

Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi

Alana Özgü Konular & Temel Kavramlar

Editörler: Kürşad Han DÖNMEZ
OlcaY KİREMİTÇİ · Murat KANGALGİL

YAZARLAR

A. Dilşad MİRZEOĞLU	Kürşad Han DÖNMEZ
A. Meliha CANPOLAT	Lale YILDIZ ÇAKIR
Ahmet TEMEL	Murat KANGALGİL
Burak GÜNEŞ	Mustafa ENGÜR
Ekrem AKBUĞA	Necati GÜRSES
Erdem EREM	Nihal DAL
Fatih ÖZGÜL	Nurgül ÖZDEMİR
Fatma İlker KERKEZ	OlcaY KİREMİTÇİ
Gülbin RUDARLI	Rıdvan EKMEKÇİ
Kıvanç SEMİZ	Serdar TOK



Editörler: Doç. Dr. Kürşad Han DÖNMEZ - Doç. Dr. Olcay KİREMİTÇİ
Doç. Dr. Murat KANGALGİL

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETİMİ
Alana Özgü Konular & Temel Kavramlar

ISBN 978-625-6357-26-6

Kitap içeriğinin tüm sorumluluğu yazarlarına aittir.

© 2022, PEGEM AKADEMİ

Bu kitabın basım, yayım ve satış hakları Pegem Akademi Yay. Eğt. Dan. Hizm. Tic. AŞ'ye aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri, kapak tasarımı; mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kayıt ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz ve dağıtılamaz. Bu kitap, T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır. Okuyucularımızın bandrolü olmayan kitaplar hakkında yayineimize bilgi vermesini ve bandrolsüz yayınları satın almamasını diliyoruz.

Pegem Akademi Yayıncılık, 1998 yılından bugüne uluslararası düzeyde düzenli faaliyet yürüten **uluslararası akademik bir yayinevi**dir. Yayımladığı kitaplar; Yükseköğretim Kurulunca tanınan yükseköğretim kurumlarının kataloglarında yer almaktadır. Dünyadaki en büyük çevrimiçi kamu erişim kataloğu olan **WorldCat** ve ayrıca Türkiye'de kurulan **Turcademy.com** tarafından yayınları taranmaktadır, indekslenmektedir. Aynı alanda farklı yazarlara ait 1000'in üzerinde yayını bulunmaktadır. Pegem Akademi Yayınları ile ilgili detaylı bilgilere <http://pegem.net> adresinden ulaşılabilmektedir.

I. Baskı: Aralık 2022, Ankara

Yayın-Proje: Ferdi Akkaya
Dizgi-Grafik Tasarım: Tuğba Kaplan
Kapak Tasarımı: Pegem Akademi

Baskı: Ay-bay Kırtasiye İnşaat Gıda Pazarlama ve Ticaret Ltd. Şti.
Çetin Emeç Bulvarı 1314. Cadde No: 37A-B Çankaya/ANKARA
Tel: (0312) 472 58 55

Yayıncı Sertifika No: 51818
Matbaa Sertifika No: 46661

İletişim

Macun Mah. 204. Cad. No: 141/A-33 Yenimahalle/ANKARA
Yayınevi: 0312 430 67 50
Dağıtım: 0312 434 54 24
Hazırlık Kursları: 0312 419 05 60
İnternet: www.pegem.net
E-ileti: pegem@pegem.net
WhatsApp Hattı: 0538 594 92 40

ÖN SÖZ

Eğitim, bireyin bilişsel, duyuşsal ve devinişsel gelişim alanlarında oluşan ihtiyaçlarını karşılayabilmek üzere gerçekleştirilen formal ve informal yönden organize edilmiş uzun soluklu bir süreç olarak tanımlanabilir. Beden eğitimi ve spor öğretimi ise, uygulama prensipleri, konu çeşitliliği ve organizasyonunda kullanılan model ve yöntemler ile tüm gelişim alanlarının gereksinimlerine karşılık verebilecek bir alan olarak ön plana çıkmaktadır.

