AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ
DERS BİLGİ FORMU

Dersin Adı	Kadın ve Spor								
Ders Kodu	AEB314		Ders Düzeyi	Lisans					
AKTS Kredi	3	İş Yükü	70 *(Saat)*	Teori	3	Uygulama	0	Laboratuvar	0
Dersin Amacı	Kadın ve spor kavramı, kadın ve sporun amacı ve hedeflerini, kadın ve sporun tarihsel gelişimi, kadınların fiziksel özellikleri, kadınların fizyolojik özellikleri ve antrenmanın kadınlar üzerine olan etkileri konusunda bilgi kazandırmak.								
Özet İçeriği	Kadın ve spor kavramı, kadın ve sporun amacı ve hedefleri, kadın ve sporun tarihsel gelişimi, kadınların fiziksel özellikleri, kadınların fizyolojik özellikleri,kadınlarda motorik özellikler, kadın hayatının evreleri ve fiziksel performans, bayan sporcularda menstruasyon düzensizlikleri, hamilelik ve egzersiz, antrenmanın kadınlar üzerine olan etkileri								
Staj Durum	Yok								
Öğretim Yöntemleri	Anlatım (Takrir)								
Dersi Veren Öğretim Elemanı(ları)									

Ölçme ve Değerlendirme Araçları		
Araç	Adet	Oran (%)
Ara Sınav (Vize)	1	40
Dönem Sonu Sınavı (Final)	1	70

Ders Kitabı / Önerilen Kaynaklar	
1	Egzersiz Fizyolojisi:Necati Akgün.Gökçe Ofset Matbaacılık.Ankara 1989

Hafta	Haftalara Göre Ders Konuları	
1	Teorik	Kadın ve Spor kavramlarının tarihsel gelişimi ve Türk toplumunda kadın ve spor.
2	Teorik	Kadın sporcuların gelişmesinde sosyokültürel etkenlerin önemi ve bayanların spora yönlendirilmesinde ailenin rolü.
3	Teorik	Toplumsal açıdan kadın sporcular ve engelleri.
4	Teorik	Bayanların fiziksel özelliklerinin incelenmesi.
5	Teorik	Kadınların fizyolojik özelliklerinin incelenmesi
6	Teorik	Kadınlarda fiziksel uygunluk ve motorik özellikler.
7	Teorik	Kadınlarda enerji sistemleri
8	Teorik	Ara Sınav
9	Teorik	Bayanlarda hormonal sistem, kas sisteminin incelenmesi.
10	Teorik	Bayanlarda dolaşım sistemi, solunum sisteminin incelenmesi.
11	Teorik	Bayanlarda sinir sistemi ve sinir-kas fonksiyonlarının incelenmesi.
12	Teorik	Hamilelik ve egzersiz.
13	Teorik	Menapoz ve egzersiz
14	Teorik	Antrenman ve mensturasyon
15	Teorik	Final sınavı

Dersin Öğrenme, Öğretme ve Değerlendirme Etkinlikleri Çerçevesinde İş Yükü Hesabı (Ortalama Saat)				
Etkinlik	Adet	Ön Hazırlık	Etkinlik Süresi	Toplam İş Yükü
Kuramsal Ders	14	2	2	56
Ödev	2	2	2	8
Seminer	1	3	3	6
			Toplam İş Yükü (Saat)	70
			Yuvarla [Toplam İş Yükü (saat) / 25*] = **AKTS Kredisi**	3
**25 saatlik iş yükü 1 AKTS olarak kabul edilmektedir.*				

Dersin Öğrenme Çıktıları	
1	Kadın ve sporun önemini anlayabilme

2	Kadın sporcuların gelişmesinde sosyokültürel etkenlerin önemi ve bayanların spora yönlendirilmesinde ailenin rolü.
3	Kadın ve sporda psikolojinin önemini bilme ve buna göre antrenman planı uygulayabilme
4	Toplumsal açıdan bayan sporcu engellerini bilme ve ortandan kaldırmak için bilgi ve yeterliliğe sahip olabilme
5	Hamile olan kadınlarda sporun devamlılığını sağlayabilme.

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 eleştirisel bir yaklaşımla değerlendirir ve öngörülmeyen 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