



İSTANBUL
ÜNİVERSİTESİ
CERRAHPAŞA

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ
LİSANS PROGRAMI

DERS İÇERİKLERİ

-2018-



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



Spor Bilimleri Ortak Program
Ders İçerikleri

ODAI0001 Atatürk İlkeleri ve İnkılap Tarihi I (2+0 2,0)

Devrim, Evrim, Ayaklanma: Türk devriminin niteliği ve özellikleri, Anadolu ihtilalinin örgütlenmesi, Amasya genelgesi, Erzurum kongresi, Sivas kongresi, Heyeti temsilîyenin oluşturulması çalışmaları, TBMM'nin açılması; Ulusal Kurtuluş Savaşı: İzmir'in işgali, İşgale karşı tepkiler, Kuva-i Milliyenin oluşturulması, Birinci İnönü savaşı, İkinci İnönü savaşı, Eskişehir-Kütahya savaşları, Sakarya savaşları, Büyük Taarruz; Saltanatın kaldırılması, Lozan Anlaşması, Hilafetin kaldırılması, Tekke ve zaviyelerin kaldırılması.

SPBF1021 Atletizm I (1+2 4,0)

Tanımı ve sınıflandırılması. Koşular: kır koşuları, kros, yol koşuları ve sokak koşuları, pist koşuları; engelli koşular, bayrak koşuları, fartlek. Yürüyüşler: doğa yürüyüşleri, jogging, atlamalar: uzun atlama, durarak uzun atlama, yüksek atlama. Değişik şekillerdeki sıçrama tekniklerinin öğretimi; yaklaşma koşusu, sıçrama, uçma ve konma becerilerinin öğretimi. Atmalar: değişik şekillerdeki atma tekniklerinin öğretimi. Sürat, kuvvet ve dayanıklılık kazandırıcı alıştıırma ve antrenman formları.

SPBF1022 Cimnastik (1+2 3,0)

Tanım; tarihçe; cimnastik duruşları; tören yürüyüşleri; düzen alıştıırmaları; ritim duygusu gelişimi; genel cimnastikte kullanılan küçük el araçları; yaş gruplarına göre alet seçimi; halatla çalışmalar; halat ile eğitsel oyunlar; stretching; step, sağlık topu ile bireysel ve eşli hareketler; cimnastik ipi ile bireysel ve grup çalışmaları; cimnastik sopası ile ritim çalışmaları; parmaklıkta kuvvet ve esneklik çalışmaları; cimnastik sırasının çok yönlü kullanımı; kasa çalışmaları; eşli alıştıırmalar.

ODGS0001 Güzel Sanatlar I(1+0 1,0)

Sanatın önemi ve işlevi; güzel sanatların tanımı, işlevi, kökeni, gelişimi ve etimolojisi.

SPBF1002 İletişim Becerileri(2+0 4,0)

Öğrencilere etkili sözlü iletişim için gereken dinleme ve telaffuz becerilerini kazandırmaktır. Öğrencilerin hazırlıksız konuşma, tartışma ve münazara gibi çeşitli durumlarda konuşma becerilerini geliştirmek, sözlü iletişimin ve topluluk önünde etkili konuşmanın temel ilkeleri dersin amaçları arasındadır. Bununla birlikte konuşmaların planlanması, hazırlanması ve sunulması, sahne korkusunu yenme, dinleyici analizi, etkili dil kullanımı ve beden dilinin önemi ve bilgilendirici ve ikna edici sunuşlar ders amaçları doğrultusunda işlenmektedir.

SPBF1004 Modüler Eğitim (1+0 1,0)

Spor bilimleri alanındaki farklı yaklaşım ve uygulamaların öğrencilere, eğitim ve meslek standartları gözetilerek aktarılması. Farklı disiplinlerden konusunda uzman eğitimcilerin öğrencilere güncel ve yoğun bilgi akışı sağlaması.

SPBF1003 Rekreasyona Giriş (2+0 4,0)

Zaman, serbest zaman, serbest zaman değerlendirme, serbest zaman etkinliklerine katılımı teşvik eden etkenler, rekreasyon nedir? Rekreasyonun etkinlik alanları ve özellikleri, rekreasyonun sınıflandırılması, rekreasyonun işlevleri, rekreasyon teorileri, rekreasyon ve spor, rekreasyon ve turizm, rekreasyon ve liderlik, Türkiye'de rekreasyonel durum.



**T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Spor Bilimleri Ortak Program
Ders İçerikleri**

SPBF1001 Spor Bilimi ve Felsefesi (2+0 3,0)

Spor kavramı; sporun tarihsel gelişimi; sporun kişiler üzerindeki etkileri; sporun toplumlar arasındaki ilişkileri; spor felsefesi; sporun bilimsel yaklaşımları; sporun işlevleri; sporun toplumsal, sporun ekonomik, sporun psikolojik işlevi; spor bilimleri ile ilgili kavramlar; temel hareket becerileri; aktif yaşam; hareket eğitimi; motor gelişim; motor gelişim alanları, motor gelişim aşamaları, motor gelişimi etkileyen faktörler.

ODTD0001 Türk Dili I (2+0 2,0)

Dil nedir: dilin doğuşuyla ilgili teoriler, dil-kültür-ulus ilişkisi; dil devrimi: Türk dil kurumu ve çalışmaları; dünya dilleri: dil aileleri, Türkçenin dünya dilleri arasındaki yeri; Türkiye Türkçesinin özellikleri: ses özellikleri, biçim özellikleri, cümle özellikleri; yazım kuralları; noktalama işaretleri; yazışmalar: özgeçmiş, dilekçe, mektup, iş mektubu, telgraf.

ODYD0001 Yabancı Dil I (2+0 2,0)

İngilizce alfabe; telaffuz çalışmaları; nesnelere: sınıftaki eşyalar; adılar: kişi adıları, iyelik adıları; selamlaşmada kullanılan yapılar; tümceler: olumlu ve olumsuz tümce yapıları, emir tümceleri; özne- yüklem ilişkisi; zamanlar: geniş zaman, şimdi zaman, geçmiş zaman, to be fiili; sorular: yardımcı fiille sorulan sorular, soru kelimesiyle sorulan sorular; isimler: sayılabilen ve sayılamayan isimler; kipler: 'can', 'must', 'have to'; edatlar: yer belirten edatlar; 'ın', 'on', 'at', 'between', 'above', 'over', 'below'; sıklık zarfları: 'often', 'always', 'never'.

SPBF1010 Basketbol I (1+2 3,0)

Günümüzde modern basketbol; eğitim aracı olarak basketbol; basketbol oyun kuralları; saha ve malzeme bilgisi; basketbolda ısınma ve stretching; topa yakınlık çalışmaları; basketbolda toplu teknikler: top tutma, toplu temel duruş, top sürme, pas ve çeşitleri, stoplar, dönüşler, turnike, şut, rebound; topsuz teknikler: temel duruş, savunma kayma adımları, sıçramalar, box out; bireysel hücum ve savunma özellikleri; takım hücum ve savunması.

SPBF1011 Futbol I (1+2 3,0)

Günümüzde futbol; eğitim aracı olarak futbol, saha, malzeme, oyun kuralı bilgisi; futbolda ısınma ve stretching; topa yakınlık çalışmaları; futbolda teknik: ayak içi, ayak iç üstü, ayak üstü ve dışı ile vuruş, kafa vuruş çalışmaları; top kontrolleri: ayak, kafa, baldır, göğüs; dripling; çalım: basit, taban, şut, makaslama, lokomotif, mathews, beckenbauer; markaj: adam ve alan; duran topların kullanılması: direkt, indirekt, penaltı, korner, taç, aut, başlama vuruşları; kaleci: top tutma, oyuna sokma, plonjon.

SPBF1013 Hentbol I (1+2 3,0)

Günümüzde modern hentbol; eğitim aracı olarak hentbol; hentbol oyun kuralları; saha ve malzeme bilgisi, hentbolde ısınma; topa yakınlık çalışmaları; hentbolda toplu, topsuz teknikler; toplu, topsuz temel duruşlar; top tutma ve atma; bireysel hücum ve savunma davranışları; takım hücumu ve savunma davranışları; hızlı hücum anlayışları: azlıkta ve çoklukta hücum ve savunma anlayışları.



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



Spor Bilimleri Ortak Program
Ders İçerikleri

SPBF1012 Voleybol I (1+2 3,0)

Voleybolun tanımı; tarihi gelişimi; voleybolun karakteristik özellikleri; voleybolda saha ölçüleri ve kullanılacak malzemeler; oyun sistemleri: 3:3 oyun sistemi, 4:2 oyun sistemi, 5:1 oyun sistemi, 6:0 oyun sistemi; ısınmanın önemi ve voleybolda özel ısınma; voleybolda temel teknik becerilerin öğretimi: temel duruşlar, servis çeşitleri ve servis karşılama çeşitleri, manşet pas, parmak pas ve çeşitleri, smaç, blok, plonjon

SPBF1019 Artistik Cimnastik I (1+2 3,0)

Artistik cimnastiğin tanımı ve tarihçesi; erkekler ve bayanlar için yer teknikleri: öne ve geriye taklalar, amutta duruş çalışmaları, çember, kartvil, öne allı aşmanın öğretimi, atlama beygirinden kapalı ve açık geçişler; erkekler için paralel teknikleri: salınım ve tutuşlar, halkada salınım ve tutuşlar, barfikste salınım ve tutuşlar, kulplu beygire çıkış çalışmaları; bayanlar için asimetrik paralel teknikleri: kollar ile dayanma ve salınıma yönelik temel çalışmalar; bayanlar için denge teknikleri: yürüyüş, sıçrama, dönüşler, öne ve geriye takla.

SPBF1020 Badminton I (1+2 3,0)

Badminton sporunun tarihsel gelişimi; badminton sporunda kullanılan malzemeler; badminton oyun kuralları: tekler karşılaşması, çiftler karşılaşması; raket tutuş şekilleri: forehand tutuş, backhand tutuş; temel duruş teknikleri: temel bekleme pozisyonu, servis bekleme ve atma pozisyonları; temel vuruş teknikleri: servis, yüksek servis, kısa servis, backhand ve forehand net drop vuruş, net kill vuruş, lop vuruş, clear vuruş, drop vuruş, drive vuruş, smaç vuruş; koşu yönleri ve teknikleri; vuruş teknikleri çalışma drilleri.

SPBF1017 Masa Tenisi I (1+2 3,0)

Masa tenisi; tarihçesi: Türkiye'de masa tenisi, dünyamda masa tenisi; oyun kuralları: tekli ve çiftli müsabakalarda; malzemenin tanıtılması: raket, top, file, kıyafet; saha ölçüsü; teknik terimlerin açıklanması: forehand, backhand, forehand kesik, backhand kesik, şut, spin, servis; turnuva çeşitleri: Türkiye şampiyonaları, dünya şampiyonaları, takımlar avrupa kupaları, balkan şampiyonaları; hakemlik bilgisi hakkında genel bilgiler.

SPBF1018 Ritmik Cimnastik I (1+2 3,0)

Spor kulüpleri ve okullarda bir uygulama antrenörü nezaretinde alan uygulaması dersine temel oluşturmak amacıyla yapılan gözlem ve uygulamaları; bazı gözlem ve uygulama konuları; teknik ve taktik antrenmanlarında soru sorma alıştırmaları, antrenman yönetim ve kontrolü, spor ve sağlık bilimleri kitaplarından yararlanma, grup çalışmaları, çalışma yapılarının hazırlanması ve kullanılması, günlük, haftalık, aylık ve yıllık antrenman programlarının hazırlanması, sporcu kayıtlarının tutulması ve değerlendirilmesi, performans testlerini hazırlama ve uygulama, alt yapı antrenmanlarını izleme, mikro öğretim uygulamaları, alan uygulaması seminerlerine katılma.

SPYO1129 Step-Aerobik I (1+2 3,0)

Aerobik ve stepin fiziksel yararları; aeroibiğin diğer fitness aktiviteleri ile karşılaştırılması; gerekli malzemeler: uygun kıyafet, çevresel durum, müzik ve yardımcı araçlar, aerobik fitness seviyesinin belirlenmesi: düşük-orta-yüksek seviyeler; aerobik ve step hareketleri: adımlamalar ve kayma, kol hareketleri, müzik-hareket uyumu ve çeşitli bağlantılar; ısınma ve soğuma çeşitleri; seviyeye göre program hazırlama; örnek programlar; bireysel ve grup olarak seri hazırlama.



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



Spor Bilimleri Ortak Program
Ders İçerikleri

SPBF1015 Tenis I (1+2 3,0)

Tenisin tarihçesi, Türkiye'de tenis, öğretimi ve teknikleri, organizasyonu, öğretim şekilleri.

SPBF1014 Yüzme I (1+2 3,0)

Yüzmede temel öğretim basamakları: suya alışma, solunum, göz açma, suda kalabilme, suda ilerleme; yüzme teknikleri ve analizler: serbest, sırtüstü, kurbağalama, kelebek yüzme; müsabaka ve hakemlik kuralları; triatlon; yüzmede organizasyon ve fina yapısı; çıkışlar, dönüşler ve kuralları; havuz ölçüleri ve kuralları; yüzmenin biyomekanik özellikleri.

ODAI0002 Atatürk İlkeleri ve İnkılap Tarihi II (2+0 2,0)

Mudanya ateşkes anlaşması; saltanatın kaldırılması, hilafetin kaldırılması, Lozan Anlaşması; cumhuriyetin ilanı; devrimler: giysi devrimi, takvim devrimi, uluslararası rakamların kullanılması, harf devrimi, siyasal devrimler, hukuk devrimi, ulusal ekonomi politikası; cumhuriyet dönemi politikasının temel ilkeleri; Türkiye cumhuriyetinin yaptığı uluslararası anlaşmalar (1938'e kadar); Atatürkçülükte temel ilkeler: akılcılık ilkesi, bilimcilik ilkesi, halkçılık ilkesi, ulusçuluk ilkesi, devletçilik ilkesi, laiklik ilkesi, devrimcilik ilkesi.

SPBF1033 Atletizm II (1+2 4,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.

ODGS0002 Güzel Sanatlar II (1+0 1,0)

Sanatın temel kavramları ve tarihsel gelişimi, kuramlar, akım ve idealler; Tarih öncesi sanat, batı sanatının Rönesans Dönemi.

SPBF1026 İnsan Anatomisine Giriş (2+0 3,0)

İnsan anatomisi ile ilgili temel bilgiler.

SPBF1028 Modüler Eğitim (1+0 1,0)

Spor bilimleri alanındaki farklı yaklaşım ve uygulamaların öğrencilere, eğitim ve meslek standartları gözetilerek aktarılması. Farklı disiplinlerden konusunda uzman eğitimcilerin öğrencilere güncel ve yoğun bilgi akışı sağlaması.

SPBF1025 Müsabaka Organizasyonları (2+0 4,0)

Spor müsabakası ve spor organizasyonu kavramlarının tanımı, müsabaka organizasyonlarında genel ilkeler, ülkemizde düzenlenen spor organizasyonlarının tarihsel gelişimi, uluslararası organizasyonlarda ve multi disiplin etkinliklerde temel organizasyon şeması, spor organizasyonlarında çalışma grupları ve alt komiteler, spor organizasyonlarında gönüllü çalışmaları, müsabaka organizasyonlarında eşlendirme teknikleri ve fikstür hazırlama, ulusal ve uluslararası düzeyde spor örgütlenmesi.



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



Spor Bilimleri Ortak Program
Ders İçerikleri

SPBF1024 Spor Sosyolojisi (2+0 2,0)

Spor sosyolojisi; spor sosyolojisinin konusu, gelişimi ve amaçları; sporun toplumsal boyutu; toplum ve toplum bilimi; sporun toplum bilimsel temelleri; toplum ve spor; toplumsal olay ve toplumsal olgu; toplumsal rol ve toplumsal statü; toplumsallaşma ve spor; toplumsal grup ve spor; toplumsal ilişkiler ve spor; toplumsal hareketlilik ve spor; toplumsal değişme ve spor; toplumsal sınıflar ve spor; psikososyal gelişim ve spor; çocuk oyun ve spor; aile ve spor; gençlik ve spor; kadın ve spor; eğitim ve spor; kültür ve spor; örgüt ve spor; rekreasyon ve spor; kitle sporu; kitle iletişim araçları ve spor; yabancılaşma ve spor; sporda amatörlük ve profesyonellik; Atatürk'ün konuşmalarından sporla ilgili örnekler.

SPBF1023 Sporda Fizik ve Matematik (2+0 2,0)

Spor bilimlerinin değişik konularında gerekli olan temel fizik ve matematik kavramları: zaman, biokinematik özellikler, düzgün doğrusal özellikler: uzunluk, hız, ivmelenme, dairesel özellikler: açı, vücuda bağlı açı, yöne bağlı açı, açısal hız, açısal ivmelenme, biodinamik özellikler (kuvvetsel özellikler): düzgün doğrusal özellikler, dairesel özellikler; farklı spor dallarının bağlı oldukları mekanik kavramlar ve ilkeler ile sportif performansın fizik ve matematik kavramlarla açıklanması.

SPBF1027 Temel Fizyoloji (2+0 3,0)

İnsan vücudunu meydana getiren hücre, doku, organlar ve sistemlerin yapı ve fonksiyonları; egzersizde insan organizmasının enerji kaynakları ve sportif aktivitelerle ilişkisi; yorgunluk ve toparlanma; antrenmana metabolik uyumlar: kuvvet ve dayanıklılık antrenmanlarında ortaya çıkan akut ve kronik uyumlar; kas-iskelet, kardiovasküler, solunum sistemleri ve egzersiz; egzersize hormonal uyumlar; egzersizde cinsiyet farkı; yükselti, sıcak ve soğuk ortamda egzersiz; egzersiz fizyolojisinde temel laboratuvar uygulamaları ve performans değerlendirilmesi.

ODTD0002 Türk Dili II (2+0 2,0)

Konuşmanın özellikleri: konuşmada dikkat edilmesi gereken kurallar, etkili konuşma; dinleme: dinlemede uyulması gereken kurallar; okuma: anlayarak okuma, eleştirel okuma; yazın türleri: öykü, roman, makale, deneme, şiir, tiyatro.

ODYD0002 Yabancı Dil II (2+0 2,0)

Kipler: should, ought to, had better, may, might, could, can; yazılı anlatım: fikirlerin organizasyonu, paragraf yazma; okuma becerisi: okuduğunu anlama ve sorulara cevap verebilme, bağlam içinde sözcük çalışması, bağlamdan kelime anlamı çıkarma, eş anlamlı ve zıt anlamlı sözcükler; zamanlar: present perfect tense, past progressive tense; sorular: olumlu ve olumsuz sorular; edilgen çatı: simple present tense, simple past tense; sıfat tümceleri.

SPBF1034 Basketbol II (1+2 3,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl boyunca haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



**Spor Bilimleri Ortak Program
Ders İçerikleri**

SPBF1035 Futbol II (1+2 3,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl boyunca haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.

SPBF1037 Hentbol II (1+2 3,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl boyunca haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.

SPBF1036 Voleybol II (1+2 3,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl boyunca haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.

SPBF1043 Artistik Cimnastik II (1+2 3,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl boyunca haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.

SPBF1044 Badminton II (1+2 3,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl boyunca haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.

SPBF1041 Masa Tenisi II (1+2 3,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl boyunca haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.

SPBF1042 Ritmik Cimnastik II (1+2 3,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl boyunca haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



Spor Bilimleri Ortak Program
Ders İçerikleri

SPBF1229 Step-Aerobik II (1+2 3,0)

Spor Kulüplerinde ve Okullarda Antrenörlük Deneyimi Kazanma Etkinlikleri; Bir Yarıyıl Boyunca Haftada Bir Tam Gün ya da İki Yarım Gün Spor Kulüplerinde veya Okulda Çalışma, Antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, Antrenman programı hazırlama ve uygulama, Sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, Uygulama dosyası hazırlama, Yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, Alan Uygulaması seminerlerine katılma.

SPBF1039 Tenis II (1+2 3,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl boyunca haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.

SPBF1038 Yüzme II (1+2 3,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl boyunca haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.

SPBF2048 Antrenman Bilgisi I (2+0 4,0)

Antrenman bilgisinin önemi ve tarihsel gelişimi; antrenman terminolojisi; antrenman ilkeleri: özel olma ilkesi, aşırı yüklenme ilkesi, geriye dönüş ilkesi; yüklenme ve uyum: akut uyum, kronik uyum, süper kompozasyon; yüklenme ve kalp atım sayısı ilişkisi: aerobik yüklenme, anaerobik yüklenme; kondisyonel özelliklerin teori ve metodolojisi: kuvvetin teori ve metodolojisi: süratin teori ve metodolojisi, dayanıklılığın teori ve metodolojisi, hareketliliğin teori ve metodolojisi; yükseltide antrenman.

