**Ankara Üniversitesi**

**Eğitim Bilimleri Fakültesi**

**İlköğretim Bölümü**

**Okul Öncesi Eğitim Anabilim Dalı**

**Okul Öncesi Öğretmenliği Lisans Programı**

**2014 – 2015 Eğitim Öğretim Yılı**

**Beden Eğitimi ve Oyun Öğretimi Dersi**

**Uygulama Dosyası**

**Öğrencilerin Adı – Soyadı – Numarası:**

**Beyza DURU 16040085  Amine YÜKSEL 16040134**

**Uygulama Yapılan Okul: Sevgi Anaokulu**

**Uygulama Yapılan Yaş Grubu: 5 yaş (Elma Şekerleri Sınıfı)**

**Sınıftaki Çocuk Sayısı:**

**Ders Öğretim Elemanı: Yard. Doç. Dr. Müge ŞEN**

 **BEYZA DURU**

 **AMİNE YÜKSEL**

**ANAOKULU HAREKET GELİŞİM PROGRAMI**

**Yaş Grubu:**5 YAŞ **Tarih:** 12.12.2018

**Uygulamaya Katılan Çocuk Sayısı: ? Süre:** 40 dk.

**Kavram:** Sıcak – Soğuk – Ilık

**MOTOR GELİŞİM KAZANIM VE GÖSTERGELERİ**

**Kazanım 1: Yer değiştirme hareketleri yapar.**

**Göstergeleri:**

* Isınma ve soğuma hareketlerini bir rehber eşliğinde yapar.
* Yönergeler doğrultusunda yürür.
* Yönergeler doğrultusunda koşar.
* Belli bir yükseklikten atlar.
* Belli bir yüksekliğe zıplar.
* Belli bir yüksekliğe tırmanır.
* Tırmanılan yükseklikten iner.
* Engelin üzerinden atlar.
* Koşarak bir engel üzerinden atlar.
* Çift ayak sıçrayarak belirli mesafe ilerler.
* Tek ayak sıçrayarak belirli mesafe ilerler.
* Belirlenen mesafede yuvarlanır.
* Belirlenen noktadan çift ayakla ileriye doğru atlar.
* Kayma adımı yaparak belirli mesafede ilerler.
* Galop yaparak belirli mesafede ilerler.
* Sekerek belirli mesafede ilerler.

**Kazanım 2: Denge hareketleri yapar.**

**Göstergeleri:**

* Ağırlığını bir noktadan diğerine aktarır.
* Atlama ile ilgili denge hareketlerini yapar.
* Konma ile ilgili denge hareketlerini yapar.
* Başlama ile ilgili denge hareketlerini yapar.
* Durma ile ilgili denge hareketlerini yapar.
* Tek ayak üzerinde durur.
* Tek ayak üzerinde sıçrar.
* Bireysel ve eşli olarak denge hareketleri yapar.
* Çizgi üzerinde yönergeler doğrultusunda yürür.
* Denge tahtası üzerinde yönergeler doğrultusunda yürür.

**Kazanım 3: Nesne kontrolü gerektiren hareketleri yapar.**

**Göstergeleri:**

* Bireysel ve eşli olarak nesneleri kontrol eder.
* Küçük top ile omuz üzerinden atış yapar.
* Atılan topu elleri ile tutar.
* Duran topa koşarak gelip ayakla vurur.
* Küçük topu tek elle yerden yuvarlar.
* Raket/sopa ile sabit topa vurur.
* Topu olduğu yerde ritmik olarak sektirir.
* Farklı boyut ve ağırlıktaki nesneleri hedefe atar.
* Nesneleri kaldırır.
* Nesneleri taşır.
* Nesneleri iter.
* Nesneleri çeker.
* İp atlar.

