

GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name	ATHLETICS / ATHLETICS	
Ders Kodu / Course Code	ANT115	
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	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	
Amacı / Purpose	Çocuklarda ve yetişkinlerde temel dayanıklılık, sürat, koordinatif yetilerin teorik ve uygulamalı olarak temel düzeyde öğretilmesinin sağlanmasıdır	It is to ensure that basic endurance, speed and coordinative abilities are taught theoretically and practically in children and adults at a basic level.
İçeriği / Content	Çocuklarda ve yetişkinlerde temel dayanıklılık, sürat, koordinatif yetiler ve denge çalışmalarının teorik ve uygulamalı işlenmesi.	Theoretical and practical processing of basic endurance, speed, coordinative abilities and balance studies in children and adults.
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations		
Staj Durumu / Internship Status	yok	
Kitap / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading	1.Covell D., Walker S., Siciliano J., Hess P. (2007). Managing Sport Organizations, Elsevier, Burlington. 2.Miller L.K. (1997). Sport Business Management. Aspen Publication, Maryland. 3.Parkhouse B. (2001). The Management of Sport. McGraw Hill Pub.	
Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)	Ar.Gör.Dr.Görkem Aybars Balcı	

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	Genel Dayanıklılık Özelliğinin Gelişimine Yönelik Kavramları Bilir ve Uygular.	Knows and Applies The Concepts for The Development of General Endurance.
2	Sürat Özelliğinin Gelişimine Yönelik Kavramları Bilir ve Uygular.	Knows and Applies The Concepts for The Development of Speed.
3	Kuvvet Özelliğinin Gelişimine Yönelik Kavramları Bilir ve Uygular	Knows and Applies The Concepts for The Development of Strength.
4	Koordinatif Yeteneklerin Gelişimine Yönelik Kavramları Bilir ve Uygular.	Knows and Implements Concepts for the Development of Coordinative Skills.

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

Hafta / Week					
1	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Dayanıklılığın Tanımı ve Genel Dayanıklılığı geliştiren antrenman şekilleri	Antrenman uygulamaları			
	Definition of Endurance, General Training forms that improve endurance.	Training practices			
2	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Çocuklarda Temel Dayanıklılığı geliştiren antrenman uygulamaları	Antrenman uygulamaları			
	Training practices that improve Basic Endurance in Children	Training practices			
3	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yetişkinler için Genel Dayanıklılığı Geliştiren Açık Saha Uygulamaları	Antrenman uygulamaları			
	Open Field Applications Improving General Endurance for Adults,	Training practices			
4	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yetişkinler için Genel Dayanıklılığı Geliştiren Kapalı Alan Uygulamaları	Antrenman uygulamaları			
	Indoor Applications Improving General Endurance for Adults	Training practices			
5	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Süratin Tanımı ve Süratin Bölümlerini Geliştirmeye Yönelik Antrenman Şekilleri	Antrenman uygulamaları			
	Definition of Speed, Training Forms to Improve Parts of Speed	Training practices			

	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
6	Reaksiyon Süratini ve İvmelenme Bölümünü Geliştiren Antrenman Uygulamaları	Antrenman uygulamaları			
	Training Practices Improving Reaction Speed and Acceleration Section of sprint	Training practices			
	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
7	Maksimal Sürati ve Sürat Devamlılığını Geliştiren Antrenman Uygulamaları	Antrenman uygulamaları			
	Training Practices Improving Maximal Speed and Speed Endurance	Training practices			
	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
8	Ara Sınav				
	Midterm exam				
	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
9	Kuvvetin Tanımı ve Kuvveti Geliştiren Antrenman Şekilleri	Antrenman uygulamaları			
	Definition of Strength and Type of Strength Training Types	Training practices			
	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
10	Genel Kuvvet antrenman uygulamaları	Antrenman uygulamaları			
	Strength training practices	Training practices			
	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
11	Maksimal Kuvveti Geliştiren Antrenman Uygulamaları	Antrenman uygulamaları			
	Training Practices for improving Maximal Strength	Training practices			
	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary

	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
12	Güç Geliştiren Antrenman Uygulamaları	Antrenman uygulamaları			
	Power Training Practices	Training practices			
13	Güç ve kuvvet antrenman uygulamaları	Antrenman uygulamaları			
	Strength and power training applications	Training practices			
14	Koordinatif Yeteneklerin Tanımı ve Koordinatif Yeteneklerin Geliştirilmesi	Antrenman uygulamaları			
	Definition of Coordinative Skills and Development of Coordination Skills	Training practices			
15	Genel Hareketlilik, Esneklik ve Çeviklik Özelliklerinin Geliştirilmesi	Antrenman uygulamaları			
	Development of General Mobility, Flexibility and Agility Features	Training practices			
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	5.00	5.00
Final Sınavı / Final Examination	1	5.00	5.00
Derse Katılım / Attending Lectures	16	2.00	32.00
Laboratuvar / Laboratory	1	5.00	5.00
Gözlem / Observation	10	1.00	10.00
Bireysel Çalışma / Self Study	5	5.00	25.00
Final Sınavı için Bireysel Çalışma / Individual Study for Final Examination	5	5.00	25.00
Performans / Performance	2	5.00	10.00
Ev Ödevi / Homework	5	5.00	25.00
Toplam / Total:	46	38.00	142.00
Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 30.00 (Saat/AKTS) = 142.00/30.00 = 4.73 ~ / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 30.00 (Hour / ECTS) = 142.00 / 30.00 = 4.73 ~			

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	1.1.1	
1.Genel Dayanıklılık Özelliğinin Gelişimine Yönelik Kavramları Bilir ve Uygular. / Knows and Applies The Concepts for The Development of General Endurance.		4			4	4	5					5
2.Sürat Özelliğinin Gelişimine Yönelik Kavramları Bilir ve Uygular. / Knows and Applies The Concepts for The Development of Speed.		4			4		5					5
3.Kuvvet Özelliğinin Gelişimine Yönelik Kavramları Bilir ve Uygular / Knows and Applies The Concepts for The Development of Strength.		4			4		5					5
4.Koordinatif Yeteneklerin Gelişimine Yönelik Kavramları Bilir ve Uygular. / Knows and Implements Concepts for the Development of Coordinative Skills.		4			5		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