Tüm dünyada yaşanan pandemi sürecinde gerçekleşen yaşam tarzına yönelik değişiklikler, bireylerin sağlıklı bir yaşam sürebilmeleri için gerekli olan önemli argümanlardan birisinin hareket etmek olduğunu tekrar gündeme getirmiştir. Dünya Sağlık Örgütü (WHO) özellikle okul çağındaki çocuk ve genç bireylerin çoğunlukla aerobik olmak üzere günlük 60 dakika orta ve yüksek şiddetli fiziksel aktivite yapmaları gerekliliğini vurgulamaktadır. Bunun yanı sıra WHO, bu tür fiziksel aktivitelerin, katılım gösteren bireylerin spor yapma alışkanlıklarını geliştirmelerinde faydalı olacağını ve tüm yaşamları boyunca sağlıklı bir yaşam tarzını tercih etmelerinde etken olacağını vurgulamaktadır.

Bu kitapta yer alan konu başlıklarının, süreç içerisinde köklü değişiklikler olabileceği tahmin edilen ve üzerinde bilim insanlarının tartışmalar yürüttüğü eğitim-öğretim faaliyetleri kapsamındaki yeri ve ağırlığı açısından ön plana çıkacağı düşünülen “Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi” alanı ile ilgili farkındalığın artırılmasında faydalı olabileceği düşünülmektedir. Kitapta yer alan bölüm ve içerikler, üniversitelerde halen yürütülmekte olan Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi alanının lisans ve lisansüstü eğitim konuları dikkate alınarak hazırlanmış olup; okurlara ön bilgi sunma niteliği taşımaktadır.

Doç. Dr. Kürşad Han DÖNMEZ
ORCID No: 0000-0002-7793-0922

Doç. Dr. Olcay KİREMİTÇİ
ORCID No: 0000-0001-5966-0116

Doç. Dr. Murat KANGALGİL
ORCID No: 0000-0002-7480-199X

BÖLÜMLER VE YAZARLARI

Editörler: Doç. Dr. Kürşad Han DÖNMEZ - Doç. Dr. Olcay KİREMİTÇİ
Doç. Dr. Murat KANGALGİL

1. Bölüm: Beden Eğitimi ve Gelişim Alanları

Prof. Dr. Fatma İlker KERKEZ, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
ORCID No: 0000-0002-5485-1834

2. Bölüm: Hareket, Beceri, Yetenek Kavramları ve Yetenek Seçimi

Prof. Dr. Gülbın RUDARLI, Ege Üniversitesi
ORCID No: 0000-0001-8914-7479
Doç. Dr. Olcay KİREMİTÇİ, Ege Üniversitesi
ORCID No: 0000-0001-5966-0116

3. Bölüm: Beden Eğitimi ve Sporda Öğrenimi Geliştirmek İçin Müfredat

Doç. Dr. Murat KANGALGİL, Dokuz Eylül Üniversitesi
ORCID No: 0000-0002-7480-199X
Dr. Ahmet TEMEL, Milli Eğitim Bakanlığı
ORCID No: 0000-0001-9215-6106

4. Bölüm: Eğitim Yönetimi Açısından Sembolik Etkileşimci Rol Kuramı

Prof. Dr. A. Dilşad MİRZEOĞLU, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi
ORCID No: 0000-0003-1856-6750

5. Bölüm: Beden Eğitimi ve Sporda Yetenek Algısına Farklı Bir Bakış:

Dunning – Kruger Etkisi

Prof. Dr. Serdar TOK, Manisa Celal Bayar Üniversitesi
ORCID No: 0000-0003-4961-9202
Doç. Dr. Nihal DAL, Manisa Celal Bayar Üniversitesi
ORCID No: 0000-0003-1457-8383

6. Bölüm: Beden Eğitimi ve Spor Dersinde Sınıf Yönetimi

Doç. Dr. Nurgül ÖZDEMİR, İzmir Demokrasi Üniversitesi
ORCID No: 0000-0002-6124-6982
Doç. Dr. Olcay KİREMİTÇİ, Ege Üniversitesi
ORCID No: 0000-0001-5966-0116

7. Bölüm: Eğitimde Yaratıcı Drama ve Beden Eğitimi

Dr. Öğr. Üyesi A. Meliha CANPOLAT, Ege Üniversitesi
ORCID No: 0000-0001-5019-4788
Öğr. Gör. Erdem EREM, Ege Üniversitesi
ORCID No: 0000-0002-9330-6601

8. Bölüm: Bütüncül Okul Fiziksel Aktivite Programı

Dr. Öğr. Üyesi Kıvanç SEMİZ, Giresun Üniversitesi

ORCID No: 0000-0003-3051-4814

Dr. Öğr. Üyesi Necati GÜRSES, Giresun Üniversitesi

ORCID No: 0000-0002-7949-5813

9. Bölüm: Beden Eğitimi Derslerinde Öğrenci Sorunları: Tutum, Biliş ve Motivasyon

Doç. Dr. Murat KANGALGİL, Dokuz Eylül Üniversitesi

ORCID No: 0000-0002-7480-199X

Dr. Ahmet TEMEL, Milli Eğitim Bakanlığı

ORCID No: 0000-0001-9215-6106

10. Bölüm: Oyun Temelli Yaklaşımlar, Uyarlanmış Oyun Tasarlama ve Taktiksel Sorgulama Stratejileri

Dr. Öğr. Üyesi Burak GÜNEŞ, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi

ORCID No: 0000-0002-6571-646X

11. Bölüm: İletişim, Beden Eğitimi ve Yeni Jenerasyonlar

Dr. Öğr. Üyesi Mustafa ENGÜR, Ege Üniversitesi

ORCID No: 0000-0001-9435-9951

12. Bölüm: Özel Gereksinimli Bireylerin Beden Eğitimi ve Spora Katılımına Rehber Yaklaşım

Dr. Öğr. Üyesi Lale YILDIZ ÇAKIR, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi

ORCID No: 0000-0002-1283-4788

13. Bölüm: Bedensel Okuryazarlık

Doç. Dr. Fatih ÖZGÜL, Giresun Üniversitesi

ORCID No: 0000-0002-8671-9854

Dr. Öğr. Üyesi Ekrem AKBUĞA, Giresun Üniversitesi

ORCID No: 0000-0003-0242-6921

14. Bölüm: Beden Eğitiminde Kendini Açma

Doç. Dr. Kürşad Han DÖNMEZ, Giresun Üniversitesi

ORCID No: 0000-0002-7793-0922

15. Bölüm: Beden Eğitiminde Zihinsel Hazırlık

Prof. Dr. Rıdvan EKMEKÇİ, Pamukkale Üniversitesi

ORCID No: 0000-0001-5085-5988

İÇİNDEKİLER

Ön Söz.....	iii
Bölümler ve Yazarları.....	v

1. BÖLÜM

BEDEN EĞİTİMİ VE GELİŞİM ALANLARI

Gelişim Alanları.....	2
Fiziksel Gelişim	3
Çocuk ve Ergenlerde Fiziksel Gelişim (6-18 Yaş).....	3
Beden Eğitimi ve Spor Dersinde Fiziksel Gelişim	7
Bilişsel Gelişim	8
Çocuk ve Ergenlerde Bilişsel Gelişim (6-18 Yaş).....	11
Beden Eğitimi ve Spor Dersinde Bilişsel Gelişim	12
Motor Gelişim.....	13
Çocuk ve Ergenlerde Motor Gelişim (6-18 Yaş).....	15
Beden Eğitimi ve Spor Dersinde Motor Gelişim	16
Duyuşsal Gelişim.....	18
Çocuk ve Ergenlerde Duyuşsal Gelişim (6-18 yaş)	20
Beden Eğitimi ve Spor Dersinde Duyuşsal Gelişim	20
Değerlendirme Soruları.....	22
Kaynakça.....	22

