**.......................OKULU BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİ ...... SINIFI  
ÜNİTELENDİRİLMİŞ YILLIK DERS PLANI**

| **AY** | **HAFTA** | **SAAT** | **ÖĞRENME ALANI** | **KAZANIM** | **KONU** | **ALT ÖĞRENME ALANI** | **DEĞERLENDİRME** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| EYLÜL | 1.HAFTA(11-17) | 2 SAAT | 5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI | BE.5.1.2.3. Oyun ve etkinliklerde belirlenen kural ve yönergeleri uygular. | H ‘Kuralları Öğreniyorum’: Öğrencilere Yıl boyunca beden eğitimi dersinde kullanılan kavramlar açıklanır, Beden eğitimi dersinde kullanılacak ders kıyafetleri, soyunma odalarının kullanımı ile ilgili açıklamalarda bulunulur; sonraki derslerde nasıl hazır olmaları gerektiği söylenir. Beden eğitimi dersinde nasıl sıra olunacağı, geniş kolda, derin kolda sıralanmaları, öğretmenin nasıl bekleneceği, genel ısınmanın nasıl yapılacağı vb. kurallar öğrencilere gösterilir. | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **2023-2024 Eğitim-Öğretim yılı başlangıcı** |
| EYLÜL | 2.HAFTA(18-24) | 2 SAAT | 5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI | BE.5.1.1.1. Yer değiştirme hareketlerini alan ve efor farkındalığını göstererek uygular. “Yer Değiştirme Hareketleri” FEK’lerindeki (sarı 1-8 arasındaki kartlar) | H ‘Hep Birlikte Hareket Edelim’: Öğrenciler grup oluşturur ve dizilmeleri ve sıralanmaları hep birlikte yapmaya çalışırlar | 5.1.1. Hareket Becerileri |  |
| EYLÜL-EKİM | 3.HAFTA(25-01) | 2 SAAT | 5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI | BE.5.1.2.9. Oyun ve etkinliklerde kendisinin ve arkadaşlarının performanslarını değerlendirir. | H ‘Fiziksel Uygunluk Testi’: Öğrencilere boy ve kilo ölçümü, otur uzan esneklik testi, şınav ve mekik kuvvet ölçümleri yapılır | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri |  |
| EKİM | 4.HAFTA(02-08) | 2 SAAT | 5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI | BE.5.1.2.3. Oyun ve etkinliklerde belirlenen kural ve yönergeleri uygular. | H ‘Mini Voleybol oyun kurallarını öğreniyorum’: Voleybol oyununun tanımı yapılır, Voleybol sahası ölçüleri, bir takımdaki as oyuncu ve yedek oyuncu sayısı, oyuncu değiştirme hakkını, maçı yöneten hakem sayısını, oyun süresi ile devre arası, vb. kurallar anlatılır. Soru cevap yöntemiyle geri bildirim alınmaya çalışılır. | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri |  |
| EKİM | 5.HAFTA(09-15) | 2 SAAT | 5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI | BE.5.1.1.2 Dengeleme gerektiren hareketleri vücut ve alan farkındalığını göstererek uygular. “Dengeleme Hareketleri” FEK’lerindeki (sarı 9-17 arasındaki kartlar) | H ‘Voleybolda parmak pası öğreniyorum’: Voleybolda parmak pas öğrencilere anlatılarak, etkinliklerle öğrencilere yaptırılır. | 5.1.1. Hareket Becerileri |  |
| EKİM | 6.HAFTA(16-22) | 2 SAAT | 5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI | BE.5.1.1.3. Nesne kontrolü gerektiren hareketleri vücut farkındalığı ve hareket ilişkilerini göstererek uygular. “Nesne Kontrolü Gerektiren Hareketler” FEK’lerindeki (sarı 18-26 arasındaki kartlar) | H ‘Voleybol manşet pası öğreniyorum’: Voleybolda manşet pas öğrencilere anlatılarak, etkinliklerle öğrencilere yaptırılır. | 5.1.1. Hareket Becerileri |  |
| EKİM | 7.HAFTA(23-29) | 2 SAAT | 5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI | BE.5.1.1.4. Birleştirilmiş hareket becerilerini çeşitli oyun ve etkinliklerde gösterir. “Birleştirilmiş Hareketler” FEK’lerindeki (sarı 27-33 arasındaki kartlar) | H ‘Voleybolda servis öğreniyorum’: Voleybolda servis öğrencilere anlatılarak, etkinliklerle öğrencilere yaptırılır. | 5.1.1. Hareket Becerileri |  |
| EKİM-KASIM | 8.HAFTA(30-05) | 2 SAAT | 5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI | BE.5.1.2.7. Oyun ve etkinliklerde kaybetmeye ve kazanmaya ilişkin uygun davranışlar sergiler. İş birliğine veya yarışmaya dayalı oyun ve etkinliklerde adil oyun anlayışına uygun davranma ile oyun ve etkinliklerde dürüstlük, saygı ve öz saygı değerleri üzerinde durulur. | H ‘Mini Voleybol Turnuva düzenliyorum’: Sınıf içi mini voleybol turnuvası düzenlenir. | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **Kızılay Haftası** |
| KASIM | 9.HAFTA(06-12) | 2 SAAT | Ölçme ve Değerlendirme | Ölçme ve Değerlendirme | Ölçme ve Değerlendirme | Ölçme ve Değerlendirme | **Atatürk Haftası** |
| KASIM | 10.HAFTA(20-26) | 2 SAAT | 5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI | BE.5.1.2.3. Oyun ve etkinliklerde belirlenen kural ve yönergeleri uygular. Oyun ve etkinliklerde adalet ve dürüstlük değerleri üzerinde durulur.BE.5.1.2.3. Oyun ve etkinliklerde belirlenen kural ve yönergeleri uygular. Oyun ve etkinliklerde adalet ve dürüstlük değerleri üzerinde durulur. | H ‘Masa Tenisi oyun kurallarını öğrenelim’: Öğrenciler masa tenisi oyun kuralları ile ilgili bilgileri çeşitli kaynaklardan (internet, sporcular, kütüphane, vs.) araştırırlar. Elde ettikleri bilgileri sınıfa (cd., sunu, slayt, seminer, vs.) sunarlarH ‘Masa Tenisi oyun kurallarını öğrenelim’: Öğrenciler masa tenisi oyun kuralları ile ilgili bilgileri çeşitli kaynaklardan (internet, sporcular, kütüphane, vs.) araştırırlar. Elde ettikleri bilgileri sınıfa (cd., sunu, slayt, seminer, vs.) sunarlar | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **Öğretmenler Günü** |
| KASIM-ARALIK | 11.HAFTA(27-03) | 2 SAAT | 5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI | BE.5.1.2.2. Oyunlara ve etkinliklere katılımda güçlü ve geliştirilmesi gereken yönlerinin farkına varır. Etkinliklerde öz saygı değeri üzerinde durulur. | H ’ Masa Tenisinde Temel duruş ve raket tutuşu çalışması’: Öğrencilere temel duruş ve raket tutuşu çalışmaları yaptırılır. | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri |  |
| ARALIK | 12.HAFTA(04-10) | 2 SAAT | 5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI | BE.5.1.2.1. Oyun ve etkinliklerde katılımda güçlü ve geliştirilmesi gereken yönlerinin farkına varır. | H ’ Masa Tenisinde rakete alışma çalışması’: Öğrencilere temel duruş ve raket tutuşu çalışmaları yaptırılır. | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri |  |
| ARALIK | 13.HAFTA(11-17) | 2 SAAT | 5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI | BE.5.1.2.5. Oyun ve etkinliklerde farklı iletişim yollarını kullanır. Oyun ve etkinliklerde sağlıklı iletişim kurmak için gerekli olan sözlü (etkili dinleme, etkili mesaj gönderme, ben ve biz dili kullanma), görsel (beden dili, jest ve mimikler, vurgular vb.) ve yazılı iletişim yolları üzerinde durulur. | H ‘Masa Tenisinde Forehand vuruş’: Öğrencilere Forehand vuruşla ilgili çalışmalar yaptırılır. | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri |  |
| ARALIK | 14.HAFTA(18-24) | 2 SAAT | 5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI | BE.5.1.2.6. Oyun ve etkinliklerde iş birliğinin önemini kavrar. Oyun ve etkinliklerde paylaşma ve yardımseverlik değerleri üzerinde durulur. | H ‘Masa Tenisinde Backhand vuruş’: Öğrencilere Backhand vuruşla ilgili çalışmalar yaptırılır. | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri |  |
| ARALIK | 15.HAFTA(25-31) | 2 SAAT | 5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI | BE.5.1.3.1. Oyun ve etkinliklerde hücuma yönelik strateji ve taktikleri gösterir. BE.5.1.3.2. Oyun ve etkinliklerde savunmaya yönelik strateji ve taktikleri gösterir. | H ‘Masa Tenisinde Servis’: Öğrencilere servis atışıyla ilgili çalışmalar yaptırılır. | 5.1.3. Hareket Strateji ve Taktikleri i |  |
| OCAK | 16.HAFTA(01-07) | 2 SAAT | Ölçme ve Değerlendirme | Ölçme ve Değerlendirme | Ölçme ve Değerlendirme | Ölçme ve Değerlendirme | **Yılbaşı Tatili** |
| OCAK | 17.HAFTA(08-14) | 2 SAAT | 5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI | BE.5.1.2.8. Oyun ve etkinliklerde bireysel farklılıklara duyarlı olur. Etkinliklerde duyarlılık, saygı ve yardımseverlik değerleri üzerinde durulur. | H ‘Temel cimnastik duruşlarını öğreniyorum’: planör, kartal, küçük köprü, büyük köprü, mum, dizüstü, cephe vb. duruşlarının teknikleri öğrencilere anlatılır, daha sonrada öğrencilere örneklerle gösterilir ve yaptırılır. | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri |  |
| OCAK | 18.HAFTA(15-21) | 2 SAAT | 5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI | BE.5.1.1.5. Temel jimnastik hareketlerini yapar. | H ‘Öne ve Geriye takla atıyorum’: Öne ve geriye takla teknikleri öğrencilere anlatılır, daha sonrada öğrencilere örneklerle gösterilir ve yaptırılır. | 5.1.1. Hareket Becerileri | **Birinci Dönemin Sona Ermesi** |
| ŞUBAT | 19.HAFTA(05-11) | 2 SAAT | 5.2. AKTİF VE SAĞLIKLI HAYAT ÖĞRENME ALANI | BE.5.2.2.7. Fiziksel etkinliklerde ilkyardımın genel amaçlarını ve uygulamalarını bilir. | H ‘İlk Yardımı Öğreniyorum’: İlkyardım hakkında bilgiler verilir. Bilişim teknolojilerinden ve çevresindeki sağlık kuruluşlarından yararlanarak sınıfta temel ilk yardım ilkelerini içeren bir afiş hazırlanır. | 5.2.2. Fiziksel Etkinlik Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **İkinci Yarıyıl Başlangıcı** |
| ŞUBAT | 20.HAFTA(12-18) | 2 SAAT | 5.2. AKTİF VE SAĞLIKLI HAYAT ÖĞRENME ALANI | BE.5.2.2.4. Fiziksel etkinliklerde ne zaman ve nasıl beslenmesi gerektiğini açıklar.. BE.5.2.2.6. Fiziksel etkinliklerde kendisinin ve başkalarının sağlığına etki eden durumları açıklar. Etkinliklerde sağlığa duyarlılık değeri üzerinde durulur. | H Sağlıklı Yaşam ve Egzersiz: Öğrenciler, Egzersizin sağlıklı yaşam üzerinde etkilerini açıklayan sloganlar üretirler. Sloganlar afiş hâline getirilir. Daha sonra sloganlar arasından oy çokluğuyla en beğenilenleri, belirli gün ve haftalarla uyuşanlarından okulda sergilenir. | 5.2.2. Fiziksel Etkinlik Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri |  |
| ŞUBAT | 21.HAFTA(19-25) | 2 SAAT | 5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI | BE.5.1.2.3. Oyun ve etkinliklerde belirlenen kural ve yönergeleri uygular. Oyun ve etkinliklerde adalet ve dürüstlük değerleri üzerinde durulur. | H ‘Atletizmin branşlarını ve kurallarını öğrenelim’: Öğrenciler Atletizm branşlarını ve kuralları ile ilgili bilgileri çeşitli kaynaklardan (internet, sporcular, kütüphane, vs.) araştırırlar. Elde ettikleri bilgileri sınıfa (cd., sunu, slayt, seminer, vs.) sunarlar | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri |  |
| ŞUBAT-MART | 22.HAFTA(26-03) | 2 SAAT | 5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI | BE.5.1.2.4.Oyun ve etkinliklerde zamanı etkili kullanmanın önemini fark eder. Çeşitli oyunlarda veya etkinliklerde zamanı hedefler doğrultusunda etkili kullanmanın önemi vurgulanır. | H ‘Atletizmde koşular’: Kısa-orta-uzun mesafe koşuları, bayrak ve engel koşuları hakkında bilgiler verilerek sınıf içi koşu yarışları yapılır. | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri |  |
| MART | 23.HAFTA(04-10) | 2 SAAT | 5.2. AKTİF VE SAĞLIKLI HAYAT ÖĞRENME ALANI | BE.5.2.1.1. Fiziksel etkinliklere düzenli olarak katılır. Etkinliklere düzenli katılımın önemi ile etkinliklerde sorumluluk değeri üzerinde durulur. BE.5.2.2.1. Fiziksel etkinliklerin eğlenceli yönlerinin farkına varır. | H ‘Atletizmde atma ve atlamalar’: Atma ve Atlamalar hakkında bilgi verilerek oyunlar oynatılır. | 5.2.1. Düzenli Fiziksel Etkinlik 5.2.2. Fiziksel Etkinlik Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri |  |
| MART | 24.HAFTA(11-17) | 2 SAAT | Ölçme ve Değerlendirme | Ölçme ve Değerlendirme | Ölçme ve Değerlendirme | Ölçme ve Değerlendirme | **İstiklâl Marşı’nın Kabulü ve Mehmet Akif Ersoy’u Anma Günü** |
| MART | 25.HAFTA(18-24) | 2 SAAT | 5.2. AKTİF VE SAĞLIKLI HAYAT ÖĞRENME ALANI | BE.5.2.3.4. Geleneksel çocuk oyunlarını tanır. “Geleneksel Çocuk Oyunları” FEK’lerindeki (mor 1-3. kartlar) oyunlardan yararlanılabilir. Tarihsel mirasa duyarlılık değeri üzerinde durulur. Tarihsel mirasa duyarlılık değeri üzerinde durulur. | H ‘Geleneksel çocuk oyunlarını öğreniyorum’: Geleneksel çocuk oyunlarından kaleli yakan top için hazırlayıcı oyunlar öğretilir | 5.2.3. Kültürel Birikimlerimiz ve Değerlerimiz | **Şehitler Günü** |
| MART | 26.HAFTA(25-31) | 2 SAAT | 5.2. AKTİF VE SAĞLIKLI HAYAT ÖĞRENME ALANI | BE.5.2.2.5. Fiziksel etkinliklerde kendisinin ve başkalarının güvenliğine etki eden durumları açıklar. | H ‘Kaleli yakan top çalışması’: Kaleli yakan top turnuvası yaptırılarak teknik ve taktik çalışması yaptırılır. | 5.2.2. Fiziksel Etkinlik Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri |  |
| NİSAN | 27.HAFTA(01-07) | 2 SAAT | 5.2. AKTİF VE SAĞLIKLI HAYAT ÖĞRENME ALANI | BE.5.2.2.6. Fiziksel etkinliklerde kendisinin ve başkalarının sağlığına etki eden durumları açıklar. Etkinliklerde sağlığa duyarlılık değeri üzerinde durulur. | H ‘Kaleli yakan top turnuvası’: Kaleli yakan top turnuvası yaptırılarak müsabaka becerileri geliştirilir. | 5.2.2. Fiziksel Etkinlik Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri |  |
| NİSAN | 28.HAFTA(15-21) | 2 SAAT | 5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI | BE.5.1.1.6. Verilen ritim ve müziğe uygun dans adımlarını uygular. | H ’Halk dansları: Ülkemizin çeşitli yörelerine ait halk dansları ile ilgili ritmik becerileri öğrenir. | 5.1.1. Hareket Becerileri |  |
| NİSAN | 29.HAFTA(22-28) | 2 SAAT | 5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI | BE.5.1.1.7. Yakın çevresine ait halk danslarını uygular. “Kültürümüzü Tanıyoruz” FEK’lerindeki (mor 1-3. kartlar) BE.5.2.3.3. Yakın çevresine ait halk danslarını uygular Etkinliklerde kültürel mirasa duyarlılık değeri üzerinde durulur. | H ’Halk dansları: Ülkemizin çeşitli yörelerine ait halk dansları örnek olarak gösterilir. | 5.1.1. Hareket Becerileri | **23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı** |
| NİSAN-MAYIS | 30.HAFTA(29-05) | 2 SAAT | 5.2. AKTİF VE SAĞLIKLI HAYAT ÖĞRENME ALANI | BE.5.2.3.1. Bayram, kutlama ve törenlere katılır. Vatanseverlik ve tarihsel mirasa duyarlılık değerleri üzerinde durulur. | H ’23 Nisan Kutlu Olsun’: Öğrenciler, 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı hakkında resim, şiir, yazı vs. hazırlarlar. | 5.2.3. Kültürel Birikimlerimiz ve Değerlerimiz | **1 Mayıs İşçi Bayramı** |
| MAYIS | 31.HAFTA(06-12) | 2 SAAT | 5.2. AKTİF VE SAĞLIKLI HAYAT ÖĞRENME ALANI | BE.5.2.2.2. Katıldığı etkiniklerde fiziksel etkinlik düzeyini ölçer. Etkinliklerde sorumluluk değeri üzerinde durulur | H ‘Fiziksel Uygunluk Testi’: Öğrencilere boy ve kilo ölçümü, otur uzan esneklik testi, şınav ve mekik kuvvet ölçümleri yapılır | 5.2.2. Fiziksel Etkinlik Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri |  |
| MAYIS | 32.HAFTA(13-19) | 2 SAAT | 5.2. AKTİF VE SAĞLIKLI HAYAT ÖĞRENME ALANI | BE.5.2.2.3. Katıldığı fiziksel etkinliklerin, fiziksel uygunluğuna olan etkilerini açıklar. | H ‘Fiziksel Uygunluk Testi’: Öğrencilere boy ve kilo ölçümü, otur uzan esneklik testi, şınav ve mekik kuvvet ölçümleri yapılır | 5.2.2. Fiziksel Etkinlik Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri |  |
| MAYIS | 33.HAFTA(20-26) | 2 SAAT | 5.2. AKTİF VE SAĞLIKLI HAYAT ÖĞRENME ALANI | BE.5.2.3.2. Atatürk’ün sporla ilgili söylediği sözleri açıklar. Tarihsel mirasa duyarlılık değeri üzerinde durulur. | H ‘Atatürk ve Spor’: Atatürk’ün spor hakkında söylediği sözler, okunur, araştırılır, sınıfın panosuna asılır. Slayt gösterisi hazırlatılır. | 5.2.3. Kültürel Birikimlerimiz ve Değerlerimiz |  |
| MAYIS-HAZİRAN | 34.HAFTA(27-02) | 2 SAAT | Ölçme ve Değerlendirme | Ölçme ve Değerlendirme | Ölçme ve Değerlendirme | Ölçme ve Değerlendirme |  |
| HAZİRAN | 35.HAFTA(03-09) | 2 SAAT | 5.2. AKTİF VE SAĞLIKLI HAYAT ÖĞRENME ALANI | BE.5.2.3.5. Olimpik kavramları bilir. | H ‘Olimpiyatlar’: Öğrencilere, olimpiyatlarda hangi spor dallarının olduğu sorulur? Olimpiyatların ülke tanıtımındaki yararlarının neler olduğu? Olimpiyat oyunları kitle iletişim araçları ile daha iyi nasıl takip edilir? Yeni katılan spor branşlarını öğrenir. | 5.2.3. Kültürel Birikimlerimiz ve Değerlerimiz |  |
| HAZİRAN | 36.HAFTA(10-16) | 2 SAAT | 5.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI | BE.5.1.2.9. Oyun ve etkinliklerde kendisinin ve arkadaşlarının performanslarını değerlendirir. Oyun ve etkinliklerde eşitlik ve adalet değerleri üzerinde durulur. | H ‘2018-2019 yılı Beden eğitimi Dersinin Değerlendirilmesi’: Öğrencilere 2017-2018 yılı beden eğitimi dersini genel olarak değerlendirmeleri istenir. Dersin konularına, işlenişine, vs. çeşitli öneri ve çözümler sunarlar. | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **Ders Yılının Sona ermesi** |

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