf	3. Sınıf	4. Sınıf
KSG.A.6.Oyun ve fiziksel etkinlikler sırasında nesne/hareket/duruma dikkatini verir.				
¹ KSG.A.7.Atatürk'ün spor sevgisinin farkına varır.	² KSG1.6.Atatürk'ün spor sevgisinin farkına varır.	² KSG2.6.Atatürk'ün spor sevgisini ifade eder.	² KSG3.6.Atatürk'ün spor ve sporcuya verdiği önemi araştırır.	² KSG4.6.Atatürk'ün spor ve sporcuya verdiği önemi araştırır.
				KSG4.7.Oyun ve fiziksel etkinliklerdeki gelişimini kayıt tutarak takip eder ve sunar.

¹ İlköğretim ve Ortaöğretim Kurumlarında Atatürk İnkılâp ve İlkelerinin Öğretim Esasları Yönergesi (TD 2104, 18/01/1982) doğrultusunda öğretim programına alınmıştır.

Ortaokul

5. Sınıf	6. Sınıf	7. Sınıf	8. Sınıf
KSG5.1.Fiziksel etkinliklere tüm arkadaşlarının katılımını artıracak kurallar ve yönergeler geliştirir.	KSG6.1.Fiziksel etkinliklerde kendisini olumlu ve olumsuz etkileyen arkadaş davranışlarını ayırt eder.	KSG7.1.Fiziksel etkinliklerde adil oyun davranışı sergiler.	KSG8.1.Fiziksel etkinliklerde arkadaşlarını ve başkalarını adil oyun davranışını sergilemeleri için destekler.
KSG5.2.Fiziksel etkinlikleri öğrenmek için bağımsız olarak veya arkadaşları ile etkili çalışır.			KSG8.2.Rekabet ve yarışmaya dayalı fiziksel etkinliklerde arkadaşları ile bireysel ve grup hedefleri doğrultusunda etkili işbirliği yapar.
KSG5.3.Fiziksel etkinlikler sırasında karşılaşılabilecek zorlukları tahmin eder.	KSG6.2.Fiziksel etkinlikler sırasında karşılaştığı zorlukların (sosyal-duygusal-fiziksel-zihinsel) nedenlerini açıklar.	KSG7.2.Fiziksel etkinlikler sırasında karşılaştığı zorlukların (sosyal-duygusal-fiziksel-zihinsel) çözümüne yönelik öneriler üretir.	KSG8.3.Fiziksel etkinlikler sırasında karşılaştığı zorlukları (sosyal-duygusal-fiziksel-zihinsel) çözer.
KSG5.4.Fiziksel etkinliklerde/sporlarda çeşitli rollerin (hakem, antrenör, basın vb.) sorumluluklarının farkına varır.	KSG6.3.Fiziksel etkinliklerdeki/sporlardaki çeşitli rollerin sorumluluklarını benimser.	KSG7.3.Fiziksel etkinliklerdeki/sporlardaki çeşitli rollerin sorumluluklarını yerine getirmeye çaba gösterir.	KSG8.4.Fiziksel etkinliklerdeki/sporlardaki çeşitli rollerin sorumluluklarını etkili bir şekilde yerine getirir.
KSG5.5.Fiziksel etkinlikler sırasında zamanın amaçlar doğrultusunda nasıl etkili kullanılacağını açıklar.	KSG6.4.Fiziksel etkinlikler sırasında zamanın amaçlar doğrultusunda etkili kullanımını olumlu/olumsuz etkileyen nedenleri ayırt eder.	KSG7.4.Fiziksel etkinlikler sırasında zamanın amaçlar doğrultusunda etkili kullanımını olumsuz etkileyen nedenler için çözümler üretir.	KSG8.5.Fiziksel etkinlikler sırasında zamanı amaçlar doğrultusunda etkili kullanır.

Ortaokul (devamı)

5. Sınıf	6. Sınıf	7. Sınıf	8. Sınıf
KSG5.6. Okul spor takımlarının gelişimini ve tarihçesini araştırır.	KSG.6.5.Okul spor takımlarının gelişimini ve tarihçesini değerlendirir.	KSG7.5.Okul spor takımlarını çeşitli roller alarak veya taraftar olarak destekler.	KSG8.6.Okul spor takımlarının okul kültürüne yaptığı katkıları değerlendirir.
² KSG5.7.Atatürk'ün spor ve sporcuya verdiği önemi açıklar.	³ KSG5.6. Atatürk'ün spor ve sporcuya verdiği önem ile ülkemizdeki sporun gelişimi arasında ilişki kurar.	³ KSG5.6. Atatürk'ün spor ve sporcuya verdiği önemin ülkemizdeki sporun gelişimine katkılarını değerlendirir.	³ KSG5.7. Atatürk'ün spor ve sporcuya ilişkin bakış açısını benimser.
KSG5.8.Yakın çevresindeki fiziksel etkinlik imkânlarını ve okul spor takımlarını araştırır.			KSG8.8.Okul içi fiziksel etkinlik/spor etkinliklerinde gönüllü olarak çalışır.

² İlköğretim ve Ortaöğretim Kurumlarında Atatürk İnkılâp ve İlkelerinin Öğretim Esasları Yönergesi (TD 2104, 18/01/1982) doğrultusunda öğretim programına alınmıştır.