2. BÖLÜM

HAREKET, BECERİ, YETENEK KAVRAMLARI VE YETENEK SEÇİMİ

Giriş.....	28
Hareket Kavramı.....	28
Hareket Temelli Becerilerin Sınıflandırılması.....	31
Yetenek ve Yetenek Seçimi Kavramları.....	33
Yetenek Türlerine Ait Teoriler	33
Yetenek Seçimi Neden Önemlidir?	35
Yetenek Seçimi Programları.....	36
Yetenek Seçimi Aşamaları	38
Değerlendirme Soruları.....	40
Kaynakça.....	40

3. BÖLÜM

BEDEN EĞİTİMİ VE SPORDA ÖĞRENİMİ GELİŞTİRMEK İÇİN MÜFREDAT

Giriş.....	44
Öğrenciler Neleri ve Nasıl Öğrenmelidir?	45
Müfredata Karar Vermede Değer Yönelimleri	46
Değerlerin ve Bağlamın Öğrenci Öğrenimine Etkisi.....	51
Küresel ve Yaygın Bağlam Etkileri (Dış Çember)	52
Değerlerin ve İnançların Etkisi (İkinci Daire).....	55
Okul Bağlamları (İç Çember)	58
Öğrenme (Merkez Çember)	60
Tutarlılık İçin Çabalamak.....	61
Beden Eğitimi Programları İçin İçerik Nasıl Seçilir?	61
Bir Müfredatı Tutarlı Yapan Nedir?	62
Uygulama İçin Öneriler.....	63
Değerlendirme Soruları	64
Kaynakça.....	65

4. BÖLÜM

ÖĞRETİM MODELLERİ İLE BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETİMİ

Giriş.....	71
Beden Eğitimi ve Spor Öğretiminde Kullanılan Öğretim Modelleri	74
Model Seçiminde Dikkat Edilecek Unsurlar	76
Doğrudan Öğretim Modeli (DÖM)	78
Doğrudan Öğretim Modelinin Uygulama Aşamaları.....	80
DÖM'de Öğretmen ve Öğrenci Rollerini.....	81
Doğrudan Öğretim Modelinin Yararları ve Sınırlılıkları.....	82
Bireyselleştirilmiş Öğretim Modeli (BÖM).....	82
Bireyselleştirilmiş Öğretim Modelinin Uygulama Aşamaları.....	86
Öğretmen ve Öğrenci Sorumlulukları ve Rollerini.....	88
Bireyselleştirilmiş Öğretim Modelinin Yararları ve Sınırlılıkları.....	88
İş Birlikli Öğrenme Modeli (İÖM).....	89
İş Birlikli Öğretim Modelinin Uygulama Aşamaları.....	92
Öğretmen ve Öğrenci Sorumlulukları ve Rollerini.....	93
İş Birlikli Öğrenme Modelinin Yararları ve Sınırlılıkları.....	94
Akran Öğretim Modeli (AÖM).....	95
Akran Öğretim Modelinin Türleri.....	97

