

TRAMBOLİN

1	Ders Adı:	TRAMBOLİN
2	Ders Kodu:	AEB0001
3	Ders Türü:	Seçmeli
4	Ders Seviyesi	Lisans
5	Dersin Verildiği Yıl:	1
6	Dersin Verildiği Yarıyıl	2
7	Dersin AKTS Kredisi:	5.00
8	Teorik Ders Saati (saat/Hafta)	1.00
9	Uygulama Ders Saati(saat/Hafta)	2.00
10	Laboratuvar Ders Saati (saat/hafta) :	0
11	Dersin Önkoşulu:	Yok
12	Dersin Dili:	Türkçe
13	Dersin Veriliş Şekli:	Yüz yüze
14	Dersin Koordinatörü:	Öğr.Gör. CENGİZ AKÇA
15	Dersi Veren Diğer Öğretim Elemanları:	
16	Koordinatör İletişim Bilgileri:	cengizakca@uludag.edu.tr Bursa Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
17	Dersin WEB adresi:	
18	Dersin Amacı:	Mini ve büyük trambolin aletlerinin teknik özelliklerinin tanıtılması. Genel cimnastiğin birer parçası olan mini ve büyük trambolin aletlerinin gerek yarışmaya yönelik çalışmaları, gerekse artistik cimnastik tekniklerinin basamaklama çalışmalarındaki öneminin belirtilmesi.
19	Dersin Mesleki Gelişime Katkısı:	
20	Dersin Öğrenme Kazanımları:	
	1	Kişinin kendine güveninin artarttığına inanır
	2	Yardımlaşma alışkanlığının kazandırılması gerektiğini kavrar
	3	Koordinasyonun geliştirilmesi gereken bir özellik olduğunu kavrar
	4	Kondisyonel özelliklerin geliştirilmesi gerektiğini kavrar
	5	Mini trambolin aletini tanır
	6	Mini trambolinde sıçrama ve varyasyonlarını yapabilir
	7	büyük trambolin aletini tanır
	8	Büyük trambolin aletinde sıçrama ve varyasyonlarını yapabilir
	9	Büyük ve küçük trambolinlerde gösteri hazırlayabilir
	10	Trambolin aletiyle ilgili uluslararası yarışma kurallarını öğrenir
21	Dersin İçeriği:	
Hafta	DERS İÇERİKLERİ	
	Teorik	Uygulama

1	Mini trambolin hakkında bilgiler	Büyük trambolinde düz sıçrama ve duruş çalışmaları
2	Mini trambolin çeşitleri	Büyük trambolinde düz sıçrama ve duruş çalışmaları
3	Duble mini trambolin hakkında bilgi	Büyük trambolinde toplu sıçrama çalışmaları
4	senkronize mini trambolin yarışmaları	Büyük trambolinde toplu sıçrama çalışmaları
5	Duble mini trambolin yarışmaları	Büyük trambolinde bükük sıçrama çalışmaları
6	Büyük trambolin hakkında bilgi	Büyük trambolinde bükük sıçrama çalışmaları
7	Büyük trambolin çeşitleri	Büyük trambolinde greche çalışmaları
8	büyük trambolin yarışmaları	Büyük trambolinde greche çalışmaları
9	senkronize büyük trambolin yarışmaları	Büyük trambolinde uzun oturuşa düşme çalışmaları
10	büyük trambolinde düz sıçrama ve duruş ile ilgili bilgiler	Küçük tramboline yaklaşma koşusu çalışmaları
11	Büyük trambolinde sıçrama varyasyonları teorik bilgiler	Küçük trambolinde düz sıçrama çalışmaları
12	Küçük trambolinde yaklaşma koşusu ile ilgili bilgiler	Küçük trambolinde toplu sıçrama çalışmaları
13	Küçük trambolinde düz sıçrama ile ilgili bilgiler	Küçük trambolinde greche çalışmaları
14	Küçük trambolinde sıçrama varyasyonları ile ilgili teorik bilgiler	Küçük trambolinde bükük sıçrama çalışmaları
22	Ders Kitabı, Referanslar ve/veya Diğer Kaynaklar:	1. speath katalog 2. euro tramp katalog 3. T.C.F.web sayfası 4. F.İ.g. web sayfası 5. Trampolin cimnastik öğretim metotları, TKY, 2018, İSTANBUL, M.Caner GÜZELTÜRK
23	Değerlendirme	
YARIYIL İÇİ ÇALIŞMALARI		SAYISI
Ara Sınav		40.00
Kısa Sınav		0.00
Ödev		0.00
Yıl Sonu Sınavı		60.00
Toplam		100.00
Yıl içi çalışmalarının Başarıya Oranı		40.00
Finalin Başarıya Oranı		60.00
Toplam		100.00
Kullanılan Ölçme ve Değerlendirme Yaklaşımları		
24	AKTS / İŞ YÜKÜ TABLOSU	

ETKİNLİK	SAYISI	Süresi (Saat)	Toplam İş Yüğü (Saat)
Teorik Dersler	14	1.00	14.00
Uygulamalı Dersler	14	2.00	28.00
Sınıf Dışı Ders Çalışma Süresi (Ön çalışma, pekiştirme)	10	5.00	50.00
Ödevler	3	7.00	21.00
Projeler	0	0.00	0.00
Arazi Çalışmaları	0	0.00	0.00
Arasınaylar	1	15.00	15.00
Diğer	0	0.00	0.00
Yarıyıl Sonu Sınavı	1	20.00	20.00
Toplam İş Yüğü			148.00
Toplam İş Yüğü / 30 saat			4.93
Dersin AKTS Kredisi			5.00

25	PROGRAM YETERLİLİKLERİ İLE DERS ÖĞRETİM KAZANIMLARI İLİŞKİSİ TABLOSU															
	PY1	PY2	PY3	PY4	PY5	PY6	PY7	PY8	PY9	PY10	PY11	PY12	PY13	PY14	PY15	PY16
ÖK1	5	5	3	4	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK2	4	4	4	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK3	4	4	4	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK4	3	0	0	0	5	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK5	4	0	0	5	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK6	3	0	0	4	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK8	3	4	5	0	4	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK: Öğrenme kazanımlar PY: Program yeterlilikleri																
Katkı Düzeyi:	1 çok düşük			2 Düşük			3 Orta			4 Yüksek			5 Çok Yüksek			