SPBF2045 Mesleki İngilizce I (2+0 3,0)

Takım sporları; basketbol, voleybol, hentbol, futbol gibi takım sporlarında kullanılan teknik terimler; her takım sporunda kullanılan malzemelerin; oyun alanlarının ve kurallarının İngilizce karşılıklarının resimlerle gösterilmesi; su sporları: yüzme, su polosu, dalgıçlık ve kürek gibi sporlarda kullanılan teknik terimlerin verilmesi; su sporlarında kullanılan malzemelerin İngilizce karşılıklarının resimlerle verilmesi; havacılıkla ilgili sporlar; balon, yamaç paraşütü gibi sporlarda kullanılan terimlerin İngilizce karşılıklarının resimlerle verilmesi; dönem içinde öğrenilenler ışığında, konu ile ilgili yayınların incelenmesi ve yabancı yayınların Türkçe'ye çevrilmesi.

SPBF2050 Modüler Eğitim (1+0 1,0)

Spor bilimleri alanındaki farklı yaklaşım ve uygulamaların öğrencilere, eğitim ve meslek standartları gözetilerek aktarılması. Farklı disiplinlerden konusunda uzman eğitimcilerin öğrencilere güncel ve yoğun bilgi akışı sağlaması.



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



Spor Bilimleri Ortak Program
Ders İçerikleri

SPBF2051 Psikomotor Gelişim (2+0 4,0)

Gelişim ile ilgili temel kavramlar: motor gelişim ile ilgili temel kavramlar, motor gelişim alanları; çocuk gelişim modelleri; motor gelişimi etkileyen faktörler: doğum öncesi etkenler, doğum süreci etkenleri, bebeklik ve çocukluk dönemi etkenleri; büyüme ve gelişme; Psikomotor gelişim dönemleri: refleks hareketler dönemi, ilkel hareketler dönemi, temel hareketler dönemi, sporla ilişkili hareketler dönemi; psikomotor ile ilgili özellikler: fiziksel uygunluk, algısal motor yetenekler, benlik kavramı.

SPBF2046 Spor Anatomisi (2+2 2,0)

Gövde, boyun ve omurga hareketlerinin kassal analizi; omurga, omurganın kemik yapıları, eklemleri ve kasları; göğüs kafesi, kemik yapı, eklemler ve kaslar; gövde hareket örnekleri ve kassal analizler; omuz kemerinde kemik, eklem, bağ ve kassal yapılar; üst kol, ön kol ve eldeki kemik, eklem, bağ ve kassal yapılar; üst ve alt ekstremitelerde hareket örnekleri ve kassal analizleri.

SPBF2047 Spor Fizyolojisi (2+2 4,0)

Spor fizyolojisinin anlamı ve önemi; kas fizyolojisi: sınıflandırılması, fonksiyonları, kasılma mekanizmaları, kasılma tipleri, hızlı ve yavaş kasılan kaslar, kas hareketlerinin kontrolü; egzersiz ve enerji sistemleri: egzersizin fizyolojik sistemler üzerine etkileri: kardiyovasküler, solunum, endokrin sistem; çeşitli doğa koşullarında spor: dalma, dağcılık, sıcak ve soğukta egzersiz; doping, çocuklarda, kadınlarda, yaşlılarda ve özürllülerde spor; spor ve beslenme; spor ve hijyen.

SPBF2049 Spor Tarihi (2+0 4,0)

Beden eğitiminin tarihsel gelişimi; farklı beden eğitimi ve spor yaklaşımları; dünya sporunun tarihsel gelişimi: ilk çağlarda spor, Asur Babiller, mısırlılar, Yahudiler, Çinliler, Hintliler, Yunanlılar, Romalılar; orta çağda spor; şövalyelik kurumu; orta çağlarda halk tabakasının vücut alıştırıcıları; orta çağlarda köylü tabakasının vücut alıştırıcıları; yeni ve yakın çağlarda spor; hümanizm akımı ve yeniçağların doğuşu; soylu kişi akademilerinde beden eğitimi ve spor; Almanya'da halk cimnastiğinin kuruluşu; İsveç cimnastiği;

İngiltere'de Sporun Gelişmesi; Eski Türklerde Spor; Cumhuriyet Öncesi ve Sonrası Spor; Olimpiyatlar.

SPBF2052 Spor Yönetimi ve Organizasyonları (2+0 2,0)

Yönetimin tanımı ve fonksiyonları: planlama, organizasyon, koordinasyon, yöneltme, denetim; yönetim biliminin ilke, teknik ve yöntemleri ışığında sporun organizasyon ve yönetimi; Türk spor yönetimi: tarihsel gelişimi, gençlik ve spor genel müdürlüğü ve federasyonları, Türkiye futbol federasyonu, Türkiye olimpiyat komitesi; spor politikası ve mevzuatı: Türk spor politikası, kalkınma planlarında spor; ilköğretim, liseler, üniversitelerde beden eğitimi ve sporun yönetimi ve işleyişi. Spor organizasyonu tanımı ve özellikleri; kâr amacı güden ve kâr amacı gütmeyen organizasyonlar; spor organizasyonlarında yapı ve işleyiş; spor yönetimi kapsamında spor organizasyonları ve örnek olaylar, ulusal ve uluslararası boyutta spor organizasyonlarının önemi; yerel, bölgesel ve ulusal boyutta spor organizasyonlarının farklılaştırılması ve çeşitlilik.

SPBF2053 Basketbol I (1+2 3,0)

Günümüzde modern basketbol; eğitim aracı olarak basketbol; basketbol oyun kuralları; saha ve malzeme bilgisi; basketbolda ısınma ve stretching; topa yakınlık çalışmaları; basketbolda toplu teknikler: top tutma, toplu temel duruş, top sürme, pas ve çeşitleri, stoplar, dönüşler, turnike, şut, rebound; topsuz teknikler: temel duruş, savunma kayma adımları, sıçramalar, box out; bireysel hücum ve savunma özellikleri; takım hücum ve savunması.



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



**Spor Bilimleri Ortak Program
Ders İçerikleri**

SPBF2054 Futbol I (1+2 3,0)

Günümüzde futbol; eğitim aracı olarak futbol, saha, malzeme, oyun kuralı bilgisi; futbolda ısınma ve stretching; topa yatkınlık çalışmaları; futbolda teknik: ayak içi, ayak iç üstü, ayak üstü ve dışı ile vuruş, kafa vuruş çalışmaları; top kontrolleri: ayak, kafa, baldır, göğüs; dripling; çalım: basit, taban, şut, makaslama, lokomotif, mathews, beckenbauer; markaj: adam ve alan; duran topların kullanılması: direkt, indirekt, penaltı, korner, taç, aut, başlama vuruşları; kaleci: top tutma, oyuna sokma, plonjon.

SPBF2056 Hentbol I (1+2 3,0)

Günümüzde modern hentbol; eğitim aracı olarak hentbol; hentbol oyun kuralları; saha ve malzeme bilgisi, hentbolde ısınma; topa yatkınlık çalışmaları; hentbolda toplu, topsuz teknikler; toplu, topsuz temel duruşlar; top tutma ve atma; bireysel hücum ve savunma davranışları; takım hücumu ve savunma davranışları; hızlı hücum anlayışları: azlıkta ve çoklukta hücum ve savunma anlayışları.

SPBF2055 Voleybol I (1+2 3,0)

Voleybolun tanımı; tarihi gelişimi; voleybolun karakteristik özellikleri; voleybolda saha ölçüleri ve kullanılacak malzemeler; oyun sistemleri: 3:3 oyun sistemi, 4:2 oyun sistemi, 5:1 oyun sistemi, 6:0 oyun sistemi; ısınmanın önemi ve voleybolda özel ısınma; voleybolda temel teknik becerilerin öğretimi: temel duruşlar, servis çeşitleri ve servis karşılama çeşitleri, manşet pas, parmak pas ve çeşitleri, smaç, blok, plonjon

SPBF2062 Artistik Cimnastik I (1+2 3,0)

Artistik cimnastiğinin tanımı ve tarihçesi; erkekler ve bayanlar için yer teknikleri: öne ve geriye taklalar, amutta duruş çalışmaları, çember, kartvil, öne allı aşmanın öğretimi, atlama beygirinden kapalı ve açık geçişler; erkekler için paralel teknikleri: salınım ve tutuşlar, halkada salınım ve tutuşlar, barfikste salınım ve tutuşlar, kulplu beygire çıkış çalışmaları; bayanlar için asimetrik paralel teknikleri: kollar ile dayanma ve salınıma yönelik temel çalışmalar; bayanlar için denge teknikleri: yürüyüş, sıçrama, dönüşler, öne ve geriye takla.

SPBF2063 Badminton I (1+2 3,0)

Badminton sporunun tarihsel gelişimi; badminton sporunda kullanılan malzemeler; badminton oyun kuralları: tekler karşılaşması, çiftler karşılaşması; raket tutuş şekilleri: forehand tutuş, backhand tutuş; temel duruş teknikleri: temel bekleme pozisyonu, servis bekleme ve atma pozisyonları; temel vuruş teknikleri: servis, yüksek servis, kısa servis, backhand ve forehand net drop vuruş, net kill vuruş, lop vuruş, clear vuruş, drop vuruş, drive vuruş, smaç vuruş; koşu yönleri ve teknikleri; vuruş teknikleri çalışma drilleri.

SPBF2060 Masa Tenisi I (1+2 3,0)

Masa tenisi; tarihçesi: Türkiye'de masa tenisi, dünyamda masa tenisi; oyun kuralları: tekli ve çiftli müsabakalarda; malzemenin tanıtılması: raket, top, file, kıyafet; saha ölçüsü; teknik terimlerin açıklanması: forehand, backhand, forehand kesik, backhand kesik, şut, spin, servis; turnuva çeşitleri: Türkiye şampiyonaları, dünya şampiyonaları, takımlar avrupa kupaları, balkan şampiyonaları; hakemlik bilgisi hakkında genel bilgiler.



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



**Spor Bilimleri Ortak Program
Ders İçerikleri**

SPBF2061 Ritmik Cimnastik I(1+2 3,0)

Spor kulüpleri ve okullarda bir uygulama antrenörü nezaretinde alan uygulaması dersine temel oluşturmak amacıyla yapılan gözlem ve uygulamaları; bazı gözlem ve uygulama konuları; teknik ve taktik antrenmanlarında soru sorma alıştırmaları, antrenmanın yönetim ve kontrolü, spor ve sağlık bilimleri kitaplarından yararlanma, grup çalışmaları, çalışma yapraklarının hazırlanması ve kullanılması, günlük, haftalık, aylık ve yıllık antrenman programlarının hazırlanması, sporcu kayıtlarının tutulması ve değerlendirilmesi, performans testlerini hazırlama ve uygulama, alt yapı antrenmanlarını izleme, mikro öğretim uygulamaları, alan uygulaması seminerlerine katılma.

