23. Hafta

15–19 Mart · 2. dönem · 2 ders saati

TEMA / ÜNİTE

12.2. Aktif ve sağlıklı hayat

KONU / METİN

12.2.1. Düzenli fiziksel etkinlik

ÖĞRENME ÇIKTILARI VE SÜREÇ BİLEŞENLERİ

Kod	Öğrenme çıktısı
—	12.2.1.1.1. Bilinçsiz spor yapmanın sağlık açısından zararlarını açıklar. • Sürantrenman kavramı açıklanarak insan vücuduna etkisi hakkında bilgi verilir.

BELİRLİ GÜN VE HAFTALAR

Türk Dünyası ve Toplulukları Haftası (16-22 Mart)

Çanakkale Zaferi ve Şehitleri Anma Günü (18 Mart)

Kaynak: MEB beden eğitimi ve spor dersi yp.xlsx (12. 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.