

GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name	PHYSICAL EXERCISE / PHYSICAL EXERCISE	
Ders Kodu / Course Code	GSEC1012018836	
Ders Türü / Course Type		
Ders Seviyesi / Course Level	Associate / Associate	
Ders Akts Kredi / ECTS	2.00	
Haftalık Ders Saati (Kuramsal) / Course Hours For Week (Theoretical)	2.00	
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	Formal Education / Formal Education	
Eğitim Dili / Education Language	Turkish / Turkish	
Ön Koşulu Olan Ders(ler) / Precondition Courses	Yok	None
Amacı / Purpose	Spor bilimlerinin sporun yapılış amaçları çerçevesinde eğitim ve öğretimin sağlanması ve günlük yaşamda uygulanma amacını taşır.	Sports science of the historical, philosophical and scientific foundations, advances in sports science and the factors that affect development, sports science is intended to learn the basic disciplines.
İçeriği / Content	Beden eğitimi ve sporda meslek alanları ve geleceği, kurumsallaşma, fonksiyonlar, araştırma sistematığı ve yöntemleri ile felsefesinin kavranmasıyla yeni yöntemlerin oluşmasını sağlamak. Antrenmanda yorulma ve yenilenme ile enerji mekanizmaları oluşturmak.	Sports science foundations of the historical, philosophical foundations, the scientific foundations, advances in sports science and the developments affecting sports science based disciplines (pedagogic tem., Psychological tem., Social tem., Movement and training tem., Health tem., Sports management, recreation), professional preparation and career, sports science-related employment areas.
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations	Yok	None
Staj Durumu / Internship Status	Yok	None
Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading	Çetin H. N., Flock T., "Genel Kondüsyon Antrenmanı ve Sporda Performans Kontrolü" HYA Yayınevi, Ankara, 2011. Rasim Kale, Spor Bilimlerine Giriş.	Çetin H. N., Flock T., "Genel Kondüsyon Antrenmanı ve Sporda Performans Kontrolü" HYA Yayınevi, Ankara, 2011. Rasim Kale, Spor Bilimlerine Giriş.
Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)	Okt. Ahmet İSLAM	

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	Beden eğitiminin tanımını yapabilir,Spor yapmanın insan sağlığına yararlarını açıklayabilir	Can make the definition of physical education, can describe the benefits of doing sports for human health.
2	Beden eğitiminin fiziksel ve zihinsel gelişimdeki rolünü açıklayabilir	Can describe the physical educations role in physical and mental deuelopment
3	Hentbol temel tekniklerini açıklayabilir,hentbol oyun kuralları hakkında bilgi verebilir	Can describe the basic technics of handball, can give information about handballs basic rules.

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

Hafta / Week					
1	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Beden eğitimi ve sporun tanımı ve önemi,gençler için spor eğitiminin önemi ve faydaları	2			
	Importance and definition of physical education and sport,benefits of physical education for teenagers (youth)	2			
2	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Beden eğitiminin fiziksel ,zihinsel,duygusal,psikomotor ve toplumsal gelişimdeki rolü	2			
	The physical, mental emotional,physcomotor (psikomotor) and social role for progress of physical education	2			
3	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	İlk yardım,teşhis ve tedavi..(solunum yetmezliği,acık yaralar,yırtılma,kopma,kırık ve çıkık,soğuk sıcak tedavi,eklem yaralanmaları)	2			
	First aid, diagnosis treatment (respiratory failure, open wounds, torn, split up broken, cold-hot treatment, joint injury)	2			
4	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Basketbol hakkında genel bilgilendirme ,basketbol oyun kuralları öğretimi	2			
	General information of Basketball, teaching rules of basketball	2			
5	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Basketbol de temel teknikler,temel duruş,top tutma alıştırmaları,pas,şut basamaklarının öğretimi	2			
	Basic technics in Basketball, basic stance, holding, ball exercises, pass, shoot steps teaching	2			

6	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Top sürme,turnike , ribaunt öğretimi uygulamaları	2			
	Teaching application of dribbling, turnique and rebound	2			
7	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Müşabaka ortamına uygun oyunlar	2			
	Suitable tricks for each games	2			
8	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Vize	2			
	Visa	2			
9	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Hentbol hakkında temel bilgiler,hentbol oyun kuralları	2			
	Basic information of handball, handball game rules	2			
10	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Hentbolda temel teknikler	2			
	Main technics in handball	2			
11	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Hentbolda paslar ve top sürme çalışmaları	2			
	Passes and dribbling exercises for handball	2			

12	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Hentbolda atışlar savunma alıştırmaları	2			
	Shoots and defense exercises in handball	2			
13	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Müşabaka ortamına uygun oyunlar	2			
	Suitable tricks for each game	2			
14	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Eğitsel oyunlar	2			
	Educational games	2			
15	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Eğitsel oyunlar	2			
	Educational games	2			
16	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Final sınavı	2			
	Final exam	2			

DEĞERLENDİRME / EVALUATION

	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

	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	2.00	28.00
Bireysel Çalışma / Self Study	10	3.00	30.00
Toplam / Total:	26	7.00	60.00
Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 30.00 (Saat/AKTS) = 60.00/30.00 = 2.00 ~ 2.00 / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 30.00 (Hour / ECTS) = 60.00 / 30.00 = 2.00 ~ 2.00			

PROGRAM VE ÖĞRENME ÇIKTISI / PROGRAM LEARNING OUTCOMES

Öğrenme Çıktıları / Learning Outcomes	Program Çıktıları / Program Outcomes														
	1.1.1	2.1.1	2.1.2	2.1.3	3.1.1	3.1.2	3.1.3	3.2.1	3.2.2	3.3.1	3.3.2	3.3.3	3.4.1	3.4.2	3.4.3
1.Beden eğitiminin tanımını yapabilir,Spor yapmanın insan sağlığına yararlarını açıklayabilir / Can make the definition of physical education, can describe the benefits of doing sports for human health.						1	1							1	
2.Beden eğitiminin fiziksel ve zihinsel gelişimdeki rolünü açıklayabilir / Can describe the physical educations role in physical and mental deuelopment						1	1							1	
3.Hentbol temel tekniklerini açıklayabilir,hentbol oyun kuralları hakkında bilgi verebilir / Can describe the basic technics of handball, can give information about handballs basic rules.						1	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