

T.C.  
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI  
Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü

**SPOR ALANI**  
**HEMSBALL EĞİTİMİ OKUL ÖNCESİ**  
**KURS PROGRAMI**

Ankara 2019

## İÇİNDEKİLER

PROGRAMIN ADI:.....	3
PROGRAMIN DAYANAĞI .....	3
PROGRAMIN GİRİŞ KOŞULLARI .....	3
EĞİTİMCİLERİN NİTELİĞİ.....	3
PROGRAMIN AMAÇLARI.....	4
PROGRAMIN UYGULANMASIYLA İLGİLİ AÇIKLAMALAR .....	4
PROGRAMIN KREDİSİ .....	6
PROGRAM SÜRESİ VE İÇERİĞİ .....	6
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRMEYLE İLGİLİ ESASLAR .....	8
PROGRAMIN UYGULANMASINDA KULLANILACAK ÖĞRETİM ARAÇ-GEREÇLER.....	8
BELGELENDİRME .....	9



## PROGRAMIN ADI:

Hembsball Eğitimi Okul Öncesi Kurs Programı

## PROGRAMIN DAYANAĞI

1. 24.06.1973 Tarihli ve 14574 Sayılı Resmî Gazete' de yayımlanan, 1739 sayılı Millî Eğitim Temel Kanunu,
2. 10 Temmuz 2018 Tarihli ve 30474 Sayılı Resmî Gazete' de yayımlanan Cumhurbaşkanlığı Teşkilatı Hakkında Cumhurbaşkanlığı Kararnamesi (Kararname Numarası: 1)
3. 11.04.2018 tarihli ve 30388 sayılı Resmî Gazete' de yayımlanan Millî Eğitim Bakanlığı Hayat Boyu Öğrenme Kurumları Yönetmeliği,
4. Talim ve Terbiye Kurulunun 20.04.2016 tarih ve 19 sayılı kararı ile kabul edilen, Yaygın Eğitim Kurumları Çerçeve Kurs Programı.

## PROGRAMIN GİRİŞ KOŞULLARI

1. 37-72 ay aralığında olan çocuklar
2. Hembsball yapmasına engel sağlık problemi olmadığını beyan etmek.

## EĞİTİMCİLERİN NİTELİĞİ

Kurs programının uygulanmasında eğitimciler aşağıdaki öncelik sırasına göre görevlendirilirler;

1. Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığınca yayımlanan "Öğretmenlik Alanları, Atama ve Ders Okutma Esaslarına İlişkin Çizelgeye" göre, Beden Eğitimi Alanı öğretmeni olarak atanarlardan, Türkiye Herkes İçin Spor Federasyonu tarafından verilen **en az 1. Kademe Hembsball Yardımcı Antrenörlük/Eğitmenlik Belgesine sahip olanlar,**
2. Öğretmen bulunmaması durumunda bu alana öğretmen olarak atanabilecek nitelikte olanlardan, Türkiye Herkes İçin Spor Federasyonu tarafından verilen **en az 1. Kademe Hembsball Yardımcı Antrenörlük/Eğitmenlik Belgesine sahip olanlar,**
3. Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığınca yayımlanan "Öğretmenlik Alanları, Atama ve Ders Okutma Esaslarına İlişkin Çizelge" ile Beden Eğitimi Alanına kaynak teşkil eden yükseköğretim programları / fakülte mezunlarından Türkiye Herkes İçin Spor Federasyonu tarafından verilen **en az 1. Kademe Hembsball Yardımcı Antrenörlük/Eğitmenlik Belgesine sahip olanlar,**
4. Beden Eğitimi Alanına kaynak teşkil eden yükseköğretim kurumlarında görevli öğretim üyesi ve öğretim görevlilerinden, Türkiye Herkes İçin Spor Federasyonu tarafından verilen **en az 1. Kademe Hembsball Yardımcı Antrenörlük/Eğitmenlik**

**Belgesine sahip olanlar,**

5. En az lise mezunu olup, Türkiye Herkes İçin Spor Federasyonu tarafından verilen **en az 1. Kademe Hemsball Yardımcı Antrenörlük/Eğitmenlik Belgesine sahip olanlar,**