Lise

9. Sınıf	10. Sınıf	11. Sınıf	12. Sınıf
KSG9.1. Her türlü fiziksel etkinlik/spor ortamında başkalarının olumsuz davranışlarından etkilenmeden sorumlu davranışlar sergiler.	KSG10.1. Her türlü fiziksel etkinlik/spor ortamında karşılaştığı olumlu/olumsuz durumlara (arkadaş baskısı, farklılıkları olan bireylerin varlığı, kazanma/kaybetme vb.) durumlara uygun davranışlar sergiler.	KSG11.1. Her türlü fiziksel etkinlik/spor ortamında başkalarının da etkinliğe zevkle katılımını destekleyici davranışlar sergiler.	KSG12.1. Adil oyun davranışını yaşam biçimi haline getirir.
KSG9.2. Fiziksel etkinlik/spor ortamlarında gönüllülük imkânlarını araştırır.	KSG10.2. Fiziksel etkinlik/spor ortamlarında gönüllülük çalışmalarına katılır.	KSG11.2. Fiziksel etkinlik/spor ortamlarında katıldığı gönüllülük çalışmalarının kişisel ve sosyal gelişimine katkılarını değerlendirir.	KSG12.2. Fiziksel etkinlik/spor ortamlarında gönüllülük çalışmalarına başkalarının katılımını destekler.
KSG9.3. Fiziksel etkinliklerde/sporlardaki çeşitli rollerde etkili liderlik için gerekli becerileri ayırt eder.	KSG10.3. Fiziksel etkinliklerde/sporlardaki çeşitli rollerde liderlik becerileri geliştirir.	KSG11.3. Fiziksel etkinliklerde/sporlardaki çeşitli rollerde etkili liderlik becerileri gösterir.	KSG12.3. Fiziksel etkinliklerde/sporlardaki çeşitli rollerde kendi liderlik becerilerinin etkililiğini değerlendirir.
KSG9.4. Fiziksel etkinliklerle/sporlarla ilgili güvenilir bilgi kaynaklarını ayırt eder.	KSG10.4. Fiziksel etkinliklerle/sporlarla ilgili medyada çıkan haberleri nitelik açısından değerlendirir.	KSG11.4. Fiziksel etkinliklerle/sporlarla ilgili bilinçli tüketicilik davranışları sergiler.	KSG12.4. Yakın çevresindeki kişileri fiziksel etkinliklerle/sporlarla ilgili bilinçli tüketicilik davranışları için destekler.
KSG9.5. Katıldığı fiziksel etkinlikler/sporlarla ilgili yazılar yazarak çeşitli iletişim araçları/yöntemleri ile sunar.	KSG10.5. Katıldığı fiziksel etkinlikler/sporlarla ilgili başkalarının yazdığı yazıları nitelik açısından değerlendirir.	KSG11.5. Takip ettiği fiziksel etkinlikler/sporlarla ilgili değerlendirme yazıları yazarak çeşitli iletişim araçları/yöntemleri ile sunar.	KSG12.5. Takip ettiği fiziksel etkinlikler/sporlarla ilgili başkalarının yazdığı yazıları nitelik açısından değerlendirir.

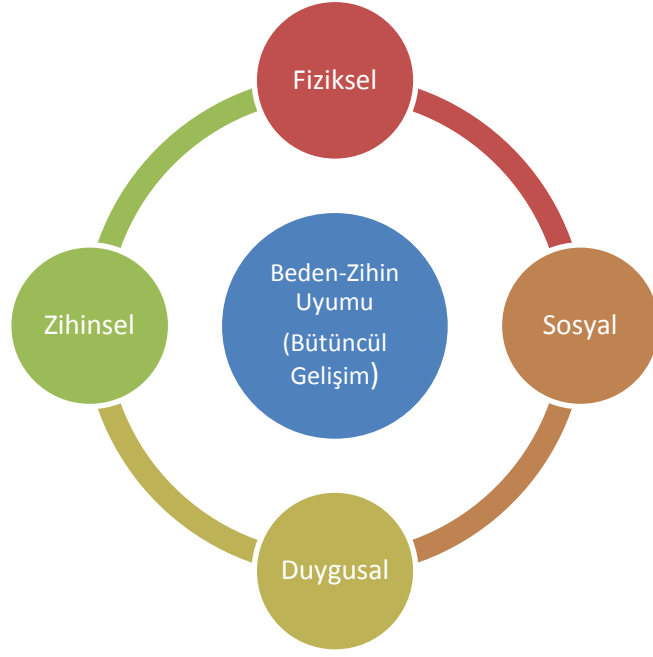
5. ÖĞRETİM PROGRAMININ ÖĞRENME ÖĞRETME YAKLAŞIMI - DAYANDIĞI İLKELER VE UYGULAMALAR

TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler- Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı çeşitli felsefi akımların bir arada kullanıldığı bir program olarak yapılandırılmış, birçok felsefi yaklaşımın birey için önemli olan boyutlarından yola çıkılarak program ilkeleri belirlenmiştir.

1. Öğrencilerin bedensel, sosyal-duygusal ve zihinsel gelişimlerini bir arada ele alır.
2. Öğrencilerin beden eğitimi ve sporla ilgili “ders uygulamaları”, “ders dışı okul içi” ve “okul dışı” yaşamlarını birbirine bağlar.
3. Beden eğitimi ve spor alanındaki teknolojik gelişmelerden yararlanır.
4. Her bir öğrencinin beden eğitimi ihtiyaçlarını güvenilir ve geçerli yöntemlerle değerlendirir.
5. Öğrencilerin ihtiyaçlarına uygun öğrenme fırsatları sunar.
6. Öğrenen merkezli öğretim yaklaşımlarını öğretimde kullanır.
7. Okul fiziksel etkinlik ve spor imkânlarını etkili kullanır.
8. Öğrenci velileri ile işbirliği yapar.
9. Kurumsal paydaşlarla işbirliği yapar.

5.1. Bütüncül Gelişim, Beden ve Zihin Uyumu

TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı öğrencilerde fiziksel, sosyal, duygusal ve zihinsel gelişimi bir bütün olarak görür. Bu doğrultuda beden eğitimi dersi öğrencilerin bütüncül gelişimini destekleyecek şekilde uygulanır (Şekil 6). Beden eğitimi uygulamaları öğrencilerin fiziksel etkinliklere katılırken fiziksel olduğu kadar uygun sosyal, duygusal ve zihinsel deneyimler edinmesini sağlar. Kazanımlar bu bütünlüğü sağlayacak şekilde belirlenmiştir.



Şekil 6. Bütüncül gelişim boyutları

5.2. Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor Dersi İle Yaşam Bağlantısı

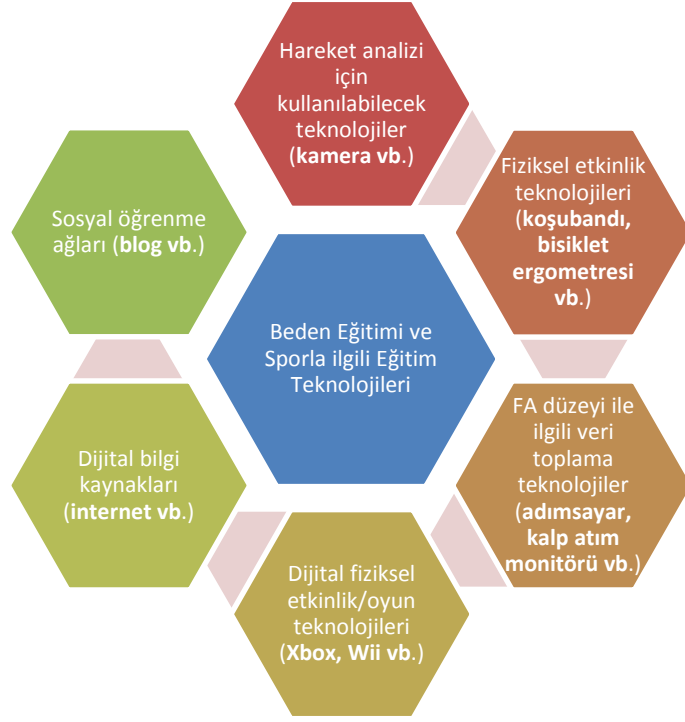
TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı her sınıf düzeyinde okul içi ve okul dışı yaşamla bağlantılı olacak şekilde yapılanmıştır (Şekil 7). Program öğrencilerin dersteki edinimlerini okul dışı yaşamlarında kullanmalarını, aynı zamanda okul dışı yaşamlarında katıldıkları fiziksel etkinlikler ve sporla ilgili deneyimlerini derste incelemelerini ve değerlendirmelerini sağlar. Bu doğrultuda, öğrencilerin okul içi (okul bahçesi, okuldaki ders dışı spor etkinlikleri, okul spor kulüpleri) ve okul dışı yaşam çevrelerindeki fiziksel etkinlik ve spor imkânları gözden geçirilir, ilişkilendirilir ve takip edilir.



Şekil 7. Ders ve yaşam ilişkilendirmesi

5.3. Beden Eğitimi, Spor ve Eğitim Teknolojisi Kullanımı

TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı öğrenmeyi daha etkili ve somut kılmak için beden eğitimi, spor ve eğitimle ilgili gelişen teknolojilerden yararlanmaya önem verir. Bu teknolojiler arasında fiziksel etkinliklerde kullanılan teknolojik araç gereçler (koşubandı, bisiklet ergometresi vb.), yapılan fiziksel etkinliklerle ilgili veri toplamaya yarayan teknolojiler (adımsayar, kalp atım monitörü vb.), görsel eğitim ve geribildirim teknolojileri (video kullanımı, kamera vb.), dijital fiziksel etkinlik / oyun teknolojileri (wii, xbox kinects vb.), dijital güvenilir bilgi kaynakları (web alanları, dijital kütüphane kaynakları vb.), sosyal ağların öğrenme amaçlı kullanımı (blog alanları, dijital tartışma, fikir alış verişi programlarını etkili kullanma) sayılabilir (Şekil 8).



Şekil 8. Çeşitli teknolojilerin beden eğitimi derslerinde kullanımı

Ayrıca, TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim programı, öğrencilerin Türkçe yanında öğrendikleri İngilizce ve diğer dillerde üretilmiş beden eğitimi ve sporla ilgili kitap, video ve internet kaynakları gibi eğitim materyallerini derslerde kullanmalarını sağlar. Böylece başka dillerde üretilmiş nitelikli eğitim materyalleri öğrenme ortamını zenginleştirerek kalıcı öğrenmenin geliştirilmesi için kullanılır.

5.4. Öğrenci İhtiyacının Belirlenmesi

TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı okuldaki her bir öğrencinin beden eğitimi ve spor ile ilgili ihtiyaçlarının karşılanması üzerine kurulmuştur. Bu nedenle okuldaki her bir öğrencinin hareket becerisi ve sağlıkla ilgili fiziksel uygunluğu ölçülür ve değerlendirilir. Öğrencilerin özellikle yaşam içerisinde bedenlerini etkili kullanabilmeleri, sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk düzeylerinin geliştirebilmeleri için uygun öğrenme fırsatları sunulur.

Bu doğrultuda her bir öğrenci ile ilgili hareket becerisi ve fiziksel gelişim raporu tutulur. Bu raporlandırmalarda dijital teknolojilerden yararlanılır. Belirli dönemlerde kamera ve video teknolojilerinden yararlanılarak öğrencilerin hareket becerilerinin gelişimleri, fiziksel uygunluk düzeyleri takip edilir. Öğrencilerin bireysel

gereksinimleri doğrultusunda her bir öğrenciye eğitsel koçluk desteği verilerek, antrenman programı hazırlanır ve öğrencilerin uygulamaları takip edilir.

5.5. Öğrenci İhtiyaçlarına Uygun Öğrenme Fırsatları Sunma

Öğrencilerin yaşam içerisinde bedenlerini etkili kullanabilmeleri için gerekli olan sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk özelliklerinin geliştirilmesi için uygun öğrenme fırsatları yaratılır. Özel ihtiyaçları olan öğrenciler için ders dışında, okul içinde ek eğitim imkânları hazırlanır. Okul bahçesi çocukların ders dışında fiziki etkinliklere etkili katılabileceği şekilde düzenlenir. Her bir öğrencinin fiziksel etkinliğe ve spora istekle katılımını artıracak ders dışı etkinlikler sunulur.

5.6. Öğrenen Merkezli Öğretim

TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programındaki kazanımlarının gerçekleşmesi için ağırlıklı olarak öğrenen merkezli stil, model ve stratejilerin kullanımı gerekmektedir. Bu stil, model ve stratejiler Tablo 6'da verilmiştir.

Tablo 6. Beden Eğitimi Öğretiminde Kullanılan Stiller, Modeller ve Stratejiler

Öğretim Stilleri	Öğretim Modelleri	Öğretim Stratejileri
• A-Komut • B-Alıştırma • C-Eşli çalışma • D-Kendini değerlendirme • E-Katılım • F-Yönlendirilmiş buluş • G-Problem çözme • H-Öğrencinin tasarımı • I-Öğrencinin başlatması • J-Kendi kendine öğrenme	• Doğrudan öğretim modeli • Bireyselleştirilmiş öğretim modeli • İşbirliğine dayanan öğretim modeli • Akran eğitimi modeli • Düşünme temelli öğretim modeli • Spor eğitimi modeli • Taktik oyun modeli • Kişisel ve sosyal sorumluluk modeli	• Sunuş • Buluş • Araştırma/İnceleme

Tablo 6'da sunulan öğretim stillerinden eşli çalışma ve sonrasındaki öğretim stilleri (C-J) komut ve alıştırmaya göre daha öğrenen merkezli stillerdir.

Öğretim modelleri içinde ise işbirliğine dayanan, akran, düşünme temelli, spor eğitimi, taktik oyun, kişisel ve sosyal sorumluluk modelleri doğrudan ve bireyselleştirilmiş öğretime göre daha öğrenen merkezli olanlardır. Öğretim stratejilerinden buluş, araştırma/inceleme stratejileri sunuş stratejisine göre daha öğrenen merkezlidir.

Aynı zamanda TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı, öğrencilerde üç öğrenme alanına (Hareket, Zindelik, Kişisel ve Sosyal Gelişim) yönelik becerilerinin gelişimini destekleyen kazanımlar içermektedir.

Tablo 7. Öğrenme Alanlarına Yönelik Beceri Listesi

Öğrenme Alanları ve Beceriler		
Hareket	Zindelik	Kişisel ve Sosyal Gelişim
• Temel hareket • Birleştirilmiş hareket • Nesne kontrolü • Vücut farkındalığı • Alan farkındalığı • Koordinasyon • Dikkat • Uyum • Statik denge • Dinamik denge • Strateji-taktik geliştirme • Yorumlama • İlişkilendirme • İşbirliği • Spora özgü temel beceriler	• Gerekçelendirme • Ayırt etme • Karşılaştırma • Yorumlama • İlişkilendirme • Bilgi teknolojilerini kullanma • Planlama • Sınıflandırma • Araştırma	• Kendini ifade etme • Yönergeyi takip etme • İşbirliği • Gözlem • Problem çözme • Sonuç çıkarma • Araştırma • Tahmin etme • İletişim • Ayırt etme • Gerekçelendirme • Adil oyun davranışı geliştirme • Değerlendirme • İçsel motivasyon geliştirme • Zaman yönetimi • Yaratıcılık • Liderlik

5.7. Diğer Derslerle İlişkilendirme

TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı öğrenme çıktılarına ve kazanımlara ulaşmak için diğer derslerle ilişkilendirme yapılması öğrenme-öğretme süreçlerinin etkililiğini artırmada etkili olacaktır. Öğretmenler, yıllık planlarını hazırlarken Drama, Müzik, Fen ve Teknoloji, Hayat Bilgisi, Matematik, Fizik, Biyoloji, Coğrafya, Tarih vb. derslerin öğretmenleriyle işbirliği yaparak derslerin kazanımları arasında ilişki kurmalıdırlar.

5.8. Okul Fiziksel Etkinlik ve Spor Alanlarının Etkili Kullanımı

TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı okul içindeki fiziksel etkinlik ve spor alanlarının dersin amaçları doğrultusunda etkili kullanımına önem verir. Okul içindeki kapalı spor salonları, açık hava sahaları, atletizm pisti ve okul bahçesi beden eğitimi dersi ile ilgili etkinlik alanlarıdır (Tablo 8). Bu etkinlik alanlarında öğrencilerin yaşa ve sınıfa özgü belirlenmiş olan kazanımlara ulaşmaları için özgün fiziksel etkinlik ve sporları

deneyimlemeleri beklenir. Etkinlik alanlarının tamamı ders amaçları doğrultusunda düzenlenir.

Tablo 8. TED Ankara Koleji Beden Eğitimi Dersi Etkinlik Alanları

Düzy	Fiziksel Etkinlik ve Spor Alanları
Okul Öncesi	Oyun salonu
İlkokul	3 adet küçük kapalı salon Masa tenisi salonu Halı saha 3 adet çok amaçlı saha
Ortaokul	Büyük kapalı salon Küçük kapalı salon 2 adet çok amaçlı saha Halı saha
Lise	2 adet çadır salon Büyük kapalı salon Küçük kapalı salon Halı saha 2 adet çok amaçlı saha
Bütün okul düzeylerinin birlikte kullanımına uygun tesisler	Olimpik Atletizm pisti Futbol sahası Bahçe
Spor ve Sanat Merkezi	Yarı olimpik kapalı yüzme havuzu Açık yüzme havuzu 2 adet çok amaçlı salon 6 adet tenis kortu

TED Ankara Koleji fiziksel etkinlik ve spor alanları doğrultusunda öğretim programı kapsamına alınan fiziksel etkinlikler/sporlar Tablo 9'da sunulmuştur.

Tablo 9. TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler – Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı Kapsamında Önerilen Fiziksel Etkinlikler/Sporlar

Etkinlik/Spor Grubu	Etkinlikler/Sporlar
Bireysel Mücadele Sporları	• Atletizm • Bisiklet • Jimnastik • Güreş • Judo
Takım Sporları	• Basketbol • Futbol-Futsal • Hentbol • Hokey • Korfbol • Lakroz • Rugby • Voleybol
Ritim ve Dans	• Halk dansları • Modern danslar
Raket Sporları	• Badminton • Masa tenisi • Pkılbol • Tenis
Doğa, Macera ve Rekreatif Etkinlikler/Sporlar	• Dağ bisikleti • Frizbi • İzcilik • Kampçılık • Kay-kay • Orientering • Paten • Tırmanma
Hedef/Vurma Etkinlikleri	• Beyzbol-Softbol • Bocce • Bowling • Golf • Kriket • Okçuluk
Su Sporları	• Yüzme • Su topu • Senkronize yüzme
Fiziksel Uygunluk	Kas dayanıklılığı çalışmaları (Ağırlık-Kalistenik), Jogging, Yürüyüş, Aerobik jimnastik/step, Koşu bandı çalışmaları, Bisiklet ergometresi çalışmaları, Kürek ergometresi çalışmaları, İp atlama, Yoga, Pilates

Not: Yukarıda belirtilen etkinlikler/sporlar ortaokul ve lise düzeyleri içindir.

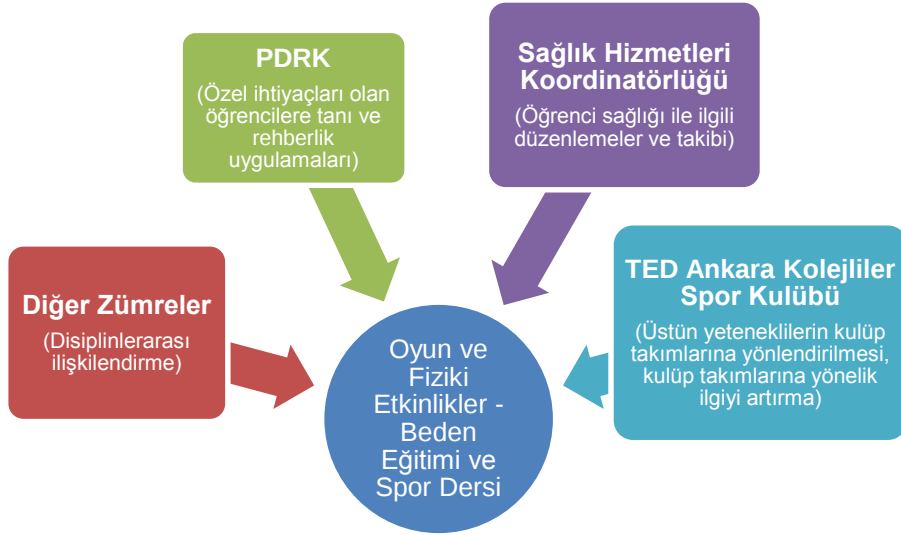
Okul öncesi ve ilkököl programı temel hareket becerileri ve bunları geliştirmeye dönük oyunlar, ortaokul ve lise programı ise bu temel hareket becerilerinin Tablo 9'da sunulan etkinlikler ve sporlarla geliştirilerek ilgili fiziksel etkinlikler/sporlara özgü becerilere dönüştürüldüğü bir alan olarak planlanmıştır.

5.9. Okul - Aile İşbirliği

TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı beden eğitimi ders amaçlarına ancak okul-aile işbirliği yapıldığında tam olarak ulaşılabileceğini öngörür. Öğrencilerin fiziksel gelişimlerinin izlenmesi, fiziksel uygunluk düzeylerinin geliştirilmesi, bilinçli ve sağlıklı bireyler olmalarına yönelik eğitsel destek verilmesi amacıyla boy kilo, mekik, şınav ve esneklik ölçümlerine yönelik verilerin Okul Bilgi Sistemi (OBS) üzerinden aile tarafından takibine olanak tanır. Bu doğrultuda gözlenen öğrenci ihtiyaçları ve öğrencilerin eğitim sürecindeki gelişimleri öğrenci velileri ile düzenli olarak paylaşılır. Öğrencilerin öğrenme ihtiyaçlarının karşılanması için okul içinde yapılanlar konusunda öğrenci velileri düzenli olarak bilgilendirilir. Okul dışında yapılması gerekenlerle ilgili ailelere yazılı/görsel kaynaklarla rehberlik hizmeti sağlanır.

5.10. Kurumsal Paydaşlarla İşbirliği

TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı amaçlarına ulaşmada diğer ders öğretmenleri/zümreleri, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Koordinatörlüğü, Sağlık Hizmetleri Koordinatörlüğü ve TED Ankara Kolejliler Spor Kulübü ile işbirliği önemlidir (Şekil 9).



Şekil 9. Kurumsal paydaşlarla işbirliği

Diğer zümreler, Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı öğrenme alanları ve kazanımları hakkında bilgilendirilir. Bu öğrenme alanları ve kazanımların diğer derslerle ilişkilendirilmesi desteklenir.

Sağlık Hizmetleri Koordinatörlüğünce, sağlık-spor ilişkisi kapsamında yer alan konularla (sağlıklı beslenme, düzenli egzersiz yapmanın önemi, spor kazaları, ilk yardım uygulamaları vb.) ilgili öğrencilere ve velilere yönelik bilgilendirme ve danışmanlık hizmeti sunulur.

Psikolojik Danışma ve Rehberlik Koordinatörlüğünden özel ihtiyaçları olan öğrencilerin tespiti ve sorunlarına yönelik rehberlik desteği alınır.

TED Ankara Kolejliler Spor Kulübü, öğretim programının kazanımlarına istenen düzeyde ulaşılabilmesi için önemli bir paydaştır. Bu nedenle sadece sporda üstün yetenekli öğrencilerin değil bütün öğrencilerin kendilerini TED Ankara Kolejliler Spor Kulübünün bir parçası hissetmesi için işbirliği fırsatları yaratılmasına önem verilir. Sporda üstün yetenekli öğrencilerin TED Ankara Koleji okul takımlarında ve TED Ankara Kolejliler Spor Kulübünde kendilerini geliştirmeleri için desteklenmeleri bu öğretim programı kapsamı içindedir.

6. PROGRAMIN ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME YAKLAŞIMI

TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programında öğrenci merkezli, öğretim sürecinin tamamını kapsayan, sürekli ve çok yönlü bir ölçme değerlendirme yaklaşımı benimsenmiştir. Öğrenme öğretme süreçlerinin her aşamasında öğrenciye ne bildiği, ne anladığı, ne hissettiği, ne öğrendiği ile ilgili bilgi, duygu, düşünce ve becerilerine yönelik tespit, takip, geri bildirim ve yönlendirme imkânı tanımaktadır. Bu anlayışla, öğrencilerin mevcut ilgi, bilgi, beceri ve yeteneklerinin geliştirilmesi, uzun süreli sürdürülebilirliğinin sağlanması, üstün yetenekli öğrencilerin belirlenmesi ve spor kulübüne yönlendirilmesi, profesyonel spor yaşantılarının desteklenmesi hedeflenmektedir.

TED Ankara Koleji Oyun ve Fiziki Etkinlikler - Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programında yürütülen ölçme değerlendirme çalışmaları sonucu elde edilen veriler ile aynı zamanda, öğretim programının diğer paydaşlarına geri bildirim sağlamak amaçlanmıştır. Öğrenci velilerine çocuklarının bilgi ve beceri gelişimleriyle ilgili bilgi edindirme ve izleme imkânı tanır. Program uygulayıcılarına öğrencilerin bilgi, beceri ve yetenek gelişimleriyle ilgili farkındalık sağlama, problem durumlarını belirleme, gerekli eğitsel koçluk hizmeti, etkili öğrenme öğretme süreçleri ve ortamları planlamaya yönelik geri bildirimler sağlar. Program Geliştirme ve Ölçme Değerlendirme uzmanlarına öğretim programında yer alan kazanımlar, öğrenme öğretme ve değerlendirme süreçleriyle ilgili geri bildirim sağlayarak gözden geçirme ve yeniden düzenleme imkânı sunar. Okul yönetiminin öğretim programına yönelik karar verme, planlama, uygulama, yeniden düzenleme çalışmalarına temel oluşturur.

