

GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name	Advanced Training Science I / Advanced Training Science I	
Ders Kodu / Course Code	9305066052019	
Ders Türü / Course Type		
Ders Seviyesi / Course Level	Third Cycle / Third Cycle	
Ders Akts Kredi / ECTS	5.00	
Haftalık Ders Saati (Kuramsal) / Course Hours For Week (Theoretical)	3.00	
Haftalık Uygulama Saati / Course Hours For Week (Objected)	0.00	
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 öğrencilere; çocuk, genç ve yetişkinlere yönelik antrenman yazım ve uygulamalarının farklı branşlara yönelik tüm detaylarını incelemek ve öğretmek.	Objective of this course is to examine and teach all the details of kid, junior, adults orientated writing and applications for different sport branches .
İçeriği / Content	Yüksek lisans ders konularını tekrarı ve farklı yaş gruplarına yönelik antrenmanların yazım uygulama örnekleri	Review of master level lessons and application writing examples for different age groups.
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations	Yok	None
Staj Durumu / Internship Status	Yok	None
Kitap / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading	<p>Ders Kitabı: Vladimir Issurin (2008), "Principles and Basics of Advanced Athletic Training", published by UAC, Michigan USA, Gambetta, V. (2002), Gambetta Method, Gambetta, USA</p> <p>Yardımcı Kitaplar: Lee, M. (1997), Coaching Children in Sport, E&FN Spon, GB</p> <p>Rowland, T.W., (2005) Children's Exercise Physiology, Human Kinetics, USA Tudor O. Bompa (2007), "Antrenman Kuramı ve Yöntemi-Dönemleme", Spor Yayınevi ve Kitapevi, Ankara Sedat Muratlı, Gülşah Şahin, Osman Kalyoncu (2005), "Antrenman ve Müsabaka", Yayılım Yayıncılık, İstanbul</p>	<p>Lesson Book: Vladimir Issurin (2008), "Principles and Basics of Advanced Athletic Training", published by UAC, Michigan USA, Gambetta, V. (2002), Gambetta Method, Gambetta, USA</p> <p>Back-up books: Lee, M. (1997), Coaching Children in Sport, E&FN Spon, GB Rowland, T.W., (2005) Children's Exercise Physiology, Human Kinetics, USA Tudor O. Bompa (2007), "Antrenman Kuramı ve Yöntemi-Dönemleme", Spor Yayınevi ve Kitapevi, Ankara Sedat Muratlı, Gülşah Şahin, Osman Kalyoncu (2005), "Antrenman ve Müsabaka", Yayılım Yayıncılık, İstanbul</p>

Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)	PROF. DR. BAHTIYAR ÖZÇALDIRAN	
--	-------------------------------	--

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	Yüksek lisans ders konularının tekrarı	Review of master level lessons.
2	Öğrenim-Gelişim-Performans ve Yüksek performans gruplarında uygulanan antrenmanların temel prensipleri ile bu prensipler bağlı kalarak yıllık planlama ilkelerini öğrenme.	To be able to learn the basic training principals of learning, development, performance and high performance groups and annual plan.

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

Hafta / Week					
1	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	1.Review of master level lessons and presentation subject distribution.				
	1.Review of master level lessons and presentation subject distribution.				
2	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Review of master level lessons				
	Review of master level lessons				
3	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Article study.				
	Article study.				
4	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Basic principals of learning group trainings				
	Basic principals of learning group trainings				
5	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Training examples for learning groups and article study.				
	Training examples for learning groups and article study.				

	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
6	Basic principals of development group trainings.				
	Basic principals of development group trainings.				
7	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Training examples for development groups and article study.				
	Training examples for development groups and article study.				
8	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Presentations and mid-term examination.				
	Presentations and mid-term examination.				
9	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Determination of new presentation subjects and distribution of them.				
	Determination of new presentation subjects and distribution of them.				
10	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Basic principals of performance group trainings.				
	Basic principals of performance group trainings.				
11	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Training examples for performance groups and article study.				
	Training examples for performance groups and article study.				

	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
12	Basic principals of high performance group trainings.				
	Basic principals of high performance group trainings.				
13	Training examples for high performance groups and article study.				
	Training examples for high performance groups and article study.				
14	Article study.				
	Article study.				
15	Article study.				
	Article study.				
16	Presentations and final examination.				
	Presentations and final examination.				
17					

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	0	0.00	0.00
Final Sınavı / Final Examination	0	0.00	0.00
Toplam / Total:	0	0.00	0.00

Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 30.00 (Saat/AKTS) = 0.00/30.00 = 0.00 ~ 0.00 / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 30.00 (Hour / ECTS) = 0.00 / 30.00 = 0.00 ~ 0.00

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	1.1.1
1.Yüksek lisans ders konularının tekrarı / Review of master level lessons.	4	4	5							
2.Öğrenim-Gelişim-Performans ve Yüksek performans gruplarında uygulanan antrenmanların temel prensipleri ile bu prensipler bağlı kalarak yıllık planlama ilkelerini öğrenme. / To be able to learn the basic training principals of learning, development, performance and high performance groups and annual plan.				3	3	3	4	4	5	5

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