



**AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ**  
**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU**  
**ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ BÖLÜMÜ**  
**ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ PROGRAMI**  
**DERS BİLGİ FORMU**

Dersin Adı	Spor Fizyolojisi II								
Ders Kodu	AEB210			Ders Düzeyi		Lisans			
AKTS Kredi	4	İş Yüğü	60 (Saat)	Teori	2	Uygulama	0	Laboratuvar	0
Dersin Amacı									
Özet İçeriğı									
Staj Durum	Yok								
Öğretim Yöntemleri	Anlatım (Takrir), Bireysel Çalışma								
Dersi Veren Öğretim Elemanı(ları)	Dr. Öğr. Üyesi Esin ERGİN								

#### Ölçme ve Değerlendirme Araçları

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

#### Ders Kitabı / Önerilen Kaynaklar

1	Fox, C., Bower, W., Foss, D., 2011,(Çeviri: Mesut Cerit) Beden Eğitimi ve Sporun Fizyolojik Temelleri, Bağırğan Yayınevi-Ankara
2	Tiryaki Sönmez G., Egzersiz ve spor fizyolojisi, birlik yayıncılık, Ankara

Hafta	Haftalara Göre Ders Konuları	
1	Teorik	Dersin işlenişi ve tanışma,
2	Teorik	Solunum sistemi ve mekanizması
3	Teorik	Akciğer hacimleri ve kapasiteleri
4	Teorik	Gaz değişimleri ve taşınımı -kısmi basınç -oksijen ve karbondioksit taşınımı -Oksihemoglobin eğrisi
5	Teorik	Ventilasyon ve egzersiz
6	Teorik	Dolaşım sistemi ve kalp -kalbin uyarılması ve aksiyon potansiyeli
7	Teorik	Fick's denklemi ve bu denklemin egzersiz adaptasyonları, akış direnci
8	Ara Sınav (Vize)	vize sınavı
9	Teorik	Kalbin hormonal ve sinirsel kontrol mekanizmaları
10	Teorik	Kardiyovasküler sistem: fonksiyon ve egzersiz yanıtları
11	Teorik	Maksimal oksijen tüketimi
12	Teorik	Egzersize endokrin adaptasyonlar.
13	Teorik	Egzersiz çeşitlerinin endokrin sistem üzerinde yaptığı farklı etkiler.
14	Teorik	konu tekrarı
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	1	2	42
Bireysel Çalışma	14	0	1	14
Ara Sınav	1	0	2	2
Dönem Sonu Sınavı	1	0	2	2
Toplam İş Yüğü (Saat)				60
Yuvarla [Toplam İş Yüğü (saat) / 25*] = AKTS Kredisi				2,5

\*25 saatlik iş yüğü 1 AKTS olarak kabul edilmektedir.

#### Dersin Öğrenme Çıktıları

1	Fizyolojik sistemlerin egzersize verdiği akut ve kronik tepkilerin öğrenilebilmesi.
---	---



2	Performans ilişkili fiziksel uygunluk parametrelerinin fizyolojik temellerinin öğrenilebilmesi
3	Performans ilişkili fiziksel uygunluk parametrelerinin ölçüm methodlarının öğrenilerek, uygulanabilmesi.
4	Farklı fiziksel aktivite düzeyinde ve cinsiyetindeki bireylerin değişken şiddet ve kapsamlardaki egzersizlere verdiği fizyolojik tepkilerin karşılaştırılabilmesi.

#### Program Çıktıları (Antrenörlük Eğitimi Programı)

1	Antrenörlük alanındaki ve antrenörlük ile ilişkili disiplinlerdeki kavramlar, kuramlar, ilkeler ve olgular ile ilgili kapsamlı ve sistemli bilgi sahibidir ve bu bilgileri iş ortamında yorumlar ve kullanır
2	Antrenörlük mesleği ile ilişkili belirli çalışma alanında uzmanlaşarak alanında planlama, programlama, yönetme ve kontrol fonksiyonlarını yerine getirir
3	Uzmanlık alanı ile ilgili sahip olduğu bilgi birikimini kullanarak bu alanda çalışan diğer meslek gurupları ile işbirliği içinde ekip üyesi olarak sorumluluk alır
4	Antrenörlük uzmanlık alanı ile ilgili faaliyetleri planlayabilme, koordinasyon, yönetme ve kontrol fonksiyonlarını yerine getirir
5	Antrenörlerin görev, hak ve sorumlulukları ile ilgili yasa, yönetmelik ve mesleki etik kurallarına uygun davranır
6	Antrenörlük uzmanlık alanı ile ilgili sorunları bilimsel teknikleri kullanarak bilgileri analiz eder, sorunları çözümünde farklı seçenekleri eleştirel bir yaklaşımla değerlendirir ve öngörülme ve karmaşık sorunları çözer
7	Uzmanlık alanına özgü bilimsel bilgi üretme sorumluluğunu yerine getirir/tanımlayıcı düzeyde araştırma yapar
8	Yaşam boyu öğrenmeye ilişkin olumlu tutum geliştirir ve davranışa dönüştürür
9	Antrenörlük uzmanlık alanının gerektirdiği düzeyde istatistik, bilgisayar, bilişim ve iletişim teknolojilerini kullanabilir
10	Profesyonel kimliği ile mesup olduğu hedef kitlelere, meslektaşlarına rol model ve topluma örnek olur

