



Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

| BES 511 ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ İLKELERİ | | | | | |
|--------------------------------------|---------|------------------------------|-----|-------|------|
| Yarıyıl | Kodu | Adı | T+U | Kredi | AKTS |
| 1 | BES 511 | ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ İLKELERİ | 0 | 3 | 7 |

Öğretim Türü:

Örgün Öğretim

Dersin Dili:

Türkçe

Dersin Düzeyi:

Yüksek Lisans

Dersin Staj Durumu:

Yok

Bölümü/Programı:

Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

Dersin Türü:

Seçmeli

Dersin Amacı:

Antrenörlük ve gelişimi hakkında bilgilendirme

Öğretim Yöntem ve Teknikleri:

Antrenman kavramı ve temel ilkeler, antrenör ve tanımı, antrenörün çalışma yöntemleri, antrenör tipleri, antrenör eğitimi, temel çalıştırıcı eğitimi programı, antrenör eğitiminin taslak kademeleri, eğitim kademeleri, Avrupa Birliğinde antrenör eğitiminin yapı taslağı ve örneği, diğer ülkelerde antrenör yetiştirme modelleri.

Ön Koşulları:**Dersin Koordinatörü:****Dersi Veren:****Dersin Yardımcıları:****Dersin Kaynakları****Kaynakları**

Sevim, Y.; Tuncel, F.; Erol, E.; Sunay, H; Antrenör Eğitimi ve İlkeleri, Gazi Kitabevi, Ankara, 2001
Antrenörlük ve gelişimini öğrenme

Ders Yapısı

| | | | |
|-----------------------------|------|------------------|------|
| Matematik ve Temel Bilimler | : | Eğitim Bilimleri | : |
| Mühendislik Bilimleri | : | Fen Bilimleri | : |
| Mühendislik Tasarımı | : | Sağlık Bilimleri | : 50 |
| Sosyal Bilimler | : 50 | Alan Bilgisi | : |

Dersin Öğrenme Çıktıları**Sıra No Açıklama**

Ö01 Antrenörlük ve gelişimini öğrenme

Programın Öğrenme Çıktıları**Sıra No Açıklama**

| | |
|-----|--|
| P05 | Uzmanlık alanına yönelik yapılan bilimsel çalışmalarını değerlendirir. |
| P06 | Beden sistemlerinin spor ve antrenmana verdiği yanıt hakkında ayrıntılı bilgi |
| P07 | Farklı engelli gruplarında spor uygulama ve geliştirme yetkinliği |
| P04 | Alanında edindiği uzmanlık düzeyindeki kuramsal ve uygulamalı bilgileri kullanarak antrenörlük mesleğinde karşılaşılabileceği bir sorunu, bağımsız olarak kurgulamak, çözüm yöntemi geliştirmek, çözmek, sonuçları değerlendirmek ve gerektiğinde uygulayabilmek |
| P03 | Kişiyi ve takımlara özel uyguladığı testlerin analizini yapar.çözümleyebilme becerisi |
| P01 | Antrenörlük lisans düzeyi yeterliklerine dayalı olarak, aynı veya farklı bir alanda bilgilerini uzmanlık düzeyinde geliştirmek, derinleştirmek ve alanı ile ilgili disiplinler arasındaki etkileşimin bilincine varmak |
| P02 | Kişiyi ve takımlara özel antrenman planlaması ve periyotlaması yapar. |

| Değerlendirme Ölçütleri | | |
|-------------------------|--------|-------------|
| Yarıyıl Çalışmaları | Sayısı | Katkı |
| Ara Sınav | 1 | %40 |
| Kısa Sınav | 0 | %0 |
| Ödev | 0 | %0 |
| Devam | 0 | %0 |
| Uygulama | 0 | %0 |
| Proje | 0 | %0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | %60 |
| Toplam | | %100 |

| AKTS Hesaplama İçeriği | | | |
|-------------------------|--------|--------|----------------------|
| Etkinlik | Sayısı | Süresi | Toplam İş Yükü Saati |
| Ders Süresi | 14 | 3 | 42 |
| Sınıf Dışı Ç. Süresi | 0 | 0 | 0 |
| Ödevler | 0 | 0 | 0 |
| Sunum/Seminer Hazırlama | 0 | 0 | 0 |
| Ara Sınavlar | 1 | 1 | 1 |
| Uygulama | 0 | 0 | 0 |
| Laboratuvar | 0 | 0 | 0 |
| Proje | 0 | 0 | 0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | 1 | 1 |
| Toplam İş Yükü | | | 44 |
| AKTS Kredisi | | | 1 |

| Dersin Öğrenme Çıktılarının Programın Öğrenme Çıktılarına Katkıları | |
|---|--|
| aab | |

| | |
|--|--|
| | |
| | |



Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

| BES 543 ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ İLKELERİ | | | | | |
|--------------------------------------|---------|------------------------------|-----|-------|------|
| Yarıyıl | Kodu | Adı | T+U | Kredi | AKTS |
| 1 | BES 543 | ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ İLKELERİ | 3 | 3 | 6 |

Öğretim Türü:

Örgün Öğretim

Dersin Dili:

Türkçe

Dersin Düzeyi:

Yüksek Lisans

Dersin Staj Durumu:

Yok

Bölümü/Programı:

Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

Dersin Türü:

Seçmeli

Dersin Amacı:

Antrenörlük ve gelişimi hakkında bilgilendirme

Öğretim Yöntem ve Teknikleri:

Antrenman kavramı ve temel ilkeler, antrenör ve tanımı, antrenörün çalışma yöntemleri, antrenör tipleri, antrenör eğitimi, temel çalıştırıcı eğitimi programı, antrenör eğitiminin taslak kademeleri, eğitim kademeleri, Avrupa Birliğinde antrenör eğitiminin yapı taslağı ve örneği, diğer ülkelerde antrenör yetiştirme modelleri.

Ön Koşulları:**Dersin Koordinatörü:****Dersi Veren:****Dersin Yardımcıları:****Dersin Kaynakları****Kaynakları**

Sevim, Y.; Tuncel, F.; Erol, E.; Sunay, H; Antrenör Eğitimi ve İlkeleri, Gazi Kitabevi, Ankara, 2001
Antrenörlük ve gelişimini öğrenme

Ders Yapısı

| | | | |
|-----------------------------|------|------------------|------|
| Matematik ve Temel Bilimler | : | Eğitim Bilimleri | : |
| Mühendislik Bilimleri | : | Fen Bilimleri | : |
| Mühendislik Tasarımı | : | Sağlık Bilimleri | : 50 |
| Sosyal Bilimler | : 50 | Alan Bilgisi | : |

Dersin Öğrenme Çıktıları**Sıra No Açıklama**

Ö01 Antrenörlük ve gelişimini öğrenme

Programın Öğrenme Çıktıları**Sıra No Açıklama**

| | |
|-----|--|
| P05 | Uzmanlık alanına yönelik yapılan bilimsel çalışmalarını değerlendirir. |
| P06 | Beden sistemlerinin spor ve antrenmana verdiği yanıt hakkında ayrıntılı bilgi |
| P07 | Farklı engelli gruplarında spor uygulama ve geliştirme yetkinliği |
| P04 | Alanında edindiği uzmanlık düzeyindeki kuramsal ve uygulamalı bilgileri kullanarak antrenörlük mesleğinde karşılaşılabileceği bir sorunu, bağımsız olarak kurgulamak, çözüm yöntemi geliştirmek, çözmek, sonuçları değerlendirmek ve gerektiğinde uygulayabilmek |
| P03 | Kişiyi ve takımlara özel uyguladığı testlerin analizini yapar.çözümleyebilme becerisi |
| P01 | Antrenörlük lisans düzeyi yeterliklerine dayalı olarak, aynı veya farklı bir alanda bilgilerini uzmanlık düzeyinde geliştirmek, derinleştirmek ve alanı ile ilgili disiplinler arasındaki etkileşimin bilincine varmak |
| P02 | Kişiyi ve takımlara özel antrenman planlaması ve periyotlaması yapar. |

| Değerlendirme Ölçütleri | | |
|-------------------------|--------|-------------|
| Yarıyıl Çalışmaları | Sayısı | Katkı |
| Ara Sınav | 1 | %40 |
| Kısa Sınav | 0 | %0 |
| Ödev | 0 | %0 |
| Devam | 0 | %0 |
| Uygulama | 0 | %0 |
| Proje | 0 | %0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | %60 |
| Toplam | | %100 |

| AKTS Hesaplama İçeriği | | | |
|-------------------------|--------|--------|----------------------|
| Etkinlik | Sayısı | Süresi | Toplam İş Yükü Saati |
| Ders Süresi | 14 | 3 | 42 |
| Sınıf Dışı Ç. Süresi | 0 | 0 | 0 |
| Ödevler | 0 | 0 | 0 |
| Sunum/Seminer Hazırlama | 0 | 0 | 0 |
| Ara Sınavlar | 1 | 1 | 1 |
| Uygulama | 0 | 0 | 0 |
| Laboratuvar | 0 | 0 | 0 |
| Proje | 0 | 0 | 0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | 1 | 1 |
| Toplam İş Yükü | | | 44 |
| AKTS Kredisi | | | 1 |

| Dersin Öğrenme Çıktılarının Programın Öğrenme Çıktılarına Katkıları | |
|---|--|
| aab | |

| | |
|--|--|
| | |
| | |



Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

| BES 505 BEDEN EĞİTİMİ VE SPORUN FİZYOLOJİK TEMELLERİ | | | | | |
|--|---------|--|-----|-------|------|
| Yarıyıl | Kodu | Adı | T+U | Kredi | AKTS |
| 1 | BES 505 | BEDEN EĞİTİMİ VE SPORUN FİZYOLOJİK TEMELLERİ | 0 | 3 | 7 |

Öğretim Türü:

Örgün Öğretim

Dersin Dili:

Türkçe

Dersin Düzeyi:

Yüksek Lisans

Dersin Staj Durumu:

Yok

Bölümü/Programı:

Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

Dersin Türü:

Seçmeli

Dersin Amacı:

Tüm vücudun fonksiyonel tepkisini, vücudun en küçük fonksiyonel birimlerinin işlevlerini ve sportif performansın incelenmesini amaçlar.

