

## GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

|                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ders Adı / Course Name                                                            | Orienteering / Orienteering                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Ders Kodu / Course Code                                                           | ANT318B2.45                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 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)              | 2.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 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                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Ön Koşulu Olan Ders(ler) / Precondition Courses                                   | yok                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | no                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Amacı / Purpose                                                                   | doğa sporları alanı ile ilgili temel bilgi ve temel uygulamalar hakkında bilgi sahibi olmaları                                                                                                                                                                                                                                                                 | doğa sporları alanı ile ilgili temel bilgi ve temel uygulamalar hakkında bilgi sahibi olmaları                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| İçeriği / Content                                                                 | Temel dağcılık bilgisi ve becerisi kazandırılması. Dağlarda meydana gelebilecek kazalara karşı bilinçlendirme. Olası kazalarda müdahale beceri ve bilgisi kazanma. Dağcılık türlerini tanıma. Tırmanış ve malzeme bilgisine sahip olma. Yüksek irtifa şartlarında ve zorlu dağ koşullarında meydana gelen fizyolojik, zihinsel ve ruhsal değişiklikleri tanıma | Temel dağcılık bilgisi ve becerisi kazandırılması. Dağlarda meydana gelebilecek kazalara karşı bilinçlendirme. Olası kazalarda müdahale beceri ve bilgisi kazanma. Dağcılık türlerini tanıma. Tırmanış ve malzeme bilgisine sahip olma. Yüksek irtifa şartlarında ve zorlu dağ koşullarında meydana gelen fizyolojik, zihinsel ve ruhsal değişiklikleri tanıma |
| Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations                        | yok                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | no                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Staj Durumu / Internship Status                                                   | yok                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | no                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading | Kaynaklar                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Kaynaklar                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)                                | yar.doç.izzet uçan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

## ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Temel dağcılık bilgisi ve becerisi kazandırılması. Dağlarda meydana gelebilecek kazalara karşı bilinçlendirme. Olası kazalarda müdahale beceri ve bilgisi kazanma. Dağcılık türlerini tanıma. Tırmanış ve malzeme bilgisine sahip olma. Yüksek irtifa şartlarında ve zorlu dağ koşullarında meydana gelen fizyolojik, zihinsel ve ruhsal değişiklikleri tanıma | Temel dağcılık bilgisi ve becerisi kazandırılması. Dağlarda meydana gelebilecek kazalara karşı bilinçlendirme. Olası kazalarda müdahale beceri ve bilgisi kazanma. Dağcılık türlerini tanıma. Tırmanış ve malzeme bilgisine sahip olma. Yüksek irtifa şartlarında ve zorlu dağ koşullarında meydana gelen fizyolojik, zihinsel ve ruhsal değişiklikleri tanıma |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

| Hafta / Week |                                                                                                                                                                                                                                             |          |     |                                                          |                           |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------|
| 1            | Teorik Dersler / Theoretical                                                                                                                                                                                                                | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Dağcılığa Giriş ve Temel Malzemeler ?Giyim malzemeleri ve katmanlar ?Ayakkabılar ?Sırtçantası ve yerleştirilmesi ?Herzaman taşınması gerekli malzemeler ve Malzeme listesi                                                                  |          |     |                                                          |                           |
|              |                                                                                                                                                                                                                                             |          |     |                                                          |                           |
| 2            | Teorik Dersler / Theoretical                                                                                                                                                                                                                | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Kamp Malzemeleri ve Kampçılık Yaz Kamp Malzemeleri ve Kampçılık Kış                                                                                                                                                                         |          |     |                                                          |                           |
|              |                                                                                                                                                                                                                                             |          |     |                                                          |                           |
| 3            | Teorik Dersler / Theoretical                                                                                                                                                                                                                | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | doğaya en az zarar vermek ?Kamp yeri seçimi ? Çadırlar,kurulması,bakımı,bivak. ?Uyku tulumları , matlar ?Ocaklar, Su temini ?Yaz ve Kış şartlarında kampçılık Çadırlar,kurulması,bakımı,bivak. ?Uyku tulumları , matlar ?Ocaklar, Su temini |          |     |                                                          |                           |
|              |                                                                                                                                                                                                                                             |          |     |                                                          |                           |
| 4            | Teorik Dersler / Theoretical                                                                                                                                                                                                                | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Yiyecekler, Beslenme ve Antreman ?Yiyeceklerin nitelikleri (Protein,Karbohidrat,Yağ) Yiyecekler, Beslenme ve Antreman ? Yiyecek planlaması ?Soğuk ortamda besleme ?Doğa için antrenman                                                      |          |     |                                                          |                           |
|              |                                                                                                                                                                                                                                             |          |     |                                                          |                           |
| 5            | Teorik Dersler / Theoretical                                                                                                                                                                                                                | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Dağcılık sporu ve özel antrenman? Dağcılığın fizyolojisi? Dağcılık sporu ve özel antrenman? Dağcılıkta performansı etkileyen faktörler?                                                                                                     |          |     |                                                          |                           |
|              |                                                                                                                                                                                                                                             |          |     |                                                          |                           |

