



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

| | | | | | | | | | |
|-----------------------------------|---|---------|-----------|-------------|---|----------|---|-------------|---|
| Dersin Adı | Atletizm | | | | | | | | |
| Ders Kodu | REKB104 | | | Ders Düzeyi | | Lisans | | | |
| AKTS Kredi | 4 | İş Yüğü | 94 (Saat) | Teori | 2 | Uygulama | 1 | Laboratuvar | 0 |
| Dersin Amacı | | | | | | | | | |
| Özet İçeriğı | | | | | | | | | |
| Staj Durum | Yok | | | | | | | | |
| Öğretim Yöntemleri | Anlatım (Takrir), Gösterip Yaptırma, Tartışma, Bireysel Çalışma | | | | | | | | |
| Dersi Veren Öğretim Elemanı(ları) | Dr. Öğr. Üyesi Ali GÜREŞ, Öğr. Gör. Şaheser GÜNEŞ | | | | | | | | |

Ders Koşulları

| | |
|-----------|---------|
| Denk Ders | REKB105 |
|-----------|---------|

Ölçme ve Değerlendirme Araçları

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

Ders Kitabı / Önerilen Kaynaklar

| | |
|---|--|
| 1 | Carr G.A. (1991) "Fundamentals of Track and Field" Leisure Press |
| 2 | Bernhard G., (1979) "Sprungtrainig", Verlag Hofmann Schorndorf |
| 3 | IAAF (2010) "Atletizm Yarışma Kuralları", Atletizm Federasyonu |
| 4 | İşler M, (1985) "Okullarda Atletizm", Milli Eğitim Basımevi |

| Hafta | Haftalara Göre Ders Konuları | |
|-------|------------------------------|--|
| 1 | Teorik | Atletizmin sınıflandırılması ve okul sporu olarak önemi |
| 2 | Teorik | Alçak çıkış ve düz sürat koşularında teknik eğitimin temelleri |
| 3 | Teorik | Bayrak koşularında teknik eğitimin temelleri |
| 4 | Teorik | Mesafe koşuları ve Sportif Yürüyüş teknik eğitiminin temelleri |
| 5 | Teorik | Engelli sürat Koşularında teknik eğitimin temelleri |
| 6 | Teorik | Uzun atlamada teknik eğitimin temelleri |
| 7 | Teorik | Üç adım atlamada teknik eğitimin temelleri |
| 8 | Ara Sınav (Vize) | ARA SINAV |
| 9 | Teorik | Yüksek atlamada teknik eğitimin temelleri |
| 10 | Teorik | Sırıkla atlamada teknik eğitimin temelleri |
| 11 | Teorik | Gülle atmada eğitimin temelleri |
| 12 | Teorik | Cirit atmada teknik eğitimin temelleri |
| 13 | Teorik | Disk atmada teknik eğitimin temelleri |
| 14 | Teorik | Çekiç atmada teknik eğitimin temelleri |
| 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 | 2 | 1 | 42 |
| Uygulamalı Ders | 14 | 2 | 1 | 42 |
| Ara Sınav | 1 | 3 | 1 | 4 |



| | | | | |
|---|--|---|---|----|
| Dönem Sonu Sınavı | 1 | 5 | 1 | 6 |
| | Toplam İş Yüğü (Saat) | | | 94 |
| | Yuvarla [Toplam İş Yüğü (saat) / 25*] = AKTS Kredisi | | | 4 |
| *25 saatlik iş yüğü 1 AKTS olarak kabul edilmektedir. | | | | |

Dersin Öğrenme Çıktıları

| | |
|---|--|
| 1 | Atletizm spor dalını oluşturan koşu, atlama, atma, yürüyüş ve çoklu branşların genel yapısını kavrayabilme |
| 2 | Atletizm Saha ve araç-gereçleri tanıyabilme |
| 3 | Atletizm branşı ile ilgili antrenman programı hazırlayabilme. |

Program Çıktıları (Rekreasyon)

| | |
|----|---|
| 1 | Rekreasyon alanındaki Rekreasyonla ilişkili disiplinlerdeki kavramlar, kuramlar, ilkeler, olgular ile ilgili kapsamlı ve sistemli bilgi sahibi olur, bu bilgileri iş ortamında kullanır ve yorumlar |
| 2 | Rekreasyon ile ilişkili mesleğin belirli çalışmalarında uzmanlaşarak alanda planlama ve kontrol fonksiyonlarını yerine getirir. |
| 3 | Rekreasyon alanı ile ilgili sahip olduğu bilgi birikimini kullanarak diğer meslek gruplarıyla işbirliği içerisinde sorumlulukları yerine getirir. |
| 4 | Rekreasyon alanı ile ilgili faaliyetleri planlayabilme, öğütme ve koordinasyon fonksiyonlarını yerine getirir |
| 5 | Rekreasyon alanı hak ve sorumlulukları ile ilgili yasa ve yönetmeliklere, etik kurallara uygun olarak davranır |
| 6 | Rekreasyonla ilgili bilinen teknikleri kullanarak analiz eder |
| 7 | Rekreasyon alanı ile ilgili bilimsel bilgi sorumluluğunu yerine getirir ve araştırma yapar |
| 8 | Sağlıklı yaşam boyu spor yapma yönünde olumlu tutum ve davranış geliştirir |
| 9 | Rekreasyon alanı ile ilgili profesyonel kimliği ile meslektaşlarına ve topluma model ve örnek olur |
| 10 | Birkaç yabancı dilde yazılı ve sözlü iletişim kurabilecek düzeyde olmalıdır |

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

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

