AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ
DERS BİLGİ FORMU

Dersin Adı	Herkes İçin Spor Aktiviteleri								
Ders Kodu	FZ004		Ders Düzeyi		Önlisans				
AKTS Kredi	3	İş Yükü	70 *(Saat)*	Teori	2	Uygulama	0	Laboratuvar	0
Dersin Amacı	Bu dersin amacı herkes için sporun yararlarını, yaygınlaşmasını, Türkiye'de ve dünyadaki herkes için spor anlayışı ve yapılaşmasını sunmaktır. Herkes İçin Sporun Tanımı, Yararı, Yaygınlaşması, Dünyadaki Ve Türkiye'deki HİS Anlayışı, Sağlık İçin Spor, Rekreasyon İçin Spor, Çocuklar, Gençler, Kadınlar, Yaşlılar, Aileler, Engelliler, İçin Spor, Yerel Yönetimlerde Spor, Outdoor Sporlar konularını kapsamaktadır.								
Özet İçeriği	1. Beden eğitimini her yaşta günlük hayata dahil etmek 2. Sürekli ve yaşam boyu eğitimin önemini vurgulamak 3. Sağlıklı ve dengeli beslenmek 4. Fiziksel kondisyonu geliştirmeyi alışkanlık haline getirmek 5. Sağlıklı ve güvenli bir çevrenin yaşam kalitesini artıracağı bilincini oluşturma								
Staj Durum	Yok								
Öğretim Yöntemleri	Anlatım (Takrir), Gösterip Yaptırma, Tartışma, Bireysel Çalışma, Problem Çözme								
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	Zorba, Erdal: Herkes İçin Spor Ve Fiziksel Uygunluk. GSGM Yayını:149, Ankara, 1999
2	Uğur, Erol, Özer Baysaling: Herkes İçin Spor. İlpress Basım Yayım. İstanbul, 2002
3	Öztürk, Füsun: Toplumsal Boyutlarıyla Spor. Bağırgan Yayınevi, Ankara, 1998

Hafta	Haftalara Göre Ders Konuları	
1	Teorik	Herkes için spor anlayışı (HİS) nedir?
2	Teorik	Herkes için spor anlayışı neden, nasıl doğdu?
3	Teorik	Türkiye'de Herkes İçin Spor anlayışının yaygınlaşması ve örgütlenmesi
4	Teorik	Değişik açılardan HİS'e bakış açısı
5	Teorik	Her yaşta egzersiz ve sporun temel hedefleri
6	Teorik	Düzenli yaşam boyu spor uygulamalarının insan sağlığına etkileri
7	Teorik	Rekreasyon (boş zamanları değerlendirme faaliyetleri)
8	Ara Sınav (Vize)	Ara Sınav
9	Teorik	Yerel Yönetimlerde Spor
10	Teorik	Gençler, kadınlar, aileler ve engelliler için spor anlayışına yönelik organizasyonlar
11	Teorik	Outdoor sporlarını tanıma ve Türkiye deki outdoor alanları hakkında çalışma
12	Teorik	Temel beslenme, enerji sistemleri ve enerji metabolizmalarının temel ilkeleri
13	Teorik	Kinesiyoloji (hareket bilimi) insan hareket sisteminin yapı ve özelliklerini, bu özelliklerin hareket üzerindeki etkilerinin konum ve zamana bağlı ilişkilerini incelenmesi
14	Teorik	Fitness Ekipmanlarını tanıtma, kullanımı ve üst ekstremite için uygulamalı egzersiz çalışmaları
15	Teorik	Fitness Ekipmanlarını tanıtma, kullanımı ve üst ekstremite için uygulamalı egzersiz çalışmaları

Dersin Öğrenme, Öğretme ve Değerlendirme Etkinlikleri Çerçevesinde İş Yükü Hesabı (Ortalama Saat)				
Etkinlik	Adet	Ön Hazırlık	Etkinlik Süresi	Toplam İş Yükü
Kuramsal Ders	14	0	2	28
Bireysel Çalışma	10	1	1	20
Ara Sınav	1	10	1	11

Dönem Sonu Sınavı	1	10	1	11
			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	Özel sağlık sorunlarında yapılacak egzersizleri bilir.
2	İleri yetişkinlik sürecinde kadın ve erkekler için spor ve egzersiz uygulamalarını bilir.
3	Sağlıklı yaşam için spor ve egzersiz planlamasının temel içerik ve uygulamalarını öğrenir.
4	Herkes İçin sporun tarihçesi ve gelişim sürecini öğrenir.
5	Farklı yaş grupları ve farklı gelişim süreçleri için yaşam boyu spor ve egzersizin temel içerikleri ve ekipman kullanımı

Program Çıktıları *(Tıbbi Laboratuvar Teknikleri Programı)*	
1	Temel Laboratuvar teknikleri ve tıbbi laboratuvar branşlarında (Biyokimya, mikrobiyoloji, parazitoloji, sitogenetik vb.) yeterli altyapıya sahip olma;bu alanlardaki teorik ve pratik bilgiyi kullanma becerisi
2	Ortaöğretim düzeyinde kazanılan yeterliliklere dayalı olarak Tıbbi Laboratuvar Teknikleri Programı alanındaki güncel bilgileri içeren ders kitapları, uygulama araç-gereçleri ve diğer kaynaklarla desteklenen temel düzeydeki kuramsal ve uygulamalı bilgilere sahip olma
3	İnsanda sistemlerin normal yapı-fonksiyonlarıyla ilgili temel bilgilere sahip olabilme, bu bilgileri doku hücre düzeyinde analiz edebilme ve hastalıklarla ilişkilendirebilme.
4	Sağlık kurumları bünyesindeki tanı ve tedavi laboratuvarlarında ilgili araç, cihaz ve teknikleri kullanarak hekimin gerekli gördüğü tıbbi analizleri yapabilme ve elde edilen verileri değerlendirme
5	Tıbbi laboratuvar araç ve gereçlerini kurallarına ve tekniklerine uygun olarak kullanabilme, kontrollerini ve bakımlarını yapabilme
6	Tıbbi laboratuvarın farklı alanlarıyla ilgili temel testleri uygulayabilme, analiz çözeltilerini hazırlayabilme.
7	Tıbbi laboratuvar testleri için uygun örnekleri hastalardan alabilme ve uygun koşullarda örnek transferini gerçekleştirebilme
8	Analiz öncesi örnek hazırlık işlemlerini yapabilme, bakı preparatlarını hazırlayabilme, dezenfeksiyon ve sterilizasyon tekniklerini uygulayabilme
9	Alanı ile ilgili temel düzeydeki bilgi ve becerileri kullanabilme,verileri yorumlayıp değerlendirebilme ve olası sorunları tanımlayıp çözümleyebilme.
10	Tıbbi Laboratuvarda iş organizasyonu hakkında bilgi sahibi olma ve uygulamaları yürütebilme
11	Tıbbi Laboratuvarda güvenlik kurallarını uygulayabilme, kişisel güvenlik önlemlerini alabilme ve güvenli laboratuvar ortamı oluşturabilme
12	Kamu ve özel sektör kuruluşlarındaki alanı ile ilgili süreçleri yerinde inceleyerek uygulama becerisi kazanmak.
13	Hayat boyu öğrenmenin gerekliliği bilinci; bilim ve teknolojideki gelişmeleri izleyerek kendini sürekli yenileme bilincini kazanma becerisi.
14	Laboratuvar uzmanlarının ve tıp adamlarının araştırma çalışmalarına yardımcı olmak
15	Birey ve halk sağlığı, çevre koruma ve iş güvenliği konularının bilincinde olabilmeli, ilişkiyi temel düzeyde kavrayabilme.
16	Atatürk ilke ve devrimlerini özümseyebilme, milli, ahlaki, manevi ve kültürel değerleri benimseyebilme, evrensel ve çağdaş gelişmelere açık olma
17	Sağlık Hizmetinin yürütülmesinde etkili iletişim kurabilme ve Türkçeyi etkili kullanabilme
18	Bir yabancı dilde temel düzeyde iletişim kurabilme, mesleki uygulamalarda yabancı dili kullanabilme
19	Sağlık bilimleri hakkında alan ilgi düzeyine uygun bilgi birikimine sahip olmak ve sağlık alanına özgü tıbbi terim ve terminolojiyi kullanabilmek

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

	ÖÇ1	ÖÇ2	ÖÇ3	ÖÇ4	ÖÇ5
PÇ13	4	4	4	4	4
PÇ15	5	5	5	5	5