SPYO2129 Step-Aerobik I (1+2 3,0)

Aerobik ve stepin fiziksel yararları; aeroibiğin diğer fitness aktiviteleri ile karşılaştırılması; gerekli malzemeler: uygun kıyafet, çevresel durum, müzik ve yardımcı araçlar, aerobik fitness seviyesinin belirlenmesi: düşük-orta-yüksek seviyeler; aerobik ve step hareketleri: adımlamalar ve kayma, kol hareketleri, müzik-hareket uyumu ve çeşitli bağlantılar; ısınma ve soğuma çeşitleri; seviyeye göre program hazırlama; örnek programlar; bireysel ve grup olarak seri hazırlama.

SPBF2058 Tenis I (1+2 3,0)

Tenisin tarihçesi, Türkiye'de tenis, öğretimi ve teknikleri, organizasyonu, öğretim şekilleri.

SPBF2057 Yüzme I (1+2 3,0)

Yüzmede temel öğretim basamakları: suya alışma, solunum, göz açma, suda kalabilme, suda ilerleme; yüzme teknikleri ve analizler: serbest, sırtüstü, kurbağalama, kelebek yüzme; müsabaka ve hakemlik kuralları; triatlon; yüzmede organizasyon ve fina yapısı; çıkışlar, dönüşler ve kuralları; havuz ölçüleri ve kuralları; yüzmenin biyomekanik özellikleri.



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



Spor Bilimleri Ortak Program
Ders İçerikleri

SPBF2069 Antrenman Bilgisi II (2+0 4,0)

Antrenman terminolojisi; yüklenme ve uyum; antrenman ilkeleri; yenilenme yöntemleri ve uygulamaları; teknik antrenman ve uygulamaları; taktik antrenman ve uygulamaları; beceri antrenmanı ve çocuklarda geliştirilmesi; kondisyonun dinamikleri: kuvvetin teori ve uygulaması, süratin teori ve uygulaması, dayanıklılığın teori ve uygulaması, esnekliğin teori ve uygulaması; antrenman planları: bir yılın periyodizasyonu, hazırlık periyodu, yarışma periyodu, geçiş periyodu; yorgunluk; yetenek seçimi.

SPBF2064 Kinesyoloji ve Fonksiyonel Anatomi (2+0 4,0)

Kinesyoloji ve anatomi kavramları: hareket kinematiklerine göre devreye giren kaslar, hareket terimleri: temel anatomik duruş, eksen, düzlem, eklem hareket açısı; alt - üst ekstremitte kasları ve kemikleri: göğüs, omuz, bacak, ön ve üst kol, sırt, karın, boyun, el ve ayak kasları, humerus, clavicula, radius, ulna, pelvis, femur, tibia, fibula, vertebrae, costae, el ve ayak kemikleri, üst ekstremitte, alt ekstremitte, karın, sırt kasları.

SPBF2070 Mesleki İngilizce II (2+0 2,0)

Basketbol, voleybol, futbol ve hentbol gibi takım sporlarıyla tenis, badminton, atletizm, cimnastik gibi bireysel sporlarda kullanılan teknik terimlerin İngilizce karşılıklarının verilmesi; antrenörlükle ilgili çıkan yayınların İngilizce 'den Türkçe'ye çevrilmesi; öğrencilerin kendi branşları ile ilgili yayınları, internet aracılığıyla derse getirip, bu yazılarla ilgili branş uzmanlarıyla da yardımlaşarak çalışmalar yapma; İngilizce ders kasetlerinden de yararlanarak, öğrenilenlerin pekiştirilmesi.

SPBF2068 Modüler Eğitim (1+0 1,0)

Spor bilimleri alanındaki farklı yaklaşım ve uygulamaların öğrencilere, eğitim ve meslek standartları gözetilerek aktarılması. Farklı disiplinlerden konusunda uzman eğitimcilerin öğrencilere güncel ve yoğun bilgi akışı sağlaması.

SPBF2067 Ritm, Müzik ve Dans Eğitimi (1+2 3,0)

Ritim ve dansın tanımı: ilgili temel kavramlar, tarihi gelişimi; dansın sınıflandırılması; temel hareketler: çeşitli adım formları, yürüme, sıçramalar, galoplar, dönüşler, dengeler, yer hareketleri, salınımlar, duruş çalışmaları, vals, tango, caz dansa ilişkin adımlamalar; temel dans pozisyonları: kol ve bacak pozisyonu; müzik hareket bağlantısı: bağlantı hareketleri; alan kullanımı: değişik diziliş şekilleri; alet ile dans: tül, ip, çember, cimnastik sopası, top aleti ile örnek çalışmalar; kompozisyon hazırlama: bireysel ve grup ile kompozisyon hazırlama, örnek kompozisyonlar.

SPBF2065 Spor Psikolojisi I(2+0 4,0)

Spor psikolojisinin tarihçesi; spor psikolojisinin ilgi alanları ve spor psikoloğunun görevleri; spor psikolojisinde problem çözme yöntemleri; spor psikolojisinde öğrenme kuramları; psiko-motor becerilerin öğretilmesi: Laban'ın hareket teorisi, temel motor beceriler, spor psikolojisinde kişilik, sporda kaygı, stres, çatışma, sporda motivasyon; sporda performansın arttırılması; imgeleme, hedef belirleme, dikkat ve konsantrasyon; sporda grup dinamiği; sporda liderlik; saldırganlık ve şiddet.



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



Spor Bilimleri Ortak Program
Ders İçerikleri

SPBF2071 Sporda Genel Öğretim Yöntemleri (2+0 3,0)

Spor programının tanımı ve özellikleri; spor alanının öğretiminde göz önüne alınması gereken özellikler ve ilkeler, öğretim etkinliklerinin planlanması, aşamalı sınıflamaya uygun amaç ve davranışsal amaç yazma; amaçların davranışa dönüştürülmesi; yöntem tanımı, yöntem seçimi, komut yöntemi(a), alıştırma yöntemi(b), işbirliği yöntemi(c), kendini denetleme yöntemi(d), katılım yöntemi(e), yönlendirilmiş buluş(f), problem çözme yöntemi(g), kişisel program öğrencinin tasarımı(h), öğrencinin başlatması yöntemi(ı), kendi kendine öğretme yöntemi(j); mikro öğretim ve uygulamaları; spor öğretiminde öğretim teknolojilerinden yararlanma.

SPBF2066 Sporda Tesis ve Malzeme Bilgisi (2+0 3,0)

Karate, tekvando, judo vb. savunma sporlarında kullanılan tesis ve malzemeler, dünyada ve ülkemizde belediyeler ve spor tesisleri ilişkisi, Spor tesislerinin yönetimi ve işlevleri, Çok amaçlı tesis örneği, Bireysel spor branşlarında kullanılan malzemeler, Takım sporlarında kullanılan temel malzemeler.

SPBF2072 Basketbol II (1+2 3,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl boyunca haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.

SPBF2073 Futbol II (1+2 3,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl boyunca haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.

SPBF2075 Hentbol II (1+2 3,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl boyunca haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.

SPBF2074 Voleybol II (1+2 3,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl boyunca haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.



**T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Spor Bilimleri Ortak Program
Ders İçerikleri**

SPBF2081 Artistik Cimnastik II (1+2 3,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl boyunca haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.

SPBF2082 Badminton II (1+2 3,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl boyunca haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.

SPBF2079 Masa Tenisi II (1+2 3,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl boyunca haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.

SPBF2080 Ritmik Cimnastik II(1+2 3,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl boyunca haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.

SPBF2229 Step-Aerobik II (1+2 3,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl boyunca haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.

SPBF2077 Tenis II (1+2 3,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl boyunca haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.

SPBF2076 Yüzme II (1+2 3,0)

Spor kulüplerinde ve okullarda antrenörlük deneyimi kazanma etkinlikleri; bir yarıyıl boyunca haftada bir tam gün ya da iki yarım gün spor kulüplerinde veya okulda çalışma, antrenmana hazırlık çalışmaları yapma, antrenman programı hazırlama ve uygulama, sporcu performansına yönelik testler hazırlama ve uygulama, uygulama dosyası hazırlama, yazılı kaynaklardan ve teknolojiden yararlanma, alan uygulaması seminerlerine katılma.



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı
Ders İçerikleri

ANTN3110 Kondisyon ve Antrenman Tekniği I 1+2 4,0

Motorsal özelliklerin genel tanımları, güç geliştirmede antrenman özellikleri ve ilkeleri, kuvvet ve sürat ilişkisi. Maksimal kuvvet, çabuk kuvvet ve kuvvette devamlılık tanımları, özellikleri ve gelişimi, dayanıklılık ve yorgunluk tanımları ve ilişkilendirilmesi, ağırlık çalışmaları; özellikleri, öngörülen yükleme değişkenleri, motorsal testlerin genel tanımları, güç gelişiminde kullanılan testler ve önemi. Aerobik ve anaerobik güç özellikleri ve ilişkilendirilmesi.

ANTN3108 Mesleki İngilizce III 2+0 2,0

Bireysel ve takım sporlarına yönelik İngilizce metinlerin irdelenmesi; bu metinler içerisinde yer alan dilde Zaman Gösteren Göstergelerin Tekrar Edilmesi; ilgili metinler aracılığıyla Ad Öbekleri; Bileşik İsimler, İsim tümceleri: Ortaçlarla kurulan tümceler; Öykülemde Kullanılan Zamanlar: Past simple, Past progressive ve, Past perfect simple, Past perfect continuous; Dönüştürülmüş Adıllar; Düzensiz Fiiller; Karşılaştırma Yapıları: As...as; Kipler: Olasılık, Zorunluluk, İzin, Yetenek, İstek belirten kipler; Deyimler; Eşanlımlı Sözcüklerin Öğrenilmesi.

ANTN3228 Modüler Eğitim 1+0 1,0

Spor bilimleri alanındaki farklı yaklaşım ve uygulamaların öğrencilere, eğitim ve meslek standartları gözetilerek aktarılması. Farklı disiplinlerden konusunda uzman eğitimcilerin öğrencilere güncel ve yoğun bilgi akışı sağlanması.

ANTN2093 Spor Psikolojisi II 2+0 4,0

Spor psikolojisi kavramı; spor davranışını takip eden etmenler; spor bağlılığı; sporda psikolojik etmenler; egzersiz, fitness ve kişilik; spor davranışına ilişkin kuramsal modeller; spor davranışında motivasyon; bilişsel ve davranışsal değişim stratejisi ilkeleri; fitness danışmanlığı: iletişim becerileri; liderlik ve grup dinamiği: liderlik ve grup yapıları; özel gruplarda egzersiz: çocuklar ve gençlerle egzersiz.

