

HAVUZ OYUNLARI

Yazarlar

Doç. Dr. Ayşe Feray ÖZBAL

Kerim BALIBEY



© Copyright 2025

Bu kitabın, basım, yayın ve satış hakları Akademisyen Yayınevi A.Ş.'ye aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kağıt ve/veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Tablo, şekil ve grafikler izin alınmadan, ticari amaçlı kullanılamaz. Bu kitap T.C. Kültür Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır.

ISBN	Sayfa ve Kapak Tasarımı
978-625-375-703-8	Akademisyen Dizgi Ünitesi
Kitap Adı	Yayıncı Sertifika No
Havuz Oyunları	47518
Yazarlar	Baskı ve Cilt
Ayşe Feray ÖZBAL	Vadi Matbaacılık
ORCID iD: 0000-0002-2541-5988	Bisac Code
Kerim BALIBEY	SPO043000
ORCID iD: 0009-0008-3052-4071	DOI
Yayın Koordinatörü	10.37609/akya.3847
Yasin DİLMEN	

Kütüphane Kimlik Kartı
Özbal, Ayşe Feray ...[ve başkaları].
Havuz Oyunları / Ayşe Feray Özbal, Kerim Balıbey.
Ankara : Akademisyen Yayınevi Kitabevi, 2025.
110 s. : resim. ; 160x235 mm.
Kaynakça var.
ISBN 9786253757038

GENEL DAĞITIM
Akademisyen Yayınevi A.Ş.

Halk Sokak 5 / A Yenışehir / Ankara
Tel: 0312 431 16 33
siparis@akademisyen.com

www.akademisyen.com

ÖNSÖZ

Yüzme, bireylerin hem fiziksel hem de psikolojik gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır. Su ortamında gerçekleştirilen eğitim süreçleri; motor becerilerin geliştirilmesine, koordinasyonun artırılmasına, kardiyovasküler dayanıklılığın güçlendirilmesine ve sosyal etkileşimin desteklenmesine katkı sağlamaktadır. Ancak çocuk yaş gruplarında yüzme öğretimi, yalnızca teknik becerilerin kazandırılmasıyla sınırlı kalmamalı öğrenme süreci eğlenceli ve motive edici bir biçimde yapılandırılmalıdır. Bunun için yüzme öğretimi sürecinde oyunlar büyük önem taşımaktadır.

Oyunlar, öğrencilerin suya adaptasyonunu kolaylaştırmakta, motor becerilerin gelişimini desteklemekte ve öğrenme sürecini daha ilgi çekici hale getirmektedir. Ayrıca oyunlar; öğrencilerin bilişsel ve duyuşsal gelişimine katkı sağlamakta, özgüvenlerini artırmakta ve suya yönelik kaygılarını azaltmaktadır. Bunların yanı sıra oyun temelli etkinlikler, sosyal etkileşimi güçlendirerek iş birliği, iletişim ve takım çalışması becerilerinin gelişimine olanak tanımaktadır. Eğlenceli ve motive edici bir ortam oluşturan bu yaklaşım, öğrencilerin derse aktif katılımını artırmakta ve öğrenmenin kalıcılığını desteklemektedir.

Bu kitabın amacı, yüzme eğitimi sürecinde kullanılabilecek çeşitli oyun örneklerini uygulamalı olarak sunmaktır. Oyunların hazırlanmasında öğrencilerin yaş grupları, beceri düzeyleri, güvenlik unsurları ve eğitim hedefleri dikkate alınmıştır. Kitap, yüzme antrenörlerine ve su sporları alanında çalışan uzmanlara katkı sağlayacak şekilde hazırlanmıştır.

Kitap, beş bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde yüzmenin tarihi, ikinci bölümde yüzme öğretimi ile ilgili genel bilgiler, üçüncü bölümde yüzme öğretiminde oyunlar, öğretmenlerin görevleri ve materyaller, dördüncü bölümde havuz kuralları, havuzda ilk yardım, havuzda güvenlik hususları ve su içi egzersizler konularına yer verilmiştir. Beşinci bölümde ise suda hareket ve dengeyi geliştirici oyunlar, nefes çalışmalarını geliştirici oyunlar ve beceri pekiştirici oyunlar olmak üzere üç ana başlık altında oyun uygulama örneklerine yer verilmiştir. Suda hareket ve dengeyi geliştirmeye yönelik 13 oyun, nefes çalışmalarını geliştirmeye yönelik 6 oyun ve beceri pekiştirmeye yönelik 47 oyun, uygulama süreçleriyle ele alınmıştır. Oyunların yüzme öğretimi sürecinizi daha eğlenceli hale getirmesi ümidiyle...

