

GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

| | | |
|--|--|--|
| Ders Adı / Course Name | LECTURE ON SPECIALIZED FIELD I (ARTISTIC GYMNASTICS) / LECTURE ON SPECIALIZED FIELD I (ARTISTIC GYMNASTICS) | |
| Ders Kodu / Course Code | ACM0101 | |
| 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 | Turkish / Turkish | |
| Ön Koşulu Olan Ders(ler) / Precondition Courses | Yok | None |
| Amacı / Purpose | Bu dersin amacı; öğrencilerin artistik cimnastiğin içeriğini, hareket öğretimini, Bay ve bayanların fiziksel profil değerlendirmesini, Yaş grupları büyüme ve gelişme prensiplerini analiz ederek yorumlayabilmesi | The aim of this course; the contents of students' artistic gymnastic, movement education, Men's and women's physical profile assessment Age groups of the principles of growth and development analyze and interpret. |
| İçeriği / Content | Cimnastiğin tarihçesi,artistik cimnastiğin içeriği,artistik cimnastikte yardım ve emniyetin önemi, Artistik cimnastikte hareket öğretiminin özellikleri, Bay ve bayanların fiziksel profil değerlendirme ilkeleri, Yaş grupları büyüme ve gelişme prensipleri konularının öğrenimini kapsamaktadır. | History of gymnastics, content of the artistic gymnastics, The importance of the artistic gymnastics aid and safety, Artistic gymnastics movement characteristics of teaching, Mr. and women's physical profile assessment principles, Covers the principles of growth and development issues in the age groups studied. |
| Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations | Yok | None |
| Staj Durumu / Internship Status | Yok | None |
| Kitap / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading | <ul style="list-style-type: none"> •Istvan K./Ivan C,Floor exercises,2005 Slovenia •Istvan K./Ivan C,Pommel Horse exercises,Hungarian Gymnastics Federation •Istvan K./Ivan C,Rings,2002,USA •FIG Academy,MAG technical Lecture notes ,L1 •FIG Academy,WAG technical Lecture notes ,L1 •Claude P,Fondements de la gymnastique,1982 Paris •Karl K,Gymnastique A Lecole Primaire,1989 Paris •D.Sevimay ÖZER/K.Özer.Çocuklarda Motor Gelişim,1998 | <ul style="list-style-type: none"> •Istvan K./Ivan C,Floor exercises,2005 Slovenia •Istvan K./Ivan C,Pommel Horse exercises,Hungarian Gymnastics Federation •Istvan K./Ivan C,Rings,2002,USA •FIG Academy,MAG technical Lecture notes ,L1 •FIG Academy,WAG technical Lecture notes ,L1 •Claude P,Fondements de la gymnastique,1982 Paris •Karl K,Gymnastique A Lecole Primaire,1989 Paris •D.Sevimay ÖZER/K.Özer.Çocuklarda Motor Gelişim,1998 |
| Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members) | Dr. Mehmet İNCE | |

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

| | | |
|---|--|--|
| 1 | Artistik cimnastiğin içeriğini açıklar. | Explains the contents of artistic gymnastic. |
| 2 | Artistik cimnastikte yardım ve emniyetin önemini kavrar. | Understands the importance of aid and safety |
| 3 | Artistik cimnastikte hareket öğretiminin özelliklerini kavrar. | Understands the properties of the teaching act. |
| 4 | Bay ve bayanların fiziksel profil değerlendirme ilkelerini kavrar. | Comprehends the physical profile evaluation principles of men and women. |
| 5 | Yaş grupları büyüme ve gelişme prensiplerini irdeler. | Examines the principles of growth and development in varying age groups. |

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

| Hafta / Week | | | | | |
|--------------|--|----------|-----|--|---------------------------|
| | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
| 1 | Artistik cimnastik hakkında genel bilgi. Artistik cimnastikte hareket öğretiminde temel ilkeler. Artistik cimnastikte ısınma. | | | | |
| | General information about artistic gymnastics. Basic principles of movement teaching in artistic gymnastics. Warm-up in artistic gymnastics. | | | | |
| 2 | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
| | Yer aletinin içerik ve yapısı, seri sunumuna ilişkin bilgiler. Yer: taklaların teknik tanımı, öğretim basamaklaması ve yardım yöntemi. Artistik cimnastikte esneklik çalışmaları. | | | | |
| | Content and structure of ground equipment, information about routine presentation. FX: technical description of rolls, teaching element and help method. Flexibility exercises in artistic gymnastics. | | | | |
| 3 | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
| | Yer: Amut - çember hareketinin teknik tanımı, öğretim basamaklaması ve yardım yöntemi. Artistik cimnastikte temel kuvvet çalışmaları. | | | | |
| | FX: Technical description of the handstand - circle movement, teaching cascade and help method Basic strength exercises in artistic gymnastics. | | | | |
| 4 | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
| | Yer: öne-geri köprü hareketinin teknik tanımı, öğretim basamaklaması ve yardım yöntemi. Artistik cimnastikte sporcu seçimi | | | | |
| | FX: technical definition of the forward-backward walkovers elements , teaching element and help method. Athlete selection in artistic gymnastics | | | | |
| 5 | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
| | Yer: elle aşma- flik flak hareketinin teknik tanımı, öğretim basamaklaması ve yardım yöntemi. | | | | |
| | Yer: yaş grupları zorunlu seri uygulamaları. FX: technical description of handspring-flik flak movement, teaching element and help method. FX: age groups compulsory routine practice. | | | | |

