

2020-2021 Eğitim Öğretim Yılı

7.Sınıf Beden Eğitimi ve Spor Kazanım Listesi ve Açıklamaları

7.1. HAREKET YETKİNLİĞİ ÖĞRENME ALANI

7.1.1. Hareket Becerileri

BE.7.1.1.1. Bireysel sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerdeki hareket becerilerini artan bir doğrulukla sergiler.

BE.7.1.1.2. Takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerdeki hareket becerilerini artan bir doğrulukla sergiler.

- "Hücum Oyunları" (mor 1-11 arasındaki kartlar) ve "Vurma ve Yakalama Oyunları" (mor 1-9 arasındaki kartlar), FEK'lerindeki etkinlik ve oyunlar kullanılabilir.
- Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır.

BE.7.1.1.3. Raket ve uzun saplı araçlarla yapılan sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde hareket becerilerini artan bir doğrulukla sergiler.

- "File ve Raket Oyunları" (mor 1-8 arasındaki kartlar) FEK'lerindeki etkinlik ve oyunlar kullanılabilir.

BE.7.1.1.4. Doğada yapılan etkinliklerle ilgili becerileri geliştirir.

- Açık alan/doğada iş birliğine, çeşitli iletişim yolları kullanmaya, bireysel ve grup performansına dayalı etkinlikler yapılabilir.
- "Açık Alan Oyunları" FEK'lerindeki (mor 1-4 arasındaki kartlar) etkinlik ve oyunlar kullanılabilir.
- Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır.

BE.7.1.1.5. Su sporları/etkinlikleri ile ilgili hareket becerilerini geliştirir.*

- Bu kazanım imkânları uygun olan veya uygun ortam oluşturulabilen okullarda yapılmalıdır.
- Suda güvenlik, suya giriş çıkış, suya alışma çalışmaları, ayak vuruşları, suda kayma, kol çalışmaları, nefes çalışmaları vb. etkinliklerden yararlanılabilir.

BE.7.1.1.6. Hazırladığı jimnastik serisini uygular.

- Öğrencilerin jimnastikte öğrendiği hareketleri (dönüşler, duruşlar, yuvarlanmalar, çember, kartvil vb.) birleştirerek kendisine özgü seri hazırlayıp uygulaması sağlanır.
- Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır.

BE.7.1.1.7. Seçtiği müzikle uyumlu özgün koreografi sergiler.

- "Adımlar", "Yer Değişmeler - Dönüşler" ve "Grup Dansları" FEK'lerindeki (mor 1-3. kartlar) etkinliklerden yararlanılabilir.
- Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır.

BE.7.1.1.8. Halk danslarına özgü hareket becerilerini artan bir doğrulukla sergiler.

- "Kültürümü Tanıyorum" FEK'lerindeki (mor 1-3 arasındaki kartlar) etkinlik ve oyunlar kullanılabilir.

7.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri

BE.7.1.2.1. Spor ve etkinliklere hazırlayıcı oyunlara katılırken ilgili hareket kavramlarını yerinde kullanır.

- "Temel Hareket Kavramları" (sarı kart grubu) FEK'i kullanılabilir.

BE.7.1.2.2. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kendi performansını analiz eder.

- Öğrencilere çeşitli spor ve etkinliklere hazırlayıcı oyunlarda, kendi performanslarını gözlemleyecekleri uygulamalar yaptırarak performanslarını inceleme, yorum yapabilme, hedef belirleme ve sonuca ulaşmada bu gözlemleri kullanmaları sağlanır.

BE.7.1.2.3. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde karşılaştığı problemlere grupla çözümler üretir.

- Öğrencilerin çeşitli spor ve etkinliklerde istenilen sonuca ulaşmada yaşadıkları problemleri belirlemeleri; bunlara bireysel, eşle, grup veya takım ile çözümler üretmeleri sağlanır.

BE.7.1.2.4. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde etkili iletişim yolları kullanır.

- Spor ve etkinliklere katılımı meydana gelen anlaşmazlıkları çözmek için öğrencilerin etkili iletişim yolları (saydamlık, doğallık, kibarlık, biz dili kullanma, karşısındakini yargılamadan dinleme, uygun ses tonu kullanma, göz teması kurma vb.) kullanmaları sağlanır.
- Kazanım ile ilgili değerler üzerinde durulmalıdır.