Doç. Dr. Ayşe Feray ÖZBAL

Kerim BALIBEY

TEŞEKKÜR

Kitabın akademik niteliğinin ve anlaşılabilirliğinin artırılmasına yönelik dilsel ve yapısal önerilerinden dolayı Sayın Dr. Bayram Özbal'a, kitabın görsel açıdan zenginleşmesine, okuyucular için ilgi çekici bir hale gelmesine ve görsellerin hazırlanmasına sağladığı değerli katkılardan dolayı Başöğretmen Olcay Köksal'a en içten teşekkürlerimizi sunarız.

YAZARLAR HAKKINDA



Doç. Dr. Ayşe Feray ÖZBAL

Doç. Dr. Ayşe Feray ÖZBAL, Kastamonu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğretim üyesi olarak görev yapmakta olup yüzme eğitimi ve su içi etkinlikler konusunda hem teorik hem de pratik düzeyde kapsamlı deneyime sahiptir. Uzun yıllardır lisans düzeyinde yüzme dersleri vermekte ve havuz ortamında uygulamalı eğitimler yürütmektedir. Yüzme öğretiminde oyun temelli öğrenmenin önemine inanan Dr. Özbal, bu yaklaşımı eğitim programlarına sistematik olarak entegre etmektedir. Ayrıca, su içi fiziksel aktiviteler üzerine kaleme aldığı “Su İçi Koşu” adlı kitabı da bulunmaktadır.



Kerim BALIBEY

Kerim BALIBEY, 1995 yılında Adana’da dünyaya gelmiştir. İlk, orta ve lise eğitimini Adana’nın Seyhan ilçesinde tamamlamıştır. Kastamonu Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünden 2018, Antrenörlük Eğitimi bölümünden 2020 yılında mezun olmuştur. 2025 yılında ise Beden Eğitimi ve Spor Anabilim dalında yüksek lisansını tamamlamıştır.

Yüzme alanında önemli deneyimlere sahip olan Balibey, uzun süredir sürdürdüğü antrenörlük kariyerinde farklı yaş gruplarındaki sporcuların performans gelişimine önemli katkılar sağlamaktadır. Ayrıca, yüzme alanında akademik araştırmalar yapmakta olup sporcuların motivasyonlarını artırmaya yönelik farklı eğitim yöntemleri uygulamakta ve özellikle oyun temelli öğretim yöntemleriyle yüzme antrenmanlarını daha etkili ve eğlenceli hale getirmektedir.

Balibey, Kastamonu’da bulunan Aynur Köksal Spor Kulübü’nde yüzme antrenörlüğü yapmaktadır.

İÇİNDEKİLER

1. BÖLÜM.....	1
1.1 Giriş	1
2. BÖLÜM	5
2.1 Yüzme Öğretimi	5
2.2 Yüzmede Öğrenme Süreci	7
3. BÖLÜM	11
3.1 Yüzme Öğretiminde Oyunlar	11
3.2 Öğretmenlerin Görevleri	12
3.3 Materyaller	15
4. BÖLÜM	19
4.1 Havuz Kuralları	19
4.2 Cankurtaran	20
4.3 Havuzda İlk Yardım	21
4.4 Havuzda Güvenlik Hususları.....	22
4.5 Su İçi Egzersizler	23

4.5.1 Esneme Hareketleri	23
4.5.2 Su İçerisinde Yürüme Hareketleri	24
4.5.3 Sıçrama Hareketleri	24
4.5.4 İtme/Kayma Egzersizleri	24
4.6 Çocukların Yüzme Öğrenmesi Neden Önemlidir	25

5. BÖLÜM

5.1 Havuz Oyunları	27
5.2 Suda Hareket ve Dengeyi Geliştirici Oyunlar	28
5.2.1 Çömel-Kalk	28
5.2.2 Dalga Yarat	29
5.2.3 Yengeç Yürüyüşü	30
5.2.4 Kayıyorum	31
5.2.5 Ördek Yürüyüşü	32
5.2.6 Kurbağa Atlayışı	33
5.2.7 Yerinde Say	34
5.2.8 Dümen Sende	35
5.2.8 Harfler ve Şekiller	36
5.2.9 Taklit Et	37
5.2.10 Göğüs Topu	38
5.2.11 Çember Yürüyüşü	39
5.2.12 Müzikle Hareket Et	40

