



AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ DERS BİLGİ FORMU

Dersin Adı		Ritmik Cimnastik							
Ders Kodu		BESE359		Ders Düzeyi		Lisans			
AKTS Kredi	4	İş Yüğü	100 (Saat)	Teori	2	Uygulama	0	Laboratuvar	0
Dersin Amacı		Ritmik cimnastik dersi, branş tanımı, tarihçesi ve genel özelliklerini tanımlayabilme, ritmik cimnastik kurallarını sınıflayabilme, temel alet kullanımlarını, temel vücut zorluklarını uygulamayı ve özel antrenman bilgilerini kavramayı amaçlar.							
Özet İçeriği		Ritmik cimnastik dersi, branş tanımı, tarihçesi ve genel özelliklerini tanımlayabilme, ritmik cimnastik kurallarını sınıflayabilme, temel alet kullanımlarını, temel vücut zorluklarını uygulamayı ve özel antrenman bilgilerini kavramayı amaçlar.							
Staj Durum		Yok							
Öğretim Yöntemleri		Anlatım (Takrir), Gösterip Yaptırma, Bireysel Çalışma							
Dersi Veren Öğretim Elemanı(ları)			Dr. Öğr. Üyesi Sermin AĞRALI ERMİŞ						

Ölçme ve Değerlendirme Araçları

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

Ders Kitabı / Önerilen Kaynaklar

1	Sportif Ritmik Cimnastik Arzu Karaali Konter, 1998
---	--

Hafta	Haftalara Göre Ders Konuları	
1	Teorik	Vücut hareketlerinin sınıflandırılması
2	Teorik	Esneklik çalışmaları, İp aleti teknikleri
3	Teorik	Denge çalışmaları
4	Teorik	Ritim çalışmaları
5	Teorik	Kuvvet çalışmaları
6	Teorik	Sıçrama çalışmaları
7	Teorik	Koreografi çalışmaları
8	Teorik	Ara Sınav
9	Teorik	Çember aleti teknikleri
10	Teorik	Lobut aleti teknikleri
11	Teorik	Kurdele aleti teknikleri
12	Teorik	Föy yazımları ve Bale çalışması
13	Teorik	Föy yazımları ve Bale çalışması
14	Teorik	Özel antrenman bilgileri
15	Teorik	Dönem sonu 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	3	3	84
Bireysel Çalışma	1	3	3	6
Ara Sınav	1	3	2	5
Dönem Sonu Sınavı	1	3	2	5
Toplam İş Yüğü (Saat)				100
Yuvarla [Toplam İş Yüğü (saat) / 25*] = AKTS Kredisi				4

*25 saatlik iş yüğü 1 AKTS olarak kabul edilmektedir.

Dersin Öğrenme Çıktıları

1	Ritmik cimnastik tarihi ve disiplinleriyle ilgili temel bilgileri tanımlayabilme
2	Ritmik cimnastik tüm aletlerin temel tekniklerini uygulayabilme ve koreografi oluşturabilme



3	Ritmik cimnastik kurallarını sınıflayabilme, terminoloji hakkında bilgi edinebilme.
4	Ritmik cimnastikte kullanılan temel vücut hareketlerini yapabilme.
5	Ritmik cimnastik ip aletinde temel tekniklerini uygulayabilme ve koreografi oluşturabilme.

Program Çıktıları (Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Programı)

1	Beden eğitimi ve spor alanının belli başlı kavramlarını, varsayımlarını, tartışmalarını, araştırma ve inceleme yöntemlerini kullanabilme
2	Öğreteceği alan ile ilgili bilgileri, diğer konu alanları ile ilişkilendirerek; alanın okul çapında uygulanan program içindeki yerini anlayabilme
3	Farklı bakış açılarını kabul ederek bilginin nasıl geliştiğini öğrencilere aktarabilme
4	Öğrettiği alana ilişkin gelişmeleri yakından izleyerek, günlük yaşamla ilişkisini kurabilme
5	Sürekli öğrenmeyi alışkanlık hale getirerek alana ile ilgili faaliyetlere ve alanın öğretimi konusundaki profesyonel etkinliklere aktif olarak katılabilme
6	Öğrencilerin çeşitli özelliklerini (fiziksel,sosyo-ekonomik,zihinsel,duygusal ve psikomotor) tanıyabilme
7	Eleştirel düşünme, problem çözme ve performans becerilerine ait gelişmelerini özendirmek için çeşitli öğretim stratejilerini uygulayabilme
8	Öğrencilerin aktif biçimde ders katıldığı, anlamlı ve kalıcı öğrenmenin olduğu, öğrencinin kendini güvende hissettiği bir öğrenme ortamı oluşturabilmek için gerekli olan birey ve grup yönetimi ilke vs stratejilerini uygulayabilme
9	Öğrencinin bilişsel, duyuşsal sosyal fiziksel gelişimini sürekli olarak değerlendirmek için formal ve informal değerlendirme stratejilerini kullanabilme
10	Öğrencilerin sağlıklı bir biçimde gelişmelerini sağlayabilmeleri için kendilerini tanıma, okula uyum, fiziksel gelişmeleri ile ilgili sınıf içi ve dışı etkinlikleri, başarı düzeyleri, öğrenme ve çalışma alışkanlıkları ilgi ve yetenekleri ile meslek seçimi konularında rehberlik yapabilme
11	Bedensel, ruhsal ve zihinsel özellikler bakımından, özel eğitime gereksinim duyan öğrencilere, özelliklerine uygun olanak ve fırsatlarını yaratabilme
12	Ergenlerin nasıl öğrendiklerini, nasıl geliştiklerini bilerek ve onlara entellektüel, mesleki, toplumsal ve kişisel gelişimlerini destekleyecek öğrenme fırsatları oluşturabilme
13	Eğitim sisteminin temel ilkeleri, amaçları, sorunları ve geleceği hakkında duyarlılık gösterebilme
14	Öğretmenlik mesleği için geçerli olan etik kurallara her zaman uygun davranabilme
15	Toplumda spor kültürünün oluşturulması, farklı sporların tanıtılması ve spora katılımın yaygınlaştırılması için geçerli stratejiler geliştirebilme
16	Sporda yetenek tarama ve seçme kriterlerini kullanarak farklı spor branşlarına yatkın yetenekleri ortaya çıkarabilme

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

	ÖÇ1	ÖÇ2	ÖÇ3	ÖÇ4	ÖÇ5
PÇ1	5	5	5	5	5
PÇ15	4	4	4	4	4
PÇ16	4	4	4	4	4

