



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

Dersin Adı	Uzmanlık Yüzme I								
Ders Kodu	AEB383			Ders Düzeyi		Lisans			
AKTS Kredi	5	İş Yüğü	120 (Saat)	Teori	2	Uygulama	2	Laboratuvar	0
Dersin Amacı									
Özet İçeriğı									
Staj Durum	Yok								
Öğretim Yöntemleri	Anlatım (Takrir), Gösterip Yaptırma, Örnek Olay, Bireysel Çalışma, Problem Çözme								
Dersi Veren Öğretim Elemanı(ları)	Dr. Öğr. Üyesi Tacettin Hakan YENAL								

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

Ders Kitabı / Önerilen Kaynaklar	
1	Maglischo E.H. Swimming even fastest.

Hafta	Haftalara Göre Ders Konuları	
1	Teorik	Yüzme antrenmanların kas sistemi üzerine etkisi
2	Teorik	Yüzme antrenmanlarının kalp-dolaşım sistemi üzerine etkileri (
3	Teorik	Yüzme antrenmanlarının solunum sistemi üzerine etkileri
4	Teorik	Yüzme antrenmanlarının MaxVO2 üzerine etkileri
5	Teorik	Yüzme antrenmanları ve Laktik asit kinetiğı
6	Teorik	Enerji ve enerji kaynakları
7	Teorik	Anaerobik metabolizma
8	Ara Sınav (Vize)	ARA SINAV
9	Teorik	Aerobik metabolizma
10	Teorik	Antrenman sonrası toparlanma
11	Teorik	Antrenman sonrası toparlanmayı etkileyen faktörler
12	Teorik	Laktik asitin kaslardan uzaklaştırılması
13	Teorik	Laktik asitin dolaşım sisteminden uzaklaştırılması
14	Teorik	Fizyo-anatomik yapı
15	Teorik	Fizyo-anatomik yapı (
16	Dönem Sonu Sınavı (Final)	final

Dersin Öğrenme, Öğretme ve Değerlendirme Etkinlikleri Çerçevesinde İş Yüğü Hesabı (Ortalama Saat)				
Etkinlik	Adet	Ön Hazırlık	Etkinlik Süresi	Toplam İş Yüğü
Kuramsal Ders	14	2	2	56
Uygulamalı Ders	14	2	2	56
Ara Sınav	1	2	2	4
Dönem Sonu Sınavı	1	2	2	4
			Toplam İş Yüğü (Saat)	120
			Yuvarla [Toplam İş Yüğü (saat) / 25*] = AKTS Kredisi	5

*25 saatlik iş yüğü 1 AKTS olarak kabul edilmektedir.

Dersin Öğrenme Çıktıları	
1	Yüzme fizyolojisini anlatabilme.
2	Fizyo-anatomik yapıyı tanımlayabilme



3 Antrenman sonrası toparlanma

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

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

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

