



AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ DERS BİLGİ FORMU

Dersin Adı		Tekvando							
Ders Kodu		AEB411		Ders Düzeyi		Lisans			
AKTS Kredi	4	İş Yüğü	106 (Saat)	Teori	2	Uygulama	2	Laboratuvar	0
Dersin Amacı		Taekwondo'ya ait kavramları tanımlamak, tarihini ve genel yapılanmasını daha yakından tartışmak, Temel teknikleri ve Poomse 1'i uygulamak, genel ile özel müsabaka tekniklerini ve bunların kombinasyonlarını ellik çalışmaları eşliğinde yapmak, rekreatif etkinliklerde Taekwon-do'yu bireysel ve grup çalışmaları olarak eğlenceli şekilde planlamak ve değişik organizasyonlara bu etkinliklerle destek olmaya yardımcı olmak.							
Özet İçeriğı		Taekwondo spor dalının 11 temel tekniğinin, müsabaka tekniklerinin ve poomse 1'in teorik ve uygulamalı olarak pekiştirilmesine yönelik alıştırımların incelenip uygulanmasını, bu spor dalı için gerekli olan motorik özelliklerin öğrenilmesini, değişik müsabaka tekniklerinin analizini, müsabaka tekniklerinin kombinasyonlarını, bu kombinasyonların geliştirici alıştırımlarını ve bütün bunların rekreatif bir etkinlikte nasıl eğlenceli bir şekilde verilebileceğı konularını içermektedir.							
Staj Durum		Yok							
Öğretim Yöntemleri		Anlatım (Takrir), Gösterip Yaptırma, Bireysel Çalışma							
Dersi Veren Öğretim Elemanı(ları)									

Ölçme ve Değerlendirme Araçları

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

Ders Kitabı / Önerilen Kaynaklar

1	Emçioğlu,H. (1999). Aikido. Okyanus Yayıncılık.
2	Louret,F.J. (1993). Japon Gücü ve Stratejisinin Sırları. Dharma yayıncılık.
3	Leonard.G. (2002). Ustalık. Ötesi Yayıncılık.

Hafta	Haftalara Göre Ders Konuları	
1	Teorik	Taekwondo sporunun tanıtımı ve tarihçesi
2	Teorik	Taekwon-do 11 temel tekniğın tanıtılması ve 4 tekniğın uygulamalı olarak öğretilmesi
3	Teorik	Diğler 4 temel tekniğın uygulamalı olarak öğretilmesi
4	Teorik	Son 3 temel tekniğın öğretilmesi, 8'li hareketin öğretilmesi
5	Teorik	Poomse 1'in yarısı olan ilk 9 hareketin öğretilmesi
6	Teorik	Poomse 1'in tamamının öğretilmesi, Taekwon-do müsabaka tekniklerinin ve steplerin (şasırtmaların) gösterilmesi ve 4 tekniğın ve steplerin uygulamalı olarak öğretilmesi
7	Teorik	8'li hareket ve Poomse 1'in tekrarı ve diğler 4 müsabaka tekniğının ve öğretilmesi
8	Teorik	Ara sınav
9	Uygulama	8'li hareket ve Poomse 1'in tekrarı, müsabaka teknikleri kombinasyonlarının işlenmesi ve öğretilmesi
10	Uygulama	Temel teknikler, Poomse 1, müsabaka tekniklerinin ve steplerin tekrarı, Uluslararası müsabaka kurallarının öğretilmesi
11	Uygulama	Taekwondo sporu için gerekli olan motorik özelliklerin gelişimi için ilgili antrenman bilgisinin verilmesi, müsabaka tekniklerinin kombinasyonlarının ve steplerin tekrarı
12	Uygulama	3 Self Defans Tekniğının gösterilmesi ve öğretilmiş olan tüm hareketlerin ve tekniklerin rekreatif etkinliklerde nasıl kullanılacağıının öğretilmesi
13	Uygulama	Olgul makki, Hansolsal makki, Ottoro makki tekniklerinin uygulanması
14	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	2	2	56
Uygulamalı Ders	14	1	2	42
Ara Sınav	1	2	2	4



Dönem Sonu Sınavı	1	2	2	4
Toplam İş Yüğü (Saat)				106
Yuvarla [Toplam İş Yüğü (saat) / 25*] = AKTS Kredisi				4
*25 saatlik iş yüğü 1 AKTS olarak kabul edilmektedir.				

Dersin Öğrenme Çıktıları

1	Antrenörlük mesleğinin saygınlığının gerektirdiği bilgi, beceri ve tutumları geliştirerek, karşılaşılabileceği mesleki problemleri çözümleyebilme
2	Sporla ilgili ulusal ve uluslararası federasyonlar ve kurumlarla işbirliği oluşturabilme
3	Sporda yetenek tarama ve seçme kriterlerini kullanarak farklı spor branşlarına yatkın yetenekleri ortaya çıkarabilme
4	Dürüst ve çalışkan olma, yaşamın her alanında etik kurallara uygun davranma sorumluluğu taşıma.
5	Sporda yüksek teknolojiden yararlanabilme

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

