



Beşiktaş Anadolu Lisesi Spor Kulübü Bülteni - 2018

Sayı 1

8 Haziran 2018

Basketbol Takımımız İkinci Oldu...

Galatasaray Lisesi tarafından 26-29 Mayıs 2018 tarihlerinde düzenlenen spor şöleninde Basketbol takımımız ikinci oldu. İstanbul çapında 18 seçkin lisenin katıldığı turnuvada takımımız güçlü takımların yer aldığı B grubunda birinci olarak yarı finale çıktı. Yarı final müsabakasında Sabancı Anadolu Lisesi'ni yenerek finale çıkma başarısını gösterdi. Final müsabakasında Galatasaray Lisesi ile karşılaşan takımımız maçı son dakikalara kadar önde götürdü. Fakat Galatasaray Lisesi'nin son dakikalardaki atağıyla müsabakayı 63-59 kaybetti. Beden Eğitimi öğretmenimiz Gülnihal ÇELİKÖRS ve öğrencilerimizi kutlarız.

Bu sayıda:

Sporda Başarı Ne- 2
dir?
Özdilek Kandemir

Futbol 2
Etkinliklerimiz

Voleybol 3
Etkinliklerimiz

Beşiktaş Anadolu 3
Lisesi 1. Olimpiyat
Oyunları

Bisiklet 3
Etkinliklerimiz

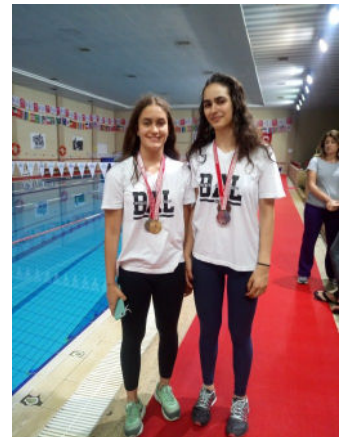
Künye 4

Sportif Beceriler 4
Grup Liderlerimiz



Yüzücülerimizin Başarısı...

25 Mayıs 2018 Cuma günü düzenlenen yüzme yarışmalarında öğrencilerimiz Zeynep Buse Güngör ve Berinsu Niksarlıoğlu Beşiktaş birincisi oldular. Zeynep Buse Güngör 50m. Kurbağalamada ikinci, 50m. Kelebekte birinci oldu. Berinsu Niksarlıoğlu 50m. serbestte birinci, 100m. serbestte ikinci oldu. Beden eğitimi öğretmenimiz Burçin Sapmaz ve öğrencilerimizi kutlarız.



Sporda Başarı Nedir?

Haber kısaca şöyleydi; 12. Dünya Yüzme Şampiyonası'nda elenen Ukraynalı bir yüzücü, koçluğunu yapan babası tarafından havuzun kenarında tekme tokat dövülmüştü. Düşünmeden edemedim, acaba benzer davranışlar bizde de oluyor mu diye. Dayak, sık rastlanılan bir olay olmasa da sporcuları motive etmek adına yanlış tutumlar sergileniyor. Spor yaptığım yılları hatırladım; antrenörümüz maçlardan önce soyunma odasında gözyaşı döker bizi etkilemeye çalışırdı. Bazı arkadaşlarım etkilenip motive oluyordu. Fakat ben motive olmak bir yana rahatsız oluyordum.

Müsabaka öncesi dönemde sporculara “yenilerseniz buraya gelmeyin” benzeri ifadeler sıkça kullanılmaktadır. Oysa kazanmak zorunda olduğu aksi takdirde dışlanacağı empoze edilen sporcunun başarıya ulaşması zorlaşacaktır. Başarının psikolojik önkoşullarını bilmeden bu konuda doğru tutum takınmak olanaksızdır. Sporda başarı, galip gelmek ya da yenilmemek olarak düşünülmemelidir. Sadece sonucu düşünmek ve ne olursa olsun galip gelmeye çalışmak sporcunun doğru düşünmesini ve doğru davranmasını engeller. Sporcu, başarıyı sağlayacak olanın yalnızca kendisi olduğunu, sahip olduğu becerileri baskı altında kalmadan sergilediğinde başarıya ulaşacağını düşünmelidir. Bu güvenle sahaya çıkan sporcu her şeyin kendi kontrolünde olduğuna inandığı için ne gerekiyorsa yapacaktır. Kazanmak zorunda olduğu aksi takdirde dışlanacağı empoze edilen sporcu kolaylıkla panik haline sürüklenecektir. Panik halinde hareket eden, telaşlı ve sinirli davranışlar sergileyen, hakeme, takım arkadaşlarına öfkelenen bir sporcunun beyni, o gün kötü bir günde olduğunu, her şeyin ters gittiğini, bu kadar şansız bir günde kazanmanın mucize olacağını düşünmeye başlar. Düşüncesinde yenilgiyi kabullenen, kazanacağı konusunda şüpheleri olan sporcunun kazanması zordur. Kaybeden sporcu suçluluk duygusu altında ezilir. Çocuklarımıza sporu sevdirmek ve onların sağlıklı psikolojik gelişimini sağlamak için davranışlarımızı gözden geçirmeli, kazanmak adına yaptığımız hatalardan uzaklaşmalıyız. Öte yandan yenilenle alay etmek, kazanana övgüler düzmek yaygın olduğu kadar yanlış bir davranış biçimidir. Kazandığında olgun davranabilen, eksikliklerini analiz etmekten geri durmayan bir yaklaşım başarıyı kalıcı kılar.