Öğretim Yöntem ve Teknikleri:

İskelet Sistemi ,Sindirim Sistemi , Boşaltım Sistemi ,Sinir Sistemi ,Kas Sistemi,Enerji Sistemi

Ön Koşulları:**Dersin Koordinatörü:****Dersi Veren:**

Doç.Dr. Murat Taş

Dersin Yardımcıları:**Dersin Kaynakları****Kaynakları**

ATASEVER, Mustafa. (2003). Spor ve Beslenme. Ankara: Milli Eğitim Bakanlığı Ders Kitabı Dizisi 888.
Fizyolojinin spordaki önemini fark eder.
Kas fizyolojisi hakkında bilgi edinir.
Egzersiz ve enerji sistemini ilişkilendirir.
Egzersiz fizyolojik sistemler üzerindeki etkisini yorumlar.

Ders Yapısı

| | | | |
|-----------------------------|---|------------------|---|
| Matematik ve Temel Bilimler | : | Eğitim Bilimleri | : |
| Mühendislik Bilimleri | : | Fen Bilimleri | : |
| Mühendislik Tasarımı | : | Sağlık Bilimleri | : |
| Sosyal Bilimler | : | Alan Bilgisi | : |

Dersin Öğrenme Çıktıları

| Sıra No | Açıklama |
|---------|--|
| Ö04 | Sindirim Sistemi , Boşaltım Sistemi ,Sinir Sistemi ,Kas Sistemi,Enerji Sistemi |

Programın Öğrenme Çıktıları

| Sıra No | Açıklama |
|---------|--|
| P05 | Uzmanlık alanına yönelik yapılan bilimsel çalışmalarını değerlendirir. |
| P06 | Beden sistemlerinin spor ve antrenmana verdiği yanıt hakkında ayrıntılı bilgi |
| P07 | Farklı engelli gruplarında spor uygulama ve geliştirme yetkinliği |
| P04 | Alanında edindiği uzmanlık düzeyindeki kuramsal ve uygulamalı bilgileri kullanarak antrenörlük mesleğinde karşılaşılabileceği bir sorunu, bağımsız olarak kurgulamak, çözüm yöntemi geliştirmek, çözmek, sonuçları değerlendirmek ve gerektiğinde uygulayabilmek |
| P03 | Kişiyi ve takımlara özel uyguladığı testlerin analizini yapar.çözümleyebilme becerisi |
| P01 | Antrenörlük lisans düzeyi yeterliklerine dayalı olarak, aynı veya farklı bir alanda bilgilerini uzmanlık düzeyinde geliştirmek, derinleştirmek ve alanı ile ilgili disiplinler arasındaki etkileşimin bilincine varmak |
| P02 | Kişiyi ve takımlara özel antrenman planlaması ve periyotlaması yapar. |

| Değerlendirme Ölçütleri | | |
|-------------------------|--------|-------------|
| Yarıyıl Çalışmaları | Sayısı | Katkı |
| Ara Sınav | 1 | %40 |
| Kısa Sınav | 0 | %0 |
| Ödev | 0 | %0 |
| Devam | 0 | %0 |
| Uygulama | 0 | %0 |
| Proje | 0 | %0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | %60 |
| Toplam | | %100 |

| AKTS Hesaplama İçeriği | | | |
|-------------------------|--------|--------|----------------------|
| Etkinlik | Sayısı | Süresi | Toplam İş Yükü Saati |
| Ders Süresi | 3 | 42 | 126 |
| Sınıf Dışı Ç. Süresi | 0 | 0 | 0 |
| Ödevler | 0 | 0 | 0 |
| Sunum/Seminer Hazırlama | 0 | 0 | 0 |
| Ara Sınavlar | 1 | 1 | 1 |
| Uygulama | 0 | 0 | 0 |
| Laboratuvar | 0 | 0 | 0 |
| Proje | 0 | 0 | 0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | 2 | 2 |
| Toplam İş Yükü | | | 129 |
| AKTS Kredisi | | | 4 |

| Dersin Öğrenme Çıktılarının Programın Öğrenme Çıktılarına Katkıları | |
|---|--|
| aab | |

| | |
|--|--|
| | |
| | |



Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

| BES 501 BİLİMSEL ARAŞTIRMA TEKNİKLERİ | | | | | |
|---------------------------------------|---------|-------------------------------|-----|-------|------|
| Yarıyıl | Kodu | Adı | T+U | Kredi | AKTS |
| 1 | BES 501 | BİLİMSEL ARAŞTIRMA TEKNİKLERİ | 0 | 3 | 6 |

Öğretim Türü:

Örgün Öğretim

Dersin Dili:

Türkçe

Dersin Düzeyi:

Yüksek Lisans

Dersin Staj Durumu:

Yok

Bölümü/Programı:

Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

Dersin Türü:

Seçmeli

Dersin Amacı:

Bilim ile ilgili kavramları, bilimsel araştırma süreci ve bu süreçte yürütülmesi gereken bilimsel faaliyetleri, bilimsel çalışmaların rapor, proje, tez ve makale haline getirilmesi yöntemlerini öğrencilere vermek

Öğretim Yöntem ve Teknikleri:

Bilimsel araştırma yönteminin evreleri, Bilimsel araştırmaların içerik bakımından değerlendirilmesi, Tez ve proje yazım teknikleri.

Ön Koşulları:**Dersin Koordinatörü:****Dersi Veren:****Dersin Yardımcıları:****Dersin Kaynakları****Kaynakları**

"How to Write and Publish a Scientific Paper" ROBERT A. DAY , TUBİTAK (1996)

Ders Yapısı

| | | | | |
|-----------------------------|---|------------------|---|----|
| Matematik ve Temel Bilimler | : | Eğitim Bilimleri | : | 30 |
| Mühendislik Bilimleri | : | Fen Bilimleri | : | |
| Mühendislik Tasarımı | : | Sağlık Bilimleri | : | 20 |
| Sosyal Bilimler | : | Alan Bilgisi | : | 20 |
| | : | | : | |

Programın Öğrenme Çıktıları

| Sıra No | Açıklama |
|---------|---|
| P05 | Uzmanlık alanına yönelik yapılan bilimsel çalışmalarını değerlendirir. |
| P06 | Beden sistemlerinin spor ve antrenmana verdiği yanıt hakkında ayrıntılı bilgi |
| P07 | Farklı engelli gruplarında spor uygulama ve geliştirme yetkinliği |
| P04 | Alanında edindiği uzmanlık düzeyindeki kuramsal ve uygulamalı bilgileri kullanarak anrenörlük mesleğinde karşılaşılabileceği bir sorunu, bağımsız olarak kurgulamak, çözüm yöntemi geliştirmek, çözmek, sonuçları değerlendirmek ve gerektiğinde uygulayabilmek |
| P03 | Kişiyi ve takımlara özel uyguladığı testlerin analizini yapar.çözümleyebilme becerisi |
| P01 | Antrenörlük lisans düzeyi yeterliklerine dayalı olarak, aynı veya farklı bir alanda bilgilerini uzmanlık düzeyinde geliştirmek, derinleştirmek ve alanı ile ilgili disiplinler arasındaki etkileşimin bilincine varmak |
| P02 | Kişiyi ve takımlara özel antrenman planlaması ve periyotlaması yapar. |

| Değerlendirme Ölçütleri | | |
|-------------------------|--------|-------------|
| Yarıyıl Çalışmaları | Sayısı | Katkı |
| Ara Sınav | 1 | %40 |
| Kısa Sınav | 0 | %0 |
| Ödev | 0 | %0 |
| Devam | 0 | %0 |
| Uygulama | 0 | %0 |
| Proje | 0 | %0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | %60 |
| Toplam | | %100 |

| AKTS Hesaplama İçeriği | | | |
|-------------------------|--------|--------|----------------------|
| Etkinlik | Sayısı | Süresi | Toplam İş Yükü Saati |
| Ders Süresi | 14 | 3 | 42 |
| Sınıf Dışı Ç. Süresi | 14 | 6 | 84 |
| Ödevler | 14 | 3 | 42 |
| Sunum/Seminer Hazırlama | 0 | 0 | 0 |
| Ara Sınavlar | 1 | 2 | 2 |
| Uygulama | 0 | 0 | 0 |
| Laboratuvar | 0 | 0 | 0 |
| Proje | 0 | 0 | 0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | 2 | 2 |
| Toplam İş Yükü | | | 172 |
| AKTS Kredisi | | | 6 |

| Dersin Öğrenme Çıktılarının Programın Öğrenme Çıktılarına Katkıları | |
|---|--|
| aab | |

| | |
|--|--|
| | |
| | |



Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

| BES 519 ÇOCUK KADIN VE YAŞLILARDA EGZERSİZ | | | | | |
|--|---------|------------------------------------|-----|-------|------|
| Yarıyıl | Kodu | Adı | T+U | Kredi | AKTS |
| 1 | BES 519 | ÇOCUK KADIN VE YAŞLILARDA EGZERSİZ | 0 | 3 | 7 |

Öğretim Türü:

Örgün Öğretim

Dersin Dili:

Türkçe

Dersin Düzeyi:

Yüksek Lisans

Dersin Staj Durumu:

Yok

Bölümü/Programı:

Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

Dersin Türü:

Seçmeli

Dersin Amacı:

Her yaşta insanın spor aktivitelerine katılmalarını teşvik ederek, sağlıklı nesillerin yetişmesini sağlamak, her yaşta bireyin istediği amatör spor branşında spor tesislerinin uygun olduğu zamanlarda spor yapmasına imkân sağlamak.

Öğretim Yöntem ve Teknikleri:

Çocuk,kadın ve yaşlıları spor alanında eğitecek uzman ve nitelikli teknik elemanların yetiştirilmesini sağlamak.

