

Ders Planı

2023-1-SK01-KA220-SCH-00015112



Başlık	Yaşam tarzı ve teknoloji	
Blok adı	MoveApp – hareketinizi takip edin	
Yaş kategorisi	Süre (dk)	Ders saati sayısı
12-15 yıl	135	3
Eğitim hedefleri İçerik standardı: Fiziksel ve ruhsal sağlık için egzersizin önemi. Spor aktivitelerini takip etmek için dijital araçların kullanılma olanakları. Performans standardı: Adım sayısını ve hareket uzunluğunu (simülasyon şeklinde) ölçen bir uygulama tasarlayın ve oluşturun. Toplanan verileri değerlendirin ve anlaşılır bir görselleştirmeye sunun. Hareket ile genel sağlık arasındaki bağlantıyı fark etmek. Derslerin bütünleştirilmesi: Beden eğitimi, Biyoloji, Bilişim, Matematik 21. yüzyıl becerileri:		

Dijital okuryazarlık,

Veri görselleştirme,

Öz-yansıma,

İşbirliği

Aletler:

İnternet bağlantılı bilgisayarlar,

MIT uygulama mucidi,

Canva,

Cep telefonları

Didaktik araçlar ve öğretim teknikleri

Kara tahta veya flipchart – Öğrencilerin fiziksel aktivitelerine ilişkin tahminleri ve sonuçları kaydetmek için.

Mobil telefonlar veya tabletler – uygulama prototiplerini test etmek için.

İnternet bağlantısı olan ve MIT App Inventor'a erişimi olan bilgisayarlar – uygulamalar oluşturmak için.

İnternet bağlantısı ve Canva erişimi olan bir bilgisayar – görselleştirme ve infografik oluşturmak için.

Basılı çalışma kağıtları – "Bugün kaç adım atacağım?", "30 dakikalık egzersizle kaç kalori yakacağım?" gibi faydalı sorularla.

Zamanlayıcı veya kronometre – Fiziksel aktivitelerin süresini ölçmek veya uygulamada tıklamaları simüle etmek için.

Referanslar/Kaynaklar (videolar, metodolojiler)

Motivasyonel aşama

Süre (dk): 35 dakika

Amaç:

Giriş tartışması:

Öğretmen derse şu sorularla başlar:

Her gün egzersize ne kadar zaman ayırıyorsunuz?

Kaç adım atacaksın?

Öğrenciler tahminlerde bulunur, tahminlerini yazar ve birlikte günlük ortalama değeri tahmin ederler.

Video ve düşünceler:

Öğretmen "Günlük egzersizin sağlık yararları" konusunda kısa bir konuşma yapacak. Örneğin, "Sağlıklı Beslenmek" veya "30 Dakika Egzersiz Yapmak Hafızayı Güçlendirir" veya kendi seçtikleri faydalı web siteleri veya videolar gibi konuları kullanabilirler.

Dersi dinledikten sonra teknolojinin (akıllı saatler, uygulamalar, telefonlar) fitness'ı takip etmeye ve daha sağlıklı bir yaşam tarzını teşvik etmeye nasıl yardımcı olduğu tartışılıyor.

Hedefin tanımlanması:

Öğrenciler ortak bir soru soruyorlar: "Bir mobil uygulama insanların daha fazla hareket etmesine nasıl yardımcı olabilir?"

Öğretmen size MIT App Inventor'da kendi basit adım sayarınızı oluşturma görevini sunacak.

Maruz kalma aşaması (keşif)

Süre (dk): 50 dakika

Amaç:

Öğrenciler fiziksel aktiviteyle ilgili bilimsel bilgiyi pratik dijital yaratımla birleştirecek ve mobil uygulamada hareket ölçümünü simüle etmeyi öğrenecekler.

Bilim Entegrasyonu:

Öğrenciler hareket sırasında kas fonksiyonu, dolaşım sistemi ve metabolizma hakkında biyolojiden edindikleri bilgileri kullanırlar.

Günlük önerilen adım sayısını (10.000) ve farklı aktivite biçimlerinin enerji yakımını nasıl etkilediğini tartışıyorlar.

Aynı zamanda matematiği de takip ediyorlar; basit formüller kullanarak adım sayısından mesafe ve kalori hesaplıyorlar.

Bilişim entegrasyonu:

Öğretmen hareket sensörlerinin temel prensibini ve gerçek dünya uygulamalarında nasıl kullanıldıklarını tanıttacaktır.

Öğrenciler MIT App Inventor'da çalışarak şunları öğrenirler:

"Adım" düğmesi oluşturun ve adım sayısı için bir değişken görüntüleyin,

mesafe ve yakılan kaloringin otomatik hesaplanmasını ekleyin,

koşullu bir blok ekleyin (eğer-ise) – örneğin "Kullanıcının 5000'den az adımı varsa, hareket etme motivasyonunu gösterin",

Sonuçlara göre görsel bir motivasyon ekleyin - bir koşucunun resmi veya değişen bir madalya simgesi.

Aktiviteler:

Prensibin gösterimi (10 dk): Öğretmen gerçek dünyadaki bir adım sayar uygulamasının kısa bir diyagramını gösterecek ve bir cep telefonundaki ivmeölçerin nasıl çalıştığını açıklayacaktır.

Grup Oluşturma (30 dk): Öğrenciler gruplar halinde "MoveApp"lerinin görünümünü ve işlevselliğini tasarlarlar. Her grup en az üç özellik ekler: adım sayacı, mesafe hesaplama, motivasyon veya görsel grafik.

Test etme ve düzenleme (10 dk): Gruplar birbirlerinin uygulamalarını test eder ve geri bildirim sağlarlar; neyin net olduğu, neyin işe yaramadığı, neyin geliştirilebileceği konusunda.

Fiksasyon aşaması (sabitleme ve derinleştirme)

Süre (dk): 45 dakika

Proje Sunumu: Her grup MoveApp'in kendi versiyonunu sunacak ve kullanıcıları daha sağlıklı bir yaşam tarzına nasıl motive ettiğini açıklayacak.

Görsel çıktı: Öğrenciler Canva'yı kullanarak "Haftalık Hareketlerim" adlı bir infografik oluşturacaklar. Bu infografikte bir aktiviteye harcanan adım sayısını veya süreyi gösterecekler.

Düşünce: Tartışma: "Teknoloji hareketlerimizi takip etmemize nasıl yardımcı oluyor? Ve sağlıklı yaşam tarzımızı ne zaman engelliyor?"

Öğrenci değerlendirmesi

Uygulama işlevselliği ve yaratıcılık (%40)

Hareket ve sağlık prensiplerini anlamak (%30)

İşbirliği ve veri görselleştirme (%30)

Ekler:

<https://appinventor.mit.edu>