**Kazanım 4: Küçük kas kullanımı gerektiren hareketleri yapar.**

**Göstergeleri:**

* Nesneleri toplar.
* Nesneleri kaptan kaba boşaltır.
* Nesneleri üst üste dizer.
* Nesneleri yan yana dizer.
* Nesneleri iç içe dizer.
* Nesneleri takar.
* Nesneleri çıkarır.
* Nesneleri ipe vb. dizer.
* Nesneleri değişik malzemelerle bağlar.
* Nesneleri yeni şekiller oluşturacak biçimde bir araya getirir.
* Malzemeleri keser.
* Malzemeleri yapıştırır.
* Malzemeleri değişik şekillerde katlar.
* Değişik malzemeler kullanarak resim yapar.
* Nesneleri kopartır/yırtar.
* Nesneleri sıkar.
* Nesneleri çeker/gerer.
* Nesneleri açar/kapar.
* Malzemelere elleriyle şekil verir.
* Malzemelere araç kullanarak şekil verir.
* Kalemi doğru tutar.
* Kalem kontrolünü sağlar.
* Çizgileri istenilen nitelikte çizer.

**Kazanım 5: Müzik ve ritim eşliğinde hareket eder.**

**Göstergeleri:**

* Bedenini kullanarak ritim çalışması yapar.
* Nesneleri kullanarak ritim çalışması yapar.
* Vurmalı çalgıları kullanarak ritim çalışması yapar.
* Basit dans adımlarını yapar.
* Müzik ve ritim eşliğinde dans eder.
* Müzik ve ritim eşliğinde çeşitli hareketleri ardı ardına yapar.

**HAREKETE SÜRÜKLEYİCİ ETKİNLİKLER**

1. **Yürüme**

Küçük adımlarla yürüme

Büyük adımlarla yürüme

1. **Koşma**

Küçük adımlarla koşu

Büyük adımlarla koşu

**İŞLEVSEL ETKİNLİKLER**

1. **Ayakta**

**Ayakta Öne Eğilmek (Yoga):** Başlarken ayakta dur. Bacakların ve ayakların birbirine çok yakın dursun. Sırtını dik tut. Nefes verirken yere doğru eğil. Eğildiğinde kollarının düz olmasına dikkat et.

**Flamingo Duruşu (Yoga):** Başlarken ayakta dur. Bacaklarını, ayaklarını birleştir. Sırtını dik tut. Gözlerinle bir noktaya bak. Böylece dengede daha kolay durabilirsin. Sağ bacağını dizinden bük sağ ayağını arkaya kaldır ve sağ elinle ayağını tut. Diğer kolunu dirseğini bük, elinle flamingonun gagasını yap. Bitirirken, sağ ayağını yere indir başlangıç durumuna geç. Sonra duruşu diğer ayağınla yap.

**Penguen Yürüyüşü (Yoga):** Başlarken ayakta dur. Bacaklarını, ayaklarını birleştir. Sırtını dik tut. Kollarını düz, ellerin vücudunun yanında dursun. Sonra ayaklarını ayak parmakların yan tarafları gösterecek şekilde dışa çevir, topukların birbirine yakın dursun. El bileklerini bük avuçların yere baksın, el parmakların yan tarafları göstersin. Bir penguen gibi küçük adımlar atarak yürü. Bitirirken ellerini ve ayaklarını başlangıç duruşundaki yerlerine getir.

1. **Oturarak**

**Dinozor/At Duruşu (Yoga):** Başlarken dizlerinin üzerinde dur. Sağ ayağınla öne bir adım at, sağ dizin topuğunla aynı hizada dursun. Sol dizin, sol ayak parmaklarını yere yerleştir. Sağ dizini yerdeki dizinin yanına yerleştir. Sonra ayağınla bir adım atarak duruşu tekrarla.

**Yatarak**

**İskele Duruşu (Yoga):** Ayak parmaklarını, dizlerini ve avuçlarını yere koy. Ellerin omuzlarının, dizlerin kalçalarının altında olsun. Ellerin ve omuzlarını sabit tut. Önce sağ bacağını geriye doğru uzat ve ayak parmaklarını yere koy. Sonra sol bacağını geriye uzat ve ayak parmaklarını yere koy. Ayakların kalça genişliğinde olsun.