Ön Koşulları:

Dersin Koordinatörü:

Dersi Veren:

Doç.Dr. Murat Taş

Dersin Yardımcıları:

Dersin Kaynakları

Kaynakları

In Women in Sport and Physical Activity,2012 Physical fitness for children--Cross-cultural studies. ACSM'S resource manual for guidelines for exercise testing and prescription.(2001-2011) Sport for a Beter World: Report on the InternationalYear of Sport and Physical Education 2013. Araştırmaya ve bilgiye dayalı olmak, katılımcılık, güvenlik,mükemmellik, saygı, fair play (adil oyun) ruhu, erişilebilirlik, bütüncüllük,uygulanabilirlik,

Ders Yapısı

| | | | |
|-----------------------------|---|------------------|---|
| Matematik ve Temel Bilimler | : | Eğitim Bilimleri | : |
| Mühendislik Bilimleri | : | Fen Bilimleri | : |
| Mühendislik Tasarımı | : | Sağlık Bilimleri | : |
| Sosyal Bilimler | : | Alan Bilgisi | : |

Dersin Öğrenme Çıktıları

Sıra No Açıklama

Ö07 Katılımcılık,güvenlik,mükemmellik, saygı, fair play (adil oyun) ruhu,

Programın Öğrenme Çıktıları

Sıra No Açıklama

| | |
|-----|--|
| P05 | Uzmanlık alanına yönelik yapılan bilimsel çalışmalarını değerlendirir. |
| P06 | Beden sistemlerinin spor ve antrenmana verdiği yanıt hakkında ayrıntılı bilgi |
| P07 | Farklı engelli gruplarında spor uygulama ve geliştirme yetkinliği |
| P04 | Alanında edindiği uzmanlık düzeyindeki kuramsal ve uygulamalı bilgileri kullanarak antrenörlük mesleğinde karşılaşabileceği bir sorunu, bağımsız olarak kurgulamak, çözüm yöntemi geliştirmek, çözmek, sonuçları değerlendirmek ve gerektiğinde uygulayabilmek |
| P03 | Kişiyi ve takımlara özel uyguladığı testlerin analizini yapar.çözümleyebilme becerisi |
| P01 | Antrenörlük lisans düzeyi yeterliklerine dayalı olarak, aynı veya farklı bir alanda bilgilerini uzmanlık düzeyinde geliştirmek, derinleştirmek ve alanı ile ilgili disiplinler arasındaki etkileşimin bilincine varmak |
| P02 | Kişiyi ve takımlara özel antrenman planlaması ve periyotlaması yapar. |

| Değerlendirme Ölçütleri | | |
|-------------------------|--------|-------------|
| Yarıyıl Çalışmaları | Sayısı | Katkı |
| Ara Sınav | 1 | %40 |
| Kısa Sınav | 0 | %0 |
| Ödev | 0 | %0 |
| Devam | 0 | %0 |
| Uygulama | 0 | %0 |
| Proje | 0 | %0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | %60 |
| Toplam | | %100 |

| AKTS Hesaplama İçeriği | | | |
|-------------------------|--------|--------|----------------------|
| Etkinlik | Sayısı | Süresi | Toplam İş Yükü Saati |
| Ders Süresi | 3 | 42 | 126 |
| Sınıf Dışı Ç. Süresi | 0 | 0 | 0 |
| Ödevler | 0 | 0 | 0 |
| Sunum/Seminer Hazırlama | 0 | 0 | 0 |
| Ara Sınavlar | 1 | 1 | 1 |
| Uygulama | 0 | 0 | 0 |
| Laboratuvar | 0 | 0 | 0 |
| Proje | 0 | 0 | 0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | 2 | 2 |
| Toplam İş Yükü | | | 129 |
| AKTS Kredisi | | | 4 |

| Dersin Öğrenme Çıktılarının Programın Öğrenme Çıktılarına Katkıları | |
|---|--|
| aab | |

| | |
|--|--|
| | |
| | |



Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

| BES 507 EGZERSİZ VE ENDOKRİN SİSTEMİ | | | | | |
|--------------------------------------|---------|------------------------------|-----|-------|------|
| Yarıyıl | Kodu | Adı | T+U | Kredi | AKTS |
| 1 | BES 507 | EGZERSİZ VE ENDOKRİN SİSTEMİ | 0 | 3 | 7 |

Öğretim Türü:

Örgün Öğretim

Dersin Dili:

Türkçe

Dersin Düzeyi:

Yüksek Lisans

Dersin Staj Durumu:

Yok

Bölümü/Programı:

Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

Dersin Türü:

Seçmeli

Dersin Amacı:

Beden eğitimi ve sporun , egzersizin endokrinolojik temelleri il ilgili konuların kavranılması

Öğretim Yöntem ve Teknikleri:

Beden eğitimi ve sporun , egzersizin endokrinolojik temelleri ile ilgili konularının incelenmesi

Ön Koşulları:**Dersin Koordinatörü:****Dersi Veren:****Dersin Yardımcıları:****Dersin Kaynakları****Kaynakları**

Spor fizyolojisi ve performans ölçümü(Mehmet Günay ve ark.) Exercise endocrinology (K.T Borer) The physiological basic of physical education (fox)
Beden eğitimi ve sporun, egzersizin endokrinolojik temelleri il ilgili konuların kavranılması ve uygulamaya aktarımı

Ders Yapısı

| | | | |
|------------------------------------|------|-------------------------|------|
| Matematik ve Temel Bilimler | : | Eğitim Bilimleri | : |
| Mühendislik Bilimleri | : | Fen Bilimleri | : |
| Mühendislik Tasarımı | : | Sağlık Bilimleri | : 50 |
| Sosyal Bilimler | : 50 | Alan Bilgisi | : |

Dersin Öğrenme Çıktıları**Sıra No Açıklama**

Ö01 Beden eğitimi ve sporun, egzersizin endokrinolojik temelleri il ilgili konuların kavranılması ve uygulamaya aktarımı

Programın Öğrenme Çıktıları**Sıra No Açıklama**

| | |
|-----|---|
| P05 | Uzmanlık alanına yönelik yapılan bilimsel çalışmalarını değerlendirir. |
| P06 | Beden sistemlerinin spor ve antrenmana verdiği yanıt hakkında ayrıntılı bilgi |
| P07 | Farklı engelli gruplarında spor uygulama ve geliştirme yetkinliği |
| P04 | Alanında edindiği uzmanlık düzeyindeki kuramsal ve uygulamalı bilgileri kullanarak anrenörlük mesleğinde karşılaşabileceği bir sorunu, bağımsız olarak kurgulamak, çözüm yöntemi geliştirmek, çözmek, sonuçları değerlendirmek ve gerektiğinde uygulayabilmek |
| P03 | Kişiy ve takımlara özel uyguladığı testlerin analizini yapar.çözümleyebilme becerisi |
| P01 | Antrenörlük lisans düzeyi yeterliklerine dayalı olarak, aynı veya farklı bir alanda bilgilerini uzmanlık düzeyinde geliştirmek, derinleştirmek ve alanı ile ilgili disiplinler arasındaki etkileşimin bilincine varmak |
| P02 | Kişiy ve takımlara özel antrenman planlaması ve periyotlaması yapar. |

| Değerlendirme Ölçütleri | | |
|-------------------------|--------|-------------|
| Yarıyıl Çalışmaları | Sayısı | Katkı |
| Ara Sınav | 1 | %40 |
| Kısa Sınav | 0 | %0 |
| Ödev | 0 | %0 |
| Devam | 0 | %0 |
| Uygulama | 0 | %0 |
| Proje | 0 | %0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | %60 |
| Toplam | | %100 |

| AKTS Hesaplama İçeriği | | | |
|-------------------------|--------|--------|----------------------|
| Etkinlik | Sayısı | Süresi | Toplam İş Yükü Saati |
| Ders Süresi | 14 | 3 | 42 |
| Sınıf Dışı Ç. Süresi | 0 | 0 | 0 |
| Ödevler | 0 | 0 | 0 |
| Sunum/Seminer Hazırlama | 0 | 0 | 0 |
| Ara Sınavlar | 1 | 1 | 1 |
| Uygulama | 0 | 0 | 0 |
| Laboratuvar | 0 | 0 | 0 |
| Proje | 0 | 0 | 0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | 1 | 1 |
| Toplam İş Yükü | | | 44 |
| AKTS Kredisi | | | 1 |

| Dersin Öğrenme Çıktılarının Programın Öğrenme Çıktılarına Katkıları | |
|---|--|
| aab | |

| | |
|--|--|
| | |
| | |



Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

| GENEL ANTRENMAN BİLGİSİ | | | | | |
|-------------------------|---------|-------------------------|-----|-------|------|
| Yarıyıl | Kodu | Adı | T+U | Kredi | AKTS |
| 1 | BES 503 | GENEL ANTRENMAN BİLGİSİ | 3 | 7 | 0 |

Öğretim Türü:

Örgün Öğretim

Dersin Dili:

Türkçe

Dersin Düzeyi:

Yüksek Lisans

Dersin Staj Durumu:

Yok

Bölümü/Programı:

Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

Dersin Türü:

Seçmeli

Dersin Amacı:

Antrenman konusunun öğrencilere öğretilmesi.

Öğretim Yöntem ve Teknikleri:

Antrenman Biliminin Temel ilkeleri, Antrenman Kavramı, Temel Motorik Özelliklerin tanımı ve antrenmanı, antrenman planlaması, ilkeleri ve dinlenme. Kuvvet, dayanıklılık, sürat, hareketlilik ve koordinasyon. Sporda ısınma ve ilkeleri, sporda testler.