**PROGRAMIN AMAÇLARI**

Hemsball Eğitimi Okul Öncesi Kursu'nu bitiren bireyin;

1. Hemsball sporunun önemini kavraması,
2. Hemsball saha ve malzemeleri hakkında bilgi sahibi olması,
3. Hemsball oyun kurallarını kavraması ve bu kurallara uygun davranışlar sergilemesi,
4. Hemsball temel tekniklerini kavraması ve uygulaması,
5. Hemsball sporunun yaygınlaştırılması,
6. Hemsball öğrenen kişilerin çeşitli kulüplere yönlendirilmesi,
7. Hemsball sayesinde strateji ve takımdaşlık olgusunun geliştirilmesi,
8. Kazandığı hareket becerileri ile kendini sözlü ve bedensel olarak ifade etmesi,
9. Sportif etkinliklerde liderlik yapması, lidere uyması ve iyi bir izleyici olması,
10. Yeteneklerini ve güçlü yönlerini tanıması, kazandığı becerileri en üst düzeyde kullanması,
11. Fiziksel etkinlikler yolu ile kapasitesini en üst düzeye çıkarması,
12. Fiziksel hareketin yapısını anlayıp yeni hareketler yaratması,
13. Kendini gerçekleştirme, güçlü ve zayıf yönlerini tanıyıp sınırlılıklarını bilerek davranışlarını kontrol etmesi,
14. Sağlıklı ve etkili iletişim kurması,
15. Öğrenme ihtiyaçları doğrultusunda bilgi ve veri toplama kabiliyetlerinin gelişmesinin sağlanması, amaçlanmaktadır.

**PROGRAMIN UYGULANMASIYLA İLGİLİ AÇIKLAMALAR**

1. Spor insan yaşantısının ayrılmaz bir parçasıdır. Manevi, kültürel ve evrensel değerleri benimseyen, koruyan ve geliştiren bireyler yetiştirilmesinde spor eğitiminin önemli bir yeri vardır. Bireylerin sağlıklı bir beden, ruh yapısına ve sosyal çevreye sahip olması spor sayesinde gerçekleştirilmektedir. Sporun toplumdaki hak ettiği yere sahip olması için, bireylerin ilgi ve isteklerine göre uygun sporları yapabilmeleri ve spor faaliyetlerinin yapılması için gerekli alt yapı ve imkânların artırılması gerekmektedir. Erken yaşlarda uygulanacak olan spor etkinliklerinin çocukların motor beceri ve yeteneklerini geliştirmek, toplum içinde olumlu davranışlar kazanmalarını sağlamak ve sporu alışkanlık halinde sürdürmelerini

temin etmek yönünden pek çok faydası bulunmaktadır. Spor etkinlikleri, ayrıca öğrencilerin enerjilerini doğru alanlara yönlendirerek bireylerin empati kurma, birlikte yaşama becerilerinin gelişimine katkıda bulunmakta ve sağlıklı bir sosyal hayat tesis etmelerine yardımcı olmaktadır. Bu programla, öğrencilere önemli bir spor dalı olan Hemsball sevdirmek ve önemini anlatmak amaçlanmıştır.

- 2013 yılında Türkiye Cumhuriyeti resmi spor branşı olan Hemsball, spor salonu gerektirmeden sert ve düz bütün zeminlerde oynanarak her yaştan insanın spor yapabilmesini sağlayıp, odaklanma, denge, reaksiyon, konsantrasyon ve koordinasyon gerektiren bir spor dalıdır. Toplumun her kesiminden insanın yapabileceği Hemsball, pahalı araç gereç gerektirmeyen bir spordur. Hemsball güvenli ve öğrenilmesi kolay bir spor dalıdır. Bu programla, kursiyerlere önemli bir spor dalı olan "Hemsball"u sevdirmek ve önemini anlatmak amaçlanmıştır.
- Dersin işlenmesinde bölge, çevre, saha, malzeme, ilgi, ihtiyaç ve öğrenme ortamının durumu dikkate alınmalıdır. Program süresince kursiyerlere program içeriğinin öğretilmesi için ihtiyaç duyduğu araç, gereç ve malzemeler temin edilmeli, donanımlar sağlanmalı ve gerektiğinde bilgisayar destekli öğretim faaliyetlerinden (slaytlar, akıllı tahtalar) faydalanılmalıdır.
- Yerel, ulusal ve uluslararası müsabakalar sırasında yapılmış kayıtlar sınıf ortamında izletilerek sergilenen performans ve kullanılan teknikler hakkında sınıfta konuşma ortamı oluşturulmalıdır.
- Hemsball kurs programının amaçları, içeriği ve kazanımları yoluyla kursa katılan bireylere aşağıdaki tabloda verilen değerlerin kazandırılması ve bu yolla bireylerin geliştirilmesi hedeflenmiştir.

