

## GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

|                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ders Adı / Course Name                                                           | LECTURE ON SPECIALIZED FIELD II (SAILING AND WINDSURFING) / LECTURE ON SPECIALIZED FIELD II (SAILING AND WINDSURFING)                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Ders Kodu / Course Code                                                          | YRS0102                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 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)             | 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                                                      | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Öğretim Sistemi / Teaching System                                                | Face to Face / Face to Face                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Eğitim Dili / Education Language                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Ön Koşulu Olan Ders(ler) / Precondition Courses                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Amacı / Purpose                                                                  | Yelken Antrenörlerinin yarış öncesi, yarış sonrası ve sırasındaki görevlerinin bilgi olarak öğrencilere aktarılması amaçlanmıştır. Ayrıca bir yelken antrenörünün bot kullanımı, yanında bulundurulması gereken malzemeler, tekne bakımı vb. konuların aktarılması hedeflenmektedir. | It is aimed to convey the duties of the Sailing Trainers before, after and during the race as information to the students. In addition, a sailing trainer's boat use, materials to be kept with him, boat maintenance, etc. It is aimed to transfer the topics. |
| İçeriği / Content                                                                | Yelken Antrenörlerinin yarış öncesi, yarış sonrası ve sırasındaki görevlerinin anlatımı. Antrenörlerin yanlarında bulundurulması gereken malzemeler, bot kullanımı, bot bakımının anlatımının sağlanması. Yarış analizleri yapılması.                                                | Explanation of the duties of sailing trainers before, after and during the race. Providing explanations of the materials that trainers should have with them, the use of boats, and boat maintenance. Race analysis.                                            |
| Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Staj Durumu / Internship Status                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Kitap / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading | - Alpagut A. ve Soyer O. (2011) Laser ve Ötesi genç yelkencinin el kitabı<br>- Paker H.S. (2011) Sporda Beslenme.                                                                                                                                                                    | Alpagut A. ve Soyer O. (2011) Laser ve Ötesi genç yelkencinin el kitabı<br>Paker H.S. (2011) Sporda Beslenme.                                                                                                                                                   |
| Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)                               | A. Meliha Canpolat                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                 |

## ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

|   |                                                                      |                                                                               |
|---|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Antrenörlük İlkelerini kavrayabilme                                  | Understanding the Coaching Principles                                         |
| 2 | Antrenörün yarış önce ve sonra yapması gereken görevleri öğretebilme | Ability to teach the tasks that the coach should do before and after the race |
| 3 | Yarış Analizlerini öğretimini kavrayabilme                           | To be able to comprehend the teaching of Race Analysis                        |
| 4 | Yelken Sporunda Beslenmenin Önemini Öğretebilme                      | Teaching the Importance of Nutrition in Sailing Sport                         |

## HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

| Hafta / Week |                                                                         |          |     |                                                          |                           |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------|----------|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------|
|              | Teorik Dersler / Theoretical                                            | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
| 1            | Antrenör İlkeleri                                                       |          |     |                                                          |                           |
|              | Coach Principles                                                        |          |     |                                                          |                           |
| 2            | Antrenör Malzemesinin anlatımı<br>Antrenör botunda bulunması gerekenler |          |     |                                                          |                           |
|              | Description of Trainer Material<br>What to have in the trainer boat     |          |     |                                                          |                           |
| 3            | Bot Kullanımı ve Bakımı                                                 |          |     |                                                          |                           |
|              | Boat Use and Care                                                       |          |     |                                                          |                           |
| 4            | Antrenör Psikolojisi                                                    |          |     |                                                          |                           |
|              | Coach Psychology                                                        |          |     |                                                          |                           |
| 5            | Yarış Öncesi Antrenörün Görevleri                                       |          |     |                                                          |                           |
|              | Duties of the Pre-Race Coach                                            |          |     |                                                          |                           |

|    | Teorik Dersler / Theoretical          | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|----|---------------------------------------|----------|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------|
| 6  | Yarış Analizi I.                      |          |     |                                                          |                           |
|    | Race Analysis I.                      |          |     |                                                          |                           |
|    |                                       |          |     |                                                          |                           |
| 7  | Teorik Dersler / Theoretical          | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Ara Sınav                             |          |     |                                                          |                           |
|    | Midterm                               |          |     |                                                          |                           |
| 8  | Teorik Dersler / Theoretical          | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Yarış Analizi II                      |          |     |                                                          |                           |
|    | Race Analysis II                      |          |     |                                                          |                           |
| 9  | Teorik Dersler / Theoretical          | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Yarış Sırasında Antrenörün Görevleri  |          |     |                                                          |                           |
|    | Coach's Duties During the Race        |          |     |                                                          |                           |
| 10 | Teorik Dersler / Theoretical          | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Yarış Sonrasında Antrenörün Görevleri |          |     |                                                          |                           |
|    | Coach's Duties After the Race         |          |     |                                                          |                           |
| 11 | Teorik Dersler / Theoretical          | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Yarış sonrası Analiz                  |          |     |                                                          |                           |
|    | Post Race Analysis                    |          |     |                                                          |                           |

|    | Teorik Dersler / Theoretical                   | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|----|------------------------------------------------|----------|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------|
| 12 | Yelkende Beslenme                              |          |     |                                                          |                           |
|    | Nutrition in Sailing                           |          |     |                                                          |                           |
| 13 | Yelken İle ilgili Günce Bilgilerin Aktarılması |          |     |                                                          |                           |
|    | Transferring Daily Information about Sailing   |          |     |                                                          |                           |
| 14 | Final Sınavları                                |          |     |                                                          |                           |
|    | Final Exams                                    |          |     |                                                          |                           |

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                                           |
| Ara Sınav İçin Bireysel Çalışma / Individual Study for Mid term Examination | 3             | 20.00                            | 60.00                                          |
| Final Sınavı / Final Examination                                            | 1             | 2.00                             | 2.00                                           |
| Final Sınavı için Bireysel Çalışma / Individual Study for Final Examination | 3             | 20.00                            | 60.00                                          |
| Uygulama/Pratik / Practice                                                  | 2             | 10.00                            | 20.00                                          |
| Toplam / Total:                                                             | 10            | 54.00                            | 144.00                                         |

Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 30.00 (Saat/AKTS) = 144.00/30.00 = 4.80 ~ / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 30.00 (Hour / ECTS) = 144.00 / 30.00 = 4.80 ~

PROGRAM VE ÖĞRENME ÇIKTISI / PROGRAM LEARNING OUTCOMES

| Öğrenme Çıktıları /<br>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.Antrenörlük İlkelerini kavrayabilme / Understanding the Coaching Principles                                                                          |                                      |       |       |       | 5     |       |       |       |       |        |        |        |
| 2.Antrenörün yarış önce ve sonra yapması gereken görevleri öğretebilme / Ability to teach the tasks that the coach should do before and after the race |                                      |       |       |       | 5     |       |       |       |       |        |        |        |
| 3.Yarış Analizlerini öğretimini kavrayabilme / To be able to comprehend the teaching of Race Analysis                                                  |                                      |       |       |       | 5     |       |       |       |       |        |        |        |
| 4.Yelken Sporunda Beslenmenin Önemini Öğretebilme / Teaching the Importance of Nutrition in Sailing Sport                                              |                                      |       |       |       | 5     |       |       |       |       |        |        |        |

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