5.3 Nefes Çalışmalarını Geliştirici Oyunlar	41
5.3.1 Baloncuk Üfleme	41
5.3.2 Su Üzerinde Çizim	42
5.3.3 Nesneyi Üfle	43
5.3.4 Ördekleri Besle	44
5.3.5 İsim Söyle	45
5.3.6 Kulaktan Kulağa	46
5.4 Becerileri Pekiştirici Oyunları	47
5.4.1 Topları Taşı	47
5.4.2 Suda 10 Pas Yap	48
5.4.3 Hedefi Vur	49
5.4.4 Omuz, Çök, Kafa	50
5.4.5 Taş-Kâğıt-Makas	51
5.4.6 Çemberin İçinden Geç	52
5.4.7 İs Top	53
5.4.8 Balonu Havada Tut	54
5.4.9 Balonu Engelden Geçir	55
5.4.10 Sihirli Sepet	56
5.4.11 Topları Topla	57
5.4.12 Hedefe Yüz	58
5.4.13 Denizanası Isırığı	59
5.4.14 Balık Ağı	60

5.4.15 Kaplumbağaya Dokun	61
5.4.16 Nesne Avı.....	62
5.4.18 Su Altında Bowling	64
5.4.19 Suyu Batan Halkalar	65
5.4.20 Uzun Atlama	66
5.4.21 Top Suyun Altında.....	67
5.4.22 Görevini Yap	68
5.4.23 Sualtı Taklitleri	69
5.4.24 Şişedeki Görevler	70
5.4.25 Zincir.....	71
5.4.26 Denizatı.....	72
5.4.27 Engeli Geç	73
5.4.28 Arkaya Yüz	74
5.4.29 Potaya Top At.....	75
5.4.30 Yolcu Gemisi	76
5.4.31 Topu Kovalama	77
5.4.32 Ayaklarını Kullan.....	78
5.4.33 Tünel Yarışı	79
5.4.34 Islak Tişört Yarışı	80
5.4.35 Teslimatını Yap	81
5.4.36 Beni Sırtında Taşı	82
5.4.37 Halkaları İpe Geçir	83

5.4.38 Sualtı Yapboz	84
5.4.39 Ne Kadar Uzayabilirsin?	85
5.4.40 Topları Topla	86
5.4.41 Şişeyi Bul	87
5.4.42 Ortada Balık Var	88
5.4.43 Su Topu.....	89
5.4.44 Buzu Çöz.....	90
5.4.45 Halka Geçir	91
5.4.46 Dalga Yarat	92
5.4.47 Bayrak Yarışı	93