|    |                                                                                                                                                                                    |          |     |                                                          |                           |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------|
| 6  | Teorik Dersler / Theoretical                                                                                                                                                       | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Doğada Seyahat ?Dağ hazırlığı organizasyon ?Dağa yaklaşım sırasında gözlem?Yürüyüş ve ekip düzeni,Molalar -değişik zemin yürüyüşleri ?Haritacılık ve pusula ?Dağlarda hava tahmini |          |     |                                                          |                           |
|    |                                                                                                                                                                                    |          |     |                                                          |                           |
| 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 |
|    | Dağcılık nedir?Dağcılık Türleri,Türkiyede Dağcılık,Dünyada Dağcılık                                                                                                                |          |     |                                                          |                           |
|    |                                                                                                                                                                                    |          |     |                                                          |                           |
| 9  | Teorik Dersler / Theoretical                                                                                                                                                       | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Dağcılık malzemeleri,Dağcılıkta performans ve antrenman,Dağcılıkta beslenme                                                                                                        |          |     |                                                          |                           |
|    |                                                                                                                                                                                    |          |     |                                                          |                           |
| 10 | Teorik Dersler / Theoretical                                                                                                                                                       | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Dağcılık düğümleri,Teknik malzeme ve kullanımı,İp iniş teknikleri,Top rope tırmanış,Yürüyüş ve ekip bilgisi                                                                        |          |     |                                                          |                           |
|    |                                                                                                                                                                                    |          |     |                                                          |                           |
| 11 | Teorik Dersler / Theoretical                                                                                                                                                       | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Tırmanış Organizasyonu / Uygulama I                                                                                                                                                |          |     |                                                          |                           |
|    |                                                                                                                                                                                    |          |     |                                                          |                           |

|    |                                                            |          |     |                                                          |                           |
|----|------------------------------------------------------------|----------|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------|
| 12 | Teorik Dersler / Theoretical                               | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Kamp yeri seçimi, Yürüyüş Bilgisi ve Tekniği / Uygulama II |          |     |                                                          |                           |
|    |                                                            |          |     |                                                          |                           |
| 13 | Teorik Dersler / Theoretical                               | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Dağcılıkta Beslenme / Uygulama IV                          |          |     |                                                          |                           |
|    |                                                            |          |     |                                                          |                           |
| 14 | Teorik Dersler / Theoretical                               | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Tırmanış Teknikleri / Uygulama III                         |          |     |                                                          |                           |
|    |                                                            |          |     |                                                          |                           |
| 15 | Teorik Dersler / Theoretical                               | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | final sınavı                                               |          |     |                                                          |                           |
|    | final exam                                                 |          |     |                                                          |                           |
| 16 | Teorik Dersler / Theoretical                               | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | final sınavı                                               |          |     |                                                          |                           |
|    | final exam                                                 |          |     |                                                          |                           |

## 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             | 60.00                            | 60.00                                          |
| Final Sınavı / Final Examination                                                                                                                                                               | 1             | 90.00                            | 90.00                                          |
| Toplam / Total:                                                                                                                                                                                | 2             | 150.00                           | 150.00                                         |
| Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 30.00 (Saat/AKTS) = 150.00/30.00 = 5.00 ~ 5.00 / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 30.00 (Hour / ECTS) = 150.00 / 30.00 = 5.00 ~ 5.00 |               |                                  |                                                |

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.Temel dağcılık bilgisi ve becerisi kazandırılması. Dağlarda meydana gelebilecek kazalara karşı bilinçlendirme. Olası kazalarda müdahale beceri ve bilgisi kazanma. Dağcılık türlerini tanıma. Tırmanış ve malzeme bilgisine sahip olma. Yüksek irtifa şartlarında ve zorlu dağ koşullarında meydana gelen fizyolojik, zihinsel ve ruhsal değişiklikleri tanıma / Temel dağcılık bilgisi ve becerisi kazandırılması. Dağlarda meydana gelebilecek kazalara karşı bilinçlendirme. Olası kazalarda müdahale beceri ve bilgisi kazanma. Dağcılık türlerini tanıma. Tırmanış ve malzeme bilgisine sahip olma. Yüksek irtifa şartlarında ve zorlu dağ koşullarında meydana gelen fizyolojik, zihinsel ve ruhsal değişiklikleri tanıma |                                      |       |       |       |       |       |       |

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