Ön Koşulları:**Dersin Koordinatörü:****Dersi Veren:****Dersin Yardımcıları:****Dersin Kaynakları**

Kaynakları Sevim, Y.; Antrenman Bilgisi, Nobel yayınevi, Ankara, 2002
Antrenman konusundaki bilgileri öğrenme

Ders Yapısı

| | | | |
|------------------------------------|------|-------------------------|------|
| Matematik ve Temel Bilimler | : | Eğitim Bilimleri | : |
| Mühendislik Bilimleri | : | Fen Bilimleri | : |
| Mühendislik Tasarımı | : | Sağlık Bilimleri | : 50 |
| Sosyal Bilimler | : 50 | Alan Bilgisi | : |

Dersin Öğrenme Çıktıları**Sıra No Açıklama**

Ö01 Antrenman konusundaki bilgileri öğrenme

Programın Öğrenme Çıktıları**Sıra No Açıklama**

| | |
|-----|--|
| P05 | Uzmanlık alanına yönelik yapılan bilimsel çalışmalarını değerlendirir. |
| P06 | Beden sistemlerinin spor ve antrenmana verdiği yanıt hakkında ayrıntılı bilgi |
| P07 | Farklı engelli gruplarında spor uygulama ve geliştirme yetkinliği |
| P04 | Alanında edindiği uzmanlık düzeyindeki kuramsal ve uygulamalı bilgileri kullanarak antrenörlük mesleğinde karşılaşılabileceği bir sorunu, bağımsız olarak kurgulamak, çözüm yöntemi geliştirmek, çözmek, sonuçları değerlendirmek ve gerektiğinde uygulayabilmek |
| P03 | Kişiyi ve takımlara özel uyguladığı testlerin analizini yapar.çözümleyebilme becerisi |
| P01 | Antrenörlük lisans düzeyi yeterliklerine dayalı olarak, aynı veya farklı bir alanda bilgilerinizi uzmanlık düzeyinde geliştirmek, derinleştirmek ve alanı ile ilgili disiplinler arasındaki etkileşimin bilincine varmak |
| P02 | Kişiyi ve takımlara özel antrenman planlaması ve periyotlaması yapar. |

| Değerlendirme Ölçütleri | | |
|-------------------------|--------|-------------|
| Yarıyıl Çalışmaları | Sayısı | Katkı |
| Ara Sınav | 1 | %40 |
| Kısa Sınav | 0 | %0 |
| Ödev | 0 | %0 |
| Devam | 0 | %0 |
| Uygulama | 0 | %0 |
| Proje | 0 | %0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | %60 |
| Toplam | | %100 |

| AKTS Hesaplama İçeriği | | | |
|-------------------------|--------|--------|----------------------|
| Etkinlik | Sayısı | Süresi | Toplam İş Yükü Saati |
| Ders Süresi | 14 | 3 | 42 |
| Sınıf Dışı Ç. Süresi | 0 | 0 | 0 |
| Ödevler | 0 | 0 | 0 |
| Sunum/Seminer Hazırlama | 0 | 0 | 0 |
| Ara Sınavlar | 1 | 1 | 1 |
| Uygulama | 0 | 0 | 0 |
| Laboratuvar | 0 | 0 | 0 |
| Proje | 0 | 0 | 0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | 1 | 1 |
| Toplam İş Yükü | | | 44 |
| AKTS Kredisi | | | 1 |

| Dersin Öğrenme Çıktılarının Programın Öğrenme Çıktılarına Katkıları | |
|---|--|
| aab | |

| | |
|--|--|
| | |
| | |



Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

| BES 545 KONDİSYON VE ANTREMAN METOTLARI | | | | | |
|---|---------|---------------------------------|-----|-------|------|
| Yarıyıl | Kodu | Adı | T+U | Kredi | AKTS |
| 1 | BES 545 | KONDİSYON VE ANTREMAN METOTLARI | 3 | 3 | 6 |

Öğretim Türü:

Örgün Öğretim

Dersin Dili:

Türkçe

Dersin Düzeyi:

Yüksek Lisans

Dersin Staj Durumu:

Yok

Bölümü/Programı:

Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

Dersin Türü:

Seçmeli

Dersin Amacı:

Yetenekli sporcuların tespit edilmesi ve spora yönlendirilmesi

Öğretim Yöntem ve Teknikleri:

Yetenek ve yetkinlik kavramının tanımı, yetenek seçimi ve araştırmasına yönelik ön şartlar, bireysel ve takım sporlarında yetenek seçimi ilkeleri, uygulama örnekleri, bilimsel ve uygulama alanındaki deneyim birikimleri, yetenek seçimi için çağdaş model örneklerin değişik örneklemeleri.

Ön Koşulları:**Dersin Koordinatörü:****Dersi Veren:****Dersin Yardımcıları:****Dersin Kaynakları****Kaynakları**

- Sporda Yetenek Arama Seçme ve Yönlendirme; K.Karl,Çeviri: Hale HARPUTLUOĞLU, Bağırçan Yayınevi,2001.
- Antrenman Bilgisi;Y.SEVİM,Tutibay ,1997.

Ders Yapısı

| | | | |
|-----------------------------|---|------------------|------|
| Matematik ve Temel Bilimler | : | Eğitim Bilimleri | : |
| Mühendislik Bilimleri | : | Fen Bilimleri | : |
| Mühendislik Tasarımı | : | Sağlık Bilimleri | : 50 |
| Sosyal Bilimler | : | Alan Bilgisi | : 50 |

Programın Öğrenme Çıktıları

| Sıra No | Açıklama |
|---------|--|
| P05 | Uzmanlık alanına yönelik yapılan bilimsel çalışmalarını değerlendirir. |
| P06 | Beden sistemlerinin spor ve antrenmana verdiği yanıt hakkında ayrıntılı bilgi |
| P07 | Farklı engelli gruplarında spor uygulama ve geliştirme yetkinliği |
| P04 | Alanında edindiği uzmanlık düzeyindeki kuramsal ve uygulamalı bilgileri kullanarak antrenörlük mesleğinde karşılaşılabileceği bir sorunu, bağımsız olarak kurgulamak, çözüm yöntemi geliştirmek, çözmek, sonuçları değerlendirmek ve gerektiğinde uygulayabilmek |
| P03 | Kişiyeye ve takımlara özel uyguladığı testlerin analizini yapar.çözümleyebilme becerisi |
| P01 | Antrenörlük lisans düzeyi yeterliklerine dayalı olarak, aynı veya farklı bir alanda bilgilerini uzmanlık düzeyinde geliştirmek, derinleştirmek ve alanı ile ilgili disiplinler arasındaki etkileşimin bilincine varmak |
| P02 | Kişiyeye ve takımlara özel antrenman planlaması ve periyotlaması yapar. |

| Değerlendirme Ölçütleri | | |
|-------------------------|--------|-----------|
| Yarıyıl Çalışmaları | Sayısı | Katkı |
| Ara Sınav | 0 | %0 |
| Kısa Sınav | 0 | %0 |
| Ödev | 0 | %0 |
| Devam | 0 | %0 |
| Uygulama | 0 | %0 |
| Proje | 0 | %0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 0 | %0 |
| Toplam | | %0 |

| AKTS Hesaplama İçeriği | | | |
|-------------------------|--------|--------|----------------------|
| Etkinlik | Sayısı | Süresi | Toplam İş Yükü Saati |
| Ders Süresi | 14 | 3 | 42 |
| Sınıf Dışı Ç. Süresi | 0 | 0 | 0 |
| Ödevler | 0 | 0 | 0 |
| Sunum/Seminer Hazırlama | 0 | 0 | 0 |
| Ara Sınavlar | 1 | 1 | 1 |
| Uygulama | 0 | 0 | 0 |
| Laboratuvar | 0 | 0 | 0 |
| Proje | 0 | 0 | 0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | 1 | 1 |
| Toplam İş Yükü | | | 44 |
| AKTS Kredisi | | | 1 |

| Dersin Öğrenme Çıktılarının Programın Öğrenme Çıktılarına Katkıları | |
|---|--|
| aab | |

| | |
|--|--|
| | |
| | |



Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

| BES 517 KONDİSYON VE ANTRENMAN METOTLARI | | | | | |
|--|---------|----------------------------------|-----|-------|------|
| Yarıyıl | Kodu | Adı | T+U | Kredi | AKTS |
| 1 | BES 517 | KONDİSYON VE ANTRENMAN METOTLARI | 0 | 3 | 7 |

Öğretim Türü:

Örgün Öğretim

Dersin Dili:

Türkçe

Dersin Düzeyi:

Yüksek Lisans

Dersin Staj Durumu:

Yok

Bölümü/Programı:

Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

Dersin Türü:

Seçmeli

Dersin Amacı:

Fiziksel uygunluk, geliştirilmesi ve korunması ile ilgili bazı bilgilerin ve temel antrenman metotlarının öğretilmesi

Öğretim Yöntem ve Teknikleri:

Fiziksel uygunluğun tanımı, önemi, fiziksel uygunlukla ilgili kavramlar, fiziksel uygunluğun geliştirilmesi ve korunması için temel antrenman metotlarının tanıtımı ve uygulanması

Ön Koşulları:**Dersin Koordinatörü:****Dersi Veren:****Dersin Yardımcıları:****Dersin Kaynakları****Kaynakları**

K. Özer : Fiziksel Uygunluk, Nobel Yayınevi, Ankara, 2001

Ders Yapısı

| | |
|--------------------------------------|------------------------------|
| Matematik ve Temel Bilimler : | Eğitim Bilimleri : |
| Mühendislik Bilimleri : | Fen Bilimleri : |
| Mühendislik Tasarımı : | Sağlık Bilimleri : 50 |
| Sosyal Bilimler : | Alan Bilgisi : 50 |

