

GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name	Outdoor Sports / Outdoor Sports	
Ders Kodu / Course Code	AE-306	
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)	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	3	
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	doğa sporları alanı ile ilgili temel bilgi ve temel uygulamalar hakkında bilgi sahibi olmaları	They should have knowledge about the basic information and fundamental practices related to outdoor sports.
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	Providing basic mountaineering knowledge and skills: Raising awareness about potential accidents that may occur in the mountains. Acquiring skills and knowledge for intervention in case of potential accidents. Identifying different types of mountaineering. Possessing knowledge of climbing techniques and equipment. Recognizing physiological, mental, and emotional changes that occur in high-altitude conditions and challenging mountain environments.
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations	yok	none
Staj Durumu / Internship Status	yok	none
Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading	Kızar, O., Genç, H., Kayantaş, İ. & Kargün, M. (2019). Doğa sporları 1. Gece Akademi.	Kızar, O., Genç, H., Kayantaş, İ. & Kargün, M. (2019). Doğa sporları 1. Gece Akademi.
Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)	Öğr. Gör. Ömer Faruk AKSOY	Öğr. Gör. Ömer Faruk AKSOY

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	Temel dağcılık bilgisi ve becerisi kazanır	Gains basic mountaineering knowledge and skills
2	Dağlarda meydana gelebilecek kazalara karşı bilinçlidir	Aware of accidents that may occur in the mountains
3	Olası kazalarda müdahale beceri ve bilgisine sahiptir.	Has the skills and knowledge to intervene in possible accidents.
4	Tırmanış ve malzeme bilgisine sahiptir.	Has climbing and equipment knowledge.
5	Yüksek irtifa şartlarında ve zorlu doğa koşullarında meydana gelen fizyolojik, zihinsel ve ruhsal değişiklikleri tanır.	Recognizes the physiological, mental and spiritual changes that occur in high altitude conditions and harsh natural conditions.

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				
	Introduction to Mountaineering and Basic Equipment? Clothing materials and layers? Shoes? Backpack and its placement? Materials to be carried at all times and Material list				
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				
	Camping Equipment and Camping Summer Camping Equipment and Camping Winter				
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				
	causing minimal damage to nature? Choosing a campsite? Tents, installation, maintenance, bivouac. ? Sleeping bags, mats? Furnaces, Water supply? Camping in summer and winter conditions. Tents, installation, maintenance, bivouac. ? Sleeping bags, mats? Furnaces, Water supply				
4	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yiyecekler, Beslenme ve Antrenman ?Yiyeceklerin nitelikleri (Protein,Karbohidrat,Yağ) Yiyecekler, Beslenme ve Antrenman ? Yiyecek planlaması ?Soğuk ortamda besleme ?Doğa için antrenman				
	Foods, Nutrition and Training? Qualities of foods (Protein, Carbohydrate, Fat) Foods, Nutrition and Training? Food planning? Feeding in cold environment? Training for nature				
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?				
	Mountaineering and special training? The physiology of mountaineering? Mountaineering and special training? Factors affecting performance in mountaineering?				

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				
	Travel in nature? Mountain preparation organization? Observation during the approach to the mountain? Walking and team formation, Breaks - walking on different ground? Cartography and compass? Weather forecast in the mountains				
7	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Dağcılık nedir?Dağcılık Türleri,Türkiyede Dağcılık,Dünyada Dağcılık				
	What is Mountaineering? Types of Mountaineering, Mountaineering in Turkey, Mountaineering in the World				
8	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Ara Sınav				
	midterm				
9	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Dağcılık malzemeleri,Dağcılıkta performans ve antrenman,Dağcılıkta beslenme				
	Mountaineering equipment, Performance and training in mountaineering, Nutrition in mountaineering				
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				
	Mountaineering knots, Technical equipment and its use, Rope descent techniques, Top rope climbing, Hiking and team information				
11	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
		Tırmanış Organizasyonu / Uygulama I			
		Climbing Organization / Practice 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			
		Camping site selection, Hiking Information and Technique / Practice II			
13	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
		Tırmanış Teknikