

2009 - 2010  
EĞİTİM VE ÖĞRETİM YILI

İLKÖĞRETİM 1. SINIF

# **BEDEN EĞİTİMİ DERSİ**

# ÜNİTELENDİRİLMİŞ YILLIK DERS PLANI



.....İLKÖĞRETİM OKULU 2009 - 2010 EĞİTİM VE ÖĞRETİM YILI  
BEDEN EĞİTİMİ DERSİ 1. SINIF ÜNİTELENDİRİLMİŞ YILLIK DERS PLANI

AY	HAFTA	SAAT	ÖĞRENME ALANI	ALT ÖĞRENME ALANI	KAZANIMLAR	DERS İÇİ, DİĞER DERSLER VE ARA DİSİPLİNLERLE İLİŞKİLENDİRME	ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	AÇIKLAMALAR
EYLÜL - EKİM 2009	24 - 25 Eylül	2	A. HAREKET BİLGİ VE BECERİLERİ	A.1. TEMEL HAREKET BİLGİ VE BECERİLERİ	A.1.13. Okulundaki spor malzemelerini, spor alanlarını ve spor etkinliklerini tanıyabilir. A.1.12. Fiziksel etkinliklerde kullanacağı kişisel malzemeler için çanta hazırlar.		Gözlem formu ile değerlendirilir.	
	28 Eylül - 02 Ekim	2			A.1.15. Fiziksel etkinliklere katılmaya istekli olur. A.1.2. Hareket ederken vücut ve alan farkındalığı gösterir.		Öz, akran ve grup değerlendirme ile sözel olarak değerlendirilir.	[!] 1.2. Öğrencilerin birbirlerine çarpmalarını engellemek için gerekli önlemleri alınız.  [!] 1.2. Belirli alanda yürüme, koşma, sıçrama vb. hareketleri kimseye çarpmadan, duraklamadan, geri geri, yan yan ve farklı yönlerde doğru yapılır.

AY	HAFTA	SAAT	ÖĞRENME ALANI	ALT ÖĞRENME ALANI	KAZANIMLAR	DERS İÇİ, DİĞER DERSLER VE ARA DİSİPLİNLERLE İLİŞKİLENDİRME	ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	AÇIKLAMALAR
EKİM 2009	05 - 09 Ekim	2	A. HAREKET BİLGİ VE BECERİLERİ	A.1. TEMEL HAREKET BİLGİ VE BECERİLERİ	A.1.1. Çevresinde hareket eden varlıkları gözlemleyerek hareketlerindeki farklılıkları ayırt eder.		Öz ve akran değerlendirme ile sözel olarak değerlendirilir.	
	12 - 16 Ekim	2			A.1.15. Fiziksel etkinliklere katılmaya istekli olur. A.1.10. Fiziksel etkinliklerde ısınma ve soğuma hareketlerini kılavuz eşliğinde yapar. A.1.3. Yer değiştirme hareketlerini yapar.	1.15 kazanımı, Etkin Katılım ve Sağlıklı Yaşam Öğrenme Alanı kazanımları ile ilişkilendirilecektir.	Gözlem formu ile değerlendirilir.	[!] 1.10. Öğretmen ısınma ve soğumaya ilişkin yürüme, koşu temposu ve esneklik hareketlerini kontrollü biçimde gösterir ve yaptırır.
	19 - 23 Ekim	2			A.1.3. Yer değiştirme hareketlerini yapar. A.1.4. Dengeleme hareketlerini yapar. A.1.11. Fiziksel etkinlik sırasında vücudunda meydana gelen (kalp atışı, solunum, terleme, vücut ısısı vb.) değişiklikleri fark eder.		Gözlem formu ile değerlendirilir.	[!] 1.3. Yürüme, koşma, kayma, sekme, tırmanma, sıçrama vb. hareketleri yapılmalıdır. [!] 1.10. Eğilme, dönme, salınma, oturma, çekme, itme, denge vb. hareketleri yapılmalıdır.
	26 - 30 Ekim	2			A.1.5. Vücudunun farklı bölümlerini kullanarak nesnelere hareket ettirir. A.1.16. Fiziksel etkinliklerde kuralların ve yönergelerin gerekliliğini fark eder.	Sağlık Kültürü (1.5-7. Beden bölümlerinin işlevlerini bilir.) 1.16 kazanımı, Etkin Katılım ve Sağlıklı Yaşam Öğrenme Alanı kazanımları ile ilişkilendirilecektir. 1.16 kazanımı, hayat bilgisi dersi A.1.10 kazanımıyla ilişkilidir.	Gözlem formu ile değerlendirilir.	[!] 1.5. El ile nesnelere (top, balon, gülle, disk vb.) fırlatma, raketle nesnelere (top, tüy top vb.) vurma, ayakla nesnelere (top, balon vb.) vurma, yuvarlama vb. hareketleri yapılmalıdır. [!] 1.5. Atılan nesnelere (top, balon vb.) el, ayak, baş ve gövde ile tutma hareketleri üzerinde durulmalıdır.

AY	HAFTA	SAAT	ÖĞRENME ALANI	ALT ÖĞRENME ALANI	KAZANIMLAR	DERS İÇİ, DİĞER DERSLER VE ARA DİSİPLİNLERLE İLİŞKİLENDİRME	ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	AÇIKLAMALAR
KASIM 2009	02 - 06 Kasım	2	A. HAREKET BİLGİ VE BECERİLERİ	A.1. TEMEL HAREKET BİLGİ VE BECERİLERİ	A.1.6. Vücudunun farklı bölümlerini kullanarak nesnelere kontrol eder. A.1.16. Fiziksel etkinliklerde kuralların ve yönergelerin gerekliliğini fark eder.		Gözlem formu ile değerlendirilir.	[!] 1.6. Etkinliğin kazanma-kaybetme amacı taşımamasına dikkat ediniz.
	09 - 13 Kasım	2			A.1.7. Yer değiştirme, dengeleme ve nesne kontrolü hareketlerini bir arada yapar. A.1.24. Farklı fiziksel etkinlikleri yaparken kendine güven duyması gerektiğini fark eder.	1.24 kazanımı, Etkin Katılım ve Sağlıklı Yaşam Öğrenme Alanı kazanımları ile ilişkilendirilecektir.	Gözlem formu ile değerlendirilir.	[!] 1.7. Etkinliğin kazanma-kaybetme amacı taşımamasına dikkat ediniz. [!] 1.7. Koşarken kendisine yerden ya da yüksekten atılan nesnelere (top, balon vb.) tutma vurgulanmalıdır.
	16 - 20 Kasım	2			A.1.7. Yer değiştirme, dengeleme ve nesne kontrolü hareketlerini bir arada yapar. A.1.25. Fiziksel etkinliklerde kullanılan araç -gereç ve malzemeleri amacına uygun kullanması gerektiğini fark eder.	1.25 kazanımı, Etkin Katılım ve Sağlıklı Yaşam Öğrenme Alanı kazanımları ile ilişkilendirilecektir.	Gözlem formu ile değerlendirilir.	
	23 - 26 Kasım	2			A.1.3. Yer değiştirme hareketlerini yapar. A.1.4. Dengeleme hareketlerini yapar. A.1.9. Vücut ve alan farkındalığı, yer değiştirme, dengeleme ve nesne kontrolü gerektiren hareketlerle ilgili kavramları bilir.		Gözlem formu ile değerlendirilir.	[!] 1.9. Uzak-yakın, ileri-geri, öne-arkaya, aşağı-yukarı, düz, dairesel, dörtgen düzlemlerde hareket etme, hızlı-yavaş, ritmik, eş zamanlı ardı sıra hareket vb. kavramlar ile nesnenin altında üstünde, içinde dışında olma vb. kavramlar işlenmelidir.

AY	HAFTA	SAAT	ÖĞRENME ALANI	ALT ÖĞRENME ALANI	KAZANIMLAR	DERS İÇİ, DİĞER DERSLER VE ARA DİSİPLİNLERLE İLİŞKİLENDİRME	ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	AÇIKLAMALAR
ARALIK 2009	01 - 04 Aralık	2	A. HAREKET BİLGİ VE BECERİLERİ	A.1. TEMEL HAREKET BİLGİ VE BECERİLERİ	A.1.14. Farklı oyunlar bularak arkadaşlarıyla oynar. A.1.17. Fiziksel etkinliklerde araç-gereçleri ve etkinlik alanlarını paylaşması gerektiğini fark eder.	1.17 kazanımı, Etkin Katılım ve Sağlıklı Yaşam Öğrenme Alanı kazanımları ile ilişkilendirilecektir.	Gözlem formu ile değerlendirilir.	
	07 - 11 Aralık	2			A.1.8. Basit ritmik hareketleri bireysel, eşli ve grupla yapar. A.1.17. Fiziksel etkinliklerde araç-gereçleri ve etkinlik alanlarını paylaşması gerektiğini fark eder. A.1.19. Fiziksel etkinliklerde başkalarının haklarına saygı göstermesi gerektiğini anlar.	1.8. kazanımı için; matematik dersi “Doğal Sayılar” alt öğrenme alanı (3. kazanım) 1.19 kazanımı, Etkin Katılım ve Sağlıklı Yaşam Öğrenme Alanı kazanımları ile ilişkilendirilecektir.	Öğrencilerin öz, akran ve grup değerlendirme yapımları sağlanır.	
	14 - 18 Aralık	2			A.1.22. Fiziksel etkinliklerde eşli ve grup çalışmalarına katılması gerektiğini kavrar. A.1.21. Fiziksel etkinliklerde başarının tebrik edilmesi gerektiğini bilir.	Girişimcilik (1.22-3. Birlikte çalışmanın önemini kavrar.) 1.21 ve 1.22 kazanımları, Etkin Katılım ve Sağlıklı Yaşam Öğrenme Alanı kazanımları ile ilişkilendirilecektir.	Kontrol listeleri dereceli puanlama anahtarları ve gözlem formları ile değerlendirilir.	[!] 1.21. Öğrencilerin derslerden ve etkinliklerden sonra arkadaşlarını tebrik etmeleri sağlanır.
	21 - 25 Aralık	2			A.1.7. Yer değiştirme, dengeleme ve nesne kontrolü hareketlerini bir arada yapar. A.1.20. Fiziksel etkinliklerde üstlendiği rollerin sorumluluklarını yerine getirmesi gerektiğini kavrar.	1.20. kazanımı için; hayat bilgisi dersi “Okul Heyecanım” teması İnsan Hakları ve Vatandaşlık (1.20-15. Grup çalışmalarında sorumluluk üstlenir ve bu sorumlulukları yerine getirmek için çaba harcar. ) 1.20 kazanımı, Etkin Katılım ve Sağlıklı Yaşam Öğrenme Alanı kazanımları ile ilişkilendirilecektir.	Kontrol listeleri dereceli puanlama anahtarları ve gözlem formları ile değerlendirilir.	

AY	HAFTA	SAAT	ÖĞRENME ALANI	ALT ÖĞRENME ALANI	KAZANIMLAR	DERS İÇİ, DİĞER DERSLER VE ARA DİSİPLİNLERLE İLİŞKİLENDİRME	ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	AÇIKLAMALAR
ARALIK 2009 / OCAK 2010	28 - 31 Aralık	2	A. HAREKET BİLGİ VE BECERİLERİ B. ETKİN KATILIM VE SAĞLIKLI YAŞAM	A.1. TEMEL HAREKET BİLGİ VE BECERİLERİ B.1. DÜZENLİ FİZİKSEL ETKİNLİK	A.1.14. Farklı oyunlar bularak arkadaşlarıyla oynar. A.1.23. Fiziksel etkinlikler içersindeki rolleri izler.	1.14 ve 1.23 kazanımları, Etkin Katılım ve Sağlıklı Yaşam Öğrenme Alanı kazanımları ile ilişkilendirilecektir.	Kontrol listeleri dereceli puanlama anahtarları ve gözlem formları ile değerlendirilir.	
	04 - 08 Ocak	2			A.1.6. Vücudunun farklı bölümlerini kullanarak nesnelere kontrol eder. A.1.18. Fiziksel etkinliklere ilişkin düşüncelerini ifade eder.	1.18 kazanımı, Etkin Katılım ve Sağlıklı Yaşam Öğrenme Alanı kazanımları ile ilişkilendirilecektir. 1.18 kazanımı, hayat bilgisi dersi "Okul Heyecanım" temasıyla ilişkilidir.	Kontrol listeleri dereceli puanlama anahtarları ve gözlem formları ile değerlendirilir.	
	11 - 15 Ocak	2			A.1.10. Fiziksel etkinliklerde ısınma ve soğuma hareketlerini kılavuz eşliğinde yapar. A.1.15. Fiziksel etkinliklere katılmaya istekli olur. B.1.1. Fiziksel etkinlik sonrasında kişisel bakımını ve temizliğini kılavuz eşliğinde yapar.	Rehberlik ve Psikolojik Danışma (B.1.1-8. Günlük yaşam becerileri geliştirir (temizlik, beslenme, adres-telefon bilme, yardım isteme vb.) B.1.1 kazanımı, hayat bilgisi dersi "Okul Heyecanım" temasıyla ilişkilidir.	Kontrol listeleri gözlem formları, performans ve proje ödevleri kullanılır.	
	18 - 22 Ocak	2			A.1.14. Farklı oyunlar bularak arkadaşlarıyla oynar. A.1.22. Fiziksel etkinliklerde eşli ve grup çalışmalarına katılması gerektiğini kavrar.		Kontrol listeleri dereceli puanlama anahtarları ve gözlem formları ile değerlendirilir.	

AY	HAFTA	SAAT	ÖĞRENME ALANI	ALT ÖĞRENME ALANI	KAZANIMLAR	DERS İÇİ, DİĞER DERSLER VE ARA DİSİPLİNLERLE İLİŞKİLENDİRME	ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	AÇIKLAMALAR
ŞUBAT 2010	08 - 12 Şubat	2	A. HAREKET BİLGİ VE BECERİLERİ B. ETKİN KATILIM VE SAĞLIKLI YAŞAM	A.1. TEMEL HAREKET BİLGİ VE BECERİLERİ B.1. DÜZENLİ FİZİKSEL ETKİNLİK	A.1.6. Vücudunun farklı bölümlerini kullanarak nesnelere kontrol eder. A.1.24. Farklı fiziksel etkinlikleri yaparken kendine güven duyması gerektiğini fark eder. B.1.1. Fiziksel etkinlik sonrasında kişisel bakımı ve temizliğini kılavuz eşliğinde yapar.	Rehberlik ve Psikolojik Danışma (B.1.1-8. Günlük yaşam becerileri geliştirir (temizlik, beslenme, adres-telefon bilme, yardım isteme vb.) B.1.1 kazanımı, hayat bilgisi dersi “Okul Heyecanım” temasıyla ilişkilidir.	Kontrol listeleri gözlem formları, performans ve proje ödevleri kullanılır.	
	15 - 19 Şubat	2			A.1.5. Vücudunun farklı bölümlerini kullanarak nesnelere hareket ettirir. A.1.6. Vücudunun farklı bölümlerini kullanarak nesnelere kontrol eder.	Sağlık Kültürü (A.1.5-7. Beden bölümlerinin işlevlerini bilir.)	Öz, akran ve grup değerlendirme yapılır. Gözlem formu ile değerlendirilir.	
	22 - 26 Şubat	2			A.1.15. Fiziksel etkinliklere katılmaya istekli olur. A.1.7. Yer değiştirme, dengeleme ve nesne kontrolü hareketlerini bir arada yapar. B.1.2. Sağlığını korumak için vücudunu nasıl kullanması gerektiğini fark eder.		Kontrol listeleri gözlem formları, performans ve proje ödevleri kullanılır.	

AY	HAFTA	SAAT	ÖĞRENME ALANI	ALT ÖĞRENME ALANI	KAZANIMLAR	DERS İÇİ, DİĞER DERSLER VE ARA DİSİPLİNLERLE İLİŞKİLENDİRME	ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	AÇIKLAMALAR
MART - NİSAN 2010	01-05 Mart	2	A. HAREKET BİLGİ VE BECERİLERİ B. ETKİN KATILIM VE SAĞLIKLI YAŞAM	A.1. TEMEL HAREKET BİLGİ VE BECERİLERİ B.1. DÜZENLİ FİZİKSEL ETKİNLİK	A.1.16. Fiziksel etkinliklerde kuralların ve yönergelerin gerekliliğini fark eder. B.1.3. Fiziksel etkinlik öncesi ve sonrasında ne zaman ve nasıl beslenilmesi gerektiğini fark eder.	Sağlık Kültürü (1.3-22. Dengeli beslenmeye özen gösterir.)	Kontrol listeleri gözlem formları, performans ve proje ödevleri kullanılır.	
	08-12 Mart	2			A.1.22. Fiziksel etkinliklerde eşli ve grup çalışmalarına katılması gerektiğini kavrar. A.1.8. Basit ritmik hareketleri bireysel, eşli ve grupla yapar. B.1.4. Fiziksel etkinliklerde sıvı tüketilmesi gerektiğini fark eder.	Sağlık Kültürü(1.4-22 Dengeli beslenmeye özen gösterir.)	Kontrol listeleri gözlem formları, performans ve proje ödevleri kullanılır.	
	15-19 Mart	2			A.1.3. Yer değiştirme hareketlerini yapar. A.1.11. Fiziksel etkinlik sırasında vücudunda meydana gelen (kalp atışı, solunum, terleme, vücut ısısı vb.) değişiklikleri fark eder. B.1.4. Fiziksel etkinliklerde sıvı tüketilmesi gerektiğini fark eder.		Öz, akran ve grup değerlendirme yaptırılır. Gözlem formu ile değerlendirilir.	
	22-26 Mart	2			A.1.22. Fiziksel etkinliklerde eşli ve grup çalışmalarına katılması gerektiğini kavrar. A.1.8. Basit ritmik hareketleri bireysel, eşli ve grupla yapar. B.2.2. Atatürk'ün spor sevgisini bilir.		Kontrol listeleri ve gözlem formları ile değerlendirilir.	
	29 Mart 02 Nisan	2			B.2.2. Atatürk'ün spor sevgisini bilir. B.2.1. Ulusal bayramların coşkusunu rontlar, halk oyunları, dans ve spor etkinliklerine katılarak gösterir.	2.1 kazanımı, hayat bilgisi dersi "Okul Heyecanım" ve "Dün, Bugün, Yarın" temalarıyla ilişkilidir.	Kontrol listeleri ve gözlem formları ile değerlendirilir.	

AY	HAFTA	SAAT	ÖĞRENME ALANI	ALT ÖĞRENME ALANI	KAZANIMLAR	DERS İÇİ, DİĞER DERSLER VE ARA DİSİPLİNLERLE İLİŞKİLENDİRME	ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	AÇIKLAMALAR
NİSAN 2010	05-09 Nisan	2	A. HAREKET BİLGİ VE BECERİLERİ B. ETKİN KATILIM VE SAĞLIKLI YAŞAM	A.1. TEMEL HAREKET BİLGİ VE BECERİLERİ B.1. DÜZENLİ FİZİKSEL ETKİNLİK B.2. ATATÜRK VE ULUSAL BAYRAMLAR	B.2.1. Ulusal bayramların coşkusunu rontlar, halk oyunları, dans ve spor etkinliklerine katılarak gösterir. A.1.18. Fiziksel etkinliklere ilişkin düşüncelerini ifade eder.		Kontrol listeleri ve gözlem formları ile değerlendirilir.	
	12 - 16 Nisan	2			A.1.14. Farklı oyunlar bularak arkadaşlarıyla oynar. B.1.5. Okulunda varsa ilk yardımdan sorumlu kişileri tanıır.		Gözlem formları ile açık uçlu ve kısa cevaplı sorular kullanılır.	[!] 1.5. Okulda ilkyardım sertifikası olan öğretmen, nöbetçi öğretmen veya okul idaresi ile bu konuda işbirliği yapılmalıdır.
	19 - 22 Nisan	2			A.1.14. Farklı oyunlar bularak arkadaşlarıyla oynar. A.1.21. Fiziksel etkinliklerde başarımın tebrik edilmesi gerektiğini bilir.		Kontrol listeleri gözlem formları, performans ve proje ödevleri kullanılır.	
	26 - 30 Nisan	2			B.2.2. Atatürk'ün spor sevgisini bilir. A.1.23. Fiziksel etkinlikler içerisindeki rolleri izler.		Kontrol listeleri ve gözlem formları ile değerlendirilir.	