Çocuklarımızı spordan soğutmamak, spor alanlarında uygarlık örnekleri görebilmek için kazanmak kadar önemli olanın sportmence mücadele etmek, kazanmak içinse emek vermek gerektiğini anlatabilmeliyiz.

Özdilek Kandemir

Futbol Etkinliklerimiz...

Futbol takımımız yıl boyunca antrenmanlarını Ziya Kalkavan M.T.A.L. Sahasında sürdürdü. Beşiktaş ilçe turnuvasında okulumuzu en iyi şekilde temsil etti. Birinci dönem düzenlenen okul içi turnuvada 12-E sınıfı birinci oldu. İkinci dönem düzenlenen turnuvada 10-D sınıfı birinci oldu. Beden Eğitimi öğretmenimiz Özdilek Kandemir, futbol grup lideri Umut Kurt ve öğrencilerimize teşekkür ederiz.

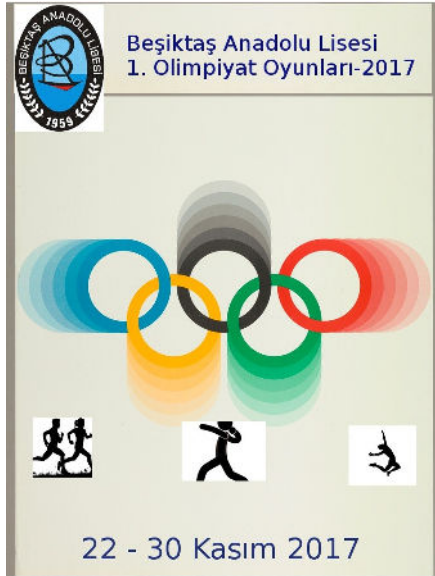


Voleybol Etkinliklerimiz...

Voleybol takımımız Beşiktaş ilçe turnuvasında ve Galatasaray Lisesi spor şöleninde okulumuzu başarıyla temsil etti. Ayrıca okul içi iki ayrı voleybol turnuva düzenlendi. İlk dönemde düzenlenen turnuvada 12-E sınıfı birinci oldu. İkinci dönem düzenlenen turnuvada 10-D sınıfı birinci oldu. Öğretmenimiz Burçin Sapmaz ve öğrencilerimize teşekkür ederiz.



Beşiktaş Anadolu Lisesi 1. Olimpiyat Oyunları



22-30 Kasım 2017 tarihlerinde düzenlenen Beşiktaş Anadolu Lisesi Olimpiyat Oyunlarına 61 öğrencimiz katıldı. Olimpiyat oyunlarında 25m. koşu, durarak çift ayak sıçrama, 4 kg. ağırlık topu fırlatma yarışmaları yapıldı. Yarışmalarda alınan toplam puan üzerinden dereceler hesaplandı. Beden eğitimi öğretmenimiz Özdilek Kandemir ve yarışmalara katılan öğrencilerimize teşekkür ederiz.

Okul Olimpiyatlarında Dereceye Giren Öğrenciler;

ERKEKLER

1. BATUHAN DEMİRÖZ
2. ALİ BARAN GOLAK
3. ALİ ALP BALCI

KIZLAR

1. DOĞA SİVRİKAYA
2. ÖYKÜ KELEŞ
3. MİSLİNA AKÇA

Bisiklet Etkinliklerimiz...

Sağlık Bakanlığı tarafından okula verilen 40 adet bisiklet öğretim yılı boyunca öğrenciler tarafından kullanıldı. Öğrencilere güvenli sürüş eğitimleri verildi. Yavaş sürme yarışmaları yapıldı. Arızalanan bisikletlerin tamiri için öğrenciler arasında gönüllü teknik ekipler kuruldu. Bu ekipler tarafından gerekli tamirler yapıldı.



**Beşiktaş Anadolu Lisesi
Spor Kulübü**

Adres: Yıldız Mh., Çırağan Cd.
No:30

Telefon: 90 (212) 261 53 30

Faks: 90 (212) 261 53 30

E-posta:
<http://besiktasanadolu.meb.k12.tr>



AMACIMIZ

Sporun yaşam biçimi olarak benimsenmesini, fiziksel ve zihinsel gelişimi sağlamak. Sporu sevdirmek. Kendine güven ,cesaret , bütünlük , işbirliği ,doğruluk , mücadele isteği , takım disiplini ve kolektif düşünce , yardımlaşma ve hepsinden önemlisi başarı ve başarısızlığı sindirebilmeyi öğrenmek. Bütün bu özellikleri öğrencilerimize benimsetmek.

Sportif Beceriler Grup Liderlerimiz Başarı Ödülü Aldılar...

Okulumuzda yıl boyunca sportif etkinlikler düzenlendi. Bu etkinlikleri sportif beceriler grup liderlerimiz organize etti. Öğrencilerimiz, öğretim yılı boyunca başarıyla sekiz okul içi yarışma düzenlediler. Grup lideri öğrencilerimiz; Murat Karaca(12/A), Umut Kurt(12/B), Muhammed Ömer Yılmaz(12/E), Ege Kaptanoğlu(12/E) başarı belgesi ile ödüllendirildi. Mezun ettiğimiz öğrencilerimize katkıları için teşekkür eder, sağlık başarı ve mutluluklar dileriz.