<b>Değerler</b>
Kurallara uyma
Sorumluluk Bilinci
Alçakgönüllülük
Milli birlik
Vatanseverlik
Ahlak
Çalışkanlık
Nezaket
Yardımlaşma
Saygı

- Öğrencilerin sportif ve kültürel alanlarda iletişim düzeyini geliştirmesi, yazılı ve görsel kaynakları belirleyerek bunlara ulaşabilmesi, kazanımlarını günlük yaşantılarında kullanmasına olanak sağlayacak etkinliklere yer verilmelidir.

7. Ders ve çalışmalar esnasında her türlü sağlık tedbiri alınmalı ve yeterli araç-gereç bulundurulmalıdır.
8. Kurs Programı, Millî Eğitim Bakanlığında görevli uzman ve alan öğretmenleri ve alan uzmanları ile iş birliği içinde hazırlanmıştır.
9. Program, Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğüne bağlı eğitim kurumlarında veya diğer kurumlarca açılan ve eğitim-öğretime uygun ortamlarda uygulanır.
10. Konular basitten karmaşığa, kolaydan zora göre sıralanmıştır. Ancak eğitimciler sınıfın fiziksel altyapısı ve imkânlarını, bireylerin hazır bulunuşluğu ve yeteneklerini göz önünde bulundurarak içerik sıralamasını uygun şekilde tasarlayabilirler.
11. Manevi, kültürel ve evrensel değerleri benimseyen, koruyan ve geliştiren bireyler yetiştirilmesinde spor eğitiminin önemli bir yeri vardır. Bu bakımdan programda yer alan niteler ve kazanımlarla ilişkilendirilerek tabloda sunulan değerlere ilişkin çalışma ve etkinliklere yer verilmesi önemlidir. Etkinlik ve çalışmalar planlanırken örnek olarak verilmiş konu başlıklarından yararlanılabilir.
12. Program sonunda bireye yönelik teorik ve pratik değerlendirme yapılır.

## PROGRAMIN KREDİSİ

Genel kurs programında kredilendirme yapılmamaktadır.

## PROGRAM SÜRESİ VE İÇERİĞİ

Kurs programının süresi; günde en fazla 2 ders saati uygulanacak şekilde toplam 50 ders saatidir. Sürelerin konulara göre dağılımı aşağıdaki tabloda verilmiştir.

	Konular	Süre
No	Dersin Adı	
1	HEMSBALL'A İLİŞKİN TEMEL KAVRAM VE TANIMLAR	5
2	OYUN KURALLARI	5
3	TEMEL HEMSBALL ANTRENMANLARI	10
4	ATIŞ VE KARŞILAMA TEKNİKLERİ	10
5	HEMSBALL OYUNLARI	20
<b>TOPLAM (Ders Saati)</b>		<b>50</b>

## İÇERİK

### 1. Hemsball'a İlişkin Temel Kavram ve Tanımlar

- 1.1. Hemsball sporu tarihçesi ve tanımı
  - 1.1.1. Hemsball sporu tarihçesi
  - 1.1.2. Hemsball sporu tanımı
- 1.2. Oyun malzemesini tanıma
  - 1.2.1. Toplar

- 1.2.2. Ayak basma tablaları
- 1.2.3. Hedef tahtası
- 1.2.4. Çemberler
- 1.2.5. Alan Şeritleri
- 1.3. Oyun sahasını tanıma
  - 1.3.1. Saha çizgilerinin belirlenmesi
  - 1.3.2. Hedef tahtasının alanının belirlenmesi
  - 1.3.3. Ayak tablalarının sahaya sabitlenmesi
  - 1.3.4. Alan şeritlerinin sahaya yerleştirilmesi
  - 1.3.5. Sahanın kurulumu

