

GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name	Sport Physiology II / Sport Physiology II	
Ders Kodu / Course Code	9305055022019	
Ders Türü / Course Type		
Ders Seviyesi / Course Level	Second Cycle / Second 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; yükseklik fizyolojisi ve sualtı fizyolojisinin egzersizle olan ilişkisini kavratmak, sürantrenman kavramını ve sporda çevresel faktörleri tanıtmak, kadın ve spor, çocuk ve spor, yaşlı ve spor ilişkisini öğretmek, sporda testlerin yeteneğin saptanmasında ve performansın gelişimindeki rolü ile sporcu beslenmesinin temel ilke ve bilgilerini öğretmek, her konu ile ilgili yayınların incelenerek değerlendirilmesi	Objectives of the course are to understand the athletes' physiology at altitude and in the water, to enlighten of conception of overtraining, environmental factors effect on sportive performance, the young, the female and the master athletes, to teach assessing athletes performance and basic principles and information from sports nutrition and also to analyze and study related publications
İçeriği / Content	Bu dersin içeriği; Yükseklik ve sualtı fizyolojisi, sürantrenman, sporda çevresel faktörler, kadın ve spor, sporda testler, çocuk ve spor, yaşlı ve spor ile sporcu beslenmesi ve konular ile ilgili yayınların incelenerek değerlendirilmesi.	Athletes' physiology of at altitude and in the water, overtraining, environmental factors, the young, master and the female athletes, performance tests, sports nutrition, and analyzing and studying related publications
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations	Yok	None
Staj Durumu / Internship Status	Yok	None

<p>Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading</p>	<p>Ders Kitabı: Günay M, Cicioğlu İ. Spor Fizyolojisi, Gazi Kitabevi, Ankara, 2001 Ergen E. Egzersiz Fizyolojisi, Nobel Yayınevi, Ankara, 2002 Sönmez G.T. Egzersiz ve Spor Fizyolojisi, Ata Ofset Matbaacılık, Bolu, 2002 Akgün N. Egzersiz ve Spor Fizyolojisi (1. Ve 2. Cilt), İzmir, 1994 Wilmore J.H, Costill D.L. Physiology of Sport and Exercise, Human Kinetics, USA, 1994 McArdle WD, Katch FI, Katch VL. Exercise Physiology, Lea&Febiger, USA, 1991 Australian Sports Commission (Editor: C.J. Gore), Pysiological Tests for Elite Athletes, Human Kinetics, USA, 2000 Reilly T, Secher N, Snell P, Williams C. Physiology of Sports, E&FN Spon, GB, 1997 Drabik J. Children& Sports Training, Stadion, USA, 1996</p>	<p>Günay M, Cicioğlu İ. Spor Fizyolojisi, Gazi Kitabevi, Ankara, 2001 Ergen E. Egzersiz Fizyolojisi, Nobel Yayınevi, Ankara, 2002 Sönmez G.T. Egzersiz ve Spor Fizyolojisi, Ata Ofset Matbaacılık, Bolu, 2002 Akgün N. Egzersiz ve Spor Fizyolojisi (1. Ve 2. Cilt), İzmir, 1994 Wilmore J.H, Costill D.L. Physiology of Sport and Exercise, Human Kinetics, USA, 1994 McArdle WD, Katch FI, Katch VL. Exercise Physiology, Lea&Febiger, USA, 1991 Australian Sports Commission (Editor: C.J. Gore), Pysiological Tests for Elite Athletes, Human Kinetics, USA, 2000 Reilly T, Secher N, Snell P, Williams C. Physiology of Sports, E&FN Spon, GB, 1997 Drabik J. Children& Sports Training, Stadion, USA, 1996 Turkish and Foreign Scientific Journals</p>
<p>Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)</p>	<p>Prof. Dr. S. Rana VAROL</p>	

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	Yükseklik fizyolojisi ve yükseklik antrenmanının özelliklerini öğrenebilme, konu ile ilgili yayınları inceleyerek değerlendirebilme	
2	Hiperbarik ortamı ve sualtı fizyolojisini kavrayabilme, konu ile ilgili yayınları inceleyerek değerlendirebilme	
3	Sürantreman kavramını, oluşum nedenlerini, önlenmesini tanımlayabilme, konu ile ilgili yayınları inceleyerek değerlendirebilme	
4	Sporda çevresel faktörleri ve fizyolojik etkilerini anlayabilme, konu ile ilgili yayınları inceleyerek değerlendirebilme	
5	Sporda kullanılan testlerin uygulama ve değerlendirmesini öğrenebilme, konu ile ilgili yayınları inceleyerek değerlendirebilme	
6	Sporcu beslenmesini temel ilke ve bilgilerini kavrayabilme. konu ile ilgili yayınları inceleyerek değerlendirebilme	
7	Çocuk, bayan ve yaşlı sporcuların fizyolojik farklılıklarını, antrenmanlanma özelliklerini tanıyabilme, konu ile ilgili yayınları inceleyerek değerlendirebilme	

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

Hafta / Week					
1	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
2	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
3	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
4	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
5	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary

6	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
7	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
8	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
9	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
10	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
11	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary

12	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
13	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
14	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
15	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
16	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary

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	1.00	1.00
Final Sınavı / Final Examination	1	1.00	1.00
Derse Katılım / Attending Lectures	14	3.00	42.00
Takım/Grup Çalışması / Team/Group Work	14	1.00	14.00
Bireysel Çalışma / Self Study	14	3.00	42.00
Ara Sınav İçin Bireysel Çalışma / Individual Study for Mid term Examination	1	20.00	20.00
Final Sınavı için Bireysel Çalışma / Individual Study for Final Examination	1	20.00	20.00
Toplam / Total:	46	49.00	140.00

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.Yükseklik fizyolojisi ve yükseklik antrenmanının özelliklerini öğrenebilme,konu ile ilgili yayınları inceleyerek değerlendirebilme /										
2.Hiperbarik ortamı ve sualtı fizyolojisini kavrayabilme, konu ile ilgili yayınları inceleyerek değerlendirebilme /										
3.Sürantreman kavramını, oluşum nedenlerini, önlenmesini tanımlayabilme, konu ile ilgili yayınları inceleyerek değerlendirebilme /										
4.Spor da çevresel faktörleri ve fizyolojik etkilerini anlayabilme, konu ile ilgili yayınları inceleyerek değerlendirebilme /										
5.Spor da kullanılan testlerin uygulama ve değerlendirmesini öğrenebilme, konu ile ilgili yayınları inceleyerek değerlendirebilme /										
6.Sporcu beslenmesini temel ilke ve bilgilerini kavrayabilme. konu ile ilgili yayınları inceleyerek değerlendirebilme /										
7.Çocuk, bayan ve yaşlı sporcuların fizyolojik farklılıklarını, antrenmanlanma özelliklerini tanıyabilme, konu ile ilgili yayınları inceleyerek değerlendirebilme /										

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