

GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name		
Ders Kodu / Course Code	ANT115B3.02	
Ders Türü / Course Type		
Ders Seviyesi / Course Level	Bachelor Degree / Bachelor Degree	
Ders Akts Kredi / ECTS	4.00	
Haftalık Ders Saati (Kuramsal) / Course Hours For Week (Theoretical)	1.00	
Haftalık Uygulama Saati / Course Hours For Week (Objected)	2.00	
Haftalık Laboratuar Saati / Course Hours For Week (Laboratory)	0.00	
Dersin Verildiği Yıl / Year	1	
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	Bu dersin amacı; öğrencilerin artistik cimnastiğin içeriğini, hareket öğretimini, Bay ve bayanların fiziksel profil değerlendirmesini, Yaş grupları büyüme ve gelişme prensiplerini analiz ederek yorumlayabilmesi.	Fundamentals of Artistic Gymnastics lectures was designed to provide gymnastics professionals with a knowledge base of key principles and proven coaching techniques used in gymnastics today. The topics of coaching principles, basic safety and risk management, communication, supervision and instruction, teaching gymnastics skills, athlete development and preparation, and more are covered in this comprehensive introductory lesson.
İçeriği / Content	Cimnastiğin tarihçesi,artistik cimnastiğin içeriği,artistik cimnastikte yardım ve emniyetin önemi, Artistik cimnastikte hareket öğretiminin özellikleri, Bay ve bayanların fiziksel profil değerlendirme ilkeleri, Yaş grupları büyüme ve gelişme prensipleri konularının öğrenimini kapsamaktadır.	The focus of the Fundamentals of Gymnastics Course is predominantly on the recreational gymnastics levels, however the information is applicable to all levels, from preschool, to school-age, to competitive athletes. All gymnastics disciplines are covered including women's artistic, men's artistic, trampoline, rhythmic, and acrobatics.
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations	Yok	None
Staj Durumu / Internship Status	Yok	None
Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading	•Istvan K./Ivan C,Floor exercises,2005 Slovenia •Istvan K./Ivan C,Pommel Horse exercises,Hungarian Gymnastics Federation •Istvan K./Ivan C,Rings,2002,USA •FIG Academy,MAG technical Lecture notes ,L1 •FIG Academy,WAG technical Lecture notes ,L1 •Claude P,Fondements de la gymnastique,1982 Paris •Karl K,Gymnastique A Lecole Primaire,1989 Paris •D.Sevimay ÖZER/K.Özer.Çocuklarda Motor Gelişim,1998	

Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)	Dr. Öğr. Üyesi Zekai ÇAKIR	Assistant professor Zekai ÇAKIR
--	----------------------------	---------------------------------

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	Artistik cimnastiğin içeriğini açıklar	To be able to explain the content of artistic gymnastics.
2	Artistik cimnastikte yardım ve emniyetin önemini kavrar.	Understanding the importance of help and safety in artistic gymnastics.
3	Artistik cimnastikte hareket öğretiminin özelliklerini kavrar	Understand the characteristics of teaching movement in artistic gymnastics
4	Bay ve bayanların fiziksel profil değerlendirme ilkelerini bilir	To understand the physical profile evaluation principles of men and women
5	Yaş grupları büyüme ve gelişme prensiplerini irdeler.	To be able to examine the growth and development principles of age groups.
6	Artistik Cimnastikte Yarışma Serileri Oluşturmayı Bilir	Knows How to Create a Competition Series in Artistic Gymnastics

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

Hafta / Week					
1	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Cimnastiğin tarihcesi	Yer: taklalar / Koreografi: temel vücut pozisyonları			
	Location of gymnastics: imitation				
2	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Artistik cimnastiğin içeriği	Yer: çember / Koreografi: vücut bölüm pozisyonları			
	Contents of artistic gymnastics				
3	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Artistik cimnastikte yardım ve emniyet	Yer: amut / Denge: cesaret ve refleks yönelik çalışmalar			
	Help and safety in artistic gym				
4	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Sportif ısınma ve cimnastikte ısınma	Yer: öne ve geri köprü / Denge: cesaret ve refleks yönelik çalışmalar			
	Sport warming and warming in gym				
5	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Sporda yetenek nedir?	Kulplu beygir: tek bacak salınımlar			
	What is the ability of Sporda				

6	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Antropometri	Kulplu beygir: mantarda devir			
	Anthropometry				
7	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Bay ve bayanların fiziksel profil değerlendirmesi	Halka: salınımlar			
	Physical profile evaluation of men and women				
8	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Ara sınav				
	Midterm exam				
9	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Artistik cimnastikte hareket öğretiminde temel ilkeler	Halka: duruşlar			
	Basic principles in teaching movement in artistic gymnastics				
10	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yaş grupları büyüme ve gelişme prensipleri	Atlama masası: koşu tekniği			
	age groups growth and development principle				
11	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Terminoloji	Atlama masası: sıçrama tahtasının kullanımı			
	Terminology				

12	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yakın çocukluk dönemi 0-6 yaş ve cimnastik için öneriler	Paralel: asılıştta ve koltukta salınım			
	Proposals for childhood ages 0-6 years and gymnastics				
13	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yakın çocukluk dönemi 0-6 yaş ve cimnastik için öneriler	Paralel: dayanımda salınım			
	Proposals for childhood ages 0-6 years and gymnastics				
14	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yeni başlayanlarda motor becerilerin gelişim çalışmaları	Barfiks- KP: salınımlar			
	Development work of motor skills in beginners				
15	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yarı Yıl Sonu Sınavı- Final				
	Somester FInal Exam				
16	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yarı Yıl Sonu SInavı- Final				
	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	2.00	2.00
Final Sınavı / Final Examination	1	2.00	2.00
Derse Katılım / Attending Lectures	15	5.00	75.00
Bireysel Çalışma / Self Study	6	5.00	30.00
Ara Sınav İçin Bireysel Çalışma / Individual Study for Mid term Examination	1	1.00	1.00
Final Sınavı için Bireysel Çalışma / Individual Study for Final Examination	1	1.00	1.00
Toplam / Total:	25	16.00	111.00
Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 30.00 (Saat/AKTS) = 111.00/30.00 = 3.70 ~ / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 30.00 (Hour / ECTS) = 111.00 / 30.00 = 3.70 ~			

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.Artistik cimnastiğin içeriğini açıklar / To be able to explain the content of artistic gymnastics.	1	4	4	4	4	4	4
2.Artistik cimnastikte yardım ve emniyetin önemini kavrar. / Understanding the importance of help and safety in artistic gymnastics.	2	4	3	3	4	4	4
3.Artistik cimnastikte hareket öğretiminin özelliklerini kavrar / Understand the characteristics of teaching movement in artistic gymnastics	3	3	4	4	3	4	4
4.Bay ve bayanların fiziksel profil değerlendirme ilkelerini bilir / To understand the physical profile evaluation principles of men and women	3	4	4	4	4	4	4
5.Yaş grupları büyüme ve gelişme prensiplerini irdeler. / To be able to examine the growth and development principles of age groups.	4	4	4	4	4	3	3
6.Artistik Cimnastikte Yarışma Serileri Oluşturmayı Bilir / Knows How to Create a Competition Series in Artistic Gymnastics	5	5	4	4	4	4	3

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