Programın Öğrenme Çıktıları

| Sıra No | Açıklama |
|---------|---|
| P05 | Uzmanlık alanına yönelik yapılan bilimsel çalışmaları değerlendirir. |
| P06 | Beden sistemlerinin spor ve antrenmana verdiği yanıt hakkında ayrıntılı bilgi |
| P07 | Farklı engelli gruplarında spor uygulama ve geliştirme yetkinliği |
| P04 | Alanında edindiği uzmanlık düzeyindeki kuramsal ve uygulamalı bilgileri kullanarak anrenörlük mesleğinde karşılaşabileceği bir sorunu, bağımsız olarak kurgulamak, çözüm yöntemi geliştirmek, çözmek, sonuçları değerlendirmek ve gerektiğinde uygulayabilmek |
| P03 | Kişiyeye ve takımlara özel uyguladığı testlerin analizini yapar.çözümleyebilme becerisi |
| P01 | Antrenörlük lisans düzeyi yeterliklerine dayalı olarak, aynı veya farklı bir alanda bilgilerini uzmanlık düzeyinde geliştirmek, derinleştirmek ve alanı ile ilgili disiplinler arasındaki etkileşimin bilincine varmak |
| P02 | Kişiyeye ve takımlara özel antrenman planlaması ve periyotlaması yapar. |

| Değerlendirme Ölçütleri | | |
|-------------------------|--------|-----------|
| Yarıyıl Çalışmaları | Sayısı | Katkı |
| Ara Sınav | 0 | %0 |
| Kısa Sınav | 0 | %0 |
| Ödev | 0 | %0 |
| Devam | 0 | %0 |
| Uygulama | 0 | %0 |
| Proje | 0 | %0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 0 | %0 |
| Toplam | | %0 |

| AKTS Hesaplama İçeriği | | | |
|-------------------------|--------|--------|----------------------|
| Etkinlik | Sayısı | Süresi | Toplam İş Yükü Saati |
| Ders Süresi | 14 | 3 | 42 |
| Sınıf Dışı Ç. Süresi | 0 | 0 | 0 |
| Ödevler | 0 | 0 | 0 |
| Sunum/Seminer Hazırlama | 0 | 0 | 0 |
| Ara Sınavlar | 1 | 1 | 1 |
| Uygulama | 0 | 0 | 0 |
| Laboratuvar | 0 | 0 | 0 |
| Proje | 0 | 0 | 0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | 1 | 1 |
| Toplam İş Yükü | | | 44 |
| AKTS Kredisi | | | 1 |

| Dersin Öğrenme Çıktılarının Programın Öğrenme Çıktılarına Katkıları | |
|---|--|
| aab | |

| | |
|--|--|
| | |
| | |



Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

| BES 539 SPOR ANATOMİSİ | | | | | |
|------------------------|---------|----------------|-----|-------|------|
| Yarıyıl | Kodu | Adı | T+U | Kredi | AKTS |
| 1 | BES 539 | SPOR ANATOMİSİ | 3 | 3 | 6 |

Öğretim Türü:

Örgün Öğretim

Dersin Dili:

Türkçe

Dersin Düzeyi:

Yüksek Lisans

Dersin Staj Durumu:

Yok

Bölümü/Programı:

Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

Dersin Türü:

Seçmeli

Dersin Amacı:

İnsan Anatomisi , kas ve hareket sistemi faaliyetleri, bu alandaki özel ve detaylı bilgilerin verilmesi ve ulaşılabilir metotlarının öğretilmesi

Öğretim Yöntem ve Teknikleri:

Fiziksel yapı ve sınıflandırılması İnsan vücuduna giriş, Sistemler, Dokular, Destek Doku (Bağı doku, yağ Doku, Kıkırdak Doku , kemik Doku ,),

Ön Koşulları:**Dersin Koordinatörü:****Dersi Veren:****Dersin Yardımcıları:****Dersin Kaynakları****Kaynakları**

- Philip J.Rusch , Roger K.Burke, Kinesiology and Applied Anatomy, Lea & Febiger, 1989. - Thompson, C. W. & Floyd, R. T. Manual of Structural Kinesiology, 15th ed. WCB/McGraw-Hill, 2004.
Kas ve hareket sistemi faaliyetleri, İnsan Anatomisi

Ders Yapısı

| | | | |
|------------------------------------|------|-------------------------|------|
| Matematik ve Temel Bilimler | : | Eğitim Bilimleri | : |
| Mühendislik Bilimleri | : | Fen Bilimleri | : |
| Mühendislik Tasarımı | : | Sağlık Bilimleri | : 50 |
| Sosyal Bilimler | : 50 | Alan Bilgisi | : |

Dersin Öğrenme Çıktıları**Sıra No Açıklama**

Ö01 İnsan Anatomisi ve Kinesiyoloji de öğrendiği özel ve detaylı bilgileri Beden eğitimi ve Sporda uygulamasını yapabilme,

Programın Öğrenme Çıktıları**Sıra No Açıklama**

P05 Uzmanlık alanına yönelik yapılan bilimsel çalışmalarını değerlendirir.

P06 Beden sistemlerinin spor ve antrenmana verdiği yanıt hakkında ayrıntılı bilgi

P07 Farklı engelli gruplarında spor uygulama ve geliştirme yetkinliği

P04 Alanında edindiği uzmanlık düzeyindeki kuramsal ve uygulamalı bilgileri kullanarak anenörülük mesleğinde karşılaşabileceği bir sorunu, bağımsız olarak kurgulamak, çözüm yöntemi geliştirmek, çözmek, sonuçları değerlendirmek ve gerektiğinde uygulayabilmek

P03 Kişiyi ve takımlara özel uyguladığı testlerin analizini yapar.çözümleyebilme becerisi

P01 Antrenörülük lisans düzeyi yeterliklerine dayalı olarak, aynı veya farklı bir alanda bilgilerini uzmanlık düzeyinde geliştirmek, derinleştirmek ve alanı ile ilgili disiplinler arasındaki etkileşimin bilincine varmak

P02 Kişiyi ve takımlara özel antrenman planlaması ve periyotlaması yapar.

| Değerlendirme Ölçütleri | | |
|-------------------------|--------|-------------|
| Yarıyıl Çalışmaları | Sayısı | Katkı |
| Ara Sınav | 1 | %40 |
| Kısa Sınav | 0 | %0 |
| Ödev | 0 | %0 |
| Devam | 0 | %0 |
| Uygulama | 0 | %0 |
| Proje | 0 | %0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | %60 |
| Toplam | | %100 |

| AKTS Hesaplama İçeriği | | | |
|-------------------------|--------|--------|----------------------|
| Etkinlik | Sayısı | Süresi | Toplam İş Yükü Saati |
| Ders Süresi | 14 | 3 | 42 |
| Sınıf Dışı Ç. Süresi | 0 | 0 | 0 |
| Ödevler | 0 | 0 | 0 |
| Sunum/Seminer Hazırlama | 0 | 0 | 0 |
| Ara Sınavlar | 1 | 1 | 1 |
| Uygulama | 0 | 0 | 0 |
| Laboratuvar | 0 | 0 | 0 |
| Proje | 0 | 0 | 0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | 1 | 1 |
| Toplam İş Yükü | | | 44 |
| AKTS Kredisi | | | 1 |

| Dersin Öğrenme Çıktılarının Programın Öğrenme Çıktılarına Katkıları | |
|---|--|
| aab | |

| | |
|--|--|
| | |
| | |



Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

| SBE 501 UZMANLIK ALAN DERSİ | | | | | |
|-----------------------------|---------|---------------------|-----|-------|------|
| Yarıyıl | Kodu | Adı | T+U | Kredi | AKTS |
| 1 | SBE 501 | UZMANLIK ALAN DERSİ | 0 | 0 | 6 |

Öğretim Türü:

Örgün Öğretim

Dersin Dili:

Türkçe

Dersin Düzeyi:

Yüksek Lisans

Dersin Staj Durumu:

Yok

Bölümü/Programı:

Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

Dersin Türü:

Zorunlu

Dersin Amacı:

Öğrencilere uzmanı olduğum alanlar da bilgi ve birikimlerimi aktararak daha elit ve bilgili öğretici olmalarını sağlamak.

Öğretim Yöntem ve Teknikleri:

Almış oldukları derslerle ilgili soru ve görüşlerine yönlendirmeler yapmak.

Ön Koşulları:**Dersin Koordinatörü:****Dersi Veren:**

Doç.Dr. Murat Taş

Dersin Yardımcıları:**Dersin Kaynakları****Kaynakları**

Dersler de sonuca ulaşamadıkları alanlarda yardımcı olmak.

Ders Yapısı

| | | | |
|------------------------------------|---|-------------------------|---|
| Matematik ve Temel Bilimler | : | Eğitim Bilimleri | : |
| Mühendislik Bilimleri | : | Fen Bilimleri | : |
| Mühendislik Tasarımı | : | Sağlık Bilimleri | : |
| Sosyal Bilimler | : | Alan Bilgisi | : |

Programın Öğrenme Çıktıları

| Sıra No | Açıklama |
|---------|---|
| P05 | Uzmanlık alanına yönelik yapılan bilimsel çalışmaları değerlendirir. |
| P06 | Beden sistemlerinin spor ve antrenmana verdiği yanıt hakkında ayrıntılı bilgi |
| P07 | Farklı engelli gruplarında spor uygulama ve geliştirme yetkinliği |
| P04 | Alanında edindiği uzmanlık düzeyindeki kuramsal ve uygulamalı bilgileri kullanarak anrenörlük mesleğinde karşılaşabileceği bir sorunu, bağımsız olarak kurgulamak, çözüm yöntemi geliştirmek, çözmek, sonuçları değerlendirmek ve gerektiğinde uygulayabilmek |
| P03 | Kişiy ve takımlara özel uyguladığı testlerin analizini yapar.çözümleyebilme becerisi |
| P01 | Antrenörlük lisans düzeyi yeterliklerine dayalı olarak, aynı veya farklı bir alanda bilgilerini uzmanlık düzeyinde geliştirmek, derinleştirmek ve alanı ile ilgili disiplinler arasındaki etkileşimin bilincine varmak |
| P02 | Kişiy ve takımlara özel antrenman planlaması ve periyotlaması yapar. |

| Değerlendirme Ölçütleri | | |
|-------------------------|--------|-----------|
| Yarıyıl Çalışmaları | Sayısı | Katkı |
| Ara Sınav | 0 | %0 |
| Kısa Sınav | 0 | %0 |
| Ödev | 0 | %0 |
| Devam | 0 | %0 |
| Uygulama | 0 | %0 |
| Proje | 0 | %0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 0 | %0 |
| Toplam | | %0 |

| AKTS Hesaplama İçeriği | | | |
|-------------------------|--------|--------|----------------------|
| Etkinlik | Sayısı | Süresi | Toplam İş Yükü Saati |
| Ders Süresi | 0 | 0 | 0 |
| Sınıf Dışı Ç. Süresi | 0 | 0 | 0 |
| Ödevler | 0 | 0 | 0 |
| Sunum/Seminer Hazırlama | 0 | 0 | 0 |
| Ara Sınavlar | 0 | 0 | 0 |
| Uygulama | 0 | 0 | 0 |
| Laboratuvar | 0 | 0 | 0 |
| Proje | 0 | 0 | 0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 0 | 0 | 0 |
| Toplam İş Yükü | | | 0 |
| AKTS Kredisi | | | 0 |

| Dersin Öğrenme Çıktılarının Programın Öğrenme Çıktılarına Katkıları | |
|---|--|
| aab | |

| | |
|--|--|
| | |
| | |



Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

| BES 506 BEDEN EĞİTİMİ VE SPORDA YETENEK SEÇİMİ | | | | | |
|--|---------|--|-----|-------|------|
| Yarıyıl | Kodu | Adı | T+U | Kredi | AKTS |
| 2 | BES 506 | BEDEN EĞİTİMİ VE SPORDA YETENEK SEÇİMİ | 3 | 3 | 6 |

