

GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name		
Ders Kodu / Course Code	SYB409.61	
Ders Türü / Course Type		
Ders Seviyesi / Course Level	Bachelor Degree / Bachelor Degree	
Ders Akts Kredi / ECTS	7.00	
Haftalık Ders Saati (Kuramsal) / Course Hours For Week (Theoretical)	2.00	
Haftalık Uygulama Saati / Course Hours For Week (Objected)	3.00	
Haftalık Laboratuar Saati / Course Hours For Week (Laboratory)	0.00	
Dersin Verildiği Yıl / Year	4	
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	kurbağalama tekniğinin uygulamalı ve teorik olarak öğretimi amaçlanmaktadır.	It is aimed to teach the breaststroke technique practically and theoretically.
İçeriği / Content	kurbağalama branşına özgü temel teknik becerileri öğrenme ve çıkış dönüş teknikleri	Learning basic technical skills specific to breaststroke and start and return techniques
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations	Yok	None
Staj Durumu / Internship Status	Yok	None
Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading	ErtaşDölek, B. (2019). Temel Yüzme Eğitimi. Gazi Kitabevi. Öğr.ÜyesiÖmerFarukTutar, D. (2023). Yüzme Antrenman Rehberi: Teknikler Setler Ve Performans. Gazi Kitabevi.	ErtaşDölek, B. (2019). Basic Swimming Training. Gazi Bookstore. LecturerÖmerFarukTutar, D. (2023). Swimming Training Guide: Techniques Sets And Performance. Gazi Bookstore.
Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)	Dr. Öğretim Üyesi Betül CANBOLAT GÜDER	Dr. Lecturer Betül CANBOLAT GÜDER

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	Hijyen kurallarını ve havuz kullanım talimatlarını uygular	Follows hygiene rules and pool usage instructions
2	kurbağalama stilde temel- teknik eğitim çalışmalarını uygular .	Applies basic-technical training exercises in breaststroke style.
3	kurbağalama branşında temel öğretim yöntemlerini uygular	Applies basic teaching methods in breaststroke
4	kurbağalama stilde çıkışlar ve dönüş tekniklerini yapabilir.	Can perform breaststroke style start and return techniques.
5	kurbağalama yüzme stilini çocuklara öğretebilir.	can teach breaststroke swimming style to children.

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

Hafta / Week					
1	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Derste kullanılacak malzemelerin tanıtımı ve haftalık konuların anlatımı Introduction of the materials to be used in the course and explanation of weekly topics				
	Introduction of the materials to be used in the course and explanation of weekly topics				
2	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	havuzu kullanmadan önce kullanım talimatları ve hijyen kuralları				
	Instructions for use and hygiene rules before using the pool				
3	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	kurbağalama tekniğine özgü ısınma ve suda nefes egzersizleri				
	Warm-up and water breathing exercises specific to the breaststroke technique				
4	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	kurbağalama yüzme stilinde kara egzersizleri ve ayak çalışmaları				
	land exercises and footwork in breaststroke swimming style				
5	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	kurbağalama yüzme stilinde kol çalışmaları ve nefes egzersizleri				
	Arm exercises and breathing exercises in breaststroke swimming style				

6	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	kurbağalama yüzme stilinde kol çekişi ayak vuruşu nefes egzersiz çalışmaları				
	arm pull, foot kick breathing exercises in breaststroke swimming style				
7	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	kurbağalama yüzme stilinde koordinasyon çalışmaları				
	Coordination exercises in breaststroke swimming style				
8	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Ara sınav				
	Mid-term examination				
9	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Kurbağalama stilde ayak vuruş çalışmaları				
	Breaststroke style foot stroke exercises				
10	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	kurbağalama stilde kol egzersiz çalışmaları Breaststroke style arm exercises				
	Breaststroke style arm exercises				
11	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	kurbağalama stilde koordinasyon çalışmaları				
	Coordination exercises in breaststroke style				

12	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	kurbağalama stilinde çıkış ve dönüş çalışmaları				
	Starting and returning exercises in breaststroke style				
13	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	kurbağalama stilde kara çalışmaları ve ağırlık antrenmanları				
	Land exercises and weight training in breaststroke style				
14	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	konu tekrarı				
	topic repetition				
15	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Eksikliklerin belirlenmesi ve geri bildirimler				
	Identifying deficiencies and feedback				
16	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Final sınavı				
	All styles review 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	2.00	2.00
Final Sınavı / Final Examination	1	2.00	2.00
Gösterme / Demonstration	5	5.00	25.00
Gözlem / Observation	14	9.00	126.00
Takım/Grup Çalışması / Team/Group Work	5	9.00	45.00
Toplam / Total:	26	27.00	200.00
Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 30.00 (Saat/AKTS) = 200.00/30.00 = 6.67 ~ / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 30.00 (Hour / ECTS) = 200.00 / 30.00 = 6.67 ~			

PROGRAM VE ÖĞRENME ÇIKTISI / PROGRAM LEARNING OUTCOMES

Öğrenme Çıktıları / Learning Outcomes	Program Çıktıları / Program					
	1.1.1	2.1.1	3.1.1	3.2.1	3.3.1	3.4.1
1.Hijyen kurallarını ve havuz kullanım talimatlarını uygular / Follows hygiene rules and pool usage instructions	3	3	4	4	3	3
2.kurbağalama stilde temel-teknik eğitim çalışmalarını uygular . / Applies basic-technical training exercises in breaststroke style.	3	4	4	2	4	4
3.kurbağalama branşında temel öğretim yöntemlerini uygular / Applies basic teaching methods in breaststroke	4	2	3	4	3	4
4.kurbağalama stilde çıkışlar ve dönüş tekniklerini yapabilir. / Can perform breaststroke style start and return techniques.	3	4	4	3	4	4
5.kurbağalama yüzme stilini çocuklara öğretebilir. / can teach breaststroke swimming style to children.	4	3	4	3	3	4

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