ANTN3008 Sporcu Sağlığı 2+0 3,0

Sporcunun değerlendirilmesi: fiziksel yapının değerlendirilmesi, fiziksel uygunluğun değerlendirilmesi, performansın değerlendirilmesi, spor yaralanmalarının önlenmesi: genel sağlık kontrolleri, ısınma ve soğuma egzersizleri, germe egzersizleri, oyun kuralları, spor sahaları, spor malzemeleri ve yardımcı araçlar, sporcu, çalıştırıcı sağlık eğitimi ve bilgisi, spor dallarına göre spor yaralanmaları, sporların spor yaralanmalarına göre sınıflandırılmaları, neden olan faktörlere göre spor yaralanmalarının sınıflandırılması, yumuşak doku yaralanmaları, yumuşak doku yaralanmalarının iyileşme fazları.

ANTN3111 Sporda Beslenme 2+0 4,0

Beslenmenin tanımı; yeterli ve dengeli beslenmenin önemi; temel beslenme ilkeleri; besin bileşenleri: karbonhidratlar, yağlar, proteinler, mineraller, vitaminler; suyun organizmadaki görevleri ve fiziksel performansa etkileri; yarış öncesi, arası ve sonrası beslenme ilkeleri; yaş, cinsiyet ve hastalık durumlarına göre beslenme; sporda ağırlık kontrolü; şişmanlık; sporcularda beslenme bozuklukları ve sorunları; kişiye uygun beslenme programının planlanması; günlük enerji ihtiyacının belirlenmesi.

ANTN3112 Sporda Ergojenik Yardım Ve Doping 2+0 2,0

Ergojenik yardımlar; doping tanımı ve tarihçesi; WADA ve yasaklı maddeler; doping kontrol prosedürü.



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı
Ders İçerikleri

ANTN3109 Sporda Performans Testleri 2+2 4,0

Ölçme ve değerlendirme kavramları; performans değerlendirme sürecinin planlanması; uygun performans değerlendirme test araçlarının seçimi ve hazırlanması, performans testlerinin uygulanması; performans test sonuçlarının kullanılması.

ANTN3024 Kondisyon ve Antrenman Tekniği II 1+2 4,0

Motorsal özelliklerin genel tanımları, kondisyon kavramı, kondisyonla ilişkili kavramlar; güç geliştirmede antrenman özellikleri ve ilkeleri, kuvvet ve sürat ilişkisi., maksimal kuvvet, çabuk kuvvet ve kuvvette devamlılık tanımları, özellikleri ve gelişimi, dayanıklılık ve yorgunluk tanımları ve ilişkilendirilmesi, ağırlık çalışmaları; özellikleri, öngörülen yükleme değişkenleri, motorsal testlerin genel tanımları, güç gelişiminde kullanılan testler ve önemi. Aerobik ve anaerobik güç özellikleri ve ilişkilendirilmesi.

ANTN3021 Mesleki İngilizce IV 2+0 2,0

Farklı spor branşlarına yönelik okuma parçaları ile fiillerin kullanımı; get+adverb/preposition kullanımı; aktarma tümceleri, resmi ve resmi olmayan dil kullanımı; koşul tümceleri: zaman bildiren zarf tümceleri; noktalama imleri; sıfat tümceleri: ortaçların kullanımı: sıfat tümcelerinde ortaç kullanımı, zaman tümcelerinde ortaç kullanımı, belirli fiillerden sonra ortaç kullanımı; iyelik yapıları: varsayımları ifade etme: varsayımsal tümceler; istek kipi: geniş zaman, geçmiş zaman; spor organizasyonlarının içeriklerine yönelik okuma parçalarını dinleme-not alma becerileri.

ANTN3229 Modüler Eğitim 1+0 1,0

Spor bilimleri alanındaki farklı yaklaşım ve uygulamaların öğrencilere, eğitim ve meslek standartları gözetilerek aktarılması. Farklı disiplinlerden konusunda uzman eğitimcilerin öğrencilere güncel ve yoğun bilgi akışı sağlaması.

ANTN3025 Motor Öğrenme 2+0 3,0

Hareket, becerinin ve motor öğrenme tanımları; becerinin çeşitleri, motor gelişim ve beceri öğrenimi; beceri öğreniminde algı; bellek: hatırlama, unutma; sinir sistemi ve beceri öğrenimi; motor programlar; beceri öğreniminde dönüt verme; beceri öğreniminde duyuşsal yardımlar; beceri alıştırmalarının nitelik, nicelik ve zamansal yönleri; becerilerin transferi; reaksiyon zamanı; motivasyon.

ANTN3025 Spor Biyomekaniği Ve Hareket Analizi 2+0 3,0

Temel kavramlar ve tanımlar: biyomekaniğin temelleri, biyomekanik bilgisinin kullanımı ve yararları, insan hareketinin incelenmesi; hareketin kinematiği: yol, uzaklık, hız sürat: uzaklık ve yol: öteleme hareketinde hız; dönme hareketinde hız yörüngesel hız; açısal hız; projeksiyonlar, yer çekimi, serbest düşme, dikey atışlar, yatay atışlar; açısal hareketin kinetiği: hareket, eksen ve düzlemlerin dikdörtgen ve polar koordinat sistemleri, ağırlık merkezi, hareket ve denge; başlangıç evresi; ana evre; sonuç evresi.

ANTN3023 Spor Yaralanmalarından Korunma ve Rehabilitasyon 2+0 3,0

Spor ve sağlık; spor ve hijyen; spor yaralanmaları: baş ve yüz yaralanmaları, üst ekstremitate yaralanmaları, alt ekstremitate yaralanmaları, alt ekstremitate yaralanmaları (eklem yaralanmaları, ayak ve ayak bileği yaralanmaları, diz sakatlıkları); sporda ilk ve acil yardım: şok, boğulma ve donma; farklı rehabilitasyon uygulamaları, koruyucu hekimlik uygulamaları.



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı
Ders İçerikleri**

ANTN3161 Sporda Araştırma Teknikleri ve İstatistik 2+0 3,0

Bilim: bilimin tanımı, bilimsel araştırma, bilimsel yöntem bilimsel yöntemdeki yaklaşımlar; araştırma: araştırmanın aşamaları, araştırma türleri, araştırmada kullanılan veri toplama teknikleri; soru: sorunun tanımlanması, soru türleri, araştırmada kullanılan soru formlarının oluşturulması, soru formlarının bilgisayar ortamında hazırlanması; sonuçların değerlendirilmesi: soru formlarının bilgisayar ortamında değerlendirilmesi, araştırma sonuçlarının istatistiksel analizi, araştırma sonuçlarının bilgisayar ortamında oluşturulması; rapor hazırlanması; uygulamalı olarak bir araştırma planlanması; istatistiğin tanımı: istatistiğin temel kavramları, veri toplama çeşitleri ve araçları, verilerin sınıflandırılması, toplanan verilerin istatistik seriler şeklinde ifadesi; istatistik serilerinin grafik çizimi; ortalamalar: duyarlı ve duyarlı olmayan ortalamalar; değişkenlik ölçüleri: değişim katsayısı, standart sapma, momentler; normal dağılım: normal dağılım fonksiyonu, normal eğri altında kalan alan hesabı; örnekleme teorisi; indeksler: basit ve bileşikler indeksler.

ANTN3022 Zihinsel Antrenman 2+0 4,0

Zihinsel Antrenman kapsamındaki temel konuların günlük yaşamdaki yeri gösterilerek interaktif bir yöntemle aktarılması

ANTN4163 Bitirme Projesi I 1+2 6,0

Bitirme projesi hakkında bilgi verilmesi; araştırma yöntemlerinin anlatılması; bitirme proje konularının belirlenmesi; proje yazım kurallarının anlatılması; sunum tekniklerinin anlatılması; saha çalışması.

ANTN4232 Eğitsel ve Sportif Oyunlar I 1+2 4,0

Oyunun tanımı; oyunun tarihçesi; oyunun hedef ve amacı; oyun öğretimi ve öğretimin amacı; oyunun çocuklar için önemi; oyunun çocuk gelişimine etkileri: fiziksel, psikomotor, sosyal, duygusal, zihinsel ve dil gelişimi; oyun seçimi ve öğretimi; oyun ortamı ve aletleri; oyunların gruplandırılması; öğretmenin oyunda dikkat edeceği noktalar; oyunlarda güvenlik; oyun uygulamaları.

ANTN4159 Mesleki İngilizce V 2+0 2,0

Bireysel sporlarda kullanılan teknik terimler; her bireysel sporda kullanılan malzemelerin; oyun alanlarının ve kurallarının İngilizce karşılıklarının resimlerle gösterilmesi; doğa sporları: rafting, yamaç paraşütü gibi sporlarda kullanılan teknik terimlerin verilmesi; dönem içinde öğrenilenler ışığında, konu ile ilgili yayınların incelenmesi ve yabancı yayınların Türkçe 'ye çevrilmesi.

ANTN4230 Modüler Eğitim 1+0 1,0

Spor bilimleri alanındaki farklı yaklaşım ve uygulamaların öğrencilere, eğitim ve meslek standartları gözetilerek aktarılması. Farklı disiplinlerden konusunda uzman eğitimcilerin öğrencilere güncel ve yoğun bilgi akışı sağlaması.

ANTN4234 Sporda Mentörlük I 1+2 4,0

Mentörlük tanımı; ulusal ve uluslararası spor organizasyonlarında mentörün rolü; farklı mentörlük uygulamaları.



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı
Ders İçerikleri

ANTN4197 Spor Hukuku 2+0 4,0

Spor hukukunun: tarihçesi; amaçları; gelişimi; kaynakları; kavramları; sporda iş kanunu ve uygulama alanları; sporda ceza hukuku ve uygulama alanları; itirazlar; sözleşmeler; sporda profesyonel futbol kulüpleri; sporcu yönetmelikleri; spor hukukunun hukuk sistemi içindeki yeri; spor hukukunun mevzuatı; antrenörler, teknik direktörler, menajerler, yöneticiler hakemler ve gözlemcilerin hukuksal boyutları; spor faaliyetlerini yürüten kurum ve kuruluşlar.

ANTN4129 Bitirme Projesi II 1+2 6,0

Öğrencilerin spor yöneticiliği alanında tasarladıkları bir araştırma projesini uygulayabilme, verilerini toplayabilme, verileri işleyebilme, verileri değerlendirebilme, verileri başka çalışmalarla ilişkilendirebilme, sonuçlarını çıkarabilme, bir rapor halinde yazabilme ve jüri önünde başarıyla sunabilme becerilerini kazanma.