Öğretim Türü:

Örgün Öğretim

Dersin Dili:

Türkçe

Dersin Düzeyi:

Yüksek Lisans

Dersin Staj Durumu:

Yok

Bölümü/Programı:

Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

Dersin Türü:

Seçmeli

Dersin Amacı:

Yetenekli sporcuların tespit edilmesi ve spora yönlendirilmesi

Öğretim Yöntem ve Teknikleri:

Yetenek ve yetkinlik kavramının tanımı, yetenek seçimi ve araştırmasına yönelik ön şartlar, bireysel ve takım sporlarında yetenek seçimi ilkeleri, uygulama örnekleri, bilimsel ve uygulama alanındaki deneyim birikimleri, yetenek seçimi için çağdaş model örneklerin değişik örneklemeleri.

Ön Koşulları:**Dersin Koordinatörü:****Dersi Veren:****Dersin Yardımcıları:****Dersin Kaynakları****Kaynakları**

-Sporda Yetenek Arama Seçme ve Yönlendirme; K.Karl,Çeviri: Hale HARPUTLUOĞLU, Bağırhan Yayımevi,2001. -Antrenman Bilgisi;Y.SEVİM,Tutibay ,1997.
Yetenek seçimi kavramına temel yaklaşımlar.

Ders Yapısı

| | | | |
|-----------------------------|------|------------------|------|
| Matematik ve Temel Bilimler | : | Eğitim Bilimleri | : |
| Mühendislik Bilimleri | : | Fen Bilimleri | : |
| Mühendislik Tasarımı | : | Sağlık Bilimleri | : 50 |
| Sosyal Bilimler | : 50 | Alan Bilgisi | : |

Dersin Öğrenme Çıktıları

| Sıra No | Açıklama |
|---------|---|
| Ö01 | Yetenek seçimi kavramına temel yaklaşımlar. |

Programın Öğrenme Çıktıları

| Sıra No | Açıklama |
|---------|--|
| P05 | Uzmanlık alanına yönelik yapılan bilimsel çalışmalarını değerlendirir. |
| P06 | Beden sistemlerinin spor ve antrenmana verdiği yanıt hakkında ayrıntılı bilgi |
| P07 | Farklı engelli gruplarında spor uygulama ve geliştirme yetkinliği |
| P04 | Alanında edindiği uzmanlık düzeyindeki kuramsal ve uygulamalı bilgileri kullanarak antrenörlük mesleğinde karşılaşılabileceği bir sorunu, bağımsız olarak kurgulamak, çözüm yöntemi geliştirmek, çözmek, sonuçları değerlendirmek ve gerektiğinde uygulayabilmek |
| P03 | Kişiyi ve takımlara özel uyguladığı testlerin analizini yapar.çözümleyebilme becerisi |
| P01 | Antrenörlük lisans düzeyi yeterliklerine dayalı olarak, aynı veya farklı bir alanda bilgilerini uzmanlık düzeyinde geliştirmek, derinleştirmek ve alanı ile ilgili disiplinler arasındaki etkileşimin bilincine varmak |
| P02 | Kişiyi ve takımlara özel antrenman planlaması ve periyotlaması yapar. |

| Değerlendirme Ölçütleri | | |
|-------------------------|--------|-------------|
| Yarıyıl Çalışmaları | Sayısı | Katkı |
| Ara Sınav | 1 | %40 |
| Kısa Sınav | 0 | %0 |
| Ödev | 0 | %0 |
| Devam | 0 | %0 |
| Uygulama | 0 | %0 |
| Proje | 0 | %0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | %60 |
| Toplam | | %100 |

| AKTS Hesaplama İçeriği | | | |
|-------------------------|--------|--------|----------------------|
| Etkinlik | Sayısı | Süresi | Toplam İş Yükü Saati |
| Ders Süresi | 14 | 3 | 42 |
| Sınıf Dışı Ç. Süresi | 0 | 0 | 0 |
| Ödevler | 0 | 0 | 0 |
| Sunum/Seminer Hazırlama | 0 | 0 | 0 |
| Ara Sınavlar | 1 | 1 | 1 |
| Uygulama | 0 | 0 | 0 |
| Laboratuvar | 0 | 0 | 0 |
| Proje | 0 | 0 | 0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | 1 | 1 |
| Toplam İş Yükü | | | 44 |
| AKTS Kredisi | | | 1 |

| Dersin Öğrenme Çıktılarının Programın Öğrenme Çıktılarına Katkıları | |
|---|--|
| aab | |

| | |
|--|--|
| | |
| | |



Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

| BES 512 FİZİKSEL PERFORMANS TESTLERİ | | | | | |
|--------------------------------------|---------|------------------------------|-----|-------|------|
| Yarıyıl | Kodu | Adı | T+U | Kredi | AKTS |
| 2 | BES 512 | FİZİKSEL PERFORMANS TESTLERİ | 0 | 3 | 6 |

Öğretim Türü:

Örgün Öğretim

Dersin Dili:

Türkçe

Dersin Düzeyi:

Yüksek Lisans

Dersin Staj Durumu:

Yok

Bölümü/Programı:

Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

Dersin Türü:

Seçmeli

Dersin Amacı:

Kas-iskelet sisteminin teorik olarak öğretilmesi ve laboratuvar da klinik çalışmalara zemin hazırlayacak pratik eğitimin verilmesi.

Öğretim Yöntem ve Teknikleri:

Kas- iskelet sistemi anatomisi

Ön Koşulları:**Dersin Koordinatörü:****Dersi Veren:**

Doç.Dr. Murat Taş

Dersin Yardımcıları:**Dersin Kaynakları****Kaynakları**

Tamer K, Sporda Fiziksel-Fizyolojik Performansın Ölçülmesi ve Değerlendirilmesi. 2. Baskı. Bağırçan Yayınevi, Ankara 2000;115-156.
İnsan vücudunu oluşturan tüm doku tipleri olan; bağ doku, epitel, kıkırdak,kemik, kan, kas ve sinir dokular ile ilgili teorik bilgiler ve laboratuvar uygulamaları dersin kapsamındadır.

Ders Yapısı

| | | | |
|------------------------------------|---|-------------------------|---|
| Matematik ve Temel Bilimler | : | Eğitim Bilimleri | : |
| Mühendislik Bilimleri | : | Fen Bilimleri | : |
| Mühendislik Tasarımı | : | Sağlık Bilimleri | : |
| Sosyal Bilimler | : | Alan Bilgisi | : |

Dersin Öğrenme Çıktıları

| Sıra No | Açıklama |
|---------|---|
| Ö06 | İnsan vücudunu oluşturan tüm doku tipleri olan; bağ doku, epitel, kıkırdak,kemik, kan, kas ve sinir dokular |

Programın Öğrenme Çıktıları

| Sıra No | Açıklama |
|---------|---|
| P05 | Uzmanlık alanına yönelik yapılan bilimsel çalışmaları değerlendirir. |
| P06 | Beden sistemlerinin spor ve antrenmana verdiği yanıt hakkında ayrıntılı bilgi |
| P07 | Farklı engelli gruplarında spor uygulama ve geliştirme yetkinliği |
| P04 | Alanında edindiği uzmanlık düzeyindeki kuramsal ve uygulamalı bilgileri kullanarak anrenörlük mesleğinde karşılaşabileceği bir sorunu, bağımsız olarak kurgulamak, çözüm yöntemi geliştirmek, çözmek, sonuçları değerlendirmek ve gerektiğinde uygulayabilmek |
| P03 | Kişiy ve takımlara özel uyguladığı testlerin analizini yapar.çözümleyebilme becerisi |
| P01 | Antrenörlük lisans düzeyi yeterliklerine dayalı olarak, aynı veya farklı bir alanda bilgilerini uzmanlık düzeyinde geliştirmek, derinleştirmek ve alanı ile ilgili disiplinler arasındaki etkileşimin bilincine varmak |
| P02 | Kişiy ve takımlara özel antrenman planlaması ve periyotlaması yapar. |

| Değerlendirme Ölçütleri | | |
|-------------------------|--------|-------------|
| Yarıyıl Çalışmaları | Sayısı | Katkı |
| Ara Sınav | 1 | %40 |
| Kısa Sınav | 0 | %0 |
| Ödev | 0 | %0 |
| Devam | 0 | %0 |
| Uygulama | 0 | %0 |
| Proje | 0 | %0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | %60 |
| Toplam | | %100 |

| AKTS Hesaplama İçeriği | | | |
|-------------------------|--------|--------|----------------------|
| Etkinlik | Sayısı | Süresi | Toplam İş Yükü Saati |
| Ders Süresi | 3 | 42 | 126 |
| Sınıf Dışı Ç. Süresi | 0 | 0 | 0 |
| Ödevler | 0 | 0 | 0 |
| Sunum/Seminer Hazırlama | 0 | 0 | 0 |
| Ara Sınavlar | 1 | 1 | 1 |
| Uygulama | 0 | 0 | 0 |
| Laboratuvar | 0 | 0 | 0 |
| Proje | 0 | 0 | 0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | 2 | 2 |
| Toplam İş Yükü | | | 129 |
| AKTS Kredisi | | | 4 |

| Dersin Öğrenme Çıktılarının Programın Öğrenme Çıktılarına Katkıları | |
|---|--|
| aab | |

| | |
|--|--|
| | |
| | |



Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

| GENEL ANTRENMAN BİLGİSİ | | | | | |
|-------------------------|---------|-------------------------|-----|-------|------|
| Yarıyıl | Kodu | Adı | T+U | Kredi | AKTS |
| 2 | BES 514 | GENEL ANTRENMAN BİLGİSİ | 0 | 3 | 6 |

