

NEDEN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR

“Beden eğitimi, uygulama, oyun, spor, atletizm, su sporu, cimnastik ve dans kullanımlarını ve anlamlarını araştırmaya ve bunların bireyler ve gruplar üzerindeki etkilerini anlamaya çalışan akademik bir disiplindir” “Bireyin hareket gereksinmesini karşılamak bireyi bedensel, psikolojik ve sosyolojik açıdan sağlıklı kılmak için yapılan tüm etkinliklerini kapsamaktadır

Beden Eğitiminin Yararları

1. Sağlığa Destek : Beden Eğitimi, etkinliklere katılımı ile çocuğun bedensel formunu ve iskelet sistemini geliştirir.
2. Aktif Yaşam Tarzı : Çocuk Beden Eğitimi etkinliklerine katılarak mutlu bir çocuk olabilir. Aynı zamanda bireysel sorumluluğu gelişir.
3. Pozitif Etkileşim : Beden Eğitimi, ortak ve kurallara uygun oyun becerilerini destekleyen doğal bir öğrenme ortamı sağlar, hareket eğitimi etkinlikleri ile çocukların birbirleriyle iletişim kurma becerisi gelişir.
4. Kendine Güven ve Kendini Gerçekleştirme : Beden Eğitimi etkinlikleri çocuklara kendine değer verme duygusunu aşılar.
5. Akademik Başarı : Beden Eğitimi “aktif beden, aktif beyin” ilkesini benimser.