**Yılan duruşu (Yoga):** başlarken yüzüstü yat. Avuçlarını göğsünün yanında yere koy. Gözlerinle karşıya bak. Kendini bir yılan esnekliğinde hayal et. Avuçlarını yere bastır, omuzlarını, göğsünü, başını yerden kaldır. Bitirirken nefes vererek tekrar yere uzan.

**Köpek Duruşu (Yoga):** Başlarken dizlerini ve avuçlarını yere koy. Nefesini verirken dizlerini yerden kaldırırken kalçanı da gökyüzüne yükselt. Kollarını ve sırtını düz tutmaya çok dikkat et. Gövdeni arkaya doğru uzat, bacaklarını düzleştirip topuklarını yere yaklaştır. Başını ve omuzlarını yerden uzakta tut. Bitirirken dizlerini yere koy.

**Grup etkinlikleri**

**Küp ve Çarşaf:**

 **1 adet kırmızı çarşaf ve 1 adet sarı çarşaf vardır Çarşaflar uçan halılardır. Çarşafların üzerlerinde 10 adet yoga duruşunun fotoğrafı vardır.**

**2 adet yoga küpü vardır. Yoga küpleri çocukların uçan halıda hangi duruşun olduğu kısma oturulacağını seçmeye yardımcı olur.**

 **Çocuklar önceden bileklerine bağlanmış olan iplerin renklerine göre hangi uçan halıya bineceklerini eşleştirirler. Sonra her öğrenci küpü yerden kaldırarak atar. Küpün üst kısmındaki hareketi uçan halının üstünden bularak hareketi yapıp yerine oturur. Eğer bir çocuk küpü attığında halıda dolu yoga duruşu koltuğu gelmişse küpü tekrar atar.**

**Paytak Penguenler ve Göçmen Flamingolar**

Öğretmenler sınıfa kocaman gülerek girerler. Çocuklarla çember olunur. Öğretmenler çocuklara “Çocuklar geçen hafta sizlerle çok eğlendik. Sizi tekrar gördüğümüz için çok mutluyuz. Hepinize günaydın.” der ve çocuklara bugün nasıl olduklarını sorar. Havanın bugün nasıl olduğu konuşulur. Soğuyan havalarda kuşların ne yaptığını çocuklardan düşünmeleri istenir. Tahmin sonuçları dinlendikten sonra göçmen kuşlar hakkında bilgi verilir. Geçen hafta okullarında sergilenen tiyatro gösterisi çocuklara hatırlatılır konunun benzerliğine dikkat çekilir. Göçmen kuşlardan flamingonun resmi çocuklara gösterilir. Yogadaki flamingo duruşu gösterilir ve çocuklarla yapılır(M.G. K.2. G.6.ve G.8.). Temel özellikleri anlatılır. Bazı kuş türlerinin de çok soğuk yerlerde kutuplarda yaşadığı söylenir. Çocuklara bu kuşun ne olabileceği sorulur. Tahminlerden sonra penguenin resmi gösterilir. Yogadaki penguen yürüyüşü gösterilir ve çocuklarla yapılır.(M.G. K.1. G.2) Penguen temel özellikleriyle tanıtılır. Konuşma ~~ortamı~~ bitirildikten sonra öğretmen çocuklara kırmızı ve sarı renkte ip parçaları dağıtır ve onları çocukların sağ bileklerine bağlamalarına yardımcı olur. “Çocuklar size arkadaşım Paytak Penguen’in hikâyesini anlatacağım. Sizden de ben hikayeyi anlatırken yaptığım hareketleri yaparak bana eşlik etmenizi istiyorum. Bileğinizdeki ipler sayesinde artık sizde penguensiniz. Haydi, hikâyemize başlayalım.” der ve hikayeye başlar. “Paytak penguen bu sabah yatağından sevinçle kalktı. Arkadaşı Göçmen Flamingo’nun yanına gideceği için çok heyecanlıydı. Penceresinin önüne gidip camını açtı.