ANTN4195 Mesleki İngilizce VI 2+0 2,0

Öğrencilerin gelecekteki mesleklerinde etkili bir şekilde iletişim kurmalarını sağlayacak aktiviteler; özgeçmiş yazma, iş mektupları ve rapor yazma, telefon ve internet ile iletişim kurabilme; mesleki dil becerilerini pekiştirmek ve geliştirme.

ANTN4231 Modüler Eğitim 1+0 1,0

Spor bilimleri alanındaki farklı yaklaşım ve uygulamaların öğrencilere, eğitim ve meslek standartları gözetilerek aktarılması. Farklı disiplinlerden konusunda uzman eğitimcilerin öğrencilere güncel ve yoğun bilgi akışı sağlaması.

ANTN4196 Arama Kurtarma Ve İlk Yardım 2+0 4,0

Sağlığın tanımı; sağlığı tehdit eden genel unsurlar; insan metabolizması, organlarımızın çalışma şekli ve organlarımızın hastalanması; hastalıklardan korunma yöntemleri; çeşitli hastalıklarda genel tedavi ve iyileştirme yöntemleri hakkında genel bilgiler; ölümcül ve bulaşıcı hastalıklar ve korunma yöntemleri; zararlı alışkanlıklar ve sağlık üzerine etkileri; arama kurtarma tanımları, kaza ve hastalıklarda ilk yardım; ilk yardımın tanımı, amacı ve uygulanması; ilk yardımcının görev ve yaklaşım temelleri; kanama, kırık, yanık, haşlanma, donma, güneş çarpması, zehirlenme, boğulma, solunum ve kalp durmasında ilk yardım uygulamaları.

ANTN4233 Eğitsel Ve Sportif Oyunlar II 1+2 4,0

Beden eğitiminin tanımı; hedef ve amacı; oyunun önemi ve öğretiminin amacı; tarihsel gelişimi; oyun seçimi ve öğretimi; oyunlarda yerleşme, başlama, hareket şekilleri, planlama, uygulama ve disiplin; oyunun fiziksel, psikomotor, sosyal, duygusal, zihin ve dil gelişimine olan etkileri; eğitsel oyunların gruplandırılması; uygulama alanlarına, oyuncu durumlarına, araçlarına, gelişim alanlarına, yerleşme düzenine; amaçlarına göre oyunlar; öğretmenin oyunda dikkat edeceği noktalar; beden eğitimi ve spor eğitiminde oyun; oyunlarda güvenliğin sağlanması.

ANTN4235 Sporda Mentörlük II 1+2 4,0

Mentörlük kavramının spor eğitimi sürecindeki önemi, mentörlük modelleri, uygulama örnekleri, ihtiyaca yönelik mentörlük programının geliştirilip uygulanması.

ANTN4291 Periyotlama ve Antrenman Yöntemleri 2+0 4,0

Bireysel ve takım sporları için sezonluk antrenman planlanmasında periyotlama ve uygun antrenman programı düzenlenmesi.



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı
Ders İçerikleri**

ANA DAL / ANA DAL ÖZEL ÖĞRETİM DERSLERİ

ANTN3123 Ana Dal Basketbol I 2+2 4,0

Basketbol sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

ANTN3013 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Basketbol I 2+2 4,0

Ana Dal Basketbol I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulatılması.

ANTN3141 Ana Dal Basketbol II 2+2 4,0

Ana Dal Basketbol I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, takım düzeni içerisinde uygulanması.

ANTN3142 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Basketbol II 2+2 4,0

Ana Dal Basketbol II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

ANTN4166 Ana Dal Basketbol III 2+2 4,0

Öğrencilerin Ana Dal Basketbol II dersinde edindikleri takımsal bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.

ANTN4183 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Basketbol III 2+2 4,0

Ana Dal Basketbol III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve çalıştırıcı öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

ANTN4201 Ana Dal Stajı Basketbol 2+6 5,0

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.

ANTN3122 Ana Dal Futbol I 2+2 4,0

Futbol sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

ANTN3043 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Futbol I 2+2 4,0

Ana Dal Futbol I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulatılması.

ANTN3140 Ana Dal Futbol II 2+2 4,0

Ana Dal Futbol I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, takım düzeni içerisinde uygulanması.

ANTN3142 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Futbol II 2+2 4,0

Ana Dal Futbol II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

ANTN41684103 Ana Dal Futbol III 2+2 4,0

Öğrencilerin Ana Dal Futbol II dersinde edindikleri takımsal bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.



**T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı
Ders İçerikleri**

ANTN4182 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Futbol III 2+2 4,0

Ana Dal Futbol III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve çalıştırıcı öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

A4203 Ana Dal Stajı Futbol 2+6 5,0

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.

ANTN3219 Ana Dal Voleybol I 2+2 4,0

Voleybol sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

ANTN3042 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Voleybol I 2+2 4,0

Ana Dal Voleybol I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulanması.

ANTN3128 Ana Dal Voleybol II 2+2 4,0

Ana Dal Voleybol I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, takım düzeni içerisinde uygulanması.

ANTN3138 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Voleybol II 2+2 4,0

Ana Dal Voleybol II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

ANTN4172 Ana Dal Voleybol III 2+2 4,0

Öğrencilerin Ana Dal Voleybol II dersinde edindikleri takımsal bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.

ANTN4181 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Voleybol III 2+2 4,0

Ana Dal Voleybol III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve çalıştırıcı öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

ANTN4223 Ana Dal Stajı Voleybol 2+6 5,0

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.

ANTN3124 Ana Dal Hentbol I 2+2 4,0

Hentbol sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

ANTN3009 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Hentbol I 2+2 4,0

Ana Dal Hentbol I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulanması.

ANTN3130 Ana Dal Hentbol II 2+2 4,0

Ana Dal Hentbol I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, takım düzeni içerisinde uygulanması.

A3143 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Hentbol II 2+2 4,0

Ana Dal Hentbol II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.



**T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**

**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı
Ders İçerikleri**

ANTN4127 Ana Dal Hentbol III 2+2 4,0

Öğrencilerin Ana Dal Hentbol II dersinde edindikleri takımsal bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.

ANTN4184 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Hentbol III 2+2 4,0

Ana Dal Hentbol III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve çalıştırıcı öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

ANTN4202 Ana Dal Stajı Hentbol 2+6 5,0

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.

ANTN3037 Ana Dal Atletizm I 2+2 4,0

Atletizm sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

ANTN3033 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Atletizm I 2+2 4,0

Ana Dal Atletizm I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulatılması.

ANTN3133 Ana Dal Atletizm II 2+2 4,0

Ana Dal Atletizm I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, bireysel çalışma düzeni içerisinde uygulanması.

ANTN3146 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Atletizm II 2+2 4,0

Ana Dal Atletizm II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

ANTN4176 Ana Dal Atletizm III 2+2 4,0

Öğrencilerin Ana Dal Atletizm II dersinde edindikleri bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.

ANTN4186 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Atletizm III 2+2 4,0

Ana Dal Atletizm III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve çalıştırıcı öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

ANTN4205 Ana Dal Stajı Atletizm 2+6 5,0

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.

ANTN3120 Ana Dal Yüzme I 2+2 4,0

Yüzme sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

ANTN3040 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Yüzme I 2+2 4,0

Ana Dal Yüzme I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulatılması.



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı
Ders İçerikleri

ANTN3012 Ana Dal Yüzme II 2+2 4,0

Ana Dal Yüzme I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, bireysel çalışma düzeni içerisinde uygulanması.

ANTN3136 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Yüzme II 2+2 4,0

Ana Dal Yüzme II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

ANTN4151 Ana Dal Yüzme III 2+2 4,0

Öğrencilerin Ana Dal Yüzme II dersinde edindikleri bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.

ANTN4179 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Yüzme III 2+2 4,0

Ana Dal Yüzme III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve çalıştırıcı öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

ANTN4198 Ana Dal Stajı Yüzme 2+6 5,0

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.

ANTN3121 Ana Dal Tenis I 2+2 4,0

Tenis sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

ANTN3041 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Tenis I 2+2 4,0

Ana Dal Tenis I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulanması.

ANTN3126 Ana Dal Tenis II 2+2 4,0

Ana Dal Tenis I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, bireysel çalışma düzeni içerisinde uygulanması.

ANTN3137 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Tenis II 2+2 4,0

Ana Dal Tenis II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

ANTN4174 Ana Dal Tenis III 2+2 4,0

Öğrencilerin Ana Dal Tenis II dersinde edindikleri bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.

ANTN4180 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Tenis III 2+2 4,0

Ana Dal Tenis III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve antrenör öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

ANTN4199 Ana Dal Stajı Tenis 2+6 5,0

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.



**T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı
Ders İçerikleri**

ANTN3038 Ana Dal Step-Aerobik I 2+2 4,0

Step-Aerobiğe özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

ANTN3032 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Step-Aerobik I 2+2 4,0

Ana Dal Step-Aerobik I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulatılması.

ANTN3134 Ana Dal Step-Aerobik II 2+2 4,0

Ana Dal Step-Aerobik I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, bireysel çalışma düzeni içerisinde uygulanması.

ANTN3147 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Step-Aerobik II 2+2 4,0

Ana Dal Step-Aerobik II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

ANTN4177 Ana Dal Step-Aerobik III 2+2 4,0

Öğrencilerin Ana Dal Step-Aerobik II dersinde edindikleri bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.

ANTN4187 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Step-Aerobik III 2+2 4,0

Ana Dal Step-Aerobik III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve antrenör öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

ANTN4206 Ana Dal Stajı Step-Aerobik 2+6 5,0

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.

ANTN3007 Ana Dal Masa Tenisi I 2+2 4,0

Masa Tenisi sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması

ANTN3034 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Masa Tenisi I 2+2 4,0

Ana Dal Masa Tenisi I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulatılması.

ANTN3131 Ana Dal Masa Tenisi II 2+2 4,0

Ana Dal Masa Tenisi I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, bireysel çalışma düzeni içerisinde uygulanması.

ANTN3144 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Masa Tenisi II 2+2 4,0

Ana Dal Masa Tenisi II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

ANTN4044 Ana Dal Masa Tenisi III 2+2 4,0

Öğrencilerin Ana Dal Masa Tenisi II dersinde edindikleri bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı
Ders İçerikleri

ANTN4236 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Masa Tenisi III 2+2 4,0

Ana Dal Masa Tenisi III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve antrenör öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

ANTN4203 Ana Dal Stajı Masa Tenisi 2+6 5,0

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.

ANTN3036 Ana Dal Ritmik Cimnastik I 2+2 4,0

Ritmik Cimnastik sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

ANTN3035 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Ritmik Cimnastik I 2+2 4,0

Ana Dal Ritmik Cimnastik I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulanması.

