

OKULLARDA SAĞLIK ve AKTİF YAŞAM

1	Ders Adı:	OKULLARDA SAĞLIK ve AKTİF YAŞAM
2	Ders Kodu:	GK028
3	Ders Türü:	Seçmeli
4	Ders Seviyesi	Lisans
5	Dersin Verildiği Yıl:	2
6	Dersin Verildiği Yarıyıl	3
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:	Yok
12	Dersin Dili:	Türkçe
13	Dersin Veriliş Şekli:	Yüz yüze
14	Dersin Koordinatörü:	Prof. Dr. Nimet HAŞIL KORKMAZ
15	Dersi Veren Diğer Öğretim Elemanları:	
16	Koordinatör İletişim Bilgileri:	nhasil@uludag.edu.tr, tlf: 02242940686 Bursa Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Bursa/GÖRÜKLE
17	Dersin WEB adresi:	http://bilgipaketi.uludag.edu.tr/Ders/Index/1107578
18	Dersin Amacı:	İletişim becerileri dersi öğretmenler, öğretmen adayı öğrenciler: toplumdaki bireyler, toplumsal barış için, bireylerin kendileriyle barışık ve mutlu olabilmeleri için temel yaşam becerilerinden biridir. Bu dersin amacı, insan ilişkileri ve iletişim konusunda gerekli olan yeterli düzeyde kavramsal bilgi, anlayış, teknik ve uygulama becerisi kazanmaktır.
19	Dersin Mesleki Gelişime Katkısı:	Öğretmen adaylarının iletişim becerisi açısından daha duyarlı kılınmaları, daha iyi donatılmaları ve öğretmen öğrencinin birbirine yakınlaşmasını sağlar. Ve insan ilişkilerini başarılı şekilde sürdürülebilir.
20	Dersin Öğrenme Kazanımları:	
	1	Beden eğitimi ve Spor Bilimleri alanındaki temel genel bilgilere sahiptir.
	2	Beden Eğitimi, Fiziksel aktivite ve Spor bilimleri alanındaki bilgilere sahiptir
	3	Beden eğitimi ve Spor Bilimleri alanında işlevsel ve taktiksel düzeyde karar alma becerisine sahiptir
	4	Beden Eğitimi ve Sporda Çocuklar ve gençler için sağlıklı aktif yaşam biçimleri geliştirmek amacıyla içerik ve yöntemlere odaklanır
	5	Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri alanındaki faaliyetlerin düzenlenmesi konusunda temel becerilere sahip olur, bu faaliyetleri uygular ve değerlendirmesini yapar.
	6	Spor Bilimleri alanıyla ilgili farklı projelerde ekip üyesi olarak uyumlu bir şekilde çalışabilir
	7	Bireysel sağlık modeli uygulamaları yapar
	8	Egzersiz programı çıkartır, programı takip eder ve gerektiğinde programda düzenlemeler yapar.

	9	Bireylerle iyi ve etkili iletişim kurar
	10	Alanındaki duygu, düşünce, görüş ve projelerini etkili bir şekilde aktarabilir.
21	Dersin İçeriği:	
Hafta	DERS İÇERİKLERİ	
	Teorik	Uygulama
1	Beden Eğitimi, Spor, Egzersiz ve Fiziksel Aktivitenin tanımları	
2	Fiziksel aktivite ve sağlık ilişkisinin incelenmesi, orta–yüksek şiddette fiziksel aktivite uygulamalarının gerçekleştirilmesi	
3	Çocukta fiziksel aktivite, fiziksel aktivite yönergelerinin incelenmesi, fiziksel okuryazarlık ve bileşenleri	
4	Toplum yaşamına taşınan okul temelli fiziksel aktivite sağlık ve beden eğitimi programlarının genişletilmesinin incelenmesi, okullarda fiziksel aktivite fırsatlarının keşfedilmesi ve uygulanması	
5	Akademik dersler sırasında fiziksel aktivite, ilişkilendirilmiş beden eğitimi ders örnekleri, dünyada okullarda fiziksel aktivite laboratuvarları ve fiziksel aktiviteyi teşvik eden sınıf tasarımlarının incelenmesi	
6	Yaşam boyu etkinlik için bir strateji olarak beden eğitimi ve sağlık arasındaki ilişkinin yeniden düşünülmesi, sağlık ve beden eğitiminin öğretiminde teknoloji uygulamalarının gözden geçirilmesi, dünyada exergames, sağlıkla ilgili mobil uygulamalar ve giyilebilir sağlık cihazları gibi sağlıklı yaşam tarzı dijital teknolojilerinin eğitim ortamlarında kullanımı	
7	Bilişsel Öğrenme süreçleri ve Fiziksel aktivite	
8	Egzersiz ve akademik başarı arasındaki ilişki, hareket temelli öğrenme.	
9	Bireysel sağlık modeli, fiziksel aktivite, sağlık ve beslenme ilişkisi	
10	Çocuklar ve gençler için sağlıklı aktif yaşam biçimleri geliştirmek amacıyla içerik ve yöntemlere odaklanmak, beceri gelişimi, fiziksel uygunluk, sağlık, beslenme ve serbest zaman planlaması ve bütünleştirilmesi	
11	Kapsamlı okul fiziksel aktivite programlarının oluşturulması ve uygulanması, okulda aktif ve sağlıklı yaşam lideri olarak beden eğitimi öğretmenin rolü, tüm öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılımını sağlama ve motivasyon	
12	Bireysel sağlık modelinin dünyadaki örneklerinin incelenmesi	
13	Güncel Araştırmaların incelenmesi	
14	Konuların tekrarı	

22	Ders Kitabı, Referanslar ve/veya Diğer Kaynaklar:	Ed. Mehmet İlkin, Enes Beltekin. Nimet Haşıl Korkmaz, İnci Ece Öztürk, Selen Uğur “Sağlık Temelli Beden Eğitimi Genel Bir Bakış Sporda Yeni Akademi Yaklaşımlar 2020 Ed. Gülfem Hergüner, Ali Serdar Yücel “ Spor ve Sağlık Bilimlerine Multidisipliner Yaklaşım” Nimet Haşıl Korkmaz, İnci Ece Öztürk “Okullarda Fiziksel Aktivite ve Sağlık “ 2020 Cleland, V., Timperio, A., Salmon, J., Hume, C., Telford, A., Crawford, D. (2011). A Longitudinal Study of the Family Physical Activity Environment and Physical Activity among Youth. American Journal of Health Promotion, 25(3), 159–167.
-----------	--	--

23	Değerlendirme
----	---------------

YARIYIL İÇİ ÇALIŞMALARI	SAYISI	KATKI YÜZDESİ
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 ve çoktan seçmeli sorular

24	AKTS / İŞ YÜKÜ TABLOSU
----	------------------------

ETKİNLİK	SAYISI	Süresi (Saat)	Toplam İş Yüğü (Saat)
Teorik Dersler	14	2.00	28.00
Uygulamalı Dersler	0	0.00	0.00
Sınıf Dışı Ders Çalışma Süresi (Ön çalışma, pekiştirme)	5	4.00	20.00
Ödevler	0	0.00	0.00
Projeler	5	4.00	20.00
Arazi Çalışmaları	0	0.00	0.00
Arasınavlار	1	1.00	1.00
Diğer	5	4.00	20.00
Yarıyıl Sonu Sınavı	1	1.00	1.00
Toplam İş Yüğü			91.00
Toplam İş Yüğü / 30 saat			3.00
Dersin AKTS Kredisi			3.00

[illegible]

ÖK3	0	0	0	0	4	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	4	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0
ÖK6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	0	0
ÖK7	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK8	0	0	0	4	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	5	0	0	0
ÖK: Öğrenme kazanımlar PY: Program yeterlilikleri																
Katkı Düzeyi:	1 çok düşük			2 Düşük			3 Orta			4 Yüksek			5 Çok Yüksek			