AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ
DERS BİLGİ FORMU

Dersin Adı		Yüzme							
Ders Kodu		AE107		Ders Düzeyi		Lisans			
AKTS Kredi	5	İş Yükü	96 *(Saat)*	Teori	2	Uygulama	2	Laboratuvar	0
Dersin Amacı		Temel yüzme tekniklerinin ve becerilerin öğrenmek ve öğretebilmek Bu dersin amacı öğrencilerin; 4 yüzme tekniğini, geliştirici egzersizleri öğrenmesini sağlamaktır.							
Özet İçeriği		Temel yüzme tekniklerinin ve becerilerin öğrenimi ve öğretimi, suda can kurtarma, hayatta kalma ve ilkyardıma yönelik olarak kuramsal bilgilerin verilmesi Yüzme tesisi kullanım kültürü, Yüzme branşı kara ısınması, Yüzme tekniklerinin öğrenimi							
Staj Durum		N\A							
Öğretim Yöntemleri		Anlatım (Takrir), Gösterip Yaptırma, Tartışma, Örnek Olay, Bireysel Çalışma, Problem Çözme							
Dersi Veren Öğretim Elemanı(ları)									

Ölçme ve Değerlendirme Araçları		
Araç	Adet	Oran (%)
Ara Sınav (Vize)	1	40
Dönem Sonu Sınavı (Final)	1	70

Ders Kitabı / Önerilen Kaynaklar	
1	Barth/Dıetze Çeviri Hüseyin Coşkun Yüzme Öğreniyorum kitabı
2	Ana Maria Gürsel Yüzme Teknikleri ve Öğretim Yöntemleri Kitabı

Hafta	Haftalara Göre Ders Konuları	
1	Teorik	Tesise kayıt ve giriş prosedürlerinin anlatılması ve çocuklara yönelik küçük havuz uygulamalarının video kullanılarak incelenmesi.
2	Teorik	Tesis bölümlerinin kurallarına göre kullanımının anlatımı. Havuz güvertesi davranış kurallarının anlatımı. Suya giriş kıyafet ve kurallarının anlatımı.
3	Teorik	Suya girmeden önce kas ve eklemlerin hareket kabiliyetini arttırıcı, yüzmeye yönelik kara ısınma egzersizlerinin anlatımı ve uygulatılması.
4	Teorik	Suya giriş. Havuz kenarına tutunarak, su altında göz açma, nefes verme ve serbest ayak vuruş egzersizleri.
5	Teorik	Havuz kenarına tutunarak ve ayak tahtasıyla serbest nefes-kol-ayak koordinasyon ve güçlendirme egzersizleri
6	Teorik	Ayak tahtasıyla tahtasız serbest ve sırtüstü tekniklerine ait nefes-kol-ayak koordinasyon ve güçlendirme egzersizleri
7	Teorik	Ayak tahtasıyla tahtasız serbest ve sırtüstü tekniklerine ait nefes-kol-ayak koordinasyon ve güçlendirme egzersizleri
8	Ara Sınav (Vize)	ARA SINAV
9	Teorik	Ayak tahtasıyla tahtasız serbest ve sırtüstü tekniklerine ait nefes-kol-ayak koordinasyon ve güçlendirme egzersizleri
10	Teorik	Havuz kenarına tutunarak ve ayak tahtasıyla kurbağalama tekniğine ait nefes-kol-ayak koordinasyon ve güçlendirme egzersizleri
11	Teorik	Ayak tahtasıyla tahtasız kurbağalama tekniğine ait nefes-kol-ayak koordinasyon ve güçlendirme egzersizleri
12	Teorik	Havuz kenarına tutunarak ve ayak tahtasıyla kelebek tekniğine ait nefes-kol-ayak koordinasyon ve güçlendirme egzersizleri
13	Teorik	Ayak tahtasıyla tahtasız kelebek tekniğine ait nefes-kol-ayak koordinasyon ve güçlendirme egzersizleri
14	Teorik	Ayak tahtasıyla tahtasız kurbağalama ve kelebek tekniğine ait nefes-kol-ayak koordinasyon ve güçlendirme egzersizleri
15	Teorik	Ayak tahtasıyla tahtasız kurbağalama ve kelebek tekniğine ait nefes-kol-ayak koordinasyon ve güçlendirme egzersizleri
16	Dönem Sonu Sınavı (Final)	Yarıyıl Sınavı

Dersin Öğrenme, Öğretme ve Değerlendirme Etkinlikleri Çerçevesinde İş Yükü Hesabı (Ortalama Saat)				
Etkinlik	Adet	Ön Hazırlık	Etkinlik Süresi	Toplam İş Yükü
Kuramsal Ders	14	1	2	42
Uygulamalı Ders	14	1	2	42
Ara Sınav	1	3	3	6
Dönem Sonu Sınavı	1	3	3	6
			Toplam İş Yükü (Saat)	96
			Yuvarla [Toplam İş Yükü (saat) / 25*] = **AKTS Kredisi**	4
**25 saatlik iş yükü 1 AKTS olarak kabul edilmektedir.*				

Dersin Öğrenme Çıktıları	
1	Serbest yüzme tekniğinin su üstündeki vücut pozisyonunu gösterebilme ve nefes, kol, ayak hareketlerini koordineli şekilde uygulayabilme
2	Sırtüstü yüzme tekniğinin su üstündeki vücut pozisyonunu gösterebilme ve nefes, kol, ayak hareketlerini koordineli şekilde uygulayabilme
3	Kelebek yüzme tekniğinin su üstündeki vücut pozisyonunu gösterebilme ve nefes, kol, ayak hareketlerini koordineli şekilde uygulayabilme

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

Program ve Öğrenme Çıktıları İlişkisi *1:Çok Düşük, 2:Düşük, 3:Orta, 4:Yüksek, 5:Çok Yüksek*

	ÖÇ1	ÖÇ2	ÖÇ3
PÇ1	5	5	5
PÇ2	5	5	4
PÇ3	3	4	4
PÇ4	2	3	
PÇ5	1	3	4
PÇ6	5	5	5
PÇ7	5	5	4
PÇ8	5	5	4
PÇ9	3	4	4
PÇ10	3	3	
PÇ11	5	5	
PÇ12	5	5	
PÇ13	1	1	