



AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ DERS BİLGİ FORMU

Dersin Adı		Doğa Yürüyüşü							
Ders Kodu		REKB155		Ders Düzeyi		Lisans			
AKTS Kredi	4	İş Yüğü	106 (Saat)	Teori	2	Uygulama	1	Laboratuvar	0
Dersin Amacı		Doğa kavramını ve önemini öğrenerek, doğada yapılan yürüyüş biçimleri, kullanılan malzemeler, doğada yön bulma gibi konular dahilinde doğa yürüyüşünden zevk almak ve bunu farklı gruplara uygulayıp aktarabilmeyi anlar.							
Özet İçeriği		Doğa, yürüyüş, nabız ölçmek, doğa yürüyüşünde kullanılan malzemeleri tanımak, basit kamp kurmak, farklı gruplara doğa yürüyüşünü sevdirmek ve uygulamak.							
Staj Durum		Yok							
Öğretim Yöntemleri		Anlatım (Takrir), Gösterip Yaptırma, 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	Tek Başına Doğa Yürüyüşü, Adrienne Hall, Bilge Kültür Sanat, 2006.
2	Doğa Yürüyüşü ve Liderliği, Alpaslan Koç, Türkiye Dağcılık Federasyonu, 2018.

Hafta	Haftalara Göre Ders Konuları	
1	Teorik	Doğada Olmak, Doğa Yürüyüşü kavramları
2	Teorik	Doğa Yürüyüşü Çeşitleri ve Yürüyüşte Temel Kurallar
3	Teorik	Yürüyüş Malzemeleri, Ultraviyole (UV) Koruma
4	Uygulama	Doğada yürüyüş, kısa mesafe
5	Uygulama	Doğada yürüyüş, orta mesafe
6	Uygulama	Doğada yürüyüş, orta mesafe
7	Ara Sınav (Vize)	Ara Sınav
8	Uygulama	Doğada yürüyüş, uzun mesafe
9	Uygulama	Doğada yürüyüş, uzun mesafe
10	Uygulama	Ormanlık alanlarda yürüyüş
11	Uygulama	Sıcak Havalarda Yürüyüş
12	Uygulama	Doğada yön bulmak, Doğada Karşılaşabileceğimiz Hayvanlar
13	Uygulama	Doğa Yürüyüş Liderliği/Rehberliği
14	Dönem Sonu Sınavı (Final)	Dönem Sonu Sınavı (Final)

Dersin Öğrenme, Öğretme ve Değerlendirme Etkinlikleri Çerçevesinde İş Yüğü Hesabı (Ortalama Saat)

Etkinlik	Adet	Ön Hazırlık	Etkinlik Süresi	Toplam İş Yüğü
Kuramsal Ders	4	2	4	24
Uygulamalı Ders	7	2	9	77
Dönem Ödevi	1	2	1	3
Dönem Sonu Sınavı	1	1	1	2
Toplam İş Yüğü (Saat)				106
Yuvarla [Toplam İş Yüğü (saat) / 25*] = AKTS Kredisi				4

*25 saatlik iş yüğü 1 AKTS olarak kabul edilmektedir.

Dersin Öğrenme Çıktıları

1	Doğada olmak, doğa yürüyüşü kavramlarını bilir, anlar
2	Yürüyüşte temel kurallar ve doğa yürüyüşü çeşitlerini bilir



3	Yürüyüş malzemelerini ve doğada yön bulmayı bilir
4	Farklı mesafelerde doğa yürüyüşü yapar
5	Doğa Yürüyüş Liderliği/Rehberliğini uygular

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 farklı 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	5	5	5	5
PÇ6	5				
PÇ11	4				
PÇ12				4	
PÇ13	4				