KAYNAKLAR.....	94
-----------------------	-----------

KAYNAKLAR

1. Aykaç, M. ve Çakır-Sarı, H. (2023). *Eğitsel oyunlar ile İngilizce öğretimi*. Pegem Akademi.
2. Aysal, N. (2020). Osmanlı donanma cemiyetinin sosyal ve kültürel çalışmalarına bir örnek: Osmanlı denizcilik yurdu. *Atatürk Yolu Dergisi*, 67, 41–74.
3. Barth, K. ve Dietze, J. (2004). *Swimming Learning*. Meyer & Meyer Sport.
4. Baartz, R., Remus, R., vr Tempke, D. (1999). *Schwimmen spielend lernen: Elemente für einen sicheren und praxisorientierten Schwimmunterricht in der Schule*. Landesunfallkasse Freie und Hansestadt, Hamburg.
5. Bradley, J. (2021). Full body immersion. <https://sydneyreviewofbooks.com/essays/full-body-immersion> adresinden erişildi.
6. Bundesamt für Sport BASPO. (2015). *Hilfsmittel Schwimmen lernen: Übungen auf die Stufen verteilt*. https://assets01.sdd1.ch/assets/lbwpcdn/mobilesport/files/2015/05/Hilfsmittel_SchwimmenLernen_Ubungen_d.pdf
7. Carluccio, I. D., Zulli, S., Mariani, A. M. ve Viscione, I. (2019). Effortless swimming and movement development in childhood. *Journal of Human Sport and Exercise*, 14(4), 830–834.
8. Colwin, M. C. (1992). *Swimming into the 21st Century*. Human Kinetics.
9. Cronkleton, E. (2024). Try these 8 pool exercises for a full-body workout. Healthline. <https://www.healthline.com/health/fitness-exercise/pool-exercises>
10. DGV. (2019). *Schwimmen Lehren und Lernen in der Grundschule: Bewegungserlebnisse und Sicherheit*. Berlin: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e.V. (DGUV).
11. EDS. (2020). *International lifeguard training program manual*. Orlando: Ellis & Associates, Inc.
12. FINA. (2021). *Reference manual for teaching and technical improvement in swimming*. İsviçre: FINA.
13. Frommann, B. (2007). *Wilde Spiele im Wasser*. Schorndorf: Hofmann.
14. Guzman R. (1998). *The swimming drill book* (2. bs.). Illinois: Human Kinetics.
15. Genç, E. ve Deveci, S. E. (2023). Suyun tedavi amaçlı kullanımı: Balneoterapi ve Hidroterapi. *Bütünleyici ve Anadolu Tıbbi Dergisi*, 4(2), 62-86.
16. Hannula, D. (2003). *Coaching Swimming Successfully* (2. bs.). Human Kinetics.
17. IFSTA. (2019). *Parent swimming advice*.
18. Joachim, T., Glomb, V., Hofbauer, I. ve Hirtz, F. (2008). *Praxismappe Erlebnis(welt) Wasser Methodenset zur erlebnisorientierten Kinder – und Jugendarbeit im Bewegungsraum Wasser*. Niedernfeld: DLRG-Jugend Bundesverband.
19. Kuzucu, K. (2015). *İstanbul'un Spor Tarihi ve Mekânları. Antik Çağ'dan XXI. Yüzyıla Büyük İstanbul Tarihi*. İstanbul: İstanbul Büyükşehir Belediyesi Kültür A.S..
20. Layne, T. E., Irwin, C. C., Pharr, J. R. ve Irwin, L., R. (2020). Factors impacting swimming participation and competence: a qualitative report. *International Journal of Aquatic Research and Education*, 12(4), 1–26.
21. Löhmus, M., Osooli, M., Pilgaard, F. I. H., Östergren, P. O., Olin, A., Kling, S., ... Björk, J. (2022). What makes children learn how to swim? – health, lifestyle and environmental factors associated with swimming ability among children in the city of Malmö, Sweden. *BMC Pediatrics*, 22(1), 1–9. doi:10.1186/s12887-021-03094-0
22. Lawton, J. (2013). *Complete guide to primary swimming* (1. bs.) Human Kinetics, Australia.
23. McVicar, J. W. (1936). A brief history of the development of swimming. *Research Quarterly of the American Physical Education Association*, 7(1), 56–67. doi:10.1080/23267402.1936.10761757
24. MEB, (2022). *Mesleki ve teknik anadolu lisesi denizcilik alanı, yüzme ders kitabı 9.sınıf*. (1. bs.). Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları, Ankara.
25. Noble, J. ve Cregeen, A. (2009). *Swimming games and activities for parents and teachers* (3. bs.). Birleşik Krallık: A&C Black Publishers.
26. Öğretici, H. ve Karcılar, A. (2005). *Morpa spor ansiklopedisi*. İstanbul.
27. Oppenheim, F. (1970). *The History of Swimming*. Amerika: Swimming World.
28. Pelayo, P. ve Morgan, A. (2011). *The History of Swimming Research*. I. M. L. Seifert, D. Chollet (Ed.), *World Book of Swimming: From Science to Performance* içinde . Nova Science Publishers.
29. Podlubnaia, M. ve Tochmina, A. (2019). *The game method in teaching swimming to children of pre-school age: teaching guide*. KAMK University of Applied Sciences.
30. Resch, J., Castellani, S. ve Kuntner, U. (2002). *Spielend schwimmen lernen*. Wien: Bundesministerium für Bildung, Wissen – schaft und Kultur.
31. Rodomista, K. (2006). *101 cool pool games for children: fun and fitness for swimmers of all levels*. Amerika: Hunter House.

32. McKay, R. ve McKay, K. (2005). *Learn to swim. Step-by-step water confidence and safety skills for babies and young children* (1. bs.). Dorling Kindersley Limited, London.
33. Sinclair, A. ve Henry, W. (1894). *Swimming* (2. bs.). Londra: Longmans, Green, and Co.
34. Sumartiningsih, S., Lin, H.-F. ve Lin, J.-C. (2019). Cigarette smoking blunts exercise-induced heart rate response among young adult male smokers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(6), 1032.
35. Temel, A. ve Kangalgil, M. (2021). Oyun ve fiziki etkinlikler dersi öğretim programı kazanımlarının gerçekleşmesine ilişkin sınıf öğretmenlerinin görüşleri. *Milli Eğitim Dergisi*, 50(229), 445–462.
36. Thomas, D. (2005). *Swimming learning* (3. bs.). Human Kinetics.
37. Vasile, L., Ticală, L., Rădulescu, A., Mujea, A. M., Matei, C., Branet, C., ... Bălan, V. (2023). A ludic history of swimming: A systematic review. *Discobolul-Physical Education, Sport and Kinetotherapy Journal*, 62(2), 189–207. <https://doi.org/10.35189/dpeskj.2023.62.2.7> adresinden erişildi.
38. Yılmaz, A. ve Soyer, F. (2019). *Beden eğitimi ve oyun uygulamalarının hafif düzey zihinsel engelli çocukların fiziksel uygunluk, eğitsel performans ve okul sosyal davranışları üzerine etkisi*. Gazi Kitabevi.