

GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name		
Ders Kodu / Course Code	REK305	
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)	4.00	
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	Fonksiyonel fitness önemi ve uygulamalarının ortaya konulması ve fitness endüstrisindeki yeni trendlerin öğrenilerek kazanılan bilgilerin mesleki yaşama veya uygulamaya aktarılmasıdır.	It is to reveal the importance and applications of functional fitness and to transfer the knowledge gained by learning new trends in the fitness industry to professional life or practice.
İçeriği / Content	Kış sporları temel kavramları açıklayabilmek, Rekreasyon açısından kış sporları uygulamalarını tanımlamak, Temel kayak tekniklerini bilmek	To be able to explain the basic concepts of winter sports, To define winter sports applications in terms of recreation, To know basic skiing techniques
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations		
Staj Durumu / Internship Status		
Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading	Altıparmak E. Kayak Eğitimi Ders Notları İzmir, 2005 Tanyeri. Y. Kayak Tunçel E. Kayak Tekniği ve Öğretimi (Alp Disiplini) Ders Notları İzmir 2011	Altıparmak E. Kayak Eğitimi Ders Notları İzmir, 2005 Tanyeri. Y. Kayak Tunçel E. Kayak Tekniği ve Öğretimi (Alp Disiplini) Ders Notları İzmir 2011
Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)	Doç. Dr. Erkan YARIMKAYA	

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	Kış sporları temel kavramları açıklayabilecektir.	Will be able to explain the basic concepts of winter sports.
2	Temel kayak tekniklerini analiz edebilecektir.	Will be able to analyze basic skiing techniques.
3	Kayak malzemelerini temel düzeyde kullanabilecektir.	Will be able to use ski equipment at a basic level.
4	İleri kayak tekniklerini açıklayabilecektir.	Will be able to explain advanced skiing techniques.
5	Kayma , Dönme, yavaşlama , durma hareketlerinin uygulamalarına örnek gösterir.	It shows examples of applications of sliding, turning, slowing down and stopping motions.

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

Hafta / Week					
1	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Kayak sporu tarihi hakkında bilgi				
	Information about the history of skiing				
2	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Kayak malzeme seçimi ve malzeme hakkında bilgilendirme				
	Information about ski equipment selection and material				
3	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Uygun pist seçimi, kayak takıp çıkarma, düz kayma, yürüyüş ve duruş pozisyonu gösterimi.				
	Proper track selection, ski putting on and off, flat gliding, walking and standing position display.				
4	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Duruş halindeki dönüşler, düşme ve kalkma				
	Standing turns, falling and getting up				
5	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Tırmanma ve çeşitleri				
	Climbing and its types				

6	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Düz kayma				
	flat glide				
7	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Kar sabanı ve dönüşler				
	snow plow and turns				
8	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Kar sabanı ve dönüşler				
	snow plow and turns				
9	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Kar sabanı ve dönüşler				
	snow plow and turns				
10	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Kar sabanı ve dönüşler				
	snow plow and turns				
11	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	ARA SINAV				
	-				

12	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Lift kullanımı				
	Lift use				
13	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yamaç kayma				
	slope slip				
14	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Paralel kayma ve dönüşler				
	Parallel shifts and turns				
15	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Paralel kayma ve dönüşler				
	Parallel shifts and turns				

DEĞERLENDİRME / EVALUATION

Yarıyıl (Yıl) İç 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
Ara Sınav İçin Bireysel Çalışma / Individual Study for Mid term Examination	7	7.00	49.00
Bireysel Çalışma / Self Study	7	7.00	49.00
Derse Katılım / Attending Lectures	7	7.00	49.00
Final Sınavı / Final Examination	1	1.00	1.00
Toplam / Total:	23	23.00	149.00
Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 30.00 (Saat/AKTS) = 149.00/30.00 = 4.97 ~ / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 30.00 (Hour / ECTS) = 149.00 / 30.00 = 4.97 ~			

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.Kış sporları temel kavramları açıklayabilecektir. / Will be able to explain the basic concepts of winter sports.	5	5	4	5	5	5
2.Temel kayak tekniklerini analiz edebilecektir. / Will be able to analyze basic skiing techniques.	5	5	5	5	4	4
3.Kayak malzemlerini temel düzeyde kullanabilecektir. / Will be able to use ski equipment at a basic level.	4	4	4	4	4	4
4.İleri kayak tekniklerini açıklayabilecektir. / Will be able to explain advanced skiing techniques.	4	4	4	5	5	5
5.Kayma , Dönme, yavaşlama , durma hareketlerinin uygulamalarına örnek gösterir. / It shows examples of applications of sliding, turning, slowing down and stopping motions.	5	5	5	5	5	5

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