

# HAREKET EĞİTİMİ

1	Ders Adı:	HAREKET EĞİTİMİ
2	Ders Kodu:	AE-105
3	Ders Türü:	Zorunlu
4	Ders Seviyesi	Lisans
5	Dersin Verildiği Yıl:	1
6	Dersin Verildiği Yarıyıl	1
7	Dersin AKTS Kredisi:	3.00
8	Teorik Ders Saati (saat/Hafta)	2.00
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:	Öğrt. Gör. A.Nazım GÜRAK
16	Koordinatör İletişim Bilgileri:	ccakca@hotmail.com cengizakca@uludag.edu.tr
17	Dersin WEB adresi:	
18	Dersin Amacı:	Kendine güven, algılama, cesaret ve yardımlaşma alışkanlığının kazandırılması, koordinasyon gelişimi, bireysel ve grup halinde koreografi hazırlama becerisinin geliştirilmesi, liderlik yeteneğinin geliştirilmesi.
19	Dersin Mesleki Gelişime Katkısı:	Koordinatif özelliklerin geliştirilmesi (Kendine güven, algılama, cesaret ve yardımlaşma alışkanlığının kazandırılması, koordinasyon gelişimi, liderlik )beden eğitimi öğretmeni olmanın en temel parametrelerindedir.
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	Bireysel seri hazırlayabileceğine inanır
	6	Grup koreografisi hazırlayabileceğine inanır
	7	Liderlik özelliğinin geliştiğinin farkına varır
	8	Disiplinli çalışma alışkanlığının kazandırıldığını kavrar
	9	Gösteri grupları için malzeme, kıyafet tasarlayabileceğine inanır
	10	Temel hareket becerilerini edinir.
21	Dersin İçeriği:	
<b>Hafta</b>	<b>DERS İÇERİKLERİ</b>	
	<b>Teorik</b>	<b>Uygulama</b>
1	Cimnastik ve hareket eğitimi	Cimnastik ve hareket eğitimi
2	Bireysel Koordinatif hareketlerin geliştirilmesi	Bireysel Koordinatif hareketlerin geliştirilmesi

3	Eşli Koordinatif hareketlerin geliştirilmesi	Eşli Koordinatif hareketlerin geliştirilmesi
4	Grup Koordinatif hareketlerin geliştirilmesi	Grup Koordinatif hareketlerin geliştirilmesi
5	Düzen Alıştırmaları (Komutlar)	Düzen Alıştırmaları (Komutlar)
6	Düzen Alıştırmaları (Yön değiştirmeler; dönüşler ve çarklar)	Düzen Alıştırmaları (Yön değiştirmeler; dönüşler ve çarklar)
7	Düzen Alıştırmaları (Sıralama ve dizilmeler)	Düzen Alıştırmaları (Sıralama ve dizilmeler)
8	Düzen Alıştırmaları (Ayak değiştirme)	Düzen Alıştırmaları (Ayak değiştirme)
9	Temel duruşlar (Ayakta ve çömelik pozisyonda)	Temel duruşlar (Ayakta ve çömelik pozisyonda)
10	Temel duruşlar (Oturuş ve yatış pozisyonları)	Temel duruşlar (Oturuş ve yatış pozisyonları)
11	Temel duruşlar (Denge duruşları)	Temel duruşlar (Denge duruşları)
12	Eşli temel duruşlar	Eşli temel duruşlar
13	Sahne düzenlemeleri	Sahne düzenlemeleri
14	Bireysel ve grup koreografileri	Bireysel ve grup koreografileri
22	Ders Kitabı, Referanslar ve/veya Diğer Kaynaklar:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ergün ŞENGÜL, Serbest Cimnastik, Sporsal Uygulama Dizisi-5, 1996, ANKARA.</li> <li>2. Erdem ÖZDEMİR, Reyzan ÖZDEMİR, Cimnastikte Duruş Örnekleri Ve Jimnastik Sopası İle Yapılan Hareketler, Hekimler Yayın Birliği, 1998, ANKARA.</li> <li>3. Reyzan ÖZDEMİR, Erdem ÖZDEMİR, Cimnastik Sırası İle Yapılan Hareketler, Hekimler Yayın Birliği, 1998, ANKARA.</li> <li>4. Yaşar SEVİM, Ergün ŞENGÜL, Sağlık Topu İle Güç Geliştirme, Gençlik Ve Spor Genel Md. Spor Eğitimi Daire Bşk., 1994, ANKARA.</li> <li>5. Klaus HERMANN, Lehrplan Deustcher Turner-Bund, Veilseitiges Turnen and Graten, Breitensport, 1985, MÜNCHEN.</li> <li>6. Reyzan ÖZDEMİR, Sportif Performansta Isınmanın Önemi, Çeviri, 1994, BURSA.</li> </ol>
23	Değerlendirme	
<b>YARIYIL İÇİ ÇALIŞMALARI</b>		<b>SAYISI KATKI YÜZDESİ</b>
Ara Sınav		1 40.00
Kısa Sınav		0 0.00
Ödev		0 0.00
Yıl Sonu Sınavı		1 60.00
Toplam		2 100.00
Yıl içi çalışmalarının Başarıya Oranı		40.00
Finalin Başarıya Oranı		60.00
Toplam		100.00
Kullanılan Ölçme ve Değerlendirme Yaklaşımları		klasik sınav
24	<b>AKTS / İŞ YÜKÜ TABLOSU</b>	

ETKİNLİK	SAYISI	Süresi (Saat)	Toplam İş Yüğü (Saat)
Teorik Dersler	14	2.00	28.00
Uygulamalı Dersler	14	2.00	28.00
Sınıf Dışı Ders Çalışma Süresi (Ön çalışma, pekiştirme)	3	6.00	18.00
Ödevler	0	0.00	0.00
Projeler	0	0.00	0.00
Arazi Çalışmaları	0	0.00	0.00
Arasınavlار	1	8.00	8.00
Diğer	0	0.00	0.00
Yarıyıl Sonu Sınavı	1	10.00	10.00
Toplam İş Yüğü			100.00
Toplam İş Yüğü / 30 saat			3.07
Dersin AKTS Kredisi			3.00

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	4	4	4	4	5	4	4	3	4	5	4	4	3	4	4	5
ÖK2	4	4	5	5	4	4	3	4	4	4	5	5	4	4	3	4
ÖK3	5	4	4	4	3	4	4	5	5	4	4	3	4	4	4	5
ÖK4	4	4	4	5	5	4	4	5	4	3	4	4	4	5	4	4
ÖK5	5	5	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	4	5	4
ÖK6	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	5
ÖK7	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5
ÖK8	4	4	3	4	3	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	4
ÖK9	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4
ÖK10	5	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	3	4	4	4
<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>			