

GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name	APPLIED EXERCISE PHYSIOLOGY / APPLIED EXERCISE PHYSIOLOGY	
Ders Kodu / Course Code	2803002002020	
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)	1.00	
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		
Amacı / Purpose	Bu ders, sedanterlerde, kronik hastalığı olan bireylerde ve sporcularda pulmoner, kardiyovasküler, kas-iskelet sistemi ve hormonal sistemler üzerine egzersizin akut ve kronik etkilerini tanımlamayı amaçlamaktadır.	Bu ders, sedanterlerde, kronik hastalık olan bireylerde ve sporcularda pulmoner, kardiyovasküler, kas-iskelet sistemi ve hormonal sistemler üzerine egzersizin akut ve kronik tanımlıyor amaçlamaktadır.
İçeriği / Content		
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations		
Staj Durumu / Internship Status		

Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading	Ders Notu McArdle D. W., Katch F.I, Katch V.L. Exercise Physiology: Energy, Nutrition & Human Performance.L ippincot Williams& Wilkins, 6th ed.,2007. ACSM. ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescriptions, Baltimore: Williams and Wilkins; 2006. Jones, AM, Davison, R. C. Bromley, P D. and Mercer, T. H. Sport and Exercise Physiology Testing Guidelines, Volume II: Exercise and Clinical Testing. Taylor & Francis; 2007	Ders Notu McArdle D. W., Katch F.I, Katch V.L. Exercise Physiology: Energy, Nutrition & Human Performance.L ippincot Williams& Wilkins, 6th ed.,2007. ACSM. ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescriptions, Baltimore: Williams and Wilkins; 2006. Jones, AM, Davison, R. C. Bromley, P D. and Mercer, T. H. Sport and Exercise Physiology Testing Guidelines, Volume II: Exercise and Clinical Testing. Taylor & Francis; 2007
Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)	Dr.Öğr. Üyesi.Mehmet ÖZKESKİN	

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	Fizyoterapi ve rehabilitasyon alanı ile ilgili temel kavram ve terminolojiye ait terimleri öğrenir ve alan ile ilgili çalışma, araştırma ve uygulamalarda bunları yerinde kullanabilir. L	earns the basic concepts and terminology terms related to the field of physiotherapy and rehabilitation and can use them in the field of studies, researches and applications.
2	Fizyoterapi ve rehabilitasyon alanı ile ilgili kuramsal ve uygulamalı kavram ve prensipleri kullanarak, fizyoterapi ve rehabilitasyon uygulamaları için gerekli değerlendirme, tanımlama ve planlamayı yapar.	Makes the necessary assessment, identification and planning for physiotherapy and rehabilitation applications by using theoretical and applied concepts and principles related to the field of physiotherapy and rehabilitation.
3	Edindiği ileri düzeydeki bilgi ve becerileri kullanarak fizyoterapi ve rehabilitasyon programını sistematik ve güvenli olarak etik ilkeler çerçevesinde uygular; gerektiği durumda sonlandırır veya değiştirir. I	implements physiotherapy and rehabilitation program systematically and safely within the framework of ethical principles by using the advanced knowledge and skills acquired; terminates or changes if necessary.
4	Bireye özgü fizyoterapi programını planlar.	Plans individual physiotherapy program
5	Bireye ve hastalığa özgü fizyoterapi ve rehabilitasyon yöntemlerini uygular.	Applies physiotherapy and rehabilitation methods specific to the individual and the disease.
6	Meslekle ilgili yaşam boyu öğrenme becerisine sahiptir.	It has professional lifelong learning skills.
7	Değerlendirme ve tedavi verilerinin kaydını tutar ve arşivler.	It records and archives the evaluation and treatment data.
8	Mesleki gelişmeleri takip edebilmek için yabancı dili etkin kullanabilir.	It can use foreign language effectively to follow professional developments.
9	Mesleği ile ilgili iş sağlığı ve güvenliği konularını bilir ve uygular.	Knows and applies occupational health and safety issues related to the profession.

