

FİZİKSEL AKTİV ve PSİKO ZİNDELİK

1	Ders Adı:	FİZİKSEL AKTİV ve PSİKO ZİNDELİK
2	Ders Kodu:	BED2123
3	Ders Türü:	Seçmeli
4	Ders Seviyesi	Lisans
5	Dersin Verildiği Yıl:	2
6	Dersin Verildiği Yarıyıl	3
7	Dersin AKTS Kredisi:	5.00
8	Teorik Ders Saati (saat/Hafta)	3.00
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:	Doç.Dr. Nimet HAŞIL KORKMAZ
15	Dersi Veren Diğer Öğretim Elemanları:	
16	Koordinatör İletişim Bilgileri:	Doç:Dr.Nimet Korkmaz
17	Dersin WEB adresi:	
18	Dersin Amacı:	Psikoloji, sosyoloji ve sosyal psikolojiden seçilmiş teknik ve kuramlardan yararlanarak insan davranışları ve insanlar arası etkileşimleri anlamak amacıyla br kısım sorulara cevap aramak.
19	Dersin Mesleki Gelişime Katkısı:	
20	Dersin Öğrenme Kazanımları:	
	1	Birey ve toplum ilişkilerinin spora yansıması
	2	Tutum gelişimi
	3	Kişilik gelişimi
	4	Sporda stres faktörünün olumsuzluklarına karşı doğru ve etkili yöntemleri kullanabilme
	5	Gevşeme yöntemleri ve meditasyon çalışmalarını uygulayabilme
	6	Sporda saldırganlık ve şiddete karşı olumlu tutum ve davranışları gerçekleştirebilme
	7	Cinsellik” kavramının spora olan etkilerini anlayabilme
	8	Rekabet ve işbirliği” kavramlarına dair temel ilkeleri öğrenerek, sporda bu kavramlardan yararlanabilme
	9	İmgeleme çalışmaları ile hedeflenen amaçlara yoğunlaşabilme
	10	Spor sakatlanmalarından sonra oluşan psikolojik sorunları çözebilme
21	Dersin İçeriği:	
Hafta	DERS İÇERİKLERİ	
	Teorik	Uygulama
1	Sosyal psikolojiye giriş, egzersiz ve sağlık	
2	Sosyal bilişsel teoriler	
3	Stres ve Stresle Baş Etme Yöntemleri	

4	Egzersiz amaçları, egzersiz davranışları ve ötesi	
5	Egzersiz ve fiziksel benlik	
6	Sporda sosyal psikoloji	
7	Motivasyon	
8	Ders tekrarı ve Ara Sınav	
9	Sporcuların duyguları	
10	Sporda grup süreci	
11	Saldırganlık	
12	Taraftar şiddeti	
13	Tutumlar	
14	Algı ve Liderlik	
22	Ders Kitabı, Referanslar ve/veya Diğer Kaynaklar:	Dorak,F.&Vurgun,N.,Hentbol-Oyun Duyusundan Hızlı Oyuna, Ege Üniv.Basımevi, İZMİR 2008 Dorak F., Ders Notları, www.ferudundorak.com.tr Atkinson L.R., Atkinson C. R., Hilgard R.E., Psikolojiye Giriş 1, Sosyal Yayınlar, 1995-İSTANBUL. Tiryaki,Ş. Spor Psikolojisi, Eylül Kitabevi,2000. Weinberg,R&Gould,D. Foundations of Exercise and Sport Psychology, Human Kinetics,2003. Tenenbaum G., Eklund C. R., Handbook of Sport Psychology, Wiley, 2007, CANADA. Morris G. C. (çev: Belgin Ayvaşık, Melike Sayıl), Psikolojiyi Anlamak, Türk Psikologlar Derneği Yayınları, ANKARA-2002. Stephen Sutton: The Social Psychology of Exercise and Sport Applying Social Psychology
23	Değerlendirme	
YARIYIL İÇİ ÇALIŞMALARI		SAYISI
Ara Sınav		1
Kısa Sınav		0
Ödev		1
Yıl Sonu Sınavı		1
Toplam		3
Yıl içi çalışmalarının Başarıya Oranı		50.00
Finalin Başarıya Oranı		50.00
Toplam		100.00
Kullanılan Ölçme ve Değerlendirme Yaklaşımları		
24	AKTS / İŞ YÜKÜ TABLOSU	

ETKİNLİK	SAYISI	Süresi (Saat)	Toplam İş Yüğü (Saat)
Teorik Dersler	14	3.00	42.00
Uygulamalı Dersler	0	0.00	0.00
Sınıf Dışı Ders Çalışma Süresi (Ön çalışma, pekiştirme)	14	5.00	70.00
Ödevler	1	30.00	30.00
Projeler	0	0.00	0.00
Arazi Çalışmaları	0	0.00	0.00
Arasınaylar	1	3.00	3.00
Diğer	0	0.00	0.00
Yarıyıl Sonu Sınavı	1	5.00	5.00
Toplam İş Yüğü			150.00
Toplam İş Yüğü / 30 saat			5.00
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	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK2	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK3	3	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK4	4	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK5	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK6	4	0	0	5	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK7	4	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ÖK8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0
ÖK9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0
ÖK10	0	0	0	4	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			