AY	HAFTA	SAAT	ÖĞRENME ALANI	ALT ÖĞRENME ALANI	KAZANIMLAR	DERS İÇİ, DİĞER DERSLER VE ARA DİSİPLİNLERLE İLİŞKİLENDİRME	ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	AÇIKLAMALAR
MAYIS 2010	03 - 07 Mayıs	2	A. HAREKET BİLGİ VE BECERİLERİ B. ETKİN KATILIM VE SAĞLIKLI YAŞAM	A.1. TEMEL HAREKET BİLGİ VE BECERİLERİ B.2. ATATÜRK VE ULUSAL BAYRAMLAR	A.1.15. Fiziksel etkinliklere katılmaya istekli olur. A.1.16. Fiziksel etkinliklerde kuralların ve yönergelerin gerekliliğini fark eder.		Kontrol listeleri ve gözlem formları ile değerlendirilir.	
	10 - 14 Mayıs	2			A.1.8. Basit ritmik hareketleri bireysel, eşli ve grupla yapar. A.1.16. Fiziksel etkinliklerde kuralların ve yönergelerin gerekliliğini fark eder.		Kontrol listeleri ve gözlem formları ile değerlendirilir.	
	17 - 21 Mayıs	2			A.1.7. Yer değiştirme, dengeleme ve nesne kontrolü hareketlerini bir arada yapar. A.1.17. Fiziksel etkinliklerde araç-gereçleri ve etkinlik alanlarını paylaşması gerektiğini fark eder.		Kontrol listeleri ve gözlem formları ile değerlendirilir.	
	24 - 28 Mayıs	2			A.1.6. Vücudunun farklı bölümlerini kullanarak nesnelere kontrol eder. A.1.24. Farklı fiziksel etkinlikleri yaparken kendine güven duyması gerektiğini fark eder.		Öz, akran ve grup değerlendirme yapılır. Gözlem formu ile değerlendirilir.	

AY	HAFTA	SAAT	ÖĞRENME ALANI	ALT ÖĞRENME ALANI	KAZANIMLAR	DERS İÇİ, DİĞER DERSLER VE ARA DİŞİPLİNLERLE İLİŞKİLENDİRME	ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	AÇIKLAMALAR
MAYIS - HAZİRAN 2010	31 Mayıs 04 Haziran	2	A. HAREKET BİLGİ VE BECERİLERİ B. ETKİN KATILIM VE SAĞLIKLI YAŞAM	A.1. TEMEL HAREKET BİLGİ VE BECERİLERİ B.1. DÜZENLİ FİZİKSEL ETKİNLİK	A.1.15. Fiziksel etkinliklere katılmaya istekli olur. A.1.14. Farklı oyunlar bularak arkadaşlarıyla oynar.		Öz, akran ve grup değerlendirme yaptırılır. Gözlem formu ile değerlendirilir.	
	07 - 11 Haziran	2			A.1.14. Farklı oyunlar bularak arkadaşlarıyla oynar. B.1.1. Fiziksel etkinlik sonrasında kişisel bakımını ve temizliğini kılavuz eşliğinde yapar. B.1.4. Fiziksel etkinliklerde sıvı tüketilmesi gerektiğini fark eder.	Rehberlik ve Psikolojik Danışma (B.1.1-8. Günlük yaşam becerileri geliştirir (temizlik, beslenme, adres-telefon bilme, yardım isteme vb.)	Kontrol listeleri ve gözlem formları ile değerlendirilir.	
	14 - 18 Haziran	2			A.1.14. Farklı oyunlar bularak arkadaşlarıyla oynar. B.1.1. Fiziksel etkinlik sonrasında kişisel bakımını ve temizliğini kılavuz eşliğinde yapar.	Rehberlik ve Psikolojik Danışma (B.1.1-8. Günlük yaşam becerileri geliştirir (temizlik, beslenme, adres-telefon bilme, yardım isteme vb.)	Kontrol listeleri ve gözlem formları ile değerlendirilir	