



T. C.
ESKİŞEHİR OSMANGAZİ ÜNİVERSİTESİ
FEN EDEBİYAT FAKÜLTESİ
Ortak Ders Bilgi Formu

DÖNEM | BAHAR

DERSİN KODU	121012002	DERSİN ADI	BEDEN EĞİTİMİ II
--------------------	-----------	-------------------	------------------

YARIYIL	HAFTALIK DERS SAATI			DERSİN			
	Teorik	Uygulama	Laboratuvar	Kredisi	AKTS	TÜRÜ	DİLİ
2	1	0	0	0	1	ZORUNLU () SEÇMELİ (X)	Türkçe

DERSİN KATEGORİSİ

İstatistik	Matematik	Bilgisayar	Sosyal Bilimler
------------	-----------	------------	-----------------

DEĞERLENDİRME ÖLÇÜTLERİ

YARIYIL İÇİ	Faaliyet türü	Sayı	%
	Ara Sınav 1		1
Ara Sınav 2			
Kısa Sınav			
Ödev			
Proje			
Rapor			
Diğer (.....)			
YARIYIL SONU SINAVI		1	60

VARSA ÖNERİLEN ÖNKOŞUL(LAR)

DERSİN KISA İÇERİĞİ

Beden Eğitimi; Eklem ve kas gruplarının düzeyine uygun çalıştırılması, Spor branşları; Basketbol, Voleybol, Hentbol, Futbol, Saha ölçüleri ve oyun kuralları; Sporun sağlığımız için faydaları; Sağlık, ilkyardım ve sınıf içi maçlar.

DERSİN AMAÇLARI

Ders düzeni ile ilgili bilgi edinebilme.
Bütün organ ve sistemleri seviyesine uygun olarak güçlendirebilme.
Sinir, kas ve eklem koordinasyonunu geliştirebilme.
Beden Eğitimi ve sporla ilgili temel bilgi, beceri, tavır ve alışkanlıklar edinebilme.
Görev ve sorumluluk alma, lidere uyma ve liderlik yapabilme
Dostça oynama ve yarışma, kazananı takdir etme kaybetmeyi kabullenme, hile ve haksızlığın karşısında olabilme.
Spor araç ve tesisleri hakkında bilgi sahibi olma bunları gerektiği gibi kullanabilme.

DERSİN MESLEK EĞİTİMİNİ SAĞLAMAYA YÖNELİK KATKISI

DERSİN ÖĞRENİM ÇIKTILARI

Sağlıklı, mutlu, fiziksel ve ruhsal yönden gelişmiş, kendini ifade edebilen, kendine güvenen, dostça yarışma duygusuna sahip, yardımlaşmayı seven bireyler yetiştirebilmek.

ÖĞRETİM YÖNTEM VE TEKNİKLERİ

ÖRNEK: Anlatım, Uygulama/Alıştırma, Soru-Yanıt, Proje/Ödev, Takım Çalışması, Örnek Olay İncelemesi vb...

TEMEL DERS KİTABI

Okullarda Beden Eğitimi (Hikmet ARACI 1999)

YARDIMCI KAYNAKLAR

Beden Eğitimi ve Sporda Temel İlkeler (Yrd.Doç.Dr.Faruk YAMANER 2001)
Oyunla Eğitim II (Nurten Aslan) 1982
Basketbol Teknik-Taktik-Antrenman Prof.Dr.Yaşar Sevim 1997

DERSTE GEREKLİ ARAÇ VE GEREÇLER

DERSİN HAFTALIK PLANI	
HAFTA	İŞLENEN KONULAR
1	Beden Eğitimi ders konuları hakkında genel bilgi verilmesi .
2	Hafif tempolu koşular. Eklem ve kas guruplarını yumuşatıcı çevirmeler, Basketbol temel kuralları hakkında bil verilmesi,top sürmede ve paslaşmada dikkat edilmesi gereken hususlar.
3	Hafif tempolu koşular, ısınma hareketleri,.basketbol da savunma ve hızlı hücum çalışması.
4	Tempolu koşular, stretching hareketleri, Basketbol da top sürme ve turnikeye çıkış çalışmaları.hücum setleri
5	ATATÜRK'ün spor üzerine sözleri, tempolu koşular, basketbol oyun kuralları içinde paslaşma ve kısa süreli maç oynanması
6	Hafif tempolu koşular, stretching hareketleri.Voleybol temel teknikleri hk.bilgi verilecek,filede parmak pası ve kontrol pas çalışması (Arasınav)
7	İnterval çalışmaları , stretching hareketleri, Voleybolda manşet, pas ve servis atışı.voleybolda saha içindeki dönüş (Arasınav)
8	Spor yapmanın sağlığını açısından faydaları nelerdir, stretching hareketleri, Voleybol oyun kuralları içinde maç yapılması.
9	Atletizmde koşular (kısa,orta,uzun) mesafe hakkında bilgi, ısınma çal..Kısa süreli voleybol maçı.
10	Hafif tempolu koşular, stretching hareketleri, Hentbol temel teknikleri hakkın da bilgi verilmesi
11	Hafif tempolu koşular,eklem ve kas gruplarını güçlendirici hareketler,hentbolde top sürme ve pas çalışmaları ve on pas oyunu.
12	Kasları germe ve gevşetme egzersizleri, futbol oyun kuralları ve pas çalışmaları ve kısa süreli futbol maçı.
13	Spor sakatlanmalarında ilk yardım, hafif tempolu koşular, stretching çalışmaları, sınıf içi maçlar.
14	Hafif tempolu koşular, ısınma hareketleri, sınıf içi maçlar.
15,16	Dönem Sonu Sınavı

Dersi veren Kişi(ler):

Tarih: