

# SPORDA YAŞAM STRATEJİLERİ VE AKTİF YAŞLANMA-I

|       |                                       |   |  |
|-------|---------------------------------------|---|--|
| 1     | Ders Adı:                             | SPORDA YAŞAM STRATEJİLERİ VE AKTİF YAŞLANMA-I |  |
| 2     | Ders Kodu:                            | BEB4083                                       |  |
| 3     | Ders Türü:                            | Seçmeli                                       |  |
| 4     | Ders Seviyesi                         | Lisans  |  |
| 5     | Dersin Verildiği Yıl:                 | 4   |  |
| 6     | Dersin Verildiği Yarıyıl              | 7   |  |
| 7     | Dersin AKTS Kredisi:                  | 3.00  |  |
| 8     | Teorik Ders Saati (saat/Hafta)        | 2.00  |  |
| 9     | Uygulama Ders Saati(saat/Hafta)       | 0.00  |  |
| 10    | Laboratuvar Ders Saati (saat/hafta) : | 0   |  |
| 11    | Dersin Önkoşulu:                      |   |  |
| 12    | Dersin Dili:                          | Türkçe  |  |
| 13    | Dersin Veriliş Şekli:                 |   |  |
| 14    | Dersin Koordinatörü:                  | Öğr. Gör. İLKNUR SÜTBAKAN ARICI               |  |
| 15    | Dersi Veren Diğer Öğretim Elemanları: |   |  |
| 16    | Koordinatör İletişim Bilgileri:       |   |  |
| 17    | Dersin WEB adresi:                    |   |  |
| 18    | Dersin Amacı:                         |   |  |
| 19    | Dersin Mesleki Gelişime Katkısı:      |   |  |
| 20    | Dersin Öğrenme Kazanımları:           |   |  |
|       |                                       | 1   |  |
|       |                                       | 2   |  |
|       |                                       | 3   |  |
|       |                                       | 4   |  |
|       |                                       | 5   |  |
|       |                                       | 6   |  |
|       |                                       | 7   |  |
|       |                                       | 8   |  |
|       |                                       | 9   |  |
|       |                                       | 10  |  |
| 21    | Dersin İçeriği:                       |   |  |
| Hafta | <b>DERS İÇERİKLERİ</b>                |   |  |
|       | <b>Teorik</b>                         | <b>Uygulama</b>                               |  |
| 1     |                                       |   |  |
| 2     |                                       |   |  |
| 3     |                                       |   |  |
| 4     |                                       |   |  |
| 5     |                                       |   |  |
| 6     |                                       |   |  |
| 7     |                                       |   |  |
| 8     |                                       |   |  |

|    |  |  |
|----|--|--|
| 9  |  |  |
| 10 |  |  |
| 11 |  |  |
| 12 |  |  |
| 13 |  |  |
| 14 |  |  |

|    |   |   |
|----|---|---|
| 22 | Ders Kitabı, Referanslar ve/veya Diğer Kaynaklar: | Spor Teknolojileri Öğr. Gör. Abdullah Şimşek, Prof. Dr. Sebahattin Devocioğlu<br>Sporun Değişen Yüzü Burhan Baloğlu, Ayten Davutoğlu<br>Fiziksel Aktivite ve Yaşam Kalitesi Alparslan Gazi Aykın<br>Sporun Stres ve Mutluluk Üzerine Etkileri Neşe Mumcu, Hasan Erdem Mumcu<br>Farklı Ülkelerde Rekreatif Katılımın Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi Süleyman Gönülateş<br>Üniversite Öğrencilerinin Düzenli Egzersiz Yapmaya Yönelik Davranış Değişirme İstekleri İle Taraftarlık Seviyeleri Arasındaki İlişki Mehmet Haluk Sivrikaya<br>Sosyal Tabakalaşma ve Spor Murat Yüksel<br>Fiziksel Aktivitenin Yaşam Kalitesi ve Sosyalleşme Üzerine Etkisi Mehmet Yıldırım |
|----|---|---|

|    |               |
|----|---------------|
| 23 | Değerlendirme |
|----|---------------|

| YARIYIL İÇİ ÇALIŞMALARI                        | SAYISI | KATKI YÜZDESİ |
|--|--------|---------------|
| Ara Sınav                                      |        |               |
| Kısa Sınav                                     |        |               |
| Ödev   |        |               |
| Yıl Sonu Sınavı                                |        |               |
| Toplam   |        |               |
| Yıl içi çalışmalarının Başarıya Oranı          |        |               |
| Finalin Başarıya Oranı                         |        |               |
| Toplam   |        |               |
| Kullanılan Ölçme ve Değerlendirme Yaklaşımları |        |               |

|    |                               |
|----|-------------------------------|
| 24 | <b>AKTS / İŞ YÜKÜ TABLOSU</b> |
|----|-------------------------------|

| ETKİNLİK  | SAYISI | Süresi (Saat) | Toplam İş Yükü (Saat) |
|---|--------|---------------|-----------------------|
| Teorik Dersler  |        |               |                       |
| Uygulamalı Dersler                                      |        |               |                       |
| Sınıf Dışı Ders Çalışma Süresi (Ön çalışma, pekiştirme) |        |               |                       |
| Ödevler   |        |               |                       |
| Projeler  |        |               |                       |
| Arazi Çalışmaları                                       |        |               |                       |
| Arasınavlar   |        |               |                       |
| Diğer   |        |               |                       |
| Yarıyıl Sonu Sınavı                                     |        |               |                       |
| Toplam İş Yükü  |        |               |                       |
| Toplam İş Yükü / 30 saat                                |        |               |                       |
| Dersin AKTS Kredisi                                     |        |               | 3.00                  |

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