3. Hafta

28 Eylül – 2 Ekim · 1. dönem · 2 ders saati

TEMA / ÜNİTE

Zindelik ve Fiziksel Aktivite

KONU / METİN

Fiziksel Uygunluk Bileşenlerinden Denge

ÖĞRENME ÇIKTILARI VE SÜREÇ BİLEŞENLERİ

Kod	Öğrenme çıktısı
BES.10.1.2	Fiziksel uygunluk bileşenlerinden dengeyi sağlayabilme • a) Fiziksel uygunluk bileşenlerinden dengeyi açıklar. • b) Fiziksel uygunluk bileşenlerinden dengeyi içeren hareketleri uygular. • c) Fiziksel uygunluk bileşenlerinden dengeyi geliştirir.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Öğrencilerin bireysel, eşli, aletle ve aletsiz yaptıkları çalışmalar gözlem formuyla değerlendirilebilir.

Kaynak: MEB beden eğitimi ve spor dersi yp.xlsx (10. SINIF) · https://tymm.meb.gov.tr/assets/file/beden-egitimi-ve-spor-dersi-taslak-yillik-planlar_20260827_123533_413.zip · Kontrol: 2026-11-21. Maarif Rehberi tarafından düzenlenmiştir; resmî metin için kaynağa bakınız.