



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

Dersin Adı	Performans Analizi ve Testler								
Ders Kodu	AEB404			Ders Düzeyi		Lisans			
AKTS Kredi	6	İş Yüğü	130 (Saat)	Teori	2	Uygulama	2	Laboratuvar	0
Dersin Amacı									
Özet İçeriğı									
Staj Durum	Yok								
Öğretim Yöntemleri	Anlatım (Takrir), Gösterip Yaptırma, Bireysel Çalışma								
Dersi Veren Öğretim Elemanı(ları)	Dr. Öğr. Üyesi Alper KARTAL								

#### Ölçme ve Değerlendirme Araçları

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

#### Ders Kitabı / Önerilen Kaynaklar

1	ACSM's Health-Related Physical Fitness Assessment Manual, Wolters Kluwer, Lippincott Williams & Wilkins, 2008.
2	C. John Gore (Ed), Australian Sports Commission, Physiological Tests for Elite Athletes, Human Kinetics, 2000
3	J.R.Morrow, A.W.Jakson, J.G.Disch, D.P.Mood, Mood, Measurement and Evaluations in Human Performance, Human Kinetics, 1995.
4	Vivian H.Heyward, Advanced Fitness Assessment and Exercise prescription, human Kinetics 2002.

Hafta	Haftalara Göre Ders Konuları	
1	Teorik	Ölçme ve değerlendirmede temel kavramlar
2	Teorik	Ölçme ve değerlendirmede bilgisayar kullanımı
3	Teorik	Fiziksel uygunluğu değerlendirme parametreleri
4	Teorik	Aerobik gücün ölçülmesi (Direk)
5	Teorik	Aerobik gücün ölçülmesi (İndirek)
6	Teorik	Kan laktatı ve respiratuar sistem ölçümleri
7	Teorik	Anaerobik güç ve kapasite ölçümleri
8	Ara Sınav (Vize)	vize sınavı
9	Teorik	Hareket genişliğinin ölçümü
10	Teorik	Antropometrik ölçümler
11	Teorik	Motor yeteneğın ölçülmesi ve değerlendirilmesi
12	Teorik	Sürat, Dayanıklılık, Kuvvetin değerlendirilmesi
13	Teorik	Esneklik ve denge ölçümü
14	Teorik	Reaksiyon-hareket-tepki zamanı ölçümü
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	3	4	98
Uygulamalı Ders	8	1	2	24
Ara Sınav	1	2	2	4
Dönem Sonu Sınavı	1	2	2	4
Toplam İş Yüğü (Saat)				130
Yuvarla [Toplam İş Yüğü (saat) / 25*] = AKTS Kredisi				5

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



**Dersin Öğrenme Çıktıları**

1	Gençlere ve yetişkinlere özel fiziksel uygunluk testleri ölçüm ve değerlendirmeler yapabilir ve rapor yazabilir.
2	Beden kompozisyonu ve antropometrik testleri uygulayabilir, değerlendirebilir ve rapor yazabilir.
3	Spor Branşına özgü fizyolojik özellikleri belirler ve test uygulayabilir , değerlendirebilir ve rapor yazabilir.
4	Fiziksel ve fonksiyonel kapasiteleri ölçen saha tesyerlerini uygulayabilir, değerlendirebilir ve test raporu yazabilir.
5	Fiziksel ve fonksiyonel kapasiteleri ölçen laboratuvar testlerini uygulayabilir, değerlendirebilir ve test raporu yazabilir.

**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 iç inde 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

