2024/2025 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI Okul adi 5. SINIF BEDEN EĞİTİMİ DERSİ ÜNİTELENDİRİLMİŞ YILLIK PLANI

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Hafta** | **Ders Saati** | **Öğrenme Alanı** | **Alt Öğrenme Alanı** | **Kazanım** | **Konu** | **ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME** |
| **1. hafta**  **09-15 Eylül** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **BE.5.1.2.3. Oyun ve etkinliklerde belirlenen kural ve yönergeleri uygular.** | Oyun ve etkinliklerin etkili bir şekilde uygulanmasını sağlayan rutinler, kurallar ve yönergeler ele alınmalıdır. Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır. | 15 Temmuz Demokrasi ve Millî Birlik Günü |
| **2. hafta**  **16-22 Eylül** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği | 5.1.1. Hareket Becerileri | **BE.5.1.1.1. Yer değiştirme hareketlerini alan ve efor farkındalığını göstererek uygular.** | Yürüme, koşma, sıçrama, atlama-sıçrama, adım al-sek, galop-kayma, yuvarlanma, tırmanma vb. hare- ketler örnek olarak gösterilebilir. “Yer Değiştirme Hareketleri” FEK’lerindeki (sarı 1-8 arasındaki kartlar) etkinlikler kullanılabilir. | İlköğretim Haftası (Eylül ayının 3. haftası) |
| **3. hafta**  **23-29 Eylül** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **BE.5.1.2.9. Oyun ve etkinliklerde kendisinin ve arkadaşlarının performanslarını değerlendirir.** | Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır. |  |
| **4. hafta**  **30 Eylül-06 Ekim** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **BE.5.1.2.3. Oyun ve etkinliklerde belirlenen kural ve yönergeleri uygular.** | Oyun ve etkinliklerin etkili bir şekilde uygulanmasını sağlayan rutinler, kurallar ve yönergeler ele alınmalıdır. Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır. | Hayvanları Koruma Günü (4 Ekim) |
| **5. hafta**  **07-13 Ekim** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği | 5.1.1. Hareket Becerileri | **BE.5.1.1.2 Dengeleme gerektiren hareketleri vücut ve alan farkındalığını göstererek uygular.** | Eğilme, esnetme, dönme-salınım, ağırlık aktarımı, atlama-konma, başlama-durma, dinamik-statik den- ge, duruş-oturuş, itme-çekme vb. hareketler örnek olarak gösterilebilir. “Dengeleme Hareketleri” FEK’lerindeki (sarı 9-17 arasındaki kartlar) etkinlikler kullanılabilir. |  |
| **6. hafta**  **14-20 Ekim** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği | 5.1.1. Hareket Becerileri | **BE.5.1.1.3. Nesne kontrolü gerektiren hareketleri vücut farkındalığı ve hareket ilişkilerini göstererek uygular** | Topa alışma çalışmaları; atma-tutma, yakalama, ayakla vurma, yuvarlama, durdurma-kontrol, top sür- me, raketle vurma, uzun saplı araçla vurma vb. hareketler örnek olarak gösterilebilir. “Nesne Kontrolü Gerektiren Hareketler” FEK’lerindeki (sarı 18-26 arasındaki kartlar) etkinlikler kullanılabilir. |  |
| **7. hafta**  **21-27 Ekim** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği | 5.1.1. Hareket Becerileri | **BE.5.1.1.4. Birleştirilmiş hareket becerilerini çeşitli oyun ve etkinliklerde gösterir.** | Dengeleme, nesne kontrolü ve yer değiştirme hareketlerini birlikte yapmayı içeren etkinlik ve oyunlar vb. örnek olarak gösterilebilir. “Birleştirilmiş Hareketler” FEK’lerindeki (sarı 27-33 arasındaki kartlar) etkinlik ve oyunlar kullanılabilir. |  |
| **8. hafta**  **28 Ekim-03 Kasım** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **BE.5.1.2.7. Oyun ve etkinliklerde kaybetmeye ve kazanmaya ilişkin uygun davranışlar sergiler.** | ş birliğine veya yarışmaya dayalı oyun ve etkinliklerde adil oyun anlayışına uygun davranma ile oyun ve etkinliklerde kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır. | 29 Ekim Cumhuriyet Bayramı - Kızılay Haftası(29 Ekim-4 Kasım) |