BE.7.1.2.5. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde iş birliğine dayalı davranışlar gösterir.

BE.7.1.2.6. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde adil oyun anlayışına uygun davranır.

- Kazanım ile ilgili değerler üzerinde durulmalıdır.

BE.7.1.2.7. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde liderlik becerileri gösterir.

- Kazanım ile ilgili değerler üzerinde durulmalıdır.

BE.7.1.2.8. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde bireysel farklılığı olanlarla çalışmaya istekli olur.

- Kazanım ile ilgili değerler üzerinde durulmalıdır.

BE.7.1.2.9. Geliştirdiği materyali spor ve etkinliklerde kullanır.

- Kazanım ile ilgili değerler üzerinde durulmalıdır.

BE.7.1.2.10. Akranının performansını değerlendirir.

- Kazanım ile ilgili değerler üzerinde durulmalıdır.

7.1.3. Hareket Strateji ve Taktikleri

BE.7.1.3.1. Sporlara hazırlayıcı oyunlardaki strateji ve taktikleri çözümler.

- "Hücum oyunları" (mor 5-11 arasındaki kartlar) "Vurma ve Yakalama Oyunları" (mor 1-9 arasındaki kartlar) "File ve Raket Oyunları" (mor 5-8 arasındaki kartlar) FEK'lerindeki etkinlik ve oyunlardan yararlanılabilir.

7.2. AKTİF VE SAĞLIKLI HAYAT ÖĞRENME ALANI

7.2.1. Düzenli Fiziksel Etkinlik

BE.7.2.1.1. Uyguladığı planın etkilerini gözleyerek fiziksel etkinliklere katılır.

- Öğrencilerin okul içi ve dışında uyguladığı fiziksel etkinlik planının vücut kompozisyonu, kalp-dolaşım sistemi dayanıklılığı, kas kuvveti ve dayanıklılığı ve esnekliğine olan etkisini gözlemlenmeleri sağlanır.
- Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır.

BE.7.2.1.2. Yakın çevresindeki fiziksel etkinlik ve spor imkânlarını kullanır.

- Çevresinde katılabileceği, uygulayabileceği fiziksel etkinlik ve spor imkânlarını tanımasını sağlar.
- Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır.

7.2.2. Fiziksel Etkinlik Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri

BE.7.2.2.1. Fiziksel etkinliğe katılımında kendini motive edecek teknikleri tanır.

- Hedef belirleme, kendi kendine konuşma, sosyal destek (arkadaş, aile, öğretmen vb.), ödüllendirme gibi teknikler kullanılabilir.
- Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır.

BE.7.2.2.2. Fiziksel etkinliklerde uygulayabileceği kişisel beslenme programını hazırlar.

- Katıldığı fiziksel etkinlik ve spora uygun beslenme programı, öğretmen rehberliğinde hazırlanır.
- "Beslenme piramidi" (sarı kart grubu) FEK'i kullanılabilir.
- Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır.

BE.7.2.2.3. Fiziksel etkinlikler sırasında, kendisinin ve başkalarının güvenliğini sağlayacak davranışlar sergiler.

- Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır.

BE.7.2.2.4. Temel ilk yardım uygulamalarını gösterir.

- Kanama, sıyrık ve kesik, çıkık ve kırık, burkulma, zehirlenme gibi durumlar ele alınır.
- Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır.

BE.7.2.2.5. Fiziksel etkinlikler ve sporla ilgili güvenilir bilgi kaynaklarını kullanır.

- Sporla ilgili çeşitli bilgi kaynakları ve bunların doğruluğu, değerlere uygunluğu, güncelliği, bilimselliği vb. konular ele alınır.
- Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır.

7.2.3. Kültürel Birikimlerimiz ve Değerlerimiz

BE.7.2.3.1. Bayram, kutlama ve törenler için etkinlikler hazırlar.

- Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır.

BE.7.2.3.2. Cumhuriyet Döneminde spora ve sporcuya verilen önem üzerinde durulur.

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

- Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır.

BE.7.2.3.3. Farklı yörelere ait halk danslarını araştırır.

- Öğrencilerin ülkemizin farklı yörelere ait halk dansları, hikâyeleri, özellikleri, müzikleri ve kıyafetlerini araştırmaları sağlanır.
- Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır.

BE.7.2.3.4. Ülkemizin olimpiyat tarihini araştırır.

www.mebders.com