## **2. Oyun Kuralları**

- 2.1. Oyuna Başlama Kura Atışı
- 2.2. Setler
- 2.3. Servis
- 2.4. Sayı
- 2.5. Atış ve Tutuşlar
  - 2.5.1. Geçerli Atış ve Tutuşlar
  - 2.5.2. Geçersiz Atış ve Tutuşlar

## **3. Temel Hemsball Antrenmanları**

- 3.1. Top ile Yapılan Antrenman
- 3.2. Duvar ve Top ile Yapılan Antrenman
- 3.3. Karşılıklı İki Oyuncu İle Yapılan Antrenman
- 3.4. Hemsball Koordinasyon Çalışmaları

## **4. Atış ve Karşılama Teknikleri**

- 4.1. Atış Teknikleri
  - 4.1.1. Zikzak
  - 4.1.2. Avuç İçi Gülle
  - 4.1.3. Ateş Topu
  - 4.1.4. Ters Bilek
  - 4.1.5. Delgeç
  - 4.1.6. Altınay
  - 4.1.7. Bilye
  - 4.1.8. Damla

4.1.9. Sert Bilek

4.1.10. Zıpzip

4.1.11. Yangeç

4.1.12. Dalkıran

4.1.13. Hemsball

#### 4.2. Karşılama Teknikleri

4.2.1. Topu kesip yumuşatarak karşılama

4.2.2. Tek ayak üzerinde tek elle topa uzanarak karşılama

4.2.3. Düşük irtifalı topları çift elle aşağıdan karşılama

4.2.4. Vücudu esneterek çift elle karşılama

4.2.5. Topu göğüsle yumuşatıp tutup karşılama

4.2.6. Topu ayakla yumuşatıp karşılama

### 5. Hemsball Oyunları

5.1. Üç-dört çember oyunları

5.2. Bir-iki-üç top oyunları

5.3. Hedef tahtası oyunları

5.4. Atış Oyunları

### ÖLÇME VE DEĞERLENDİRMEYLE İLGİLİ ESASLAR

Ölçme ve değerlendirme ile katılımcıların eğitim süreci içerisinde kazandıkları bilgi, beceri, tutum ve davranışlarındaki değişimler belirlenir. Her konunun sonunda katılımcıları değerlendirmek amacıyla doğru yanlış, soru cevap, boşluk doldurma veya neler öğrendik, neler yapacağız gibi soru çeşitlerini içeren çeşitli yöntemler kullanılarak katılımcılardan öğrenilenleri sözel olarak ifade etmelerini sağlayan değerlendirme etkinlikleri kullanılır. Ayrıca beceri, tutum ve davranış değişikliklerini tespit etmek amacıyla gözlem ve görüşme formları kullanılır.

Kursun amaçlarına ulaşıp ulaşılmadığını ölçmek için, bireyin süreç içerisinde yaptığı tüm öğrenim faaliyetleri değerlendirilmeli ancak bu çalışmalarla ilgili not değerlendirmesi yapılmamalıdır.

### PROGRAMIN UYGULANMASINDA KULLANILACAK ÖĞRETİM ARAÇ-GEREÇLER

1. Ders kitabı olarak, Millî Eğitim Bakanlığının yayımlamış olduğu materyaller kullanılmalıdır.
2. Programın uygulama sürecinde; kaynak ders kitapları, bireysel öğrenme



materyalleri ve kaynak ders kitaplarının bulunmaması durumunda öğretmen/eğitimci tarafından hazırlanan ders notlarından yararlanılabilir.

3. Programın uygulanabilmesi için Spor Alanı standart donanımları ve programın gerektirdiği diğer donanımlar kullanılacaktır.
4. Yararlanılacak bazı araç ve gereçler şunlardır:
  - Hemsball Topları
  - Hemsball Çemberleri
  - Hemsball Alan şeritleri
  - Hemsball Ayak Basma Tablaları
  - Hemsball Hedef Tahtası
  - Saha Yapımı için kullanılacak her türlü malzeme veya hazır sahalar
  - Hemsball'a ait antrenman malzemeleri vb.

## **BELGELENDİRME**

Kursu başarı ile tamamlayanlara Katılım Belgesi verilir.