ANTN3132 Ana Dal Ritmik Cimnastik II 2+2 4,0

Ana Dal Ritmik Cimnastik I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, bireysel çalışma düzeni içerisinde uygulanması.

ANTN3145 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Ritmik Cimnastik II 2+2 4,0

Ana Dal Ritmik Cimnastik II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

ANTN4175 Ana Dal Ritmik Cimnastik III 2+2 4,0

Öğrencilerin Ana Dal Ritmik Cimnastik II dersinde edindikleri bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.

ANTN4185 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Ritmik Cimnastik III 2+2 4,0

Ana Dal Ritmik Cimnastik III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve antrenör öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

ANTN4204 Ana Dal Stajı Ritmik Cimnastik 2+6 5,0

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.

ANTN3039 Ana Dal Artistik Cimnastik I 2+2 4,0

Artistik Cimnastik sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

ANTN3031 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Artistik Cimnastik I 2+2 4,0

Ana Dal Artistik Cimnastik I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulanması.

ANTN3135 Ana Dal Artistik Cimnastik II 2+2 4,0

Ana Dal Artistik Cimnastik I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, bireysel çalışma düzeni içerisinde uygulanması.



**T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı
Ders İçerikleri**

ANTN3148 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Artistik Cimnastik II 2+2 4,0

Ana Dal Artistik Cimnastik II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

ANTN4178 Ana Dal Artistik Cimnastik III 2+2 4,0

Öğrencilerin Ana Dal Artistik Cimnastik II dersinde edindikleri bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.

ANTN4188 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Artistik Cimnastik III 2+2 4,0

Ana Dal Artistik Cimnastik III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve antrenör öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

ANTN4207 Ana Dal Stajı Artistik Cimnastik 2+6 5,0

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.

ANTN3274 Ana Dal Badminton I 2+2 4,0

Badminton sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

ANTN3275 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Badminton I 2+2 4,0

Ana Dal Badminton I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulatılması.

ANTN3276 Ana Dal Badminton II 2+2 4,0

Ana Dal Badminton I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, bireysel çalışma düzeni içerisinde uygulanması.

ANTN3277 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Badminton II 2+2 4,0

Ana Dal Badminton II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

ANTN4278 Ana Dal Badminton III 2+2 4,0

Öğrencilerin Ana Dal Badminton II dersinde edindikleri bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.

ANTN4281 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Badminton III 2+2 4,0

Ana Dal Badminton III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve antrenör öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

ANTN4283 Ana Dal Stajı Badminton 2+6 5,0

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı
Ders İçerikleri**

ZORUNLU SEÇMELİ DERSLER

Aşağıdaki dersler; 3. sınıf güz ve bahar, 4. sınıf güz yarıyıllarında birbirinden farklı olarak birer tane zorunlu olarak seçilecek olan seçmeli derslerdir.

Aerobik Cimnastik 1+2 2,0

Aerobik Cimnastik branşı ile ilgili genel bilgi verilmesi ve branşın genel tanıtımı.

Aikido 1+2 2,0

Temel duruş tekniklerinin öğrenimi ve öğretimi; savunma teknikleri ve stratejileri.

Animasyon Eğitimi 1+2 2,0

Animasyon kavramı ve animasyon çeşitleri: niteliksel açıdan sınıflandırma, faaliyet türlerine göre sınıflandırma; animasyon hizmetlerinin temel özellikleri; animasyonun fonksiyonları; animasyon hizmetlerinin yönetimi: planlama, organizasyon, yöneltme, denetim; animasyon hizmetlerinin yönetim süreçleri: koordinasyon, liderlik, iletişim; animasyon ilkeleri; kamu ve özel kurum ve kuruluşlardaki animasyon programlarını inceleme ve çalışmalarını değerlendirme.

Artistik Buz Pateni 1+2 2,0

Artistik (figür) buz pateninde teknik, taktik ve yarışma kurallarının öğretilmesi. Ülkemizde artistik paten ve diğer dalların gelişimi ve bulunduğu konumu öğretmek.

Briç 1+2 2,0

Dünyada ve Türkiye’de briç; oyun kuralları ve özellikleri, turnuva faaliyetlerinin planlanması.

Dağcılık 1+2 2,0

Dünyada ve Türkiye’de dağcılık; faaliyet planlaması: temel faaliyet planlaması, faaliyet hazırlık listesi, katılımcıların fiziksel kondisyonlarının belirlenmesi, rotanın planlanması; ekipmanlar: ekipmanların değerlendirilmesi, giyim, botlar, sırt çantaları, uyku ekipmanları, barınma, yemek ekipmanları; genel tırmanma ve kamp kuralları: genel prensipler, kamp yeri seçimi, çöplerin kontrolü; doğada seyahat: haritalar ve pusula, diğer navigasyon aletleri, aylar bölgesinde faaliyet; emniyet ve acil prosedürler, ilk yardım ve acil bakım.

Doğa Sporları 1+2 2,0

Doğada yaşama becerisi; zorlukların üstesinden gelebilme; doğayı yaşama ve koruma duygusunu geliştirebilme, birlikte hareket edebilme, grup içi uyum, doğada uygun malzemeleri kullanma, kendini tanıma, beslenme, kendine yetebilme.

Ergonomi 2+0 2,0

Ergonomi biliminin tanımı, kapsamı ve ilişkili olduğu disiplinler; ergonomi ve spor ilişkisi; insan vücudunun yapısal özellikleri, hareket sistemi; antropometri kavramı ve spor alanlarına ait iç mekân tasarımlarında önemli antropometrik boyutlar ve kullanımı.

Geleneksel Sporlar 2+0 2,0

Geleneksel spor dallarının tarihsel geçmişi, tanımı, kuralları ve günümüzdeki yeri.



**T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı
Ders İçerikleri**

Golf 1+2 2,0

Golf sporunun Tanımı; Dünyada ve Türkiye'de golfün doğuşu ve gelişimi; golf malzemeleri; golf sahası ve özellikleri.

Halk Oyunları 1+2 2,0

Halk bilimi; Türk halk dansları ve dansın genel yapısı; insan-insan ilişkilerini konu alan danslar: vuruşma ya da kavgayı konu alan danslar, kadın-erkek ilişkilerinin konu alan danslar, akrabalık ilişkilerini konu alan danslar, kişi adlarını konu alan danslar, tören dansları; insan doğa ilişkilerini konu alan danslar: doğayı konu alan danslar, günlük yaşam ve üretim ilişkilerini konu alan danslar, hayvan yansımaları danslar; Türk halk danslarına eşlik eden sazlar: nefesli, vurmaları, telli, yaylı; Türk halk dansları giyimi: başa, üste, alta, ayağa, aksesuarlar; Türk halk oyunlarında türler.

İzcilik 1+2 2,0

İzciliğin amacı, metodu, temel prensipleri, Türkiye ve Dünya'da yapılması, geçlerle uygulanacak izcilik programı.

Judo 1+2 2,0

Judo branşına yönelik temel tekniklerin, teorik ve uygulamalı olarak verilmesi.

Karate 1+2 2,0

Karate branşına yönelik temel tekniklerin, teorik ve uygulamalı olarak verilmesi.

Masaj 1+4 2,0

Masajın tanımı ve tarihçesi; masajın fizyolojik, patolojik, mekanik ve refleks etkileri; masajın genel ilkeleri, indikasyonları ve kontraindikasyonları; masajın dozajı ve etkileri; dünyada kullanılan masaj teknikleri; öncesi ve sonrasıyla masajın sporda kullanılması; mekanik masaj yöntemleri; masaj uygulamaları: alt sırt masajı, üst sırt masajı, boyun masajı, el masajı, önkol masajı, kol masajı, ayak masajı, bacak masajı, uyluk masajı, yüz masajı, karın masajı.

Okçuluk 1+2 2,0

Temel duruş tekniklerinin öğrenimi ve öğretimi; temel çekiş tekniklerinin öğrenimi ve öğretimi; okçuluk malzemelerinin kullanımının öğrenimi ve öğretimi; tam çekiş tekniklerinin öğrenimi ve öğretimi; nişan alma tekniklerinin öğrenimi ve öğretimi, puanlamanın öğrenimi ve öğretimi; bırakış teknikleri; güvenlik tedbirlerinin alınmasının öğrenimi ve öğretimi; yay kolu bırakış tekniğinin öğrenimi ve öğretimi; çekiş kolu bırakış tekniklerinin öğrenimi ve öğretimi; 18 metre atışın öğrenimi ve öğretimi; 25 metre atışın öğrenimi ve öğretimi.

Ölçme Ve Değerlendirme 2+0 2,0

Eğitimde ölçme ve değerlendirmenin yeri ve önemi, ölçme ve değerlendirme ile ilgili temel kavramlar, ölçme araçlarında bulunması istenen nitelikler (güvenirlilik, geçerlik, kullanılabilirlik), eğitimde kullanılan ölçme araçları ve özellikleri, geleneksel yaklaşımlara dayalı olan araçlar (yazılı sınavlar, kısa yanıtli sınavlar, doğru-yanlış tipi testler, çoktan seçmeli testler, eşleştirmeli testler, sözlü yoklamalar, ödevler), öğrenciyi çok yönlü tanımaya dönük araçlar (gözlem, görüşme, performans değerlendirme, öğrenci ürün dosyası, araştırma kâğıtları, araştırma projeleri, akran değerlendirme, öz değerlendirme, tutum ölçekleri), ölçme sonuçları üzerinde yapılan temel istatistiksel işlemler, öğrenme çıktıları değerlendirme, not verme, alanı ile ilgili ölçme aracı geliştirme.



**T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı
Ders İçerikleri**

Satranç 1+2 2,0

Şahın tanıtımı; kalenin tanıtımı; kale ve şah ile şahı mat etmek; vezir, şah ile şahı mat etmek; iki fil ve şah ile şahı mat etmek; at, fil ve şah ile şahı mat etmek; iki at ile mat; piyon, şaha karşı şah; vezir, şaha karşı fil, şah; vezir, şaha karşı at, şah; vezir, şaha karşı kale, şah; vezir, şaha karşı vezir, şah; kale, şaha karşı fil, şah; kale, şaha karşı at, şah; vezir, şaha karşı piyon, şah; fil, şaha karşı piyon, şah; at, şaha karşı piyon, şah; kale, şaha karşı piyon, şah; at piyon şaha karşı şah ve bir alet; fil piyon şaha karşı şah ve bir alet.

