

## GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name	Kinantropometri / Kinantropometri	
Ders Kodu / Course Code	9305066212019	
Ders Türü / Course Type		
Ders Seviyesi / Course Level	Third Cycle / Third Cycle	
Ders Akts Kredi / ECTS	15.00	
Haftalık Ders Saati (Kuramsal) / Course Hours For Week (Theoretical)	2.00	
Haftalık Uygulama Saati / Course Hours For Week (Objected)	0.00	
Haftalık Laboratuvar Saati / Course Hours For Week (Laboratory)	0.00	
Dersin Verildiği Yıl / Year	2	
Öğretim Sistemi / Teaching System	Face to Face / Face to Face	
Eğitim Dili / Education Language	Turkish / Turkish	
Ön Koşulu Olan Ders(ler) / Precondition Courses	Yok	None
Amacı / Purpose	Bu dersin amacı öğrencilere; antropometrik ölçümleri kavratmak, bu ölçümlerin yorumlanmasını öğretmek, antropometrinin kinetik ve egzersiz ile olan bağlantısını kavratmak, spor ve egzersize olan etkisini öğretmektir.	Introduction about anthropometric measurements and teaching of these measurements methods and effects of sports science.
İçeriği / Content	Antropometrik ölçümler; boy, vücut ağırlığı, kemik uzunlukları, kemik çapları, endeksler, vücut yağ oranı hesaplamaları.	Anthropometric measurements, height, body weight, bone lengths, bone size, body fat ratio calculations.
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations	Yok	None
Staj Durumu / Internship Status	Yok	None
Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading	Zorba E., Ziyagil M.A.: Vücut Kompozisyonları ve Ölçüm Metotları. Gen Matbaacılık, Trabzon, 1995. Roger Eston, Thomas Reilly, Kinanthropometry and Exercise Physiology Laboratory Manual, E&FN SPON, London, 1996.	Zorba E., Ziyagil M.A.: Vücut Kompozisyonları ve Ölçüm Metotları. Gen Matbaacılık, Trabzon, 1995. Roger Eston, Thomas Reilly, Kinanthropometry and Exercise Physiology Laboratory Manual, E&FN SPON, London, 1996.
Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)	Asst.Prof.Dr. Mehmet Zeki ÖZKOL	

## ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	Antropometrik ölçümleri uygulayabilme ve yorumlayabilme.	
2	Somatotip belirleyebilme.	
3	Antropometrik ölçümlerin egzersiz ile olan bağlantısını belirleyebilme.	
4	Ölçüm sonuçlarına göre antrenman programlarını düzenleyebilme.	

## HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

Hafta / Week					
	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
1	Anatomik pozisyonlar, tanımlar				
2	Anatomik noktalar.				
3	Büyüme ve gelişme				
4	Ölçme teknikleri ve tanımlar				
5	Uzunluk ölçümleri.				

	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
6	Çevre ölçümleri.				
7	Çap ölçümleri.				
8	Skinfold ölçümleri.				
9	Ara sınav				
10	Somatotiplerin dağılımı ve noktalanması, somatogram				
11	Vücut kompozisyonu değerlendirme yöntemleri				

	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
12	Vücut kompozisyonunun antropometrik yöntemle değerlendirilmesi				
13	Beden yapısı ve uygunluk çalışmaları				
14	Yetenek seçiminde yapısal faktörler				
15	Ölçümlerin yorumlanması ve antrenman programlarına yansıtılması				
16	Final sınavı				

DEĞERLENDİRME / EVALUATION

Yarıyıl (Yıl) İçi Etkinlikleri / Term (or Year) Learning Activities	Sayı / Number	Katkı Yüzdesi / Percentage of Contribution (%)
Ara Sınav / Midterm Examination	1	100
Toplam / Total:	1	100
Başarı Notuna Katkı Yüzdesi / Contribution to Success Grade(%):		40

  

Yarıyıl (Yıl) Sonu Etkinlikleri / End Of Term (or Year) Learning Activities	Sayı / Number	Katkı Yüzdesi / Percentage of Contribution (%)
Final Sınavı / Final Examination	1	100
Toplam / Total:	1	100
Başarı Notuna Katkı Yüzdesi / Contribution to Success Grade(%):		60

  

Etkinliklerinin Başarı Notuna Katkı Yüzdesi(%) Toplamı / Total Percentage of Contribution (%) to Success Grade:	100
Değerlendirme Tipi / Evaluation Type:	

İŞ YÜKÜ / WORKLOADS

Etkinlikler / Workloads	Sayı / Number	Süresi (Saat) / Duration (Hours)	Toplam İş Yüğü (Saat) / Total Work Load (Hour)
Ara Sınav / Midterm Examination	1	1.00	1.00
Final Sınavı / Final Examination	1	1.00	1.00
Derse Katılım / Attending Lectures	14	3.00	42.00
Makale Kritik Etme / Criticising Paper	6	1.00	6.00
Bireysel Çalışma / Self Study	14	1.00	14.00
Ara Sınav İçin Bireysel Çalışma / Individual Study for Mid term Examination	14	2.00	28.00
Final Sınavı için Bireysel Çalışma / Individual Study for Final Examination	14	2.00	28.00
Toplam / Total:	64	11.00	120.00

PROGRAM VE ÖĞRENME ÇIKTISI / PROGRAM LEARNING OUTCOMES

Öğrenme Çıktıları / Learning Outcomes	Program Çıktıları / Program Outcomes									
	1.1.1	1.1.2	1.1.3	1.1.4	1.1.5	1.1.6	1.1.7	1.1.8	1.1.9	1.1.1
1. Antropometrik ölçümleri uygulayabilme ve yorumlayabilme. /										
2. Somatotip belirleyebilme. /										
3. Antropometrik ölçümlerin egzersiz ile olan bağlantısını belirleyebilme. /										
4. Ölçüm sonuçlarına göre antrenman programlarını düzenleyebilme. /										

Katkı Düzeyi / Contribution Level : 1-Çok Düşük / Very low, 2-Düşük / Low, 3-Orta / Moderate, 4-Yüksek / High, 5-Çok Yüksek / Very high