Öğretim Türü:

Örgün Öğretim

Dersin Dili:

Türkçe

Dersin Düzeyi:

Yüksek Lisans

Dersin Staj Durumu:

Yok

Bölümü/Programı:

Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

Dersin Türü:

Seçmeli

Dersin Amacı:

Antrenman planlamasının öğrencilere öğretilmesi

Öğretim Yöntem ve Teknikleri:

Antrenmanın organizma üzerindeki etkileri, yorgunluk, toparlanma, antrenman bölümleri, planlaması, mikro, makro, yıllık planlama, yüklenme ve temel ilkeleri, sürantrenman, sporda yetenek seçimi, biomotor yeteneklerin geliştirilmesi.

Ön Koşulları:**Dersin Koordinatörü:****Dersi Veren:****Dersin Yardımcıları:****Dersin Kaynakları****Kaynakları**

Sevim, Y.; Antrenman Bilgisi, Nobel yayınevi, Ankara, 2002

Ders Yapısı

| | | | |
|-----------------------------|---|------------------|------|
| Matematik ve Temel Bilimler | : | Eğitim Bilimleri | : |
| Mühendislik Bilimleri | : | Fen Bilimleri | : |
| Mühendislik Tasarımı | : | Sağlık Bilimleri | : 50 |
| Sosyal Bilimler | : | Alan Bilgisi | : 50 |

Programın Öğrenme Çıktıları

| Sıra No | Açıklama |
|---------|--|
| P05 | Uzmanlık alanına yönelik yapılan bilimsel çalışmalarını değerlendirir. |
| P06 | Beden sistemlerinin spor ve antrenmana verdiği yanıt hakkında ayrıntılı bilgi |
| P07 | Farklı engelli gruplarında spor uygulama ve geliştirme yetkinliği |
| P04 | Alanında edindiği uzmanlık düzeyindeki kuramsal ve uygulamalı bilgileri kullanarak antrenörlük mesleğinde karşılaşılabileceği bir sorunu, bağımsız olarak kurgulamak, çözüm yöntemi geliştirmek, çözmek, sonuçları değerlendirmek ve gerektiğinde uygulayabilmek |
| P03 | Kişiyi ve takımlara özel uyguladığı testlerin analizini yapar.çözümleyebilme becerisi |
| P01 | Antrenörlük lisans düzeyi yeterliklerine dayalı olarak, aynı veya farklı bir alanda bilgilerini uzmanlık düzeyinde geliştirmek, derinleştirmek ve alanı ile ilgili disiplinler arasındaki etkileşimin bilincine varmak |
| P02 | Kişiyi ve takımlara özel antrenman planlaması ve periyotlaması yapar. |

| Değerlendirme Ölçütleri | | |
|-------------------------|--------|-----------|
| Yarıyıl Çalışmaları | Sayısı | Katkı |
| Ara Sınav | 0 | %0 |
| Kısa Sınav | 0 | %0 |
| Ödev | 0 | %0 |
| Devam | 0 | %0 |
| Uygulama | 0 | %0 |
| Proje | 0 | %0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 0 | %0 |
| Toplam | | %0 |

| AKTS Hesaplama İçeriği | | | |
|-------------------------|--------|--------|----------------------|
| Etkinlik | Sayısı | Süresi | Toplam İş Yükü Saati |
| Ders Süresi | 14 | 3 | 42 |
| Sınıf Dışı Ç. Süresi | 0 | 0 | 0 |
| Ödevler | 0 | 0 | 0 |
| Sunum/Seminer Hazırlama | 0 | 0 | 0 |
| Ara Sınavlar | 1 | 1 | 1 |
| Uygulama | 0 | 0 | 0 |
| Laboratuvar | 0 | 0 | 0 |
| Proje | 0 | 0 | 0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | 1 | 1 |
| Toplam İş Yükü | | | 44 |
| AKTS Kredisi | | | 1 |

| Dersin Öğrenme Çıktılarının Programın Öğrenme Çıktılarına Katkıları | |
|---|--|
| aab | |

| | |
|--|--|
| | |
| | |



Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

| BES 508 KONDİSYON VE ANTRENMAN METOTLARI | | | | | |
|--|---------|----------------------------------|-----|-------|------|
| Yarıyıl | Kodu | Adı | T+U | Kredi | AKTS |
| 2 | BES 508 | KONDİSYON VE ANTRENMAN METOTLARI | 3 | 3 | 6 |

Öğretim Türü:

Örgün Öğretim

Dersin Dili:

Türkçe

Dersin Düzeyi:

Yüksek Lisans

Dersin Staj Durumu:

Yok

Bölümü/Programı:

Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

Dersin Türü:

Seçmeli

Dersin Amacı:

Temel Motorik Özelliklerin Gelişiminin Öğretilmesi

Öğretim Yöntem ve Teknikleri:

Temel Motorik Özelliklerin Gelişim Yöntemleri

Ön Koşulları:

Dersin Koordinatörü:

Dersi Veren:

Dersin Yardımcıları:

Dersin Kaynakları

Kaynakları Sevim, Y.; Antrenman Bilgisi, Nobel yayınevi, Ankara, 2002
Sevim, Y.; Antrenman Bilgisi, Nobel yayınevi, Ankara, 2002

Ders Yapısı

| | | | |
|------------------------------------|------|-------------------------|------|
| Matematik ve Temel Bilimler | : | Eğitim Bilimleri | : |
| Mühendislik Bilimleri | : | Fen Bilimleri | : |
| Mühendislik Tasarımı | : | Sağlık Bilimleri | : 50 |
| Sosyal Bilimler | : 50 | Alan Bilgisi | : |

Dersin Öğrenme Çıktıları

| Sıra No | Açıklama |
|---------|--|
| Ö01 | Temel Motorik Özelliklerin Gelişiminin Öğrenilmesi |

Programın Öğrenme Çıktıları

| Sıra No | Açıklama |
|---------|--|
| P05 | Uzmanlık alanına yönelik yapılan bilimsel çalışmaları değerlendirir. |
| P06 | Beden sistemlerinin spor ve antrenmana verdiği yanıt hakkında ayrıntılı bilgi |
| P07 | Farklı engelli gruplarında spor uygulama ve geliştirme yetkinliği |
| P04 | Alanında edindiği uzmanlık düzeyindeki kuramsal ve uygulamalı bilgileri kullanarak antrenörlük mesleğinde karşılaşabileceği bir sorunu, bağımsız olarak kurgulamak, çözüm yöntemi geliştirmek, çözmek, sonuçları değerlendirmek ve gerektiğinde uygulayabilmek |
| P03 | Kişiyi ve takımlara özel uyguladığı testlerin analizini yapar.çözümleyebilme becerisi |
| P01 | Antrenörlük lisans düzeyi yeterliklerine dayalı olarak, aynı veya farklı bir alanda bilgilerini uzmanlık düzeyinde geliştirmek, derinleştirmek ve alanı ile ilgili disiplinler arasındaki etkileşimin bilincine varmak |
| P02 | Kişiyi ve takımlara özel antrenman planlaması ve periyotlaması yapar. |

| Değerlendirme Ölçütleri | | |
|-------------------------|--------|-------------|
| Yarıyıl Çalışmaları | Sayısı | Katkı |
| Ara Sınav | 1 | %40 |
| Kısa Sınav | 0 | %0 |
| Ödev | 0 | %0 |
| Devam | 0 | %0 |
| Uygulama | 0 | %0 |
| Proje | 0 | %0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | %60 |
| Toplam | | %100 |

| AKTS Hesaplama İçeriği | | | |
|-------------------------|--------|--------|----------------------|
| Etkinlik | Sayısı | Süresi | Toplam İş Yükü Saati |
| Ders Süresi | 14 | 3 | 42 |
| Sınıf Dışı Ç. Süresi | 0 | 0 | 0 |
| Ödevler | 0 | 0 | 0 |
| Sunum/Seminer Hazırlama | 0 | 0 | 0 |
| Ara Sınavlar | 1 | 1 | 1 |
| Uygulama | 0 | 0 | 0 |
| Laboratuvar | 0 | 0 | 0 |
| Proje | 0 | 0 | 0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | 1 | 1 |
| Toplam İş Yükü | | | 44 |
| AKTS Kredisi | | | 1 |

| Dersin Öğrenme Çıktılarının Programın Öğrenme Çıktılarına Katkıları | |
|---|--|
| aab | |

| | |
|--|--|
| | |
| | |



Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

| BES 504 | PERFORMANS SPORLARINDA BESLENME İLKELERİ | | | | |
|---------|--|--|-----|-------|------|
| Yarıyıl | Kodu | Adı | T+U | Kredi | AKTS |
| 2 | BES 504 | PERFORMANS SPORLARINDA BESLENME İLKELERİ | 0 | 3 | 6 |

Öğretim Türü:

Örgün Öğretim

Dersin Dili:

Türkçe

Dersin Düzeyi:

Yüksek Lisans

Dersin Staj Durumu:

Yok

Bölümü/Programı:

Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

Dersin Türü:

Seçmeli

Dersin Amacı:

Sporcu beslenmesinin temel kavramlarını, besin öğelerinin organizmadaki görevlerini ve spordaki önemlerini, spor türlerine bağlı farklı enerji kazanım yollarını, antrenman ve müsabaka beslenmesinin ilkelerini, nutrisyonel ergojenik yardımcıları açıklamak.

