

## GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

|                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ders Adı / Course Name                                                            | Triathlon / Triathlon                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Ders Kodu / Course Code                                                           | ANTBSB2.55                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Ders Türü / Course Type                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Ders Seviyesi / Course Level                                                      | Bachelor Degree / Bachelor Degree                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Ders Akts Kredi / ECTS                                                            | 5.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Haftalık Ders Saati (Kuramsal) / Course Hours For Week (Theoretical)              | 1.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Haftalık Uygulama Saati / Course Hours For Week (Objected)                        | 2.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Haftalık Laboratuar Saati / Course Hours For Week (Laboratory)                    | 0.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Dersin Verildiği Yıl / Year                                                       | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Öğretim Sistemi / Teaching System                                                 | Normal Education / Normal Education                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Eğitim Dili / Education Language                                                  | Turkish / Turkish                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Ön Koşulu Olan Ders(ler) / Precondition Courses                                   | Yok                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | None                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Amacı / Purpose                                                                   | Bu dersin amacı, öğrencilerin Triatlonun tanımını, Triatlon sporunun genel karakteristik özelliklerini, Dünya'daki ve Türkiye'deki tarihi gelişimini, triatlon yarışma kurallarını, triatlon sporunun temel tekniklerinin teorik ve uygulamalı olarak öğretimini sağlamak, bilgi ve becerileri kazandırmak, triatlon ile ilgili her türlü gelişmelerin takip edilmesini sağlamaktır. | The aim of this lesson, students' definition of triathlon, general characteristics of triathlon, historical development of the world and in Turkey, the rules of triathlon, triathlon the basic theoretical and practical teaching techniques to provide information and skills, any developments related to triathlon is to be followed. |
| İçeriği / Content                                                                 | Triatlon sporunun uygulama deneyimi üzerine; bir kısım özel tekniklerin teorik ve uygulamalı olarak öğretimi ve pekiştirilmesini içerir.                                                                                                                                                                                                                                             | Teaching and confirming special techniques by giving theory based knowledge and making practices on demonstration of Triatlon.                                                                                                                                                                                                            |
| Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations                        | Yok                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | None                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Staj Durumu / Internship Status                                                   | Yok                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | None                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

### ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

|   |                                                                                         |                                                                                             |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Triatlon sporunun tarihçesini ve yarışma kurallarını öğrenir                            | Learns the history and rules of the sport of triathlon                                      |
| 2 | Triatlon sporu ile ilgili temel becerilere sahip olur                                   | Will have the basic skills of triathlon                                                     |
| 3 | Triatlon sporu taktiklerini kullanır ve çıkarımda bulunur, karar verme yeteneği gelişir | Uses the tactics of the sport of triathlon and inferences, develop decision-making ability  |
| 4 | Triatlon sporu sayesinde insanlar ile etkili iletişim becerileri geliştirir             | Develop the skills to communicate effectively with people through triathlon                 |
| 5 | Triatlon dersinde öğrendiği teorik ve pratik bilgileri farklı alanlarda uygular         | Apply in different areas of theoretical and practical information triathlon lessons learned |
| 6 | Triatlon sporu ile ilgili gelişmeleri takip eder                                        | Follows the developments relating to the sport of triathlon                                 |

### HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

| Hafta / Week |                                                                                            |          |     |                                                          |                           |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------|
| 1            | Teorik Dersler / Theoretical                                                               | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Triatlon sporunun tarihçesini ve yarışma kurallarını öğrenir                               |          |     |                                                          |                           |
|              | Learns the history and rules of the sport of triathlon                                     |          |     |                                                          |                           |
| 2            | Teorik Dersler / Theoretical                                                               | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Triatlon sporunun tarihçesini ve yarışma kurallarını öğrenir                               |          |     |                                                          |                           |
|              | Learns the history and rules of the sport of triathlon                                     |          |     |                                                          |                           |
| 3            | Teorik Dersler / Theoretical                                                               | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Triatlon sporu ile ilgili temel becerilere sahip olur                                      |          |     |                                                          |                           |
|              | Will have the basic skills of triathlon                                                    |          |     |                                                          |                           |
| 4            | Teorik Dersler / Theoretical                                                               | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Triatlon sporu ile ilgili temel becerilere sahip olur                                      |          |     |                                                          |                           |
|              | Will have the basic skills of triathlon                                                    |          |     |                                                          |                           |
| 5            | Teorik Dersler / Theoretical                                                               | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Triatlon sporu taktiklerini kullanır ve çıkarımda bulunur, karar verme yeteneği gelişir    |          |     |                                                          |                           |
|              | Uses the tactics of the sport of triathlon and inferences, develop decision-making ability |          |     |                                                          |                           |

|    |                                                                                             |          |     |                                                          |                           |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------|
| 6  | Teorik Dersler / Theoretical                                                                | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Triatlon sporu taktiklerini kullanır ve çıkarımda bulunur, karar verme yeteneği gelişir     |          |     |                                                          |                           |
|    | Uses the tactics of the sport of triathlon and inferences, develop decision-making ability  |          |     |                                                          |                           |
| 7  | Teorik Dersler / Theoretical                                                                | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | vize sınavı                                                                                 |          |     |                                                          |                           |
|    | Develop the skills to communicate effectively with people through triathlon                 |          |     |                                                          |                           |
| 8  | Teorik Dersler / Theoretical                                                                | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Triatlon sporu sayesinde insanlar ile etkili iletişim becerileri geliştirir                 |          |     |                                                          |                           |
|    | Develop the skills to communicate effectively with people through triathlon                 |          |     |                                                          |                           |
| 9  | Teorik Dersler / Theoretical                                                                | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Triatlon sporu sayesinde insanlar ile etkili iletişim becerileri geliştirir                 |          |     |                                                          |                           |
|    | Exam                                                                                        |          |     |                                                          |                           |
| 10 | Teorik Dersler / Theoretical                                                                | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Triatlon dersinde öğrendiği teorik ve pratik bilgileri farklı alanlarda uygular             |          |     |                                                          |                           |
|    | Apply in different areas of theoretical and practical information triathlon lessons learned |          |     |                                                          |                           |
| 11 | Teorik Dersler / Theoretical                                                                | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Triatlon dersinde öğrendiği teorik ve pratik bilgileri farklı alanlarda uygular             |          |     |                                                          |                           |
|    | Apply in different areas of theoretical and practical information triathlon lessons learned |          |     |                                                          |                           |

|    |                                                             |          |     |                                                          |                           |
|----|-------------------------------------------------------------|----------|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------|
| 12 | Teorik Dersler / Theoretical                                | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Triatlon sporu ile ilgili gelişmeleri takip eder            |          |     |                                                          |                           |
|    | Follows the developments relating to the sport of triathlon |          |     |                                                          |                           |
| 13 | Teorik Dersler / Theoretical                                | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Triatlon sporu ile ilgili gelişmeleri takip eder            |          |     |                                                          |                           |
|    | Follows the developments relating to the sport of triathlon |          |     |                                                          |                           |
| 14 | Teorik Dersler / Theoretical                                | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | final sınavı                                                |          |     |                                                          |                           |
|    | Final Exam                                                  |          |     |                                                          |                           |
| 15 | Teorik Dersler / Theoretical                                | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    |                                                             |          |     |                                                          |                           |
|    |                                                             |          |     |                                                          |                           |
| 16 | Teorik Dersler / Theoretical                                | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    |                                                             |          |     |                                                          |                           |
|    |                                                             |          |     |                                                          |                           |

## DEĞERLENDİRME / EVALUATION

| Yarıyıl (Yıl) İçi Etkinlikleri / Term (or Year) Learning Activities | Sayı / Number | Katkı Yüzdesi / Percentage of Contribution (%) |
|---------------------------------------------------------------------|---------------|------------------------------------------------|
| Ara Sınav / Midterm Examination                                     | 1             | 100                                            |
| Toplam / Total:                                                     | 1             | 100                                            |
| Başarı Notuna Katkı Yüzdesi / Contribution to Success Grade(%):     |               | 40                                             |

