

2024 - 2025 / SYB334 - ARTISTIC GYMNASTICS / ARTISTIC GYMNASTICS

GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name	ARTISTIC GYMNASTICS / ARTISTIC GYMNASTICS	
Ders Kodu / Course Code	SYB334	
Ders Türü / Course Type		
Ders Seviyesi / Course Level	First Cycle / First Cycle	
Ders Akts Kredi / ECTS	4.00	
Haftalık Ders Saati (Kuramsal) / Course Hours For Week (Theoretical)	1.00	
Haftalık Uygulama Saati / Course Hours For Week (Objected)	2.00	
Haftalık Laboratuvar Saati / Course Hours For Week (Laboratory)	0.00	
Dersin Verildiği Yıl / Year	3	
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; öğrencilerin artistik cimnastiğin içeriğini, hareket öğretimini, Bay ve bayanların fiziksel profil değerlendirmesini, Yaş grupları büyüme ve gelişme prensiplerini analiz ederek yorumlayabilmesi	The aim of this course; the contents of students' artistic gymnastic, movement education, Men's and women's physical profile assessment Age groups of the principles of growth and development analyze and interpret.
İçeriği / Content	Cimnastiğin tarihçesi,artistik cimnastiğin içeriği,artistik cimnastikte yardım ve emniyetin önemi, Artistik cimnastikte hareket öğretiminin özellikleri, Bay ve bayanların fiziksel profil değerlendirme ilkeleri, Yaş grupları büyüme ve gelişme prensipleri konularının öğrenimini kapsamaktadır.	History of gymnastics, content of the artistic gymnastics, The importance of the artistic gymnastics aid and safety, Artistic gymnastics movement characteristics of teaching, Mr. and women's physical profile assessment principles, Covers the principles of growth and development issues in the age groups studied.
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations	Yok	None
Staj Durumu / Internship Status	Yok	None
Kitap / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading	<ul style="list-style-type: none"> •Istvan K./Ivan C,Floor exercises,2005 Slovenia •Istvan K./Ivan C,Pommel Horse exercises,Hungarian Gymnastics Federation •Istvan K./Ivan C,Rings,2002,USA •FIG Academy,MAG technical Lecture notes ,L1 •FIG Academy,WAG technical Lecture notes ,L1 •Claude P,Fondements de la gymnastique,1982 Paris •Karl K,Gymnastique A Lecole Primaire,1989 Paris •D.Sevimay ÖZER/K.Özer.Çocuklarda Motor Gelişim,1998 	<ul style="list-style-type: none"> •Istvan K./Ivan C,Floor exercises,2005 Slovenia •Istvan K./Ivan C,Pommel Horse exercises,Hungarian Gymnastics Federation •Istvan K./Ivan C,Rings,2002,USA •FIG Academy,MAG technical Lecture notes ,L1 •FIG Academy,WAG technical Lecture notes ,L1 •Claude P,Fondements de la gymnastique,1982 Paris •Karl K,Gymnastique A Lecole Primaire,1989 Paris •D.Sevimay ÖZER/K.Özer.Çocuklarda Motor Gelişim,1998
Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)	Dr. Mehmet İNCE	

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	Artistik cimnastiğin içeriğini açıklayabilme.	explain the contents of artistic gymnastic.
2	Artistik cimnastikte yardım ve emniyetin önemini kavrayabilme.	Artistic gymnastics • Understanding the importance of aid and safety
3	Artistik cimnastikte hareket öğretiminin özelliklerini kavrayabilme.	Artistic gymnastics • To understand the properties of the teaching act.
4	Bay ve bayanların fiziksel profil değerlendirme ilkelerini kavrayabilme.	Men and women who understand the principles of the physical profile assessment.
5	Yaş grupları büyüme ve gelişme prensiplerini irdeleyebilme.	Age groups consideration principles of growth and development.

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

Hafta / Week					
	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
1	Artistik cimnastik hakkında genel bilgi. Artistik cimnastikte hareket öğretiminde temel ilkeler. Artistik cimnastikte ısınma.				
	General information about artistic gymnastics. Basic principles of movement teaching in artistic gymnastics. Warm-up in artistic gymnastics.				
2	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yer aletinin içerik ve yapısı, seri sunumuna ilişkin bilgiler. Yer: taklaların teknik tanımı, öğretim basamaklaması ve yardım yöntemi. Artistik cimnastikte esneklik çalışmaları.				
	Content and structure of ground equipment, information about routine presentation. FX: technical description of rolls, teaching element and help method. Flexibility exercises in artistic gymnastics.				
3	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yer: Amut - çember hareketinin teknik tanımı, öğretim basamaklaması ve yardım yöntemi. Artistik cimnastikte temel kuvvet çalışmaları.				
	FX: Technical description of the handstand - circle movement, teaching cascade and help method Basic strength exercises in artistic gymnastics.				
4	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yer: öne-geri köprü hareketinin teknik tanımı, öğretim basamaklaması ve yardım yöntemi. Artistik cimnastikte sporcu seçimi				
	FX: technical definition of the forward-backward walkovers elements , teaching element and help method. Athlete selection in artistic gymnastics				
5	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yer: elle aşma- flik flak hareketinin teknik tanımı, öğretim basamaklaması ve yardım yöntemi.				
	Yer: yaş grupları zorunlu seri uygulamaları. FX: technical description of handspring-flik flak movement, teaching element and help method. FX: age groups compulsory routine practice.				

