

GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name	Children and Sports / Children and Sports	
Ders Kodu / Course Code	ANT305B2	
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 Laboratuvar Saati / Course Hours For Week (Laboratory)	0.00	
Dersin Verildiği Yıl / Year	3	
Öğretim Sistemi / Teaching System	Second Education / Second Education	
Eğitim Dili / Education Language	Turkish / Turkish	
Ön Koşulu Olan Ders(ler) / Precondition Courses	Yok	None
Amacı / Purpose	Öğrencilere sportif antrenmanın temel kavramlarını öğretmek, yaş gruplarına uygun antrenman planlarının oluşturulmasına ilişkin temel bilgileri kazandırmak.	To teach students the basic concepts of sports training and to provide them with basic information on creating training plans suitable for age groups.
İçeriği / Content	Antrenmanın tanımı, amaçları, planlama ilkeleri, çeşitleri ve süperkompensasyon kuramı. Sporda enerji metabolizmaları, yüklenme yöntemleri, temel biyomotor yetiler ve birbirleriyle ilişkileri. Sürat, dayanıklılık ve kuvvet antrenmanlarının temel özelliklerinin tanımlanması ve örnek antrenman şekilleri. Koordinatif yetiler, yükselti antrenmanları, sürantrenman, olimpiik ve yıllık antrenman planlamasının temelleri.	Definition of training, purposes, planning principles, types and supercompensation theory. Energy metabolism in sports, loading methods, basic biomotor abilities and their relationships with each other. Definition of the basic features of speed, endurance and strength training and sample training methods. Coordinative skills, altitude training, overtraining, basics of Olympic and annual training planning.
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations	Yok	None
Staj Durumu / Internship Status	Yok	None
Kitap / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading	Muratlı S. (1997) "Çocuklarda Motor Gelişim ve Dönemleri" Özer D.S., Özer K.(1998) "Okulöncesi ve İlkokullarda hareket gelişimi ve Spor" Mengütay S. (1999) "Growt Naturation and Physical Activity" Malina, Robert M; Cloude Bouchard (1991). "Gelişim Ve Öğrenme." Bacanlı H.	Muratlı S. (1997) "Motor Development and Periods in Children" Özer D.S., Özer K.(1998) "Movement development and Sports in Preschools and Primary Schools" Mengütay S. (1999) "Growt Naturation and Physical Activity" Malina, Robert M; Cloude Bouchard (1991). "Development and Learning." Bacanlı H.
Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)	Dr. Öğr. Üyesi Uğur AYDEMİR	Asst. Prof. Uğur AYDEMİR

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	Çocuk ve spor ile ilgili temel kavramları kavrar.	Understands the basic concepts about children and sports.
2	Çocuk gelişimi kavramını açıklar.	Explains the concept of child development.
3	Çocuk gelişimi, çocuğun fiziksel, duygusal, bilişsel ve sosyal değişimleri inceler.	Child development examines the child's physical, emotional, cognitive and social changes.
4	Çocuk gelişimi ve dönemlerini bilir.	Knows child development and periods.
5	Çocuk sporculara antrenman dirilleri hazırlama ve uygulama becerisi kazanır.	Gains the ability to prepare and implement training routines for child athletes.
6	Farklı yaş ve performans düzeylerine göre uygun yüklenme yöntemlerini seçebilir.	Can choose appropriate loading methods according to different ages and performance levels.

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

Hafta / Week					
1	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Çocuk ve spor ile ilgili kavramlar				
	Concepts related to children and sports				
2	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Çocuk gelişimi dönemleri				
	Child development periods				
3	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Çocuklarda hareket eğitimi				
	Movement training in children				
4	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Çocuk Antrenmanı				
	Kids Training				
5	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Çocukluk döneminde egzersizin büyüme ve gelişmeye etkisi				
	The effect of exercise on growth and development during childhood				

6	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Çocuklarda Kuvvet Antrenmanı				
	Strength Training in Children				
7	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Çocuklarda Sürat Antrenmanı				
	Speed Training in Children				
8	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Ara dönem sınav				
	midterm exam				
9	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Çocuklarda Dayanıklılık Antrenmanları				
	Endurance Training for Children				
10	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Çocuklara Özgü Antrenman Örneklemeleri ve Uygulama Çalışmaları				
	Training Examples and Application Studies Specific to Children				
11	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Çocuk antrenman periyotlaması				
	Children's training period				

12	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Çocuk müsabakaları				
	Children's Competitions				
13	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Çocuklarda Rekreatif Etkinlikler				
	Recreational Activities for Children				
14	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Çocuklarda yetenek seçimi				
	Talent selection in children				
15	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Genel Tekrar				
	An overview				
16	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yarıyıl Sonu Sınavı				
	Semester 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	1.00	1.00
Final Sınavı / Final Examination	1	1.00	1.00
Derse Katılım / Attending Lectures	14	6.00	84.00
Ev Ödevi / Homework	2	6.00	12.00
Toplam / Total:	18	14.00	98.00
Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 30.00 (Saat/AKTS) = 98.00/30.00 = 3.27 ~ / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 30.00 (Hour / ECTS) = 98.00 / 30.00 = 3.27 ~			

PROGRAM VE ÖĞRENME ÇIKTISI / PROGRAM LEARNING OUTCOMES

Öğrenme Çıktıları / 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.Çocuk ve spor ile ilgili temel kavramları kavrar. / Understands the basic concepts about children and sports.	4	4	1	2	2	1	4
2.Çocuk gelişimi kavramını açıklar. / Explains the concept of child development.	3	3	2	2	2	1	4
3.Çocuk gelişimi, çocuğun fiziksel, duygusal, bilişsel ve sosyal değişimleri inceler. / Child development examines the child's physical, emotional, cognitive and social changes.	3	3	2	2	3	1	4
4.Çocuk gelişimi ve dönemlerini bilir. / Knows child development and periods.	3	3	1	2	2	1	4
5.Çocuk sporculara antrenman dirilleri hazırlama ve uygulama becerisi kazanır. / Gains the ability to prepare and implement training routines for child athletes.	4	5	3	3	4	3	5
6.Farklı yaş ve performans düzeylerine göre uygun yüklenme yöntemlerini seçebilir. / Can choose appropriate loading methods according to different ages and performance levels.	5	4	3	3	5	3	5

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