


	<p style="text-align: center;">T.C. HARRAN ÜNİVERSİTESİ DERS İZLENCE FORMU</p>	Doküman No: FRM-0052
		Revizyon No: 01
		Yayın Tarihi: 05.11.2021
		Revizyon Tarihi: 18.07.2022
		Sayfa No: 1 / 2

DERS İZLENESİ	
Dersin Adı	Beden Eğitimi ve Vücut Geliştirme
Dersin AKTS'si	2
Dersin Yürütücüsü	Öğr.Gör. Emine GÖZEN
Dersin Gün ve Saati	Birim web sayfasında ilan edilecektir.
Dersin Görüşme Gün ve Saati	Birim web sayfasında ilan edilecektir.
Öğretim Yöntemi ve Ders Hazırlık	Konu anlatım, Soru-yanıt, örnek çözümler, doküman incelemesi. Derse hazırlık aşamasında, öğrenciler ders kaynaklarından her haftanın konusunu derse gelmeden önce inceleyerek gelecekler. Haftalık ders konuları ile ilgili tarama yapılacaktır. Ders yüz yüze yürütülecektir.
Dersin Amacı	Öğrencilerin fiziksel yeteneklerinin geliştirilmesi ve yeterli kuvvet, dayanıklılık, esneklik kazanarak doğru kaldırma ve taşıma yapabilme becerisinin kazandırılması amaçlanmaktadır.
Dersin Öğrenme Çıktıları	<p>Bu dersin sonunda öğrenci;</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Egzersiz, vücut geliştirmenin ve bunu sürdürmenin mesleği açısından önemine ilişkin farkındalık kazanır. 2.Çeşitli teknikler kullanarak fiziksel yeteneklerin geliştirmeyi ve böylelikle daha iyi taşıma teknikleri ile taşımayı rahatlıkla gerçekleştirme becerisi ve deneyimi kazanır. 3.Fiziksel gelişimlerini tamamlayarak karşılaşacağı olası güçlüklerin üstesinden nasıl gelebileceğini öğrenecek ve taşımada neleri doğru yapacağını öğrenecek. 4.Vücutkaslarını, işlevlerini bilir. 5.Vücut Geliştirme ekipmanlarının kullanılmasını bilir. 6. Isınma hareketlerini bilir
Haftalık Ders Konuları	<p>1.Hafta Tanışma ve öğrenim hedefleri</p> <p>2.Hafta Kuvvet çalışması 1</p> <p>3.Hafta Kuvvet çalışması 2</p> <p>4.Hafta Kuvvet çalışması 3</p> <p>5.Hafta Sportif uygulamalar</p> <p>6.Hafta Grup çalışması 1</p> <p>7.Hafta Grup çalışması 2</p> <p>8.Hafta Dayanıklılık çalışması 1</p> <p>9.Hafta Sportif uygulamalar 2</p> <p>10.Hafta Dayanıklılık çalışması 2</p> <p>11.Hafta Dinamik çalışma</p> <p>12.Hafta Dayanıklılık çalışması 3</p> <p>13.Hafta Dayanıklılık çalışması 4</p> <p>14.Hafta Dersin değerlendirilmesi</p>
Ölçme ve Değerlendirme	<p>Bu ders kapsamında 1 (bir) kısa sınav, 1 (bir) ara sınav ve ders konularını kapsayan 1 (bir) yarıyıl sonu sınavı yapılacaktır. Her bir değerlendirme kriterinin başarı puanına etkisi yüzdelik olarak aşağıda verilmiştir.</p> <p>Kısa Sınav: %10</p> <p>Ara Sınav: %40</p> <p>Yarıyıl Sonu Sınav: %50</p> <p>Kısa Sınav tarihi dersi veren öğretim elemanı tarafından duyurulacak, Ara Sınav ve Yarıyıl Sonu Sınav tarihi ve saati ise birim yönetim kurulu tarafından sayfasında ilan edilecektir. Sınavlar yüz yüze yapılacaktır.</p>

	T.C. HARRAN ÜNİVERSİTESİ DERS İZLENCE FORMU	Doküman No: FRM-0052
		Revizyon No: 01
		Yayın Tarihi: 05.11.2021
		Revizyon Tarihi: 18.07.2022
		Sayfa No: 2 / 2

Kaynaklar	Demirhan,G., (2006), Spor Eğitiminin Temelleri, Bağırhan Yayımevi Mosston, M., Ashworth, S., (2000), Beden Eğitimi Öğretimi, Bağırhan yayımevi, Ankara Marily,M.B., Jacalcyn, L. L., Joyce M. H., (2007), Instructional Strategies for Secondary School Physical Education, Connie Blackmore Cook Higgings, Martha, (2006), Elementary Physical Education Curriculum Guide for Physical Education Teacher, Publish America Butimore
------------------	---

Değerlendirme Sistemi

Öğrenci İşleri Bağlı Değerlendirme Yönergesine göre değerlendirilecektir.

**PROGRAM OGRENME ÇIKTILARI İLE
DERS ÖĞRENİM ÇIKTILARI İLİŞKİSİ TABLOSU**

	PÇ1	PÇ2	PÇ3	PÇ4	PÇ5	PÇ6	PÇ7	PÇ8	PÇ9	PÇ10	PÇ11	PÇ12	PÇ13	PÇ14	PÇ15
ÖÇ1	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3
ÖÇ2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3
ÖÇ3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3
ÖÇ4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3
ÖÇ5	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3
ÖÇ6	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3
ÖÇ: Öğrenme Kazanımları PÇ: Program Çıktıları															
Katkı Düzeyi	1 Çok Düşük			2 Düşük			3 Orta			4 Yüksek			5 Çok Yüksek		

Program Çıktıları ve İlgili Dersin İlişkisi

	PÇ 1	PÇ2	PÇ3	PÇ4	PÇ5	PÇ6	PÇ7	PÇ8	PÇ9	PÇ10	PÇ11	PÇ12	PÇ13	PÇ14	PÇ15
Beden Eğitimi ve Vücut Geliştirme	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3