	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
6	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yer: kartvil- salto hareketinin teknik tanımı, öğretim basamaklaması ve yardım yöntemi.				
	Yer: yaş grupları zorunlu seri uygulamaları. FX: technical description of the cartwheel-somersault movement, teaching element and help method FX: age groups compulsory routine practice.				
7	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Atlama masasının içerik ve yapısı, seri sunumuna ilişkin bilgiler. Atlama: koşu tekniği ve sıçrama tahtasının kullanımı. İniş teknikleri- uçuş pozisyonları-vertikal atlama. Atlama: turna atlayışları teknik tanımı, öğretim basamaklaması ve yardım yöntemi.				
	The content and structure of the vault table, information about the presentation of the series. VT: running technique and use of springboard. Landing techniques- flight positions-vertical jumping. VT: technical definition of basic vaults, teaching stepping and help method.				
8	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Ara sınav				
	midterms				
9	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Atlama: elle aşma hareketinin teknik tanımı, öğretim basamaklaması ve yardım yöntemi. Atlama: yaş grupları zorunlu seri uygulamaları				
	VT: technical definition of hand spring element, teaching step and help method. VT: age groups compulsory routine practice.				
10	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Atlama: kartvil hareketinin teknik tanımı, öğretim basamaklaması ve yardım yöntemi. Atlama: yaş grupları zorunlu seri uygulamaları				
	VT: technical definition of round of element, teaching step and help method. VT: age groups compulsory routine practice.				

	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
11	Atlama: yurtchenko hareketinin teknik tanımı, öğretim basamaklaması ve yardım yöntemi. Atlama: yaş grupları zorunlu seri uygulamaları				
	Vt: technical definition of yurtchenko element, teaching step and help method. VT: age groups compulsory routine practice.				
12	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Artistik cimnastikte koreografi hazırlık faktörleri Denge: cesaret ve reflekse yönelik çalışmalar				
	Choreography preparation factors in artistic gymnastics Balance: studies for courage and reflex				
13	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Artistik cimnastikte koreografi hazırlık faktörleri Denge: cesaret ve reflekse yönelik çalışmalar				
	Choreography preparation factors in artistic gymnastics BB: studies for courage and reflex				
14	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yer: yaş grupları zorunlu seri uygulamaları. Atlama: yaş grupları zorunlu seri uygulamaları				
	FX: age groups compulsory routine practice. VT: age groups compulsory routine practice.				
15	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yer: yaş grupları zorunlu seri uygulamaları. Atlama: yaş grupları zorunlu seri uygulamaları				
	FX: age groups compulsory routine practice. VT: age groups compulsory routine practice.				
16	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Dönem sonu 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	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	6.00	6.00
Final Sınavı / Final Examination	1	10.00	10.00
Derse Katılım / Attending Lectures	14	2.00	28.00
Bireysel Çalışma / Self Study	14	2.00	28.00
Ara Sınav İçin Bireysel Çalışma / Individual Study for Mid term Examination	8	4.00	32.00
Final Sınavı için Bireysel Çalışma / Individual Study for Final Examination	4	4.00	16.00
Toplam / Total:	42	28.00	120.00

Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 30.00 (Saat/AKTS) = 120.00/30.00 = 4.00 ~ 4.00 / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 30.00 (Hour / ECTS) = 120.00 / 30.00 = 4.00 ~ 4.00

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	1.1.10	1.1.11	1.1.12
1.Artistik cimnastiğin içeriğini açıklayabilme. / explain the contents of artistic gymnastic.					5							
2.Artistik cimnastikte yardım ve emniyetin önemini kavrayabilme. / Artistic gymnastics • Understanding the importance of aid and safety					5							
3.Artistik cimnastikte hareket öğretiminin özelliklerini kavrayabilme. / Artistic gymnastics • To understand the properties of the teaching act.					5							
4.Bay ve bayanların fiziksel profil değerlendirme ilkelerini kavrayabilme. / Men and women who understand the principles of the physical profile assessment.					5							
5.Yaş grupları büyüme ve gelişme prensiplerini irdeleyebilme. / Age groups consideration principles of growth and development.					5							

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