Öğretim Yöntem ve Teknikleri:

Kavramlar ve tanımlar, tarihsel süreç içerisinde beslenme-spor ilişkisi, sporcu beslenmesinin anlamı ve önemi, sporda enerji gereksinimi ve oluşumu, temel besin öğeleri ve sporda kullanımı, beslenmeye dayalı ergojenik yardımcıları, antrenman ve yarışma dönemlerinde branşa özgü beslenme ilkeleri.

Ön Koşulları:

Dersin Koordinatörü:

Dersi Veren:

Dersin Yardımcıları:

Dersin Kaynakları

Kaynakları

- Baron, Dieter K.: Sporcuların Optimal Beslenmesi. Çev.: Sinan Ömeroğlu, Bağırçan Yayınevi, Ankara 2002; - Ersoy, Gülgün: Egzersiz ve Spor Yapanlar İçin Beslenme. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara 2004; - Güneş, Ziyaur: Spor ve Beslenme: Antrenör ve Sporcu El Kitabı. Bağırçan Yayınevi, Ankara 1998; - Konopka, Peter: Spor Beslenmesi. Çev.: Hale Harputluoğlu, Bağırçan Yayınevi, Ankara 2000. Sporcu beslenmesinin anlam ve önemi ile sporda doğru beslenme uygulamalarına ilişkin ilkeleri öğrenme.

Ders Yapısı

| | | | |
|-----------------------------|------|------------------|------|
| Matematik ve Temel Bilimler | : | Eğitim Bilimleri | : |
| Mühendislik Bilimleri | : | Fen Bilimleri | : |
| Mühendislik Tasarımı | : | Sağlık Bilimleri | : 50 |
| Sosyal Bilimler | : 50 | Alan Bilgisi | : |

Dersin Öğrenme Çıktıları

| Sıra No | Açıklama |
|---------|--|
| Ö01 | Sporcu beslenmesinin anlam ve önemi ile sporda doğru beslenme uygulamalarına ilişkin ilkeleri öğrenme. |

Programın Öğrenme Çıktıları

| Sıra No | Açıklama |
|---------|--|
| P05 | Uzmanlık alanına yönelik yapılan bilimsel çalışmalarını değerlendirir. |
| P06 | Beden sistemlerinin spor ve antrenmana verdiği yanıt hakkında ayrıntılı bilgi |
| P07 | Farklı engelli gruplarında spor uygulama ve geliştirme yetkinliği |
| P04 | Alanında edindiği uzmanlık düzeyindeki kuramsal ve uygulamalı bilgileri kullanarak antrenörlük mesleğinde karşılaşılabileceği bir sorunu, bağımsız olarak kurgulamak, çözüm yöntemi geliştirmek, çözmek, sonuçları değerlendirmek ve gerektiğinde uygulayabilmek |
| P03 | Kişiyi ve takımlara özel uyguladığı testlerin analizini yapar.çözümleyebilme becerisi |
| P01 | Antrenörlük lisans düzeyi yeterliklerine dayalı olarak, aynı veya farklı bir alanda bilgilerini uzmanlık düzeyinde geliştirmek, derinleştirmek ve alanı ile ilgili disiplinler arasındaki etkileşimin bilincine varmak |
| P02 | Kişiyi ve takımlara özel antrenman planlaması ve periyotlaması yapar. |

| Değerlendirme Ölçütleri | | |
|-------------------------|--------|-------------|
| Yarıyıl Çalışmaları | Sayısı | Katkı |
| Ara Sınav | 1 | %40 |
| Kısa Sınav | 0 | %0 |
| Ödev | 0 | %0 |
| Devam | 0 | %0 |
| Uygulama | 0 | %0 |
| Proje | 0 | %0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | %60 |
| Toplam | | %100 |

| AKTS Hesaplama İçeriği | | | |
|-------------------------|--------|--------|----------------------|
| Etkinlik | Sayısı | Süresi | Toplam İş Yükü Saati |
| Ders Süresi | 14 | 3 | 42 |
| Sınıf Dışı Ç. Süresi | 0 | 0 | 0 |
| Ödevler | 0 | 0 | 0 |
| Sunum/Seminer Hazırlama | 0 | 0 | 0 |
| Ara Sınavlar | 1 | 1 | 1 |
| Uygulama | 0 | 0 | 0 |
| Laboratuvar | 0 | 0 | 0 |
| Proje | 0 | 0 | 0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | 1 | 1 |
| Toplam İş Yükü | | | 44 |
| AKTS Kredisi | | | 1 |

| Dersin Öğrenme Çıktılarının Programın Öğrenme Çıktılarına Katkıları | |
|---|--|
| aab | |

| | |
|--|--|
| | |
| | |



Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

| BES 510 SPOR FİZYOLOJİSİ | | | | | |
|--------------------------|---------|------------------|-----|-------|------|
| Yarıyıl | Kodu | Adı | T+U | Kredi | AKTS |
| 2 | BES 510 | SPOR FİZYOLOJİSİ | 3 | 3 | 6 |

Öğretim Türü:

Örgün Öğretim

Dersin Dili:

Türkçe

Dersin Düzeyi:

Yüksek Lisans

Dersin Staj Durumu:

Yok

Bölümü/Programı:

Hareket ve Antrenman Bilim Dalı

Dersin Türü:

Zorunlu Seçmeli

Dersin Amacı:

Tüm vücudun fonksiyonel tepkisini, vücudun en küçük fonksiyonel birimlerinin işlevlerini ve sportif performansın incelenmesini amaçlar.

Öğretim Yöntem ve Teknikleri:

İskelet Sistemi ,Sindirim Sistemi , Boşaltım Sistemi ,Sinir Sistemi ,Kas Sistemi,Enerji Sistemi

Ön Koşulları:**Dersin Koordinatörü:****Dersi Veren:**

Doç.Dr. Murat Taş

Dersin Yardımcıları:**Dersin Kaynakları****Kaynakları**

ATASEVER, Mustafa. (2003). Spor ve Beslenme. Ankara: Milli Eğitim Bakanlığı Ders Kitabı Dizisi 888.
Fizyolojinin spordaki önemini fark eder.
Kas fizyolojisi hakkında bilgi edinir.
Egzersiz ve enerji sistemini ilişkilendirir.
Egzersiz fizyolojik sistemler üzerindeki etkisini yorumlar.

Ders Yapısı

| | | | |
|-----------------------------|---|------------------|---|
| Matematik ve Temel Bilimler | : | Eğitim Bilimleri | : |
| Mühendislik Bilimleri | : | Fen Bilimleri | : |
| Mühendislik Tasarımı | : | Sağlık Bilimleri | : |
| Sosyal Bilimler | : | Alan Bilgisi | : |

Dersin Öğrenme Çıktıları

| Sıra No | Açıklama |
|---------|--|
| Ö05 | Sindirim Sistemi , Boşaltım Sistemi ,Sinir Sistemi ,Kas Sistemi,Enerji Sistemi |

Programın Öğrenme Çıktıları

| Sıra No | Açıklama |
|---------|--|
| P05 | Uzmanlık alanına yönelik yapılan bilimsel çalışmalarını değerlendirir. |
| P06 | Beden sistemlerinin spor ve antrenmana verdiği yanıt hakkında ayrıntılı bilgi |
| P07 | Farklı engelli gruplarında spor uygulama ve geliştirme yetkinliği |
| P04 | Alanında edindiği uzmanlık düzeyindeki kuramsal ve uygulamalı bilgileri kullanarak antrenörlük mesleğinde karşılaşılabileceği bir sorunu, bağımsız olarak kurgulamak, çözüm yöntemi geliştirmek, çözmek, sonuçları değerlendirmek ve gerektiğinde uygulayabilmek |
| P03 | Kişiyi ve takımlara özel uyguladığı testlerin analizini yapar.çözümleyebilme becerisi |
| P01 | Antrenörlük lisans düzeyi yeterliklerine dayalı olarak, aynı veya farklı bir alanda bilgilerini uzmanlık düzeyinde geliştirmek, derinleştirmek ve alanı ile ilgili disiplinler arasındaki etkileşimin bilincine varmak |
| P02 | Kişiyi ve takımlara özel antrenman planlaması ve periyotlaması yapar. |

| Değerlendirme Ölçütleri | | |
|-------------------------|--------|-------------|
| Yarıyıl Çalışmaları | Sayısı | Katkı |
| Ara Sınav | 1 | %40 |
| Kısa Sınav | 0 | %0 |
| Ödev | 0 | %0 |
| Devam | 0 | %0 |
| Uygulama | 0 | %0 |
| Proje | 0 | %0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | %60 |
| Toplam | | %100 |

| AKTS Hesaplama İçeriği | | | |
|-------------------------|--------|--------|----------------------|
| Etkinlik | Sayısı | Süresi | Toplam İş Yükü Saati |
| Ders Süresi | 3 | 42 | 126 |
| Sınıf Dışı Ç. Süresi | 0 | 0 | 0 |
| Ödevler | 0 | 0 | 0 |
| Sunum/Seminer Hazırlama | 0 | 0 | 0 |
| Ara Sınavlar | 1 | 1 | 1 |
| Uygulama | 0 | 0 | 0 |
| Laboratuvar | 0 | 0 | 0 |
| Proje | 0 | 0 | 0 |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | 1 | 2 | 2 |
| Toplam İş Yükü | | | 129 |
| AKTS Kredisi | | | 4 |

| Dersin Öğrenme Çıktılarının Programın Öğrenme Çıktılarına Katkıları | |
|---|--|
| aab | |

| | |
|--|--|
| | |
| | |