Spor Turizmi 2+0 2,0

Spor yönetimi içinde spor ve turizm sektörünün yeri ve önemi; spor turizminde gelişmeler: turizm kavramı, turist kavramı, turizmde amaçlanan hedefler: turizmle ilişkili spor aktiviteleri; spor turizm pazarı: spor turizminde animasyon, spor turizm danışmanlığı, spor turizminde iş olanakları; Türkiye'de spor turizmi: rafting, yamaç paraşütü, trekking, pracliding, kayaking, atlı spor, bisiklet gezileri, su sporları: sörf, katamaran etkinliklerinin tanıtımı ve Türkiye'deki uygulamaları.

Sporda NLP Uygulamaları 2+0 2,0

Sporda NLP Uygulamaları hakkında bilgi ve uygulama yolları.

Taekwondo 1+2 2,0

Taekwondo branşına yönelik temel tekniklerin, teorik ve uygulamalı olarak verilmesi.

Ticaret Hukuku 2+0 2,0

Ticari işletmeler, tacir, ticari işletme türleri, faiz, tacir yardımcıları, ticaret unvanı, işletme adı, ticaret sicili, marka, haksız rekabet, ticari defterler, ve cari hesap.

Topluma Hizmet Uygulamaları 2+0 2,0

Toplumsal sorumluluk bilincini kuramsal ve uygulamalı olarak kazandırma amaçlı projeler ve içerikleri; uygulamalar sırasında bireylere kazandırılan iş birliği, dayanışma, etkili iletişim ve öz değerlendirme becerileri.

Yoga 1+2 2,0

Yogaya yönelik temel tekniklerin, teorik ve uygulamalı olarak verilmesi.

Uygulamalı Girişimcilik 4+0 5,0

Başkaları için çalışmanın yanı sıra kendini işini kurabilecek özelliklere, bilgi ve yetkinlikler sahip olması hedeflenen öğrencilerin kendilerinde var olan girişimcilik özelliklerini ortaya çıkarmaları ve bunları geliştirebilmeleri için gerekli donanımı kazanmaları amaçlanmaktadır.



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı
Ders İçerikleri**

İSTEĞE BAĞLI YARDIMCI DAL

SAĞLIK İÇİN SPOR VE FİTNESS

ANTN3030 Sağlık İçin Spor ve Fitnes 2+0 2,0

Her Yaşta Spor ve Fitnesin Temel Hedefleri; Her Yaşta Sporun ve Egzersizin Bilimsel Temelleri; Düzenli Yaşam Boyu Spor Uygulamalarının İnsan Sağlığına Etkileri; Neden Fitnes?; Sağlık Değerlendirmesi; Basit Reçete Önerisi; Sağlıklı Yaşam Boyu Spor Uygulamaları İçin Çeşitli Fitnes Antrenman Önerileri; Yaş ve Performansa Göre Düzenlenmiş Etkinlik Tabloları.

ANTN3029 Fitnes Liderliği 1+2 2,0

Fitnes uzmanlığıyla ilgili temel kavramların öğrenilmesini ve bu alanda yer alan uzmanlık alanlarının tanıtılması.

ANTN3150 Fitneste Antrenman Modelleri I 2+2 2,0

Fitnes tanımı; Fitnesin sağlık için spor komponentleri, Vücut yağı, Egzersiz reçetesi, Egzersiz şiddetini belirleme metotları (MET, HRmax, HRRmax, RPE), Maksimal belirleme, MET'e göre örnek egzersiz reçetesi, farklı antrenman türlerine giriş.

ANTN3156 Özel Gruplarda Egzersiz 2+0 2,0

Tıpta ve egzersiz bilimleri alanında fizyolojik veya patolojik nedenlerle ortalama erişkin insan sağlıklılık halinden farklılık gösteren bireylere özel egzersiz planlamanın temel ilkeleri, kronik hastalıklarda egzersiz.

ANTN4190 Fitnes Teknolojisi ve Ergonomi 2+0 2,0

Spor tesislerinin planlanması ile ilgili fiziksel çevre ve tesis dizaynı, sporcuların sağlığı ve güvenliği ile tesis kullanımında etkinliği arttıran ergonomik faktörlerin incelenmesi.

ANTN4189 Fitneste Antrenman Modelleri II 2+2 2,0

Vücut kompozisyonu; dayanıklılık geliştirici antrenman metotları, dayanıklılık antrenmanlarında dikkat edilecek hususlar; kuvvet geliştirici antrenman metotları, kuvvet antrenmanlarında dikkat edilecek hususlar; esneklik geliştirici antrenman metotları, esneklik antrenmanlarında dikkat edilecek hususlar.

ANTN4208 Sağlık İçin Spor ve Fitnes Stajı 1+4 4,0

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.



**T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı
Ders İçerikleri**

SPOR GAZETİCİLİĞİ

ANTN3028 Spor Gazeteciliği I 2+2 2,0

Gazetecilik kavramı ve kolları, yazılı ve görsel basında sporun yeri, yazılı basında spor sayfalarının kullanılması; spor gazeteciliğine ait kronolojik bilgiler.

ANTN3005 Basın Ekonomisi Ve Yayın Tekniği 2+0 2,0

Sporun kitle iletişim araçlarında yer alış biçimi ve yoğunluğu, Kitle iletişim araçlarında konu ve içerik olarak spor, Kitle iletişim araçlarının kazançlarına farklı spor haber ve yorumlarının etkisi; kitle iletişim araçlarında sporun amaç ve işlevleri, farklı yayın teknikleri, dünyada yayın tekniklerinin kullanımı.

ANTN3153 Spor Gazeteciliği II 2+2 2,0

Mülakat, röportaj tanımı ve yazım teknikleri, sayfa tasarımı ve mizanpaj, fotoğrafçılık ve spor fotoğraflarının kullanımı, süreli yayınlar ve dergicilik, yerel basın, spor kulüplerinin medya ile ilişkileri, sporcuların medya ile ilişkileri - spor kulüplerinin kendi medyalarını oluşturması, teknoloji ve medya - elektronik basın.

ANTN3155 Reklamcılık ve Tanıtım 2+0 2,0

Reklamcılık ve Tanıtım dersi, reklamcılık alanına giriş niteliği taşımaktadır. Öğrencilerin bu alanla ilgili temel bilgileri öğrenmeleri amaçlanmaktadır.

ANTN4192 İnternet Yayıncılığı 2+2 2,0

Dünyada ve Türkiye’de internetin gelişimi, internet yayıncılığı ve içerik, geleneksel basın ve internet gazeteciliği, günümüz haberciliği ve internet destekli habercilik, online gazetecilik tarihi, internetin medyaya etkileri - internet ve sosyal değişim, dünyada ve Türkiye’de internet gazeteciliğinin durumu, yerel medya ve internet, web yayıncılığının avantaj ve dezavantajları - online gazetecilik sorunları, internette medya hukuku, internet ve etik, reklâm, ilan ve ticari yaklaşım örnekleri, blog yazarlığı ve gazetecilik arasındaki farklar

ANTN4191 Radyo ve Televizyon Yayıncılığı 2+0 2,0

Radyo ve televizyon yayıncılığı dersi; radyo ve televizyonun işlevleri, radyo ve televizyonun tarihsel gelişimi, kamu hizmeti yayıncılığı ve tecimsel yayıncılık, Türkiye’de radyo ve televizyon yayıncılığının tarihi ve TRT, RTÜK ve RTÜK kanununda yer alan yayın ilkeleri, küresel medya kuruluşları, yöndeşme, hedef kitle, radyo ve televizyonda program türleri, TV’de görüntü estetiği: ışık, aydınlatma, radyo ve televizyonda program öneri formunun hazırlanması, radyo ve televizyon haberciliği, haberin öğeleri ve haber değeri kavramı, haber bültenlerinin görsel özellikleri konularının ele alındığı bir derstir.

ANTN4209 Spor Gazeteciliği Stajı 1+4 4,0

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.



**T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı
Ders İçerikleri**

ENGELLİLERDE SPOR

ANTN3027 Engellilerde Spora Giriş 2+2 2,0

Engelliler için beden eğitimi ve sporun anlam ve önemi, engel türleri ve sınıflandırılmaları, engellilerde beden eğitimi ve spor uygulamaları, engelliler için beden eğitimi ve sporla ilgili hukuki düzenlemeler.

ANTN3026 Engellilik ve Sağlık Sorunları 2+0 2,0

Engel, özür kavramları, engellilik türleri, engellilik sebepleri, engellilikten korunma.

ANTN3156 Özel Gruplarda Egzersiz 2+0 2,0

Tıpta ve egzersiz bilimleri alanında fizyolojik veya patolojik nedenlerle ortalama erişkin insan sağlıklılık halinden farklılık gösteren bireylere özel egzersiz planlamanın temel ilkeleri, kronik hastalıklarda egzersiz.

ANTN3157 Engellilerde Rekreasyon 2+0 2,0

Engellilik, sınıflandırılması ve rekreasyonun sınıflandırması, işlevi, engelliler ve rekreasyonun önemi, rekreatif etkinlik alanı olan sporun engelliler için önemi, engelliler için rekreasyon programlaması hazırlama, terapi rekreasyonu nedir, sınıflandırılması, terapi rekreasyonu ile ilgili origami çalışması, patates baskı, atla terapi- hipoterapi nedir, aroma terapi nedir, oyun terapisi, bahçe terapisi nedir, sherborne, engellilerdeki rekreasyon faaliyetlerine dünya ve ülkemiz açısından değerlendirilmesi.

ANTN4193 Engellilerde Bireysel Sporlar 2+2 2,0

Engelliler için beden eğitimi ve sporun önemi; engel sebepleri, türleri ve sınıflandırılmaları; zihinsel, işitme, görme ve ortopedik engellilerde beden eğitim ve spor öğretimi, beden eğitimi ve sporun engelliler üzerindeki etkileri; engelliler için beden eğitimi ve sporla ilgili hukuki düzenlemeler; engelliler federasyonu: engellilerde bireysel spor branşları, sınıflandırma ve kuralları.

ANTN4194 Engellilerde Takım Sporları 2+2 2,0

Engellilerde takım sporunun tarihçesi, gelişimi, kitlelere yayılması, günümüzde engelli takım sporu organizasyonları ve bu organizasyonlardaki spor branşları hakkında genel bir fikir vermek. Engelli takım sporlarında kullanılan araç ve malzemeleri tanıtmak, bunların nasıl kullanıldığı hakkında öğrencileri bilgilendirmek, engelli takım sporlarında sınıflandırmanın neden ve nasıl yapıldığını öğrencilere aktarmak ve özel eğitimde beden eğitimi ve spor uygulamalarının önemini sunmayı hedeflemek.

ANTN4237 Engellilerde Spor Stajı 1+4 4,0

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.