

DERS ÖĞRETİM PLANI

TÜRKÇE		
1	Dersin Adı:	BEDEN EĞİTİMİ ve VÜCUT GELİŞTİRME
2	Dersin Kodu:	İAY203
3	Dersin Türü:	ZORUNLU
4	Dersin Seviyesi:	ÖNLİSANS
5	Dersin Verildiği Yıl:	2
6	Dersin Verildiği Yarıyıl:	3
7	Dersin AKTS Kredisi:	3
8	Teorik Ders Saati (saat/hafta):	1
9	Uygulama Ders Saati (saat/hafta) :	2
10	Laboratuvar Ders Saati (saat/hafta) :	0
11	Dersin Önkoşulu:	YOK
12	Dersin Dili:	TÜRKÇE
13	Dersin Veriliş Şekli:	YÜZ YÜZE
14	Dersin Koordinatörü:	
15	Dersi Veren Diğer Öğretim Elemanları:	
16	Ders Koordinatörünün İletişim Bilgileri:	
17	Dersin WEB adresi:	
18	Dersin Amacı:	Beden eğitimi ve sporun insan organizması üzerindeki etkileri, kondisyonel ve motorik özellikleri, kondisyon çalışmaları, sağlıklı beden ve sağlıklı yaşam yaklaşımları, yeterli ve dengeli beslenme, antrenmanların temel amacı ve görevleri, antrenmanlarda yüklenme ve dinlenme ilişkisi, antrenman teknikleri, yüzme ve yüzme teknikleri, suda can güvenliğini sağlama, denizde kişisel can kurtarma teknikleri, su içinde

		kazazedeyi kurtarma konularında bilgi ve yeterliliği sağlamak amaçlanmaktadır.	
19	Dersin Öğrenme Kazanımları:		1- Beden eğitimi ve sporun insan organizması üzerindeki etkilerini, kondisyonel ve motorik özelliklerini, kondisyon çalışmalarını, sağlıklı beden ve sağlıklı yaşam yaklaşımlarını bilir ve ifade eder
			2- Yeterli ve dengeli beslenme, antrenmanların temel amacı ve görevleri, antrenmanlarda yüklenme ve dinlenme ilişkisi, antrenman tekniklerini bilir ve ifade eder
			3- Yüzme ve yüzme tekniklerini, suda can güvenliğini sağlamayı, denizde kişisel can kurtarma tekniklerini, su içinde kazazedeyi kurtarma konularını bilir ve ifade eder.
20	Dersin İçeriği:		
	Hafta	DERS İÇERİKLERİ	
Ayrıntılı Ders İçeriği			
	1	Beden eğitimi ve sporun insan organizması üzerindeki etkileri	
	2	Beden eğitiminin kondisyonel ve motorik özellikleri	
	3	Kondisyon çalışmaları	Kondisyon çalışmaları
	4	Sağlıklı beden ve sağlıklı yaşam yaklaşımları	
	5	Yeterli ve dengeli beslenme	
	6	Antrenmanların temel amacı ve görevleri	
	7	Antrenmanlarda yüklenme ve dinlenme ilişkisi	
	8	Antrenman teknikleri	
	9	ARA SINAV	
	10	Yüzme ve yüzme teknikleri	
	11	Suda can güvenliğini sağlama	
	12	Denizde kişisel can kurtarma teknikleri	
	13	Su içinde kazazedeyi kurtarma	
14			

21	Ders Kitabı, Referanslar ve/veya Diğer Kaynaklar:	Oxford Acil Tıp El Kitabı, Megep Modülleri, İnternet kaynakları
22	Değerlendirme	
YARIYIL İÇİ ÇALIŞMALARI		SAYISI
KATKI YÜZDESİ		
Ara Sınav	1	40
Kısa Sınav	0	0
Ödev	0	0
Yıl Sonu Sınavı	1	60
Toplam	2	100
Yıl içi Çalışmalarının Başarıya Oranı		40
Finalin Başarıya Oranı		60
Toplam		100

23	AKTS / İŞ YÜKÜ TABLOSU		
Etkinlik	SAYISI	Süresi (Saat)	Toplam İş Yüğü (Saat)
Teorik Dersler	14	1	14
Uygulamalı Dersler	14	2	28
Sınıf Dışı Ders Çalışma Süresi (Ön çalışma, pekiştirme)	14	1	14
Ödevler	0	0	0
Projeler	0	0	0
Arazi Çalışmaları (Alanda çalışma)	0	0	0
Arasınavlar	1	10	12
Diğer	0	0	0
Yarıyıl Sonu Sınavı	1	10	12
Toplam İş Yüğü			90
Toplam İş Yüğü / 30 saat			80/30
Dersin AKTS Kredisi			3

24	PROGRAM YETERLİLİKLERİ İLE DERS ÖĞRETİM KAZANIMLARI İLİŞKİSİ TABLOSU												
	PY1	PY2	PY3	PY4	PY5	PY6	PY7	PY8	PY9	PY10	PY11	PY12	
ÖK1	2	4	3	3	2	3	3	1	4	3	3	3	
ÖK2	4	4	4	4	4	5	5	1	4	4	4	5	
ÖK3	2	3	4	3	3	4	4	2	4	4	4	3	
ÖK: Öğrenme kazanımlar PY: Program yeterlilikleri													
Katkı Düzeyi:	1 Çok Düşük			2 Düşük			3 Orta			4 Yüksek		5 Çok Yüksek	