| **9. hafta**  **04-10 Kasım** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği |  | **Ölçme ve Değerlendirme** |  | 10 Kasım Atatürk'ü Anma Günü |
| **10. hafta**  **11-17 Kasım** |  |  |  | **ARA TATİL** |  |  |
| **11. hafta**  **18-24 Kasım** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **BE.5.1.2.3. Oyun ve etkinliklerde belirlenen kural ve yönergeleri uygular.** | Oyun ve etkinliklerin etkili bir şekilde uygulanmasını sağlayan rutinler, kurallar ve yönergeler ele alınmalıdır. Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır. | 24 Kasım Öğretmenler Günü |
| **12. hafta**  **25 Kasım-01 Aralık** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **BE.5.1.2.2. Oyunlara ve etkinliklere katılımda güçlü ve geliştirilmesi gereken yönlerinin farkına varır.** | Öz değerlendirme yaparak güçlü ve geliştirilmesi gereken yönlerinin farkında olma gibi konular üzerin- de durulur. Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır.. |  |
| **13. hafta**  **02-08 Aralık** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **BE.5.1.2.1. Oyun ve etkinliklerde katılımda güçlü ve geliştirilmesi gereken yönlerinin farkına varır.** | Temel hareket becerilerinde kullanılan vücut ve alan farkındalığı, efor (çaba) ve hareket ilişkilerine ait kavramlar ele alınmalıdır. “Temel Hareket Kavramları” (sarı kart grubu) FEK’i kullanılır. | Dünya Engelliler Günü (3 Aralık) |
| **14. hafta**  **09-15 Aralık** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **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 gönder- me, ben ve biz dili kullanma), görsel (beden dili, jest ve mimikler, vurgular vb.) ve yazılı iletişim yolları üzerinde durulur. | İnsan Hakları ve Demokrasi Haftası (10 Aralık gününü içine alan hafta)-Tutum, Yatırım ve Türk Malları Haftası (12-18 Aralık) |
| **15. hafta**  **16-22 Aralık** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **BE.5.1.2.6. Oyun ve etkinliklerde iş birliğinin önemini kavrar.** | Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır. |  |
| **16. hafta**  **23-29 Aralık** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği | 5.1.3. Hareket Strateji ve Taktikleri | **BE.5.1.3.1. Oyun ve etkinliklerde hücuma yönelik strateji ve taktikleri gösterir** | Oyun ve etkinliklerde vücut aldatması, yön ve hız değiştirmeye yönelik hücum taktikleri ele alınır. “Birleştirilmiş Hareketler” FEK’lerindeki (sarı 27-33 arasındaki kartlar) etkinlik ve oyunlardan yararlanılabilir. |  |
| **17. hafta**  **30 Aralık-05 Ocak** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği | 5.1.3. Hareket Strateji ve Taktikleri | **BE.5.1.3.2. Oyun ve etkinliklerde savunmaya yönelik strateji ve taktikleri gösterir.** | Oyun ve etkinliklerde yön ve hız değiştirmeye yönelik savunma taktikleri ele alınır. “Birleştirilmiş Hareketler” FEK’lerindeki (sarı 27-33 arasındaki kartlar) etkinlik ve oyunlardan yararlanılabilir. |  |
| **18. hafta**  **06-12 Ocak** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği |  | **Ölçme ve Değerlendirme** |  |  |
| **19. hafta**  **13-19 Ocak** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **BE.5.1.2.8. Oyun ve etkinliklerde bireysel farklılıklara duyarlı olur.** | Oyun ve etkinliklere katılımda bireysel farklılıkları anlama ve uygun davranışları sergileme ile etkinlikler- de kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır. |  |
| **20. hafta**  **20-26 Ocak** |  |  |  | **YARIYIL TATİLİ** |  |  |
| **21. hafta**  **27 Ocak-02 Şubat** |  |  |  | **YARIYIL TATİLİ** |  |  |
| **22. hafta**  **03-09 Şubat** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği | 5.1.1. Hareket Becerileri | **BE.5.1.1.5. Temel jimnastik hareketlerini yapar.** | Jimnastikte duruşlar, yuvarlanmalar, vücut transferi ve yön değişikliği, geçişler ve bağlantılar vb. hare- ketler örnek olarak gösterilebilir. “Yer Değiştirme Hareketleri” (sarı 6 -8 arasındaki kartlar), “Dengeleme Hareketleri” (sarı 10, 11, 12, 16. kartlar) FEK’lerindeki etkinlikler kullanılabilir. |  |
| **23. hafta**  **10-16 Şubat** | 2 saat | 5.2. Aktif Ve Sağlikli Hayat | 5.2.2. Fiziksel Etkinlik Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **BE.5.2.2.7. Fiziksel etkinliklerde ilkyardımın genel amaçlarını ve uygulamalarını bilir.** | İlk yardımın tanımı, önemi, genel amaçları, temel kuralları (koruma, bildirme ve kurtarma) ve ilk yardım çantasında bulunması gereken malzemeler ele alınır. |  |
| **24. hafta**  **17-23 Şubat** | 2 saat | 5.2. Aktif Ve Sağlikli Hayat | 5.2.2. Fiziksel Etkinlik Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **BE.5.2.2.4. Fiziksel etkinliklerde ne zaman ve nasıl beslenmesi gerektiğini açıklar** | Fiziksel etkinliklerde dengeli beslenme ile obezite konusu ele alınır. |  |
| **25. hafta**  **24 Şubat-02 Mart** | 2 saat | 5.2. Aktif Ve Sağlikli Hayat | 5.2.2. Fiziksel Etkinlik Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **BE.5.2.2.6. Fiziksel etkinliklerde kendisinin ve başkalarının sağlığına etki eden durumları açıklar.** | Fiziksel etkinliklerde ısınma, soğuma ve kullanılan malzemelerin (spor kıyafeti, etkinliğe veya spora özgü malzemeler) sağlık için uygunluğu gibi konular ele alınır. Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır. | Yeşilay Haftası (1 Mart gününü içine alan hafta) |
| **26. hafta**  **03-09 Mart** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **BE.5.1.2.3. Oyun ve etkinliklerde belirlenen kural ve yönergeleri uygular.** | Oyun ve etkinliklerin etkili bir şekilde uygulanmasını sağlayan rutinler, kurallar ve yönergeler ele alınmalıdır. Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır. |  |
| **27. hafta**  **10-16 Mart** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **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. | İstiklâl Marşı’nın Kabulü ve Mehmet Akif Ersoy’u Anma Günü (12 Mart) |
| **28. hafta**  **17-23 Mart** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği 5.2. Aktif Ve Sağlikli Hayat | 5.2.1. Düzenli Fiziksel Etkinlik 5.2.2. Fiziksel Etkinlik Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **BE.5.2.1.1. Fiziksel etkinliklere düzenli olarak katılır. BE.5.2.2.1. Fiziksel etkinliklerin eğlenceli yönlerinin farkına varır.** | Vücut kompozisyonunu, kalp dolaşım sistemi dayanıklılığını, kas kuvvetiyle dayanıklılığını ve esnekliği ge- liştirecek fiziksel etkinliklere düzenli katılımın önemi ile etkinliklerde Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır. Oyun ve etkinliklere katılım ile eğlenme ve mutluluk arasında ilişki kurulur. |  |
| **29. hafta**  **24-30 Mart** | 2 saat | 5.2. Aktif Ve Sağlikli Hayat |  | **Ölçme ve Değerlendirme** |  |  |
| **30. hafta**  **07-13 Nisan** | 2 saat | 5.2. Aktif Ve Sağlikli Hayat | 5.2.3. Kültürel Birikimlerimiz ve Değerlerimiz | **BE.5.2.3.4. Geleneksel çocuk oyunlarını tanır.** | Ülkemizde oynanan geleneksel çocuk oyunlarından örnekler verilmelidir. “Geleneksel Çocuk Oyunları” FEK’lerindeki (mor 1-3. kartlar) oyunlardan yararlanılabilir. Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır. |  |
| **31. hafta**  **14-20 Nisan** | 2 saat | 5.2. Aktif Ve Sağlikli Hayat | 5.2.2. Fiziksel Etkinlik Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **BE.5.2.2.5. Fiziksel etkinliklerde kendisinin ve başkalarının güvenliğine etki eden durumları açıklar.** | Fiziksel etkinliklerde fiziksel alanın güvenli hâle getirilmesi ve malzemelerin güvenli kullanımı gibi konu- lar ele alınır. |  |
| **32. hafta**  **31 Mart-06 Nisan** |  |  |  | **ARA TATİL** |  |  |
