



AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ DERS BİLGİ FORMU

Dersin Adı		Kayak Kampı							
Ders Kodu		BESE385		Ders Düzeyi		Lisans			
AKTS Kredi	13	İş Yüğü	324 (Saat)	Teori	2	Uygulama	2	Laboratuvar	0
Dersin Amacı		Kayak ile ilgili temel teknikleri sorunsuz bir şekilde uygulayabilmesi.							
Özet İçeriği		Kayağın tarihçesi ve gelişiminin incelenmesi, alp disiplini temel teorisinin ve pratiğinin öğretilmesi							
Staj Durum		Yok							
Öğretim Yöntemleri		Anlatım (Takrir), Gösterip Yaptırma							
Dersi Veren Öğretim Elemanı(ları)									

Ölçme ve Değerlendirme Araçları

Araç	Adet	Oran (%)
Ara Sınav (Vize)	1	40
Dönem Sonu Sınavı (Final)	1	60

Ders Kitabı / Önerilen Kaynaklar

1	Altıparmak E. Kayak Eğitimi Ders Notları İzmir, 2005 Tanyeri. Y. Kayak Tunçel E. Kayak Tekniği ve Öğretimi (Alp Disiplini) Ders Notları İzmir 2011
---	--

Hafta	Haftalara Göre Ders Konuları	
1	Teorik	Kayak sporu tarihi hakkında bilgi
2	Teorik	Kayak malzeme seçimi ve malzeme hakkında bilgilendirme.
3	Teorik	Uygun pist seçimi, Kayaka takıp çıkarma ,düz kayma ,yürüyüş ve duruş pozisyonu gösterimi.
4	Teorik	Merdiven adımı tırmanış ,kılçık tırmanışı ve düz kayma
5	Teorik	Kar sabanı pozisyonu ve egzersizleri
6	Teorik	Kar sabanı pozisyonu çalışması
7	Teorik	Kar Sabanı dönüşü ve egzersizleri
8	Ara Sınav (Vize)	Ara Sınav
9	Teorik	Kar sabanı dönüş ve egzersizleri
10	Teorik	Kayak ile ilgili terimlerin tanımlanması
11	Teorik	Kayak Branşları
12	Teorik	Branş Gerekliklikleri ve Kuralları
13	Teorik	Kayak uygulamaları ve kampçılık
14	Teorik	Kayak uygulamaalrı ve kampçılık
15	Dönem Sonu Sınavı (Final)	Final sınavı

Dersin Öğrenme, Öğretme ve Değerlendirme Etkinlikleri Çerçevesinde İş Yüğü Hesabı (Ortalama Saat)

Etkinlik	Adet	Ön Hazırlık	Etkinlik Süresi	Toplam İş Yüğü
Kuramsal Ders	14	4	4	112
Uygulamalı Ders	14	6	3	126
Bireysel Çalışma	14	4	2	84
Ara Sınav	1	0	1	1
Dönem Sonu Sınavı	1	0	1	1
Toplam İş Yüğü (Saat)				324
Yuvarla [Toplam İş Yüğü (saat) / 25*] = AKTS Kredisi				13

*25 saatlik iş yüğü 1 AKTS olarak kabul edilmektedir.

Dersin Öğrenme Çıktıları

1	Kış Sporları hakkında bilgi sahibi olma
2	Kayak teknikleri teorik ve uygulama olarak gösterme bilgisine sahip olma



3	Kayak malzeme seçimi ve kayak bakımını yapabilme
4	Dağ hakkında bilgi sahibi olup güvenli pistlerde kayak yapabilme
5	Kayakta karşılaşılan sakatlık ve hastalıklarla ilgili bilgi sahibidir.

Program Çıktıları (Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı)

1	Beden Eğitimi öğretimine uygun planlama yapabilme ve öğrenme ortamları düzenleyebilme becerisi
2	Beden Eğitimi öğretim sürecine uygun araç-gereç ve kaynakları kullanabilmek
3	Okul takım çalışmalarını planlayabilmek
4	Beden Eğitimi öğretiminin amaçlarının gerçekleştirilmesi sürecinde teknolojik kaynakları kullanabilmek
5	Beden Eğitimi öğretiminde özel eğitime gereksinim duyan ve özel gereksinimli öğrencilere yönelik planlamalar yapabilme becerisi
6	Beden Eğitimi dersine katılan öğrencilerin temel ve özelleşmiş hareket bilgi ve becerilerini geliştirebilmek
7	Beden Eğitimi dersini alan öğrencilerde düzenli fiziksel etkinlik ve sağlıklı yaşam bilinci oluşturabilmek
8	Öğrencilerin müsabakalara katılımını ve çalışmalarının yürütülmesini sağlayabilme becerisi
9	Öğrencilere spor ve spor organizasyonları bilinci ve sevgisi kazandırabilme becerisi
10	Beden Eğitimi dersi öğretiminde eğitsel oyunları etkili kullanabilmek
11	Beden Eğitimi dersine yönelik yapacağı ölçme ve değerlendirme faaliyetlerini planlayıp uygulayabilmek
12	Öğrencilerin bedensel gelişimlerini belirleyebilmeye yönelik yapılan ölçme sonuçlarını yorumlama ve geri bildirim sağlayabilmek
13	Ulusal bayram ve törenlerin yönetim ve organizasyonunu yapabilme becerisi

