

**HARRAN ÜNİVERSİTESİ**  
**SAĞLIK HİZMETLERİ MESLEK YÜKSEKOKULU**  
**ODYOMETRİ PROGRAMI**

Dersin Adı	Kodu	Yarıyılı	T+ U	Kredisi	AKTS
<b>Beden Eğitimi</b>	322110	I	2+0	2	2
Ön koşul Dersler					
Dersin Dili	Türkçe				
Dersin Türü	Seçmeli				
Dersin Koordinatörü					
Dersi Veren					
Dersin Yardımcıları					
Dersin Amacı	Öğrencilerin fiziksel yeteneklerinin geliştirilmesi ve yeterli kuvvet, dayanıklılık, esneklik kazanarak doğru kaldırma ve taşıma yapabilme becerisi kazandırılması amaçlanmaktadır.				
Dersin Öğrenme Çıktıları	<b>Bu dersin sonunda öğrenci;</b> 1. Egzersiz, vücut geliştirmenin ve bunu sürdürmenin mesleği açısından önemine ilişkin farkındalık kazanır. 2. Çeşitli teknikler kullanarak fiziksel yeteneklerin geliştirir. 3. Daha iyi taşıma teknikleri ile taşımayı rahatlıkla gerçekleştirme becerisi ve deneyimi kazanır. 4. Fiziksel gelişimlerini tamamlayarak karşılaşacağı olası güçlüklerin üstesinden nasıl gelebileceğini öğrenir. 5. Taşıma da neleri doğru yapacağını öğrenir.				
Dersin İçeriği	Kuvvet çalışması, vücut kas yapısının güçlendirilmesi, ağırlık kaldırma ve taşıma teknikleri, çalışma ortamında ortopedik yapıyı koruma teknikleri, dayanıklılık çalışması gibi konular işlenecektir.				
<b>Haftalar</b>	<b>Konular</b>				
1	Tanışma ve öğrenim hedefleri				
2	Kuvvet çalışması 1				
3	Kuvvet çalışması 2				
4	Kuvvet çalışması 3				
5	Sportif uygulamalar				
6	Grup çalışması 1				
7	Ara sınav				
8	Grup çalışması 2				
9	Dayanıklılık çalışması 1				
10	Sportif uygulamalar 2				
11	Dayanıklılık çalışması 2				
12	Dinamik çalışma				
13	Dayanıklılık çalışması 3				
14	Dayanıklılık çalışması 4				
<b>Genel yeterlilikler</b>					
Sağlıklı beden ve sağlıklı yaşam koşullarını öğrenir. Antrenman yapar. Vücut geliştirme tekniklerini uygular. Acil durumlarda kazazede kurtarır.					
<b>Kaynaklar</b>					
Emir, İ., İşler, H. (2009). <i>Beden Eğitimi ve Spor Bilgileri Rehber Kitabı</i> : O1 Kitap / Sportif Oluş Dizisi. Özdemir, E., Özdemir, R. (1998). <i>Cimnastikte duruş örnekleri ve jimnastik sopası ile yapılan hareketler.</i> , Ankara : Hekimler yayın birliği. Şengül, E. (1996). <i>Serbest Cimnastik, Sporsal Uygulama Dizisi-5</i> , Ankara.					
<b>Değerlendirme Sistemi</b>					
<b>Arasınav: %40 Final: %60 Bütünleme: %60</b>					

PROGRAM ÖĞRENME ÇIKTILARI İLE DERS ÖĞRENİM ÇIKTILARI İLİŞKİSİ TABLOSU											
	PÇ1	PÇ2	PÇ3	PÇ4	PÇ5	PÇ6	PÇ7	PÇ8	PÇ9	PÇ10	PÇ11
ÖÇ1	2	3	4	3	3	2	2	4	3	3	2
ÖÇ2	4	1	4	3	3	4	3	3	4	3	3
ÖÇ3	4	3	4	4	3	4	4	4	2	4	4
ÖÇ4	3	3	4	4	3	3	2	4	2	2	3
ÖÇ5	3	2	3	3	3	4	2	2	3	1	3
ÖÇ: Öğrenme Çıktıları PÇ: Program Çıktıları											
Katkı Düzeyi	1 Çok Düşük		2 Düşük		3 Orta		4 Yüksek		5 Çok Yüksek		

**Program Çıktıları ve İlgili Dersin İlişkisi**

Dersin Adı	PÇ1	PÇ2	PÇ3	PÇ4	PÇ5	PÇ6	PÇ7	PÇ8	PÇ9	PÇ10	PÇ11
<b>Beden Eğitimi-I</b>	2	3	1	3	3	4	2	2	3	3	2