GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name	TRACKAND FIELD / TRACKAND FIELD	
Ders Kodu / Course Code	BES122	
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 Laboratuar Saati / Course Hours For Week (Laboratory)	0.00	
Dersin Verildiği Yıl / Year	1	
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, atletizm spor dalını oluşturan Düz Sürat koşuları, Bayrak Koşuları, Mesafe koşuları ve Engelli koşular, Uzun Atlama, Üçadım Atlama, Yüksek Atlama ve Sırıkla Atlama, Gülle Atma, Disk Atma, Cirit Atma ve Çekiç Atma branşlarının oyunsal formda alıştırmalarını, Teknik öğrenim alıştırmalarını ve temel yarışma kurallarını öğrenmelerini sağlamaktır.	The objectives of this course are to teach students the game like exercises, technical learning stages and basic competition rules of hurdling branches, sprints, distance runs, relays; long jump, triple jump, high jump, pole vault; shot put, discus throw, javelin throw and hammer throw.
İçeriği / Content	Atletizmin sınıflandırılması, düz sürat koşuları, bayrak koşuları ve engelli koşular, Uzun atlama, Üçadım atlama, Yüksek atlama ve sırıkla atlama, Gülle atma, Disk atma, Cirit atma ve Çekiç atma, Yürüyüş branşları öğrenim alıştırmaları, Atletizm branşlarının temel yarışma kuralları	Learning exercises of the classification of Athletics, sprint, Relay and Hurdling, Long jumping, Triple jumping, high jumping and pole vault, Shot putting, Discus throwing, Javelin throwing, hammer throwing, Walking branches, the basic contest rules of Athletics branches.
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations	Yok	None
Staj Durumu / Internship Status	Yok	None

Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading	Ders Kaynak Kitapları Bernhard G., “Sprungtrainig”, Verlag Hofmann Schorndorf (1979) Carr G.A. “Fundamentals of Track and Field” Leisure Press (1991) IAAF “Atletizm Yarışma Kuralları”, Atletizm Federasyonu (2009) İşler M, “Okullarda Atletizm”, Milli Eğitim Basımevi (1985) Jonath U. et.all., “Lauftraining”, Verlag Hofmann Schorndorf (1979) Jonath U. et.all., “Leichtathletik 1, Laufen und Springen”, Rowohlt, Tausend (1981) Jonath U. et.all., “Leichtathletik 2, Weren und Mehrkapf”, Rowohlt, Tausend (1981) Kruber D., “Tiefstart – Hürdenlauf”, Verlag Hofmann Schorndorf (1981) Kruber D., “Weitsprung - Dreisprung”, Verlag Hofmann Schorndorf (1977) Kruber D., “Straddle – Flop - Stabhochsprung”, Verlag Hofmann Schorndorf (1979) Kruber D., “Kugelstoss – Ballwurf – Speerwurf – Diskuswurf ”, Verlag Hofmann Schorndorf (1978) Tschiene P., “Stoss-und Wurftraining”, Verlag Hofmann Schorndorf (1979)	Lecture Books: Bernhard G., “Sprungtrainig”, Verlag Hofmann Schorndorf (1979) Carr G.A. “Fundamentals of Track and Field” Leisure Press (1991) IAAF “Atletizm Yarışma Kuralları”, Atletizm Federasyonu (2009) İşler M, “Okullarda Atletizm”, Milli Eğitim Basımevi (1985) Jonath U. et.all., “Lauftraining”, Verlag Hofmann Schorndorf (1979) Jonath U. et.all., “Leichtathletik 1, Laufen und Springen”, Rowohlt, Tausend (1981) Jonath U. et.all., “Leichtathletik 2, Weren und Mehrkapf”, Rowohlt, Tausend (1981) Kruber D., “Tiefstart – Hürdenlauf”, Verlag Hofmann Schorndorf (1981) Kruber D., “Weitsprung - Dreisprung”, Verlag Hofmann Schorndorf (1977) Kruber D., “Straddle – Flop - Stabhochsprung”, Verlag Hofmann Schorndorf (1979) Kruber D., “Kugelstoss – Ballwurf – Speerwurf – Diskuswurf ”, Verlag Hofmann Schorndorf (1978) Tschiene P., “Stoss-und Wurftraining”, Verlag Hofmann Schorndorf (1979)
Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)	Yrd.Doç.Dr Fehime. HASLOFÇA	

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	Atletizm spor dalını oluşturan koşu, atlama, atma, yürüyüş ve çoklu branşların genel yapısını kavrayabilme,	To Understand the general structure of running, jumping, throwing, walking and multiple branches which generate the athletics sport branch.
2	Atletizm Saha ve araç-gereçleri tanıyabilmek.	To recognizing the field and equipment of Athletics,
3	Düz Sürat koşuları, Bayrak koşuları, mesafe koşuları ve Engelli Koşuların öğrenim alıştırmalarını beceri haline getirebilmek.	To convert the learning exercises of Sprints, Hurdling, Distance running and Relays into skill,
4	Uzun atlama, Üç adım atlama, Yüksek atlama ve sırıkla atlama öğrenim alıştırmalarını beceri haline getirebilmek.	To convert the learning exercises of Long jump, Triple jump, high jump and pole vault into skill,
5	Gülle atma, Disk atma, Cirit atma ve Çekiç Atma öğrenim alıştırmalarını beceri haline getirebilmek.	To convert the learning exercises of Shot putting, Discus throwing, Javelin throwing and hammer throwing into skill,
6	Yürüyüş branşı öğrenim alıştırmalarını beceri haline getirebilmek.	To convert the learning exercises of Walking branches into skill,
7	Atletizm branşlarının temel yarışma kurallarını kavrayabilmek	To Understand the basic contest rules of Athletics branches,
8	Atletizmde Yarışma Organizasyonları Konularını kavrayabilmek.	To understand the Rules of Competition Organizations of Athletics.

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

Hafta / Week					
	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
1	Atletizmin sınıflandırılması ve Atletizmin Olimpiyat Oyunlarındaki yeri	Hazırlık uygulamaları			
	Classification of Athletics and importance of Athletics in Olympic Games.	Prepare applications			
	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
2	Alçak çıkış ve düz sürat koşuları teknik analizi	Alçak çıkış ve sürat koşuları öğretim alıştırmaları			
	Technical analysis of low start and sprint	Learning exercises of low start and sprint			
	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
3	Bayrak koşuları teknik analizi4x100 ve 4x400m	Bayrak öğretim alıştırmaları			
	Technical analysis of relay	Teaching exercises of 4x100 and 4x400m relay			
	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
4	Mesafe koşuları ve Sportif Yürüyüşün teknik analizi	Mesafe koşuları ve Sportif Yürüyüş teknik öğretim alıştırmaları			
	Technical analysis of distance running and Race Walking	Teaching exercises of distance running and Race Walking			
	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
5	Engelli sürat Koşuları teknik analizi	Engelli sürat Koşuları teknik öğretim alıştırmaları			
	Technical analysis of Hurdling	Technical teaching exercises of Hurdling			

6	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Uzun atlamanın teknik analizi	Uzun atlama teknik öğretim alıştırmaları			
	Technical analysis of Long jump	Technical teaching exercises of long			
7	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Üçadım atlamanın teknik analizi	Üçadım atlama teknik öğretim alıştırmaları			
	Technical analysis of Triple jump	Technical teaching exercises of Triple jump			
8	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yüksek atlamanın teknik analizi	Yüksek atlama teknik öğretim alıştırmaları			
	Technical analysis of high jump	Technical teaching exercises of high jump			
9	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Ara Sınav	Ara Sınav			
	Intermediate Examination	Intermediate Examination			
10	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Sırıkla atlamanın teknik analizi	Sırıkla atlama teknik öğretim alıştırmaları			
	Technical analysis of pole vault	Technical teaching exercises of pole vault			
11	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Gülle atmanın teknik analizi	Gülle atma teknik öğretim alıştırmaları			
	Technical analysis of Shot put	Technical teaching exercises of Shot put			

12	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Cirit atmanın teknik analizi	Cirit atma teknik öğretim alıştırmaları			
	Technical analysis of javelin throwing	Technical teaching exercises of javelin throwing			
13	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Disk atman teknik analizi	Disk atma teknik öğretim alıştırmaları			
	Technical analysis of Discus throwing	Technical teaching exercises of Discus throwing			
14	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Çekiç atman teknik analizi	Çekiç atma teknik öğretim alıştırmaları			
	Technical analysis of Hammer throwing	Technical teaching exercises of Hammer throwing			
15	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Atletizm Yarışma Kuralları				
	The rules of Athletics Competition				
16	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Final sınavı	Final sınavı			
	Final Examination	Final Examination			

DEĞERLENDİRME / EVALUATION

Yarıyıl (Yıl) İçi Etkinlikleri / Term (or Year) Learning Activities	Sayı / Number	Katkı Yüzdesi / Percentage of Contribution (%)
Ara Sınav / Midterm Examination	1	50
Ev Ödevi / Homework	1	50
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 Yükü (Saat) / Total Work Load (Hour)
Final Sınavı / Final Examination	1	2.00	2.00
Ara Sınav / Midterm Examination	1	2.00	2.00
Final Sınavı içiin Bireysel Çalışma / Individual Study for Final Examination	14	4.00	56.00
Ara Sınav İçin Bireysel Çalışma / Individual Study for Mid term Examination	14	4.00	56.00
Toplam / Total:	30	12.00	116.00
Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yükü (Saat) / 30.00 (Saat/AKTS) = 116.00/30.00 = 3.87 ~ / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 30.00 (Hour / ECTS) = 116.00 / 30.00 = 3.87 ~			

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.Atletizm spor dalını oluşturan koşu, atlama, atma, yürüyüş ve çoklu branşların genel yapısını kavrayabilme, / To Understand the general structure of running, jumping, throwing, walking and multiple branches which generate the athletics sport branch.	5	4	5	1		2	3	5	1	5	1
2.Atletizm Saha ve araç-gereçleri tanıyabilmek. / To recognizing the field and equipment of Athletics,	5	5	4	1		2	4	5	2	5	2
3.Düz Sürat koşuları, Bayrak koşuları, mesafe koşuları ve Engelli Koşuların öğrenim alıştırmalarını beceri haline getirebilmek. / To convert the learning exercises of Sprints, Hurdling, Distance running and Relays into skill,	5	5	4	1	1	3	3	4	2	5	1
4.Uzun atlama, Üç adım atlama, Yüksek atlama ve sırıkla atlama öğrenim alıştırmalarını beceri haline getirebilmek. / To convert the learning exercises of Long jump, Triple jump, high jump and pole vault into skill,	5	5	4	1		2	4	5	3	5	1
5.Gülle atma, Disk atma, Cirit atma ve Çekiç Atma öğrenim alıştırmalarını beceri haline getirebilmek. / To convert the learning exercises of Shot putting, Discus throwing, Javelin throwing and hammer throwing into skill,	5	5	4	1	1	2	4	5	2	5	1
6.Yürüyüş branşı öğrenim alıştırmalarını beceri haline getirebilmek. / To convert the learning exercises of Walking branches into skill,	5	4	4	1	1	3	3	4	2	5	2

7.Atletizm branşlarının temel yarışma kurallarını kavrayabilmek / To Understand the basic contest rules of Athletics branches,	5	4	5	1		4	4	4	2	5	1
8.Atletizmde Yarışma Organizasyonları Konularını kavrayabilmek. / To understand the Rules of Competition Organizations of Athletics.	5	4	5	1	1	4	4	4	2	5	2

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