



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

Dersin Adı	Masaj								
Ders Kodu	AEB401			Ders Düzeyi		Lisans			
AKTS Kredi	5	İş Yüğü	254 (Saat)	Teori	2	Uygulama	2	Laboratuvar	0
Dersin Amacı									
Özet İçeriğı									
Staj Durum	Yok								
Öğretim Yöntemleri	Anlatım (Takrir), Gösterip Yaptırma, Örnek Olay, Bireysel Çalışma								
Dersi Veren Öğretim Elemanı(ları)	Öğr. Gör. Hakkı GÜNEŞ, Öğr. Gör. Nermin GÜRBÜZ, Öğr. Gör. Reşit MERCAN								

Ölçme ve Değerlendirme Araçları

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

Ders Kitabı / Önerilen Kaynaklar

1	Kanbir,O.:Klasik masaj,Ekin Kitapevi,Bursa 1998 -
2	Tuna,N.:masaj,Nobel Tıp Kitabevi,3. Baskı,İstanbul 1986
3	Hazır,M.:spor masajı,Bağırhan Yayımevi,Ankara 2001
4	Recommended or Required Reading-Kanbir,O.:Klasik masaj,Ekin Kitapevi,Bursa 1998

Hafta	Haftalara Göre Ders Konuları	
1	Teorik	Genel tanımlar, masör/masöz ve özellikleri
2	Teorik	masaj odası, masaj masası,masajın planlanması
3	Teorik	Masajda kullanılacak ara maddeler
4	Teorik	spor masajı, spor da masaj manevraları,spor masajının etkileri
5	Teorik	Sırt masajı
6	Teorik	Bel masajı
7	Teorik	Boyun ve omuz masajı
8	Ara Sınav (Vize)	ara sınav
9	Teorik	Kalça masajı
10	Teorik	Bacağın ön ve arka kısmının masajı
11	Teorik	Göğüs masajı
12	Teorik	Karın masajı
13	Teorik	Kol masajı
14	Teorik	Baş ve yüz masajı
15	Teorik	Tüm tam masaj
16	Dönem Sonu Sınavı (Final)	FİNAL

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

Etkinlik	Adet	Ön Hazırlık	Etkinlik Süresi	Toplam İş Yüğü
Kuramsal Ders	14	3	2	70
Uygulamalı Ders	14	3	2	70
Ödev	14	4	3	98
Ara Sınav	1	4	4	8



Dönem Sonu Sınavı	1	4	4	8
	Toplam İş Yüğü (Saat)			254
	Yuvarla [Toplam İş Yüğü (saat) / 25*] = AKTS Kredisi			10
*25 saatlik iş yüğü 1 AKTS olarak kabul edilmektedir.				

Dersin Öğrenme Çıktıları

1	Beden eğitimi ve sporda masajın önemini kavrayabilme
2	Bölgesel spor masajını yapabilme ile ilgili kazanımlar
3	Spor masajı, spor da masaj manevraları,spor masajının etkilerini öğrenme

Program Çıktıları (Antrenörlük Eğitimi)

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 öngörülmeven 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	4
PÇ2	4	4	3
PÇ3	3	4	3
PÇ4	2	3	
PÇ5	3	3	
PÇ6	4	5	3
PÇ7	4	4	3
PÇ8	4		4
PÇ9	4	4	3
PÇ10	1	4	