| | 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 |
| | Yer: kartvil- salto hareketinin teknik tanımı, öğretim basamaklaması ve yardım yöntemi. Yer: yaş grupları zorunlu seri uygulamaları. | | | | |
| | FX: technical description of the cartwheel-somersault movement, teaching element and help method FX: age groups compulsory routine practice. | | | | |
| 7 | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
| | Atlama masasının içerik ve yapısı, seri sunumuna ilişkin bilgiler. Atlama: koşu tekniği ve sıçrama tahtasının kullanımı. İniş teknikleri- uçuş pozisyonları-vertikal atlama. Atlama: turna atlayışları teknik tanımı, öğretim basamaklaması ve yardım yöntemi. | | | | |
| | The content and structure of the vault table, information about the presentation of the series. VT: running technique and use of springboard. Landing techniques- flight positions-vertical jumping. VT: technical definition of basic vaults, teaching stepping and help method. | | | | |
| 8 | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
| | Ara sınav | | | | |
| | midterms | | | | |
| 9 | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
| | Atlama: elle aşma hareketinin teknik tanımı, öğretim basamaklaması ve yardım yöntemi. Atlama: yaş grupları zorunlu seri uygulamaları | | | | |
| | VT: technical definition of hand spring element, teaching step and help method. VT: age groups compulsory routine practice. | | | | |
| 10 | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
| | Atlama: kartvil hareketinin teknik tanımı, öğretim basamaklaması ve yardım yöntemi. Atlama: yaş grupları zorunlu seri uygulamaları | | | | |
| | VT: technical definition of round of element, teaching step and help method. VT: age groups compulsory routine practice. | | | | |

| | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|----|--|----------|-----|--|---------------------------|
| 11 | Atlama: yurtchenko hareketinin teknik tanımı, öğretim basamaklaması ve yardım yöntemi. Atlama: yaş grupları zorunlu seri uygulamaları | | | | |
| | Vt: technical definition of yurtchenko element, teaching step and help method. VT: age groups compulsory routine practice. | | | | |
| | | | | | |
| 12 | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
| | Artistik cimnastikte koreografi hazırlık faktörleri Denge: cesaret ve reflekse yönelik çalışmalar | | | | |
| | Choreography preparation factors in artistic gymnastics Balance: studies for courage and reflex | | | | |
| 13 | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
| | Artistik cimnastikte koreografi hazırlık faktörleri Denge: cesaret ve reflekse yönelik çalışmalar | | | | |
| | Choreography preparation factors in artistic gymnastics BB: studies for courage and reflex | | | | |
| 14 | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
| | Yer: yaş grupları zorunlu seri uygulamaları. Atlama: yaş grupları zorunlu seri uygulamaları | | | | |
| | FX: age groups compulsory routine practice. VT: age groups compulsory routine practice. | | | | |
| 15 | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
| | Yer: yaş grupları zorunlu seri uygulamaları. Atlama: yaş grupları zorunlu seri uygulamaları | | | | |
| | FX: age groups compulsory routine practice. VT: age groups compulsory routine practice. | | | | |
| 16 | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
| | Dönem sonu 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 | 6.00 | 6.00 |
| Final Sınavı / Final Examination | 1 | 10.00 | 10.00 |
| Derse Katılım / Attending Lectures | 14 | 2.00 | 28.00 |
| Bireysel Çalışma / Self Study | 14 | 2.00 | 28.00 |
| Ara Sınav İçin Bireysel Çalışma / Individual Study for Mid term Examination | 8 | 4.00 | 32.00 |
| Final Sınavı için Bireysel Çalışma / Individual Study for Final Examination | 8 | 4.00 | 32.00 |
| Toplam / Total: | 46 | 28.00 | 136.00 |

Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 30.00 (Saat/AKTS) = 136.00/30.00 = 4.53 ~ / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 30.00 (Hour / ECTS) = 136.00 / 30.00 = 4.53 ~

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.Artistik cimnastiğin içeriğini açıklar. / Explains the contents of artistic gymnastic. | 5 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 |
| 2.Artistik cimnastikte yardım ve emniyetin önemini kavrar. / Understands the importance of aid and safety | 5 | 2 | 2 | 5 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 4 | 1 |
| 3.Artistik cimnastikte hareket öğretiminin özelliklerini kavrar. / Understands the properties of the teaching act. | 5 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 |
| 4.Bay ve bayanların fiziksel profil değerlendirme ilkelerini kavrar. / Comprehends the physical profile evaluation principles of men and women. | 5 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 1 |
| 5.Yaş grupları büyüme ve gelişme prensiplerini irdeler. / Examines the principles of growth and development in varying age groups. | 5 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 1 |

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