

GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

| | | |
|---|---|--|
| Ders Adı / Course Name | PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE SKILLS IN SPORTS / PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE SKILLS IN SPORTS | |
| Ders Kodu / Course Code | STD113 | |
| Ders Türü / Course Type | | |
| Ders Seviyesi / Course Level | First Cycle / First Cycle | |
| Ders Akts Kredi / ECTS | 3.00 | |
| Haftalık Ders Saati (Kuramsal) / Course Hours For Week (Theoretical) | 2.00 | |
| Haftalık Uygulama Saati / Course Hours For Week (Objected) | 0.00 | |
| Haftalık Laboratuar 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 | Sporcunun müsabaka öncesi, anı ve sonrasında psikolojik hazırlığı ve meydana gelen psikolojik problemlerin giderilmesi | Psychological preparation to competition for elite athletes, and exercise psychology for sedentary people |
| İçeriği / Content | Dersin tanımı, temel kavramlar, amacı, gelişimi ve günümüzdeki çalışma alanları, sporda performansı etkileyen bilişsel, duyuşsal ve kişilik faktörleri, psikolojik antrenman, yarışma, sporda grup dinamiği ve dinamik. | Basic concepts, developments and studies area, affecting sports performance, cognitive, emotional and psychological training, competition, sport, group dynamics, and dynamic. |
| Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations | Yok | None |
| Staj Durumu / Internship Status | Yok | None |
| Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading | Handbook of Sport Psychology, Gerson Tenenbaum. | Handbook of sport psychology, Gerson Tenenbaum. |
| Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members) | Dr. Öğretim Üyesi Mustafa Engür | |

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

| | | |
|---|---|--|
| 1 | Spor Psikolojisi tanımı ve tarihçesini öğrenir. | Learning sports psychology and history |
| 2 | Kişilik çalışmalarını bilir. | Knowing personality studies |
| 3 | İletişim teknikleri ve takım birlikteliğini öğrenir. | Learning sport communication technics, team associated |
| 4 | Liderlik kavramını bilir. | Knowing leadership in sports |
| 5 | Cinsiyet ve spor, Sporda motivasyon kavramlarını bilir. | Knowing gender and sport, motivation |
| 6 | Danışmanlık ve koçluk kavramlarını öğrenir. | Learning consulting and coaching |

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

| Hafta / Week | | | | | |
|--------------|---|----------|-----|--|---------------------------|
| | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
| 1 | Spor psikolojisi tarihi | | | | |
| | History of Sport Psychology | | | | |
| 2 | Spor psikolojisinde bilinen yaklaşımlar | | | | |
| | Approaches to knowledge in sport psychology | | | | |
| 3 | Kişilik | | | | |
| | Personality | | | | |
| 4 | Dikkat ve bilişsel çıktılar | | | | |
| | Attention and Cognitive Styles | | | | |
| 5 | Motivasyon | | | | |
| | Motivation | | | | |

| | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|----|------------------------------------|----------|-----|--|---------------------------|
| 6 | Bilişsel yaklaşımlar ve motivasyon | | | | |
| | Cognitive approaches to motivation | | | | |
| | | | | | |
| 7 | Duygular ve stres | | | | |
| | Emotions and stress | | | | |
| | | | | | |
| 8 | Ara sınav | | | | |
| | Midterm | | | | |
| | | | | | |
| 9 | Rekabet kaygısı | | | | |
| | Competitive anxiety | | | | |
| | | | | | |
| 10 | Stres yönetimi | | | | |
| | Stress management | | | | |
| | | | | | |
| 11 | Sosyal süreçler | | | | |
| | Social processes | | | | |
| | | | | | |

| | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|----|--|----------|-----|--|---------------------------|
| 12 | Sosyal gelişim ve spor | | | | |
| | Social development and sport | | | | |
| | | | | | |
| 13 | Cinsiyet ve spor | | | | |
| | Gender and sports | | | | |
| | | | | | |
| 14 | Grup süreci ve performans | | | | |
| | Group processes and performance | | | | |
| | | | | | |
| 15 | Kişilerarası ilişkiler ve tutarlılık | | | | |
| | Interpersonal relationships and cohesion | | | | |
| | | | | | |
| 16 | Final sınavı | | | | |
| | Final exam | | | | |
| | | | | | |

DEĞERLENDİRME / EVALUATION

| Yarıyıl (Yıl) İçi Etkinlikleri / Term (or Year) Learning Activities | Sayı / Number | Katkı Yüzdesi / Percentage of Contribution (%) |
|---|---------------|--|
| Ara Sınav / Midterm Examination | 2 | 100 |
| Toplam / Total: | 2 | 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 | 2.00 | 2.00 |
| Final Sınavı / Final Examination | 1 | 2.00 | 2.00 |
| Tartışma / Discussion | 7 | 1.00 | 7.00 |
| Soru-Yanıt / Question-Answer | 7 | 1.00 | 7.00 |
| Takım/Grup Çalışması / Team/Group Work | 3 | 5.00 | 15.00 |
| Ara Sınav İçin Bireysel Çalışma / Individual Study for Mid term Examination | 2 | 5.00 | 10.00 |
| Final Sınavı için Bireysel Çalışma / Individual Study for Final Examination | 5 | 5.00 | 25.00 |
| Okuma / Reading | 3 | 5.00 | 15.00 |
| Rapor / Report | 2 | 5.00 | 10.00 |
| Toplam / Total: | 31 | 31.00 | 93.00 |
| Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 30.00 (Saat/AKTS) = 93.00/30.00 = 3.10 ~ / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 30.00 (Hour / ECTS) = 93.00 / 30.00 = 3.10 ~ | | | |

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 | 1.1.1 |
| 1.Spor Psikolojisi tanımı ve tarihçesini öğrenir. / Learning sports psychology and history | 4 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 |
| 2.Kişilik çalışmalarını bilir. / Knowing personality studies | 4 | 5 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 4 | 3 |
| 3.İletişim teknikleri ve takım birlikteliğini öğrenir. / Learning sport communication technics, team associated | 5 | 5 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 5 | 1 | 1 | 4 |
| 4.Liderlik kavramını bilir. / Knowing leadership in sports | 5 | 5 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 5 | 1 | 1 | 3 |
| 5.Cinsiyet ve spor, Sporda motivasyon kavramlarını bilir. / Knowing gender and sport, motivation | 4 | 5 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 4 | 1 |
| 6.Danışmanlık ve koçluk kavramlarını öğrenir. / Learning consulting and coaching | 5 | 5 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 5 | 1 | 1 | 5 |

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