



AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ DERS BİLGİ FORMU

Dersin Adı		İskelet Sistemi ve Kas Fonksiyonu							
Ders Kodu		BSÖ595		Ders Düzeyi		Yüksek Lisans			
AKTS Kredi	7	İş Yüğü	176 (Saat)	Teori	3	Uygulama	0	Laboratuvar	0
Dersin Amacı		Sportif hareket açısından, insanda yapı-fonksiyon ilişkisinin kurulabilmesi için gerekli temel bilgileri edinmektir							
Özet İçeriğı		Sportif hareketin anatomisi: İnsan vücudunda düzlemler ve eksenler, somatotipi, antropometrik ölçümler, kemik, eklem ve kasların yapı ve işlevleri, temel biyomekanik kavramlar, esneklik ve kuvvetlendirme, hareketin nöromusküler temelleri, hareket ve dolaşım sistemi, hareket ve solunum sistemi							
Staj Durum		Yok							
Öğretim Yöntemleri		Anlatım (Takrir), Tartışma, 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	F Dere, B.Durgun: Spor Eğitimi için Fonksiyonel Anatomi. Okullar Pazarı Kitabevi, Adana,1994.
---	---

Hafta	Haftalara Göre Ders Konuları	
1	Teorik	Anatomiye giriş (terminoloji)
2	Teorik	İnsan vücudunda düzlemler ve eksenler
3	Teorik	Somatotipi
4	Teorik	Antropometrik ölçümler
5	Teorik	Kemiklerin yapı ve işlevi
6	Teorik	Eklemlerin yapı ve işlevi
7	Teorik	Kasların yapı ve işlevi
8	Ara Sınav (Vize)	Ara Sınav
9	Teorik	Temel biyomekanik kavramları
10	Teorik	İskelet sistemi
11	Teorik	Sportif harekette rol alan kaslar
12	Teorik	Sporda esneklik ve kuvvetlendirme
13	Teorik	Sportif hareket ve dolaşım sistemi
14	Teorik	Sportif hareket ve solunum sistemi
15	Teorik	Sportif hareketin nöromusküler temelleri
16	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	5	5	140
Bireysel Çalışma	4	4	4	32
Ara Sınav	1	1	1	2
Dönem Sonu Sınavı	1	1	1	2

Toplam İş Yüğü (Saat) 176

Yuvarla [Toplam İş Yüğü (saat) / 25*] = AKTS Kredisi 7

*25 saatlik iş yüğü 1 AKTS olarak kabul edilmektedir.

Dersin Öğrenme Çıktıları

1	Anatomi ve hareket ile ilgili terimleri açıklayabilecektir.
---	---



2	İnsan organizmasında ki yapısal faktörleri tanımlayarak sporla ilişkilendirebilecektir
3	Üst ekstremitte kemiklerini tanıyabilecektir
4	Alt ekstremitte kemiklerini tanıyabilecektir
5	Vertebrae ve Costae kemiklerini tanıyabilecektir
6	Üst ekstremitte kaslarını tanıyabilecektir

Program Çıktıları (Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Yüksek Lisans Programı)

1	Uygulama ve problem çözme becerilerini disiplinler arası çalışmalarda kullanır.
2	Beden ve spora uygun temel bilimsel bilgi ve tutum geliştirir.
3	Beden eğitimi ve sporda bireylerin gelişimine yönelik test geliştirme ve ölçme sonuçlarını yorumlar.
4	Beden eğitimi ve spor alanındaki bilimsel yöntemleri açıklar.
5	Alandaki ulusal ve uluslar arası gelişmeleri takip edebilme ve mesleki gelişimini sürdürür.
6	Beden eğitimi ve spor örgütlerinin örgüt iklimi ve kültürünü tanımlar.

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

	ÖÇ1	ÖÇ2	ÖÇ3	ÖÇ4	ÖÇ5	ÖÇ6
PÇ1	3	4	3	4	3	4
PÇ2	5	4	5	4	4	4
PÇ3	4	5	4	5	5	5
PÇ4	4	5	4	5	5	5
PÇ5	5	4	4	4	4	4
PÇ6	3	3	5	3	5	5

