AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ
DERS BİLGİ FORMU

Dersin Adı	Atletizm								
Ders Kodu	REKB104		Ders Düzeyi	Lisans					
AKTS Kredi	4	İş Yükü	94 *(Saat)*	Teori	2	Uygulama	1	Laboratuvar	0
Dersin Amacı	Atletizmi bilme, uygulayabilme, bildiklerini bir başkasına öğretme bilgi ve becerilerini kazandırmak								
Özet İçeriği	Koşu, atma ve atlamaların temel teknik, yarışma kuralları ve becerileri ile dekatlon, heptatlon ve pentatlon gibi çoklu yarışmaların kural bilgi becerilerinin öğretimi								
Staj Durum	Yok								
Öğretim Yöntemleri	Anlatım (Takrir), Gösterip Yaptırma, Tartışma, Bireysel Çalışma								
Dersi Veren Öğretim Elemanı(ları)									

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 Yükü Hesabı (Ortalama Saat)				
Etkinlik	Adet	Ön Hazırlık	Etkinlik Süresi	Toplam İş Yükü
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 Yükü (Saat)	94
			Yuvarla [Toplam İş Yükü (saat) / 25*] = **AKTS Kredisi**	4
**25 saatlik iş yükü 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.
4	Temel teknikleri anlatabilme
5	Atletizm müsabakalarına hazırlık yapabilme

Program Çıktıları *(Rekreasyon Programı)*	
1	Rekreasyon ve Beden Eğitimi ve Spor alanlarıyla ilgili kavramlar, tanımlar, kuramlar ve tarihsel gelişim ile meslek hakkında bilgi sahibi olur.
2	Sağlık, sağlıklı yaşam, fiziksel aktivite ve ilgili konularda bilgi sahibi olur ve rekreasyon alanı ile ilişkisini anlar.
3	Rekreasyon alanında bilgi, beceri ve donanımları kazanır, teorik konular ve uygulama konuları ile faklı spor branşlarını bilir ve yapar.
4	Rekreasyon alanında problem tespit edebilir, temel bir problem çözümünde kullanılabilecek ilkeleri bilerek, çözüm önerileri geliştirir.
5	Rekreasyon alanında faaliyetlerin düzenlenmesi konusunda temel becerilere sahip olur, bu faaliyetleri düzenler, yönetir, uygular ve değerlendirmesini yapar.
6	Etkili iletişim becerilerini kullanır, takım üyeleri ve bireylerle iyi ve etkili iletişim kurar.
7	Fiziksel aktivite ve egzersiz programı yapar, programı takip eder, değerlendirir ve gerektiğinde programda düzenlemeler yapar.
8	En az bir yabancı dili bilir ve mesleğinde yabancı dilde iletişim kurabilme becerisi kazanır.
9	Rekreasyon alanındaki kaynakları, yeni ve güncel gelişmeleri takip eder, araştırma yapabilir.
10	Engelli bireylere ve farklı gruplara uygun rekreasyonel etkinlikler planlar, yönetir, uygular ve değerlendirir.
11	Çağın gerekliliklerine ve gelişmelere göre rekreasyon alanına yönelik kişisel ve mesleki gelişimini sağlar.
12	Topluma ve bireylere serbest zamanı etkili kullanabilme bilincini kazandırma sorumluluğu duyar.
13	İnsan haklarını, mesleki ve etik değerleri bilir ve bunlara bağlılık gösterir.
14	Rekreasyon alanında duygu, düşünce, görüş ve projelerini etkili bir şekilde aktarabilir.
15	Rekreasyon alanında proje hazırlayabilir, yönetebilir, uygulayabilir, projelerde ekip üyesi olarak uyumlu bir şekilde görev alabilir.
16	Rekreasyon alanı dışındaki diğer alanlar ile gerektiğinde işbirliği yaparak çok disiplinli olarak faaliyet, proje ve çalışmalar yapabilir, planlayabilir, yönetebilir ve görev alabilir.

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

	ÖÇ1	ÖÇ2	ÖÇ3	ÖÇ4	ÖÇ5
PÇ1	5				
PÇ3		4			
PÇ5				4	
PÇ7			5		
PÇ15					5