Bu genel amaçlara ve öğretim programı kapsamına yönelik olarak Okul Bilgi Sistemi altında Beden Eğitimi ve Spor yazılımı geliştirilmiştir. Bu yazılım ile öğrencilerin fiziksel gelişim ve fiziksel uygunluklarına ilişkin ölçüm sonuçlarının öğretim yılı başı, ortası ve sonunda girilmesi planlanmıştır. Ölçüm sonuçları sınıf, yaş, cinsiyet değişkenlerine göre uluslararası normlarla kıyaslanarak bireysel ve okul geneline ilişkin veri sağlamak, elde edilen verilerle eğitsel koçluk desteği ihtiyacı olan öğrencilere antrenman programı önerileri getirmek amaçlanmıştır.

Her okul düzeyi için ana öğrenme çıktıları ile ilgili önerilen ölçme ve değerlendirme araçları örnekleri aşağıdaki tablolarda yer almaktadır.

1. Çıktı: Çeşitli fiziksel etkinliklere ve sporlara özgü hareket becerilerini geliştirir.

Okul Düzeyi	Ölçülecek Özellik	Ölçme ve Değerlendirme Araçları
Okul öncesi-İlkokul	- Temel Hareket Becerileri - Yer değiştirme - Dengeleme - Nesne kontrolü - Birleştirilmiş	“Temel Hareket Becerileri Kontrol Listesi / Gözlem Formu”
Ortaokul	- Temel hareket becerilerinin çeşitli sporlara hazırlayıcı etkinliklerde kullanımı - Spora/etkinliğe özgü beceriler	“Temel Hareket Becerileri Kontrol Listesi / Gözlem Formu” “Spora/Fiziksel Etkinliğe Özgü Hareket Becerileri Kontrol Listesi / Gözlem Formu/Dereceli Puanlama Anahtarı” “Akran Değerlendirme / Öz Değerlendirme”
Lise	Spora/etkinliğe özgü beceriler	“Spora/etkinliğe Özgü Hareket Becerisi Gözlem Formu”

2. Çıktı: Hareket kavramlarını ve ilkelerini çeşitli fiziksel etkinliklerde ve sporlarda kullanır.

Okul Düzeyi	Ölçülecek Özellik	Ölçme ve Değerlendirme Araçları
Okul öncesi-İlkokul	- Vücut farkındalığı kavramları - Alan farkındalığı kavramları - Temel hareket becerileri kavramları	“Hareket Kavramları İlişkilendirme Çalışma Yaprakları” “Başarı Testi” “Performans Görevi”
Ortaokul	- Biyomekanik ilkeler - Spora/etkinliğe özgü hareket kavramları - Hareket becerisi öğrenme ilkeleri	“Başarı Testi” “Performans Görevi”
Lise	- Biyomekanik ilkeler - Spora/etkinliğe özgü hareket kavramları - Spora özgü beceri öğrenme ilkeleri	“Başarı Testi” “Performans Görevi”

3. Çıktı: Hareket stratejilerini ve taktiklerini çeşitli fiziksel etkinliklerde ve sporlarda kullanır.

Okul Düzeyi	Ölçülecek Özellik	Ölçme ve Değerlendirme Araçları
Okul öncesi-İlkokul	- Basit kurallı oyunlardaki kurallara uyma - Bireysel ve takım hareket ve oyun stratejileri geliştirme	“Oyun Kurallarına Uyma Gözlem Formu” “Kullanılan Stratejiler ve Taktikler Gözlem Formu”
Ortaokul	- Savunma ve hücum stratejileri-taktikleri - Karşılaşılan hareket becerisi problemleri için stratejik ve taktik çözümler üretme	“Kullanılan Stratejiler ve Taktikler Gözlem Formu” “Örnek Durum (Vaka) Çalışması” (Öğrencilere çeşitli hareket becerileri ile ilgili videolar izletilir. Öğrencilerden izledikleri videolardaki hareket becerileri için stratejik ve taktik çözümler üretmeleri istenir)
Lise	- Sporlara özgü stratejileri ve taktikleri etkili kullanma - Sporlara özgü stratejik ve taktik çözümler üretme	“Spor Kurallarına Uyma Gözlem Formu” “Örnek Durum (Vaka) Çalışması” (Öğrencilere çeşitli hareket becerileri ile ilgili videolar izletilir. Öğrencilerden izledikleri videolardaki hareket becerileri için stratejik ve taktik çözümler üretmeleri istenir)

4. Çıktı: Sağlıklı yaşamla ilgili fiziksel etkinlik ve spor kavramlarını ve ilkelerini açıklar

Okul Düzeyi	Ölçülecek Özellik	Ölçme ve Değerlendirme Araçları
Okul öncesi-İlkokul	- Fiziksel etkinliklerin sağlık yararları - Fiziksel etkinliklerde sağlığı koruma - Fiziksel etkinliklerde güvenlik - Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk kavramları	“Fiziksel Etkinlik Kartları” “Başarı Testi” “Performans Görevi”
Ortaokul	- Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk kavramları ve ilkeleri - Sağlıkla ilgili fiziksel uygunlukla ilgili bireysel ihtiyaçları belirleme - Sağlıkla ilgili fiziksel etkinlik teknolojileri kullanımı - Fiziksel etkinlikler için katılım motivasyonu geliştirme	“Başarı Testi” “Performans Görevi”
Lise	- Çevredeki spor imkanlarını araştırma - Fiziksel etkinlik düzeyini değerlendirmede teknolojik araçları kullanma - Antrenman ilkelerine uyma - Temel egzersiz fizyolojisi kavramları	“Başarı Testi” “Performans Görevi” “Öğrenci Günlüğü”

5. Çıktı: Sağlıklı olmak ve sağlığını geliştirmek için fiziksel etkinliklere ve sporlara düzenli olarak katılır.

