

## GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name	ATHLETE'S HEALTH AND FIRST AID / ATHLETE'S HEALTH AND FIRST AID	
Ders Kodu / Course Code	ANT321	
Ders Türü / Course Type		
Ders Seviyesi / Course Level	First Cycle / First Cycle	
Ders Akts Kredi / ECTS	5.00	
Haftalık Ders Saati (Kuramsal) / Course Hours For Week (Theoretical)	1.00	
Haftalık Uygulama Saati / Course Hours For Week (Objected)	1.00	
Haftalık Laboratuvar Saati / Course Hours For Week (Laboratory)	0.00	
Dersin Verildiği Yıl / Year	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	No
Amacı / Purpose	İlk yardımın temel ilkeleri, temel yaşam desteği, yaralanmalarda ilk yardım, kırık, çıkık ve burkulmalarda ilk yardım, diğer acil durumlarda ilk yardım ve taşımalar ile ilgili yeterlikleri kazandırmak.	Basic life support, first aid in injuries, first aid in fractures, dislocations and sprains, first aid in other emergencies and transportation.
İçeriği / Content	Kişisel ve toplum sağlığının önemi, sağlığı etkileyen faktörler, koruyucu sağlık servisleri, enfeksiyonların genel özellikleri, yaygın korunma yolları, tanıma ve ülkemizde bulaşıcı hastalıklardan korunma. İlk yardımın önemi, hedefleri, temel prensipleri ilk yardım materyalleri ilk yardımcılar bazı sakatlıklardan korunma yolları.	Importance of personal and public health, factors affecting health, preventive health services, general characteristics of infections, prevalent prevention, recognition and protection from infectious diseases in our country. The importance of first aid, its objectives and basic principles, first aid materials, first aid assistants, ways to avoid certain injuries.
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations	Yok	No
Staj Durumu / Internship Status	Yok	No
Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading	Prof. Dr. L. Bikem Süzen, Temel İlk Yardım, Nobel Tıp Kitabevleri Uzm. Dr. Onur Oral, Antrenman Bilgisi ve Sporcu Sağlığı, Nobel Akademik Yayıncılık	Prof. Dr. L. Bikem Süzen, MD. PhD, Basic First Aid, Nobel Tıp Kitabevleri Dr. Onur Oral, MD. PhD, Science of Training and Athletes' Health, Nobel Akademik Yayıncılık
Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)	Uzm. Dr. Onur ORAL	

## ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	İlk yardım kurallarını öğrenir.	Learn first aid rules.
2	Sporcu sağlığını temel kavramlarını kazanır.	Gains the basic concepts of athlete health.
3	Spor yaralanmalarını tanımlar ve uygular.	Defines and applies sports injuries.
4	Aşırı kullanım yaralanmaları ve önlenmesi konusunda deneyim sahibi olur.	Has experience in overuse injuries and their prevention.
5	Tıbbi yardım ulaşana kadar eldeki imkanları kullanarak uygulayabilme becerisini geliştirir.	Develops the ability to apply by using the available means until medical help arrives.
6	Hasta ya da yaralının hastaneye sevk edilmesi sürecinde ilk müdahale becerisi kazanır.	Gains first response skills in the process of transferring the sick or injured to the hospital.
7	Spor yaralanmaları nedenleri hakkında bilgi sahibi olur.	Learns about the causes of sports injuries
8	Yaralanma veya sakatlanma sonrası spora dönüş ilkeleri ve uygulama ve yöntemlerini öğrenir.	Learns the principles and practices and methods of returning back to sports after injury or injury

## HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

Hafta / Week					
1	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Genel İlk Yardım Bilgileri				
	General First Aid Information				
2	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Hasta Yaralanmasının Değerlendirilmesi ve Derecelendirilmesi				
	Evaluation and Grading of Patient Injury				
3	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Sporda ilk yardım ve kullanılan teknikler				
	First aid and techniques used in sports' injuries				
4	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Farklı yaralanma türlerinde ilk yardım yöntemleri				
	First aid methods for different types of injuries				
5	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	İlk yardımda Temel Yaşam Desteği				
	Basic Life Support in First Aid				

	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
6	İlk yardımda Temel Yaşam Desteği				
	Basic Life Support in First Aid				
7	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yeniden canlandırma (suni solunum ve kalp masajı)				
	Resuscitation (artificial respiration and cardiac massage)				
8	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Ara sınav				
	Midterm Exam				
9	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Kanamalarda ve Yaralanmalarda İlk yardım				
	First aid in bleeding and injuries				
10	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yanık Donma Sıcak Çarpmasında İlk yardım				
	First Aid in Burning Freezing Heat Stroke				
11	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Kırık Çıkık ve Burkulmalarda İlk yardım				
	First Aid in Fractured Dislocations and Sprains				

	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
12	Denizde ve boğulmalarda İlk yardım				
	First aid in the sea and the drowning				
13	Zehirlenmelerde ilk yardım				
	First aid in poisonings				
14	Sporda kırık, çıkık, burkulma ve kramplar				
	Fractures, dislocation, sprain and cramps in sport injuries				
15	Bilinç Bozukluklarında İlk Yardım				
	First aid in disorder of consciousness				
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	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	2.00	2.00
Final Sınavı / Final Examination	1	2.00	2.00
Derse Katılım / Attending Lectures	14	2.00	28.00
Bireysel Çalışma / Self Study	14	4.00	56.00
Performans / Performance	12	4.00	48.00
Toplam / Total:	42	14.00	136.00

Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 30.00 (Saat/AKTS) = 136.00/30.00 = 4.53 ~ / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 30.00 (Hour / ECTS) = 136.00 / 30.00 = 4.53 ~

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.İlk yardım kurallarını öğrenir. / Learn first aid rules.	5	3	4	3	1	1	1	1	2	1	1
2.Sporcu sağlığını temel kavramlarını kazanır. / Gains the basic concepts of athlete health.	4	2	4	3	1	1	1	1	2	3	1
3.Spor yaralanmalarını tanımlar ve uygular. / Defines and applies sports injuries.	4	2	4	3	1	1	1	1	2	1	1
4.Aşırı kullanım yaralanmaları ve önlenmesi konusunda deneyim sahibi olur. / Has experience in overuse injuries and their prevention.	4	2	4	3	1	1	1	1	2	1	1
5.Tıbbi yardım ulaşana kadar eldeki imkanları kullanarak uygulayabilme becerisini geliştirir. / Develops the ability to apply by using the available means until medical help arrives.	4	3	4	3	1	1	1	1	2	1	1
6.Hasta ya da yaralının hastaneye sevk edilmesi sürecinde ilk müdahale becerisi kazanır. / Gains first response skills in the process of transferring the sick or injured to the hospital.	4	2	4	3	1	1	1	1	2	1	1
7.Spor yaralanmaları nedenleri hakkında bilgi sahibi olur. / Learns about the causes of sports injuries	4	2	4	3	1	1	1	1	2	1	1
8.Yaralanma veya sakatlanma sonrası spora dönüş ilkeleri ve uygulama ve yöntemlerini öğrenir. / Learns the principles and practices and methods of returning back to sports after injury or injury	4	1	4	3	1	1	1	1	2	1	1

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