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

Hafta / Week					
1	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Egzersiz fiziolojisine giriş, egzersiz ve fiziksel aktivite tanımı, düzenli egzersiz eğitiminin faydaları, egzersiz modaliteleri				
	Introduction to exercise physiology, definition of exercise and physical activity, benefits of regular exercise training, exercise modalities				
2	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Anaerobik Sistemler				
	Anaerobic Systems				
3	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Aerobik Sistemler				
	Aerobic Systems				
4	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Egzersiz kardiyovasküler sistem üzerine etkisi.				
	Effect of exercise on the cardiovascular system.				
5	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Egzersiz solunum sistemi üzerine etkisi.				
	Effects of exercise on respiratory system.				

	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
6	Egzersiz endokrin sistem üzerine etkisi ve yorgunluk.				
	Effects of exercise on the endocrine system and fatigue.				
7	Egzersizde metabolizma ,asit baz dengesi, ısı düzenlemesi				
	Metabolism, acid-base balance, temperature regulation in exercise				
8	ARA SINAV				
	MID TERM EXAM				
9	Değişik ortamlarda egzersiz -Yükselti antrenmanı ve Sualtı fizyolojisi				
	Exercise in different environments - Elevation training and Underwater physiology				
10	Egzersiz Testleri				
	Exercise Tests				
11	Çocuk ve egzersiz				
	Child and exercise				

	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
12	Yaşlılık ve egzersiz				
	Elderly and exercise				
13	Kadın ve Egzersiz				
	Woman and Exercise				
14	Egzersiz reçetesi				
	Exercise prescription				
15	FINAL				
	FINAL				

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
Uygulama/Pratik / Practice	1	1.00	1.00
Bireysel Çalışma / Self Study	10	4.00	40.00
Toplam / Total:	27	10.00	85.00

Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 30.00 (Saat/AKTS) = 85.00/30.00 = 2.83 ~ / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 30.00 (Hour / ECTS) = 85.00 / 30.00 = 2.83 ~

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
<p>1.Fizyoterapi ve rehabilitasyon alanı ile ilgili temel kavram ve terminolojiye ait terimleri öğrenir ve alan ile ilgili çalışma, araştırma ve uygulamalarda bunları yerinde kullanabilir.</p> <p>L / earns the basic concepts and terminology terms related to the field of physiotherapy and rehabilitation and can use them in the field of studies, researches and applications.</p>	4								
<p>2.Fizyoterapi ve rehabilitasyon alanı ile ilgili kuramsal ve uygulamalı kavram ve prensipleri kullanarak, fizyoterapi ve rehabilitasyon uygulamaları için gerekli değerlendirme, tanımlama ve planlamayı yapar.</p> <p>/ Makes the necessary assessment, identification and planning for physiotherapy and rehabilitation applications by using theoretical and applied concepts and principles related to the field of physiotherapy and rehabilitation.</p>		4							
<p>3.Edindiği ileri düzeydeki bilgi ve becerileri kullanarak fizyoterapi ve rehabilitasyon programını sistematik ve güvenli olarak etik ilkeler çerçevesinde uygular; gerektiği durumda sonlandırır veya değiştirir.</p> <p>I / mplements physiotherapy and rehabilitation program systematically and safely within the framework of ethical principles by using the advanced knowledge and skills acquired; terminates or changes if necessary.</p>			4						
<p>4.Bireye özgü fizyoterapi programını planlar.</p> <p>/ Plans individual physiotherapy program</p>				5					
<p>5.Bireye ve hastalığa özgü fizyoterapi ve rehabilitasyon yöntemlerini uygular.</p> <p>/ Applies physiotherapy and rehabilitation methods specific to the individual and the disease.</p>					4				
<p>6.Meslekle ilgili yaşam boyu öğrenme becerisine sahiptir.</p> <p>/ It has professional lifelong learning skills.</p>						4			
<p>7.Değerlendirme ve tedavi verilerinin kaydını tutar ve arşivler.</p> <p>/ It records and archives the evaluation and treatment data.</p>							4		
<p>8.Mesleki gelişmeleri takip edebilmek için yabancı dili etkin kullanabilir.</p> <p>/ It can use foreign language effectively to follow professional developments.</p>								4	

9.Mesleği ile ilgili iř sağlığı ve gvenliği konularını bilir ve uygular. / Knows and applies occupational health and safety issues related to the profession.										4
---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---

Katkı Dzeyi / Contribution Level : 1-ok Dřk / Very low, 2-Dřk / Low, 3-Orta / Moderate, 4-Yksek / High, 5-ok Yksek / Very high