Okul Düzeyi	Ölçülecek Özellik	Ölçme ve Değerlendirme Araçları
Okul öncesi-İlkokul	Düzenli fiziksel etkinliklere katılım	“Haftalık-Aylık Takip Çizelgeleri”
Ortaokul	- Düzenli fiziksel etkinliklere/sporlara katılım - Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk düzeyi	“Haftalık-Aylık Takip Çizelgeleri” “Sağlıkla İlgili Fiziksel Uygunluk Testleri-Fitnessgram” (Vücut kompozisyonu, kas dayanıklılığı, aerobik dayanıklılık ve esneklik ölçümleri ile değerlendirme)
Lise	- Düzenli fiziksel etkinliklere/sporlara katılım - Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk düzeyi - Spora özgü fiziksel uygunluk düzeyi	“Haftalık-Aylık Takip Çizelgeleri” “Sağlıkla İlgili Fiziksel Uygunluk Testleri” (Vücut kompozisyonu, kas dayanıklılığı, aerobik dayanıklılık ve esneklik ölçümleri ile değerlendirme) “Spora Özgü Fiziksel Uygunluk Testleri” (Çeviklik, denge, koordinasyon vb. testler)

6. Çıktı: Beden eğitimi ve sporla ilgili kültürel birikimimizi ve değerlerimizi kavrar.

Okul Düzeyi	Ölçülecek Özellik	Ölçme ve Değerlendirme Araçları
Okul öncesi-İlkokul	- Geleneksel çocuk oyunları - Milli bayramlar/belirli gün ve haftaların kutlanmasına istekle katılım	“Performans Görevi” “Geleneksel Çocuk Oyunları Çalışma Yapağı” “Etkinliklere Katılım Formu”
Ortaokul	- Milli bayramlar/belirli gün ve haftaların kutlanmasına istekle katılım - Kurum değerlerini özümseme	“Performans Görevi” “Etkinliklere Katılım Formu”
Lise	- Milli bayramlar/belirli gün ve haftaların anma ve kutlanmasına istekle katılım - Kurum değerlerini özümseme	“Performans Görevi” “Etkinliklere Katılım Formu”

7. Çıktı: Beden eğitimi ve spor yoluyla öz-yönetim becerilerini geliştirir.

Okul Düzeyi	Ölçülecek Özellik	Ölçme ve Değerlendirme Araçları
Okul öncesi-İlkokul	- Bireysel sorumluluk (kurallara uyma) - Güvenlik	“Öz-yönetim Becerileri Öz-değerlendirme Formu” “Sorumluluk Takip Formu”
Ortaokul	- Bireysel sorumluluk (kurallara uyma, gönüllülük) - Adil oyun davranışı - Kendini tanıma - Güvenlik	“Öz-yönetim Becerileri Öz-değerlendirme Formu” “Sorumluluk Takip Formu” “Adil Oyun Davranışı Takip Formu”
Lise	- Bireysel sorumluluk - Adil oyun davranışı - Kendini tanıma - Güvenlik	“Öz-yönetim Becerileri Öz-değerlendirme Formu” “Sorumluluk Takip Formu” “Adil Oyun Davranışı Takip Formu” “Liderlik Becerileri Takip Formu”

8. Çıktı: Beden eğitimi ve spor yoluyla sosyal becerilerini geliştirir.

Okul Düzeyi	Ölçülecek Özellik	Ölçme ve Değerlendirme Araçları
Okul öncesi-İlkokul	- İletişim - İşbirliği	“Fiziksel etkinliklerde İletişim ve İşbirliği Becerileri Öz-değerlendirme Formu” “Fiziksel etkinliklerde İletişim ve İşbirliği Becerileri Değerlendirme Formu”
Ortaokul	- İletişim - İşbirliği	“Fiziksel etkinliklerde İletişim ve İşbirliği Becerileri Öz-değerlendirme Formu” “Fiziksel etkinliklerde İletişim ve İşbirliği Becerileri Değerlendirme Formu”
Lise	- İletişim - İşbirliği	“Fiziksel etkinliklerde İletişim ve İşbirliği Becerileri Öz-değerlendirme Formu” “Fiziksel etkinliklerde İletişim ve İşbirliği Becerileri Değerlendirme Formu”

9. Çıktı: Beden eğitimi ve spor yoluyla düşünme becerilerini geliştirir.

Okul Düzeyi	Ölçülecek Özellik	Ölçme ve Değerlendirme Araçları
Okul öncesi-İlkokul	• Öğrenmeyi öğrenme • Problem çözme • Yaratıcı düşünme	"Öz-değerlendirme Formu" "Fiziksel Etkinliklerde Düşünme Becerileri Listesi"
Ortaokul	• Öğrenmeyi öğrenme • Problem çözme • Yaratıcı düşünme • Yansıtıcı düşünme	"Öz-değerlendirme Formu" "Fiziksel Etkinliklerde Düşünme Becerileri Listesi"
Lise	• Problem çözme • Eleştirel düşünme • Yansıtıcı düşünme	"Öz-değerlendirme Formu" "Fiziksel Etkinliklerde Düşünme Becerileri Listesi"