

## GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

|                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ders Adı / Course Name                                                            | Coaching For Kids / Coaching For Kids                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Ders Kodu / Course Code                                                           | ANT311B2.04                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Ders Türü / Course Type                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Ders Seviyesi / Course Level                                                      | Bachelor Degree / Bachelor Degree                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Ders Akts Kredi / ECTS                                                            | 3.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Haftalık Ders Saati (Kuramsal) / Course Hours For Week (Theoretical)              | 2.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Haftalık Uygulama Saati / Course Hours For Week (Objected)                        | 0.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 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                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Ön Koşulu Olan Ders(ler) / Precondition Courses                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Amacı / Purpose                                                                   | Çocukların ve gençlerin antrenman programlarını geliştirme ve yüklenme prensipleri üzerinde önerilerde bulunulurken, öncelikle ilgili branşın gerçekleri, bilimin ışığında çocukların ve gençlerin fiziksel, fizyolojik, mental ve psikolojik olarak büyüme ve olgunlaşma süreçleri göz önüne alınacaktır. | Suggestions on the principles of developing and loading training programs of children and young people<br>First of all, the facts of the relevant branch, in the light of science, the physical, physiological, Mental and psychological growth and maturation processes will be considered. |
| İçeriği / Content                                                                 | Çocuk ve gençlerin antrenman ilkelerini belirlemeden önce, çocuk ve gençlerin fizyolojik ve fiziksel yapılarını ve ilgilendikleri sporun ihtiyaçlarını gözden geçirmek hedeflenmektedir.                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Staj Durumu / Internship Status                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading | Acıkada & E, Ergen Bilim ve Spor. Ankara. Büro Teknik Ofset Matbaacılık. (1990)                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

## ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

|   |                                                                   |                                                                      |
|---|-------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| 1 | Özel spor dalı Antrenman kavramı, amaçları değerlendirebilecektir | Special sport will be able to evaluate the concept of training, aims |
|---|-------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|

## HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

| Hafta / Week |                                                      |          |     |                                                          |                           |
|--------------|------------------------------------------------------|----------|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------|
| 1            | Teorik Dersler / Theoretical                         | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Antrenman kuramı                                     |          |     |                                                          |                           |
|              | training theory                                      |          |     |                                                          |                           |
| 2            | Teorik Dersler / Theoretical                         | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Antrenman İlkeleri                                   |          |     |                                                          |                           |
|              | Training Principles                                  |          |     |                                                          |                           |
| 3            | Teorik Dersler / Theoretical                         | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Antrenman Kavramı ve Antrenmanın Amaçları            |          |     |                                                          |                           |
|              | The Concept of Training and Aims of Training         |          |     |                                                          |                           |
| 4            | Teorik Dersler / Theoretical                         | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Antrenman Kavramı ve Antrenmanın ölçütleri           |          |     |                                                          |                           |
|              | The Concept of Training and the Criteria of Training |          |     |                                                          |                           |
| 5            | Teorik Dersler / Theoretical                         | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Çocuklarda antrenman                                 |          |     |                                                          |                           |
|              | training in children                                 |          |     |                                                          |                           |

|    |                                   |          |     |                                                          |                           |
|----|-----------------------------------|----------|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------|
| 6  | Teorik Dersler / Theoretical      | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Çocuklarda aerobik antrenman      |          |     |                                                          |                           |
|    | Aerobic training in children      |          |     |                                                          |                           |
| 7  | Teorik Dersler / Theoretical      | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Ara sınav                         |          |     |                                                          |                           |
|    | Midterm                           |          |     |                                                          |                           |
| 8  | Teorik Dersler / Theoretical      | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Motorik özellikler ve kavramları  |          |     |                                                          |                           |
|    | Motor features and concepts       |          |     |                                                          |                           |
| 9  | Teorik Dersler / Theoretical      | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Çocuklarda kuvvet                 |          |     |                                                          |                           |
|    | strength in children              |          |     |                                                          |                           |
| 10 | Teorik Dersler / Theoretical      | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Çocuklarda sürat ve gelişimi      |          |     |                                                          |                           |
|    | Speed and development in children |          |     |                                                          |                           |
| 11 | Teorik Dersler / Theoretical      | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Çocuklarda koordinasyon           |          |     |                                                          |                           |
|    | Coordination in children          |          |     |                                                          |                           |

|    |                                   |          |     |                                                          |                           |
|----|-----------------------------------|----------|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------|
| 12 | Teorik Dersler / Theoretical      | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Çocuklarda aerobik antrenmanlar   |          |     |                                                          |                           |
|    | Aerobic training in children      |          |     |                                                          |                           |
| 13 | Teorik Dersler / Theoretical      | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Çocuklarda anaerobik antrenmanlar |          |     |                                                          |                           |
|    | Anaerobic training in children    |          |     |                                                          |                           |
| 14 | Teorik Dersler / Theoretical      | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Final Sınavı                      |          |     |                                                          |                           |
|    | final examination                 |          |     |                                                          |                           |

## 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             | 45.00                            | 45.00                                          |
| Final Sınavı / Final Examination                                                                                                                                                             | 1             | 45.00                            | 45.00                                          |
| Toplam / Total:                                                                                                                                                                              | 2             | 90.00                            | 90.00                                          |
| Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 30.00 (Saat/AKTS) = 90.00/30.00 = 3.00 ~ 3.00 / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 30.00 (Hour / ECTS) = 90.00 / 30.00 = 3.00 ~ 3.00 |               |                                  |                                                |

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.Özel spor dalı Antrenman kavramı, amaçları değerlendirebilecektir / Special sport will be able to evaluate the concept of training, aims |                                      |       |       |       |       |       |       |

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