Akran Öğretim Modelinin Uygulama Aşamaları.....	97
Öğretmen ve Öğrenci Sorumlulukları ve Rollerine.....	98
Akran Öğretim Modelinin Yararları ve Sınırlılıkları.....	99
Spor Eğitim Modeli (SEM).....	99
Spor Eğitim Modelinin Amacı ve Yapısı	100
Spor Eğitim Modelinde Kullanılan Öğretim Yaklaşımları ve Uygulama Aşamaları	104
Öğretmen ve Öğrenci Sorumlulukları	105
Spor Eğitim Modelinin Yararları ve Sınırlılıkları.....	106
Taktik Oyun Yaklaşımı (Toya).....	106
Taktik Oyun Yaklaşımının Uygulama Aşamaları	108
TOYA ile İlgili Pedagojik İlkeler	110
Taktik Oyun Modelinin Yararları ve Sınırlılıkları.....	111
Araştırmaya (Sorgulamaya) Dayalı Öğretim Modeli (ADÖM).....	111
Öğretmen ve Öğrenci Sorumlulukları	117
Araştırmaya Dayalı Öğretim Modelinin Yararları ve Sınırlılıkları.....	118
Bireysel ve Sosyal Sorumluluk Modeli (BSSM).....	119
Sorumluluk Seviyeleri ve Bileşenleri	120
Beş Seviye	123
Bireysel ve Sosyal Sorumluluk Modelinde Temalar	124
Bireysel ve Sosyal Sorumluluk Modelinin Uygulama Aşamaları	125
BSSM'nin Yararları ve Sınırlılıkları	127
Değerlendirme Soruları.....	127
Kaynakça.....	128

5. BÖLÜM

BEDEN EĞİTİMİ VE SPORDA YETENEK ALGISINA FARKLI BİR BAKIŞ: DUNNING – KRUGER ETKİSİ

Beden Eğitimi ve Sporda Yetenek Algısına Farklı Bir Bakış: Dunning – Kruger Etkisi	136
Dunning – Kruger Etkisi Nedir ve Neden Ortaya Çıkar?.....	137
Dunning – Kruger Etkisi: Bilimsel Gerçek veya İstatistiksel Yöntem Hatası.....	138
Beden Eğitimi ve Sporda Dunning – Kruger Etkisi: O Golü Ben de Atarım.....	140
Spor Bilimciler İçin Dunning – Kruger Etkisi Konusunda Araştırma Önerileri	142
Dunning – Kruger Etkisinin Sahadaki Uygulamacılar İçin Önemi: Sahadaki McArthur Wheelerlara Dikkat	142
Değerlendirme Soruları.....	143
Kaynakça.....	143

6. BÖLÜM

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİNDE SINIF YÖNETİMİ

Giriş.....	146
Sınıf Yönetiminde Sınıf İklimi; Geleneksel ve Çağdaş Yaklaşım.....	149
Beden Eğitimi Derslerinde Sınıf Yönetimi ile İlgili Unsurlar ve Örnekler	151
Beden Eğitimi Dersinde İstenmeyen Davranışlar ve Önlemler	156
Değerlendirme Sürecinde Sınıf Yönetimi.....	157
Değerlendirme Soruları.....	158
Kaynakça.....	158

7. BÖLÜM

EĞİTİMDE YARATICI DRAMA VE BEDEN EĞİTİMİ

Yaratıcı Drama	163
Eğitimde Yaratıcı Drama	163
Yaratıcı Dramanın Hedefleri.....	164
Eğitimde Yaratıcı Dramanın Bileşenleri.....	165
Lider/Eğitmen/Öğretmen	165
Grup/Katılımcı	166
Mekân	166
Konu	167
Eğitimde Yaratıcı Drama ile İlişkili Temel Kavramlar.....	167
Dram	167
Drama	167
Dramatik Durum	168
Dramatik Oyun	168
Oyun	169
Yaratıcılık.....	169
Eğitimde Yaratıcı Drama Aşamaları ve Planı	170
Eğitimde Yaratıcı Drama Yönteminin Aşamaları	170
Hazırlık/Isınma Aşaması.....	171
Canlandırma Aşaması	171
Paylaşım/Değerlendirme Aşaması.....	171
Ara Paylaşım/Ara değerlendirme	171
Eğitimde Yaratıcı Dramada Kullanılan Başlıca Teknikler.....	173
Doğaçlama.....	173
Rol Oynama	174
Rol Değiştirme.....	174

Dramatizasyon.....	174
Eğitimde Yaratıcı Drama Plan Örnekleri	174
İlkokul İçin Plan Örneği.....	175
Ortaokul Plan Örneği.....	177
Lise Plan Örneği	179
Değerlendirme Soruları.....	181
Kaynakça.....	181

8. BÖLÜM

BÜTÜNCÜL OKUL FİZİKSEL AKTİVİTE PROGRAMI

Bütüncül Okul Fiziksel Aktivite Programı.....	184
Nitelikli Beden Eğitimi	186
Okul Öncesinde ve Sonrasında Fiziksel Aktivite.....	186
Okul Sırasında Fiziksel Aktivite	187
Okuldaki Personelin Katılımı.....	187
Aile ve Toplumun Etkileşimi	188
Değerlendirme Soruları.....	189
Kaynakça.....	189

9. BÖLÜM

BEDEN EĞİTİMİ DERSLERİNDE ÖĞRENCİ SORUNLARI: TUTUM, BİLİŞ VE MOTİVASYON

Giriş.....	192
Tutum, Biliş ve Motivasyon.....	194
Öğrenci Sorunlarını Anlamak İçin Çerçevesel.....	195
Öğrenci Tutumları.....	197
Öğrenci Bilişi.....	200
Motivasyon.....	204
Araştırma ve Uygulama İçin Etkinlikler	207
Değerlendirme Soruları.....	210
Kaynakça.....	211

10. BÖLÜM

OYUN TEMELLİ YAKLAŞIMLAR, UYARLANMIŞ OYUN TASARLAMA VE TAKTİKSEL SORGULAMA STRATEJİLERİ

Oyun Temelli Yaklaşımlar	216
Öğrenme Öğretme Süreci.....	217
Pedagojik İçerik Bilgisi	219
Uyarlanmış Oyun Tasarlama	219
Teknik ve Taktik Analiz	220
Pedagojik İlkelerin Kullanımı.....	224
Taktiksel Sorgulama Stratejileri	226
Fikir Tartışması (Debate of Ideas)	229
Artma (Grow).....	230
Yansıtıcı Sorgulama (Reflective toss).....	230
Sorgulama Stratejileri İçin Öneriler	231
Sonuç.....	233
Değerlendirme Soruları.....	233
Kaynakça.....	234

11. BÖLÜM

İLETİŞİM, BEDEN EĞİTİMİ VE YENİ JENERASYONLAR

İletişim	238
İletişim Modelleri	238
Doğrusal İletişim Modeli	238
Dairesel İletişim Modelleri	240
Sarmal İletişim Modeli.....	241
İletişim, Eğitim ve Öğretmen	242
Beden Eğitimi Dersi ve İletişim	243
Yeni Jenerasyonlar	244
Değerlendirme Soruları.....	250
Kaynakça.....	250

12. BÖLÜM**ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLERİN BEDEN EĞİTİMİ VE
SPORA KATILIMINA REHBER YAKLAŞIM**

Giriş.....	254
Beden Eğitimi ve Spor Dersine Hazırlık Aşaması.....	258
Beden Eğitimi ve Spor Dersini Uygulama Aşaması.....	258
Pekiştireçler.....	260
Birincil Pekiştireçler.....	260
İkincil Pekiştireçler.....	260
Sürekli Pekiştirme Tarifesi.....	262
Aralıklı Pekiştirme Tarifesi.....	262
Öğretimi Kolaylaştırıcı İpuçları.....	263
Öğretim Yöntemleri.....	264
Yanlızsız Öğretim Yöntemi.....	265
Doğrudan Öğretim.....	265
Uygun Olmayan Davranışlar.....	266
Uygun Olmayan Davranışların Ayrımlı Pekiştirilmesi.....	267
Mola.....	267
Tepkiyi Durdurma/Yarıda Kesme.....	267
Azarlama.....	268
Koşullu Egzersiz.....	268
Öğretimin Planlanması.....	268
Değerlendirme Soruları.....	269
Kaynakça.....	270

13. BÖLÜM**BEDENSEL OKURYAZARLIK**

Giriş.....	276
Bedensel Okuryazarlık Tanımları.....	277
Whitehead'in Bedensel Okuryazarlık Kavramının Özellikleri.....	278
Bedensel Okuryazarlığın Değerlendirilmesi.....	278
Bedensel Okuryazarlığın Puanlandırılması.....	281
Sonuç.....	284
Değerlendirme Soruları.....	284
Kaynakça.....	285

14. BÖLÜM

BEDEN EĞİTİMİNDE KENDİNİ AÇMA

Beden Eğitimi	288
Kendini Açma	289
Kendini Açmanın Boyutları	290
Kendini Açmanın Özellikleri.....	292
Kendini Açmanın Öğeleri	293
Kendini Açmanın Profesyoneller Açısından İşlevleri	294
Karşıdaki Birey Açısından Kendini Açmanın İşlevleri	295
Kendini Açma Kuramları.....	296
Sosyal Etkileşim Kuramı	296
Sosyal Nüfuz Kuramı	296
Johari Penceresi	297
Bağlantısal Diyalekt / İletişimsel Başarı Kuramı.....	297
Kendini Açma Davranışına Etki Eden Faktörler	299
Kendini Açmanın Sonuçları.....	300
Değerlendirme Soruları.....	301
Kaynakça.....	301

15. BÖLÜM

BEDEN EĞİTİMİNDE ZİHİNSEL HAZIRLIK

Zihinsel Hazırlık Nedir?	306
Beyin ve Beden Bağlantısını Anlamak	307
Sakin Kalmak.....	308
Zihinsel Hazırlığın Alt Boyutları	308
Güven.....	308
Motivasyon.....	309
Dikkat ve Konsantrasyon	310
Algılama	312
Meditasyon ve Bilinçli Farkındalık (Mindfulness)	313
Pozitif Duygusal Enerji.....	314
Duygu Kontrolü.....	315
Değerlendirme Soruları.....	318
Kaynakça.....	318

Editörler Hakkında..... 319

Yazarlar Hakkında..... 321

1. BÖLÜM

BEDEN EĞİTİMİ VE GELİŞİM ALANLARI

Prof. Dr. Fatma İlker KERKEZ, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
ORCID No: 0000-0002-5485-1834

Öğrenme Hedefleri

Bu bölüm tamamlandığında;

- Gelişim alanlarını tanımlayabilecek,
- Beden eğitimi ve sporun gelişim alanları ile ilişkisini açıklayabilecek,
- Gelişim alanlarına göre beden eğitimi dersini planlayabileceksiniz.

İçindekiler

1. GELİŞİM ALANLARI

1.1. Fiziksel Gelişim

1.1.1. Çocuk ve Ergenlerde Fiziksel Gelişim (6-18 Yaş)

1.1.2. Beden Eğitimi ve Spor Dersinde Fiziksel Gelişim

1.2. Bilişsel Gelişim

1.2.1. Çocuk ve Ergenlerde Bilişsel Gelişim (6-18 Yaş)

1.2.2. Beden Eğitimi ve Spor Dersinde Bilişsel Gelişim

1.3. Motor Gelişim

1.3.1. Çocuk ve Ergenlerde Motor Gelişim (6-18 Yaş)

1.3.2. Beden Eğitimi ve Spor Dersinde Motor Gelişim

1.4. Duyuşsal Gelişim

1.4.1. Çocuk ve Ergenlerde Duyuşsal Gelişim (6-18 Yaş)

1.4.2. Beden Eğitimi ve Spor Dersinde Duyuşsal Gelişim

DEĞERLENDİRME SORULARI

KAYNAKÇA