  

| Yarıyıl (Yıl) Sonu Etkinlikleri / End Of Term (or Year) Learning Activities | Sayı / Number | Katkı Yüzdesi / Percentage of Contribution (%) |
|-----------------------------------------------------------------------------|---------------|------------------------------------------------|
| Final Sınavı / Final Examination                                            | 1             | 100                                            |
| Toplam / Total:                                                             | 1             | 100                                            |
| Başarı Notuna Katkı Yüzdesi / Contribution to Success Grade(%):             |               | 60                                             |

  

|                                                                                                                 |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Etkinliklerinin Başarı Notuna Katkı Yüzdesi(%) Toplamı / Total Percentage of Contribution (%) to Success Grade: | 100 |
| Değerlendirme Tipi / Evaluation Type:                                                                           |     |

## İŞ YÜKÜ / WORKLOADS

| Etkinlikler / Workloads                                                                                                                                                              | Sayı / Number | Süresi (Saat) / Duration (Hours) | Toplam İş Yüğü (Saat) / Total Work Load (Hour) |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|----------------------------------|------------------------------------------------|
| Ara Sınav / Midterm Examination                                                                                                                                                      | 1             | 2.00                             | 2.00                                           |
| Final Sınavı / Final Examination                                                                                                                                                     | 1             | 2.00                             | 2.00                                           |
| Derse Katılım / Attending Lectures                                                                                                                                                   | 14            | 5.00                             | 70.00                                          |
| Bireysel Çalışma / Self Study                                                                                                                                                        | 14            | 5.00                             | 70.00                                          |
| Toplam / Total:                                                                                                                                                                      | 30            | 14.00                            | 144.00                                         |
| Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 30.00 (Saat/AKTS) = 144.00/30.00 = 4.80 ~ / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 30.00 (Hour / ECTS) = 144.00 / 30.00 = 4.80 ~ |               |                                  |                                                |

PROGRAM VE ÖĞRENME ÇIKTISI / PROGRAM LEARNING OUTCOMES

| Öğrenme Çıktıları /<br>Learning Outcomes                                                                                                                                               | Program Çıktıları / Program Outcomes |       |       |       |       |       |       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
|                                                                                                                                                                                        | 1.1.1                                | 1.1.2 | 2.1.1 | 3.1.1 | 3.2.1 | 3.3.1 | 3.4.1 |
| 1.Triatlon sporunun tarihçesini ve yarışma kurallarını öğrenir / Learns the history and rules of the sport of triathlon                                                                |                                      |       |       |       |       |       |       |
| 2.Triatlon sporu ile ilgili temel becerilere sahip olur / Will have the basic skills of triathlon                                                                                      |                                      |       |       |       |       |       |       |
| 3.Triatlon sporu taktiklerini kullanır ve çıkarımda bulunur, karar verme yeteneği gelişir / Uses the tactics of the sport of triathlon and inferences, develop decision-making ability |                                      |       |       |       |       |       |       |
| 4.Triatlon sporu sayesinde insanlar ile etkili iletişim becerileri geliştirir / Develop the skills to communicate effectively with people through triathlon                            |                                      |       |       |       |       |       |       |
| 5. Triatlon dersinde öğrendiği teorik ve pratik bilgileri farklı alanlarda uygular / Apply in different areas of theoretical and practical information triathlon lessons learned       |                                      |       |       |       |       |       |       |
| 6.Triatlon sporu ile ilgili gelişmeleri takip eder / Follows the developments relating to the sport of triathlon                                                                       |                                      |       |       |       |       |       |       |

Katkı Düzeyi / Contribution Level : 1-Çok Düşük / Very low, 2-Düşük / Low, 3-Orta / Moderate, 4-Yüksek / High, 5-Çok Yüksek / Very high