| **33. hafta**  **21-27 Nisan** | 2 saat | 5.2. Aktif Ve Sağlikli Hayat | 5.2.2. Fiziksel Etkinlik Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **BE.5.2.2.6. Fiziksel etkinliklerde kendisinin ve başkalarının sağlığına etki eden durumları açıklar.** | Fiziksel etkinliklerde ısınma, soğuma ve kullanılan malzemelerin (spor kıyafeti, etkinliğe veya spora özgü malzemeler) sağlık için uygunluğu gibi konular ele alınır. Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır. | 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı |
| **34. hafta**  **28 Nisan-04 Mayıs** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği | 5.1.1. Hareket Becerileri | **BE.5.1.1.6. Verilen ritim ve müziğe uygun dans adımlarını uygular.** | Farklı yön, geçiş ve yer değiştirme içeren basit dans adımları örnek olarak gösterilebilir. “Adımlar” ve “Grup Dansları” FEK’lerindeki (mor 1-3. kartlar) etkinliklerden yararlanabileceği gibi geleneksel halk danslarına da yer verilebilir. |  |
| **35. hafta**  **05-11 Mayıs** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği 5.2. Aktif Ve Sağlikli Hayat | 5.1.1. Hareket Becerileri 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **BE.5.1.1.7. Yakın çevresine ait halk danslarını uygular. BE.5.2.3.3. Yakın çevresine ait halk danslarını uygular.** | Ülkemizin çeşitli yörelerine ait halk dansları örnek olarak gösterilebilir. “Kültürümüzü Tanıyoruz” FEK’lerindeki (mor 1-3. kartlar) oyunlarından yararlanılabilir. Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır. Ülkemizin çeşitli yörelerine ait halk danslarının hikâyeleri, özellikleri, müzikleri ve kıyafetleri ele alınır. Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır. |  |
| **36. hafta**  **12-18 Mayıs** | 2 saat | 5.2. Aktif Ve Sağlikli Hayat | 5.2.3. Kültürel Birikimlerimiz ve Değerlerimiz | **BE.5.2.3.1. Bayram, kutlama ve törenlere katılır.** | Öğrencilerin 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı, 19 Mayıs Atatürk’ü Anma, Gençlik ve Spor Bayramı gibi millî bayramlar ile belirli gün ve haftalarla ilgili düzenlenecek olan etkinlik, spor ve oyunlara katılımları sağlanır. Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır. | Engelliler Haftası (10-16 Mayıs) |
| **37. hafta**  **19-25 Mayıs** | 2 saat | 5.2. Aktif Ve Sağlikli Hayat | 5.2.2. Fiziksel Etkinlik Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **BE.5.2.2.2. Katıldığı etkinliklerde fiziksel etkinlik düzeyini ölçer.** | Çeşitli yöntemler (günlük, gözlem, adımsayar, kalp atım monitörü gibi teknolojik araçlar) kullanılarak yapılan fiziksel etkinlik düzeyinin ve şiddetinin belirlenmesi sağlanır. “Sağlık Anlayışı I ve II” FEK’lerinden (sarı ve mor kartlar) yararlanılabilir. Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır. | 19 Mayıs Atatürk'ü Anma Gençlik ve Spor Bayramı |
| **38. hafta**  **26 Mayıs-01 Haziran** | 2 saat | 5.2. Aktif Ve Sağlikli Hayat | 5.2.2. Fiziksel Etkinlik Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **BE.5.2.2.3. Katıldığı fiziksel etkinliklerin, fiziksel uygunluğuna olan etkilerini açıklar.** | Çeşitli etkinliklerin/sporların sağlıkla ilgili fiziksel uygunluğa (vücut kompozisyonu, kalp-dolaşım sistemi dayanıklılığı, kas kuvveti ve dayanıklılığı ve esneklik) etkilerinin incelenmesi sağlanır. |  |
| **39. hafta**  **02-08 Haziran** | 2 saat | 5.2. Aktif Ve Sağlikli Hayat | 5.2.3. Kültürel Birikimlerimiz ve Değerlerimiz | **BE.5.2.3.2. Atatürk’ün sporla ilgili söylediği sözleri açıklar.** | Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır. |  |
| **40. hafta**  **09-15 Haziran** | 2 saat | 5.1. Hareket Yetkinliği | 5.1.2. Hareket Kavramları, İlkeleri ve İlgili Hayat Becerileri | **BE.5.1.2.9. Oyun ve etkinliklerde kendisinin ve arkadaşlarının performanslarını değerlendirir.** | Kazanımla ilgili değerler üzerinde durulmalıdır. |  |
| **41. hafta**  **16-22 Haziran** | 2 saat | Serbest Etkinlik | Serbest Etkinlik | **Serbest Etkinlik** | Serbest Etkinlik |  |
| **2024/2025 Eğitim-Öğretim Yılı Sonu** | | | | | | |

Zümre Öğretmenleri

Öğretmenler

**OLUR**

Tarih

müdür

**Okul Müdürü**