Avuçlarını birleştirip nefes alışını ve verişini hissetti (M.G. K.1. G.1);

Nefes alarak kollarını yukarı kaldırıp ‘Merhaba Güneeeş’ (M.G. K.1. G.1);

Nefes verirken öne eğilip (ayakta öne eğilme) ‘Merhaba Yeryüzüüü’ (M.G. K.1. G.1);

Nefes alırken sağ bacağını yani ip bağlı bileğinin olduğu taraftaki bacağını arkaya uzatıp, dizini yere koyarak (dinozor/ at duruşu)’Merhaba Topraaak’ (M.G. K.1. G.1);

Nefes verirken dizini yerden kaldırıp bacağını düzleştirip, diğer bacağını da onun yanına getirip nefes alarak (iskele duruşu) ‘merhaba buzullaaar’(M.G. K.1. G.1);

Nefes verirken yere dizlerini ve gövdeni yerleştirip, dümdüz yere uzandı. (M.G. K.1. G.1)

 Nefes alırken omuzlarını, başını ve gövdeni yukarı doğru kaldırarak bir yılan gibi durup (yılan duruşu) ‘Merhaba Bulutlaar’ (M.G. K.1. G.1);

Nefes verirken bacaklarına doğru kapanarak tıpkı bir köpek gibi vücudunu esneterek (köpek duruşu) ‘Merhaba Hayvanlaar’ (M.G. K.1. G.1) ;

Nefes verirken sağ bacağını yani ip bağlı bileğinin olduğu taraftaki bacağını ellerinin arasına getirip, nefes alarak (dinozor / at duruşu) ‘Merhaba Topraaak’ (M.G. K.1. G.1);

Nefes verirken diğer ayağını da öne getirip (Ayakta öne eğilme) ‘Merhaba Yeryüzü’(M.G. K.1. G.1)

Nefes alırken güneşe uzanıp ’Merhaba Güneeş’(M.G. K.1. G.1)

Nefes verirken avuçlarını birleştirip, göğsüne indirerek doğayı selamladı. (M.G. K.1. G.1)

Artık yolculuğa çıkma vakti gelmişti. Odasındaki masanın üstünden uçan halılarını (çarşaf) ve biletlerini (küpler) aldı. Uçan halılar 2 renkteydi sarı ve kırmızı. Bileğinde sarı renkte ip olan penguenler sarı çarşafa, Kırmızı renkte ip olan penguenler kırmızı çarşafa bineceklermiş. Koltuklarını ise bu zarlar belirleyeceklermiş (M.G. K.3. G.9). Bu zarı atan penguen; zarın üst kısmında gelen hareketi koltukta bulup, hareketi yapıp, koltuğuna oturarak kalkış için diğer penguenleri bekleyeceklerdi. Bütün penguenler uçan halılara bindikten sonra kalkışa geçildi. Yukarı çıktıkça hava soğumuş, bizim paytak penguenler üşümüştü. Havada ilerledikten sonra kar yağmaya başlamış (kar tanesi kartları atılır) hava şartları kötüleşmişti. Zar zor yol alınıyordu. Zaman ilerlemiş yolun yarısına gelinmişti. Kar yağışı yerini yağmura bırakmış (spreyle çocuklara su sıkılır) penguenler azıcık ıslanmıştı. Yağmur dinmişti. Usul usul uçarlarken arkalarından bir şey onları itiyordu. Kutuplardan onları takip eden rüzgârdı bu. Ama bir dakika takip etmiyormuş yanlarında esip geçti. Rüzgârın gidişini fırsat bilen güneş kendini göstermeye başladı. Penguenlerinde yolunun bitmesine az kalmıştı. İlerler. İlerler. İlerledikçe bir nokta görürler. Nokta onlara onlar noktaya yaklaşır. Nokta büyür. Büyür. Meğerse bu nokta değil paytak penguenlerin arkadaşı Göçmen Flamingoymuş. Penguenler yolu şaşırmasın diye onların önüne gelmiş. Birlikte aşağıya, yeryüzüne, flamingoların evine indiler. Uzun yoldan gelen penguenler dinlenmek için toprağa uzandılar.( yoga dinlenmesine geçilir). Yorgunluklarını atan penguenler ve flamingolar birlikte oyunlar oynadı. (Oyun 1 ve Oyun 2) Oyunlar oynandıktan sonra penguenler uçan halılarına binip sınıflarına geri döndü.

**BÜTÜN SINIF ETKİNLİKLERİ**

**OYUN 1**

**OYUNUN ADI:** FLAMİNGO - PENGUEN

**OYUNU HAZIRLAYAN:** Beyza DURU

**GRUPTAKİ ÇOCUK SAYISI: ?**

**KAVRAM:** Küçük - Büyük

**OYUNUN OYNANMA SÜRESİ:** 15 dk.

**KULLANILAN MATERYALLER: -**

**OYUNUN UYGULANIŞI:** Gruptan bir kişi flamingo kuşu olur ve bu kuşun tipik hareketini yapar. (Ağır çekimde bir görüntü gibi kollar iki yanda dalgalanırken bu hareketle uyumlu halde **büyük** adımlar atılır.) Diğer grup elemanlarının tümü penguendir ve penguenler gibi yürürler. (Kollar vücuda bitiştirilir ve eller yere paralel olarak tutulur. Ayaklar ise topuklar birbirinden ayrılmayacak şekilde küçük adımlar atılarak yürünür.) Penguenler küçük adımları ile flamingo kuşundan kaçmaya çalışırlar. Flamingonun dokunduğu her penguen flamingoya dönüşür ve diğer penguenleri yakalamaya çalışır. Gruptaki herkes flamingo olup bir penguen kaldığında bu kez penguen flamingoları yakalamaya çalışır. (M.G. K.1. G.2)

**OYUN 2**

**OYUNUN ADI:** Balon Patlatmaca

**OYUNU HAZIRLAYAN:** Amine YÜKSEL

**GRUPTAKİ ÇOCUK SAYISI: ?**

**KAVRAM:** Ön – Arka , Yanında

**OYUNUN OYNANMA SÜRESİ:** 5 – 7 dk.

**KULLANILAN MATERYALLER:** keçeden renkli şekiller, koli bandı

**OYUNUN UYGULANIŞI:** Gruptaki her üyeye iki adet şişirilmiş balon verilir ve ayaklarına takmaları istenir. Herkes diğerinin balonunu patlatmaya çalışır. En son kimin ayağında patlamamış balon kalırsa oyunu o kazanır.

**ÖNERİLEN DİĞER ETKİNLİKLER:** Çocuklarla kış sporları ve yaz sporları incelenebilir. Sınıfta uygulanabilecek spor dalları uygulanabilir.

**DEĞERLEN~~M~~DİRME SORULARI:**

* **Betimleyici Sorular:**

Etkinlik boyunca neler yaptık?

* **Duyuşsal Sorular:**

Penguen olmak size ne hissettirdi?

* **Kazanımlara Yönelik Sorular:**

Etkinlik boyunca şekline girdiğimiz varlıklardan hangisi sizi zorladı?

* **Yaşamla İlişkilendirme Soruları:**

Daha önce göç yolculuğu yapan kuş sürülerini görmüş müydünüz?

**UYARLAMA:**

**Görme Engelli:**

**Çocuğun öğretmene yakın konumda olmasına dikkat edilir. Yoga hareketleri çocuğa açık ve net bir şekilde baştan tekrar ~~edilebilir.~~ ettirilir. Gerektiği yerde çocuktan izin alınarak temas ile vücudun hangi kısmını hareket ettireceğini ~~anlatabiliriz~~. anlatılır.**

**Küp etkinliğinde ise sıra ona geldiğinde küpü attıktan sonra üste gelen hareketi halının üstünde birlikte arayıp bulduktan sonra yönergelerle birlikte hareket yapılır.**

**DEĞERLENDİRME:**

* **ÇOCUK AÇISINDAN:**
* **PROGRAM AÇISINDAN:**
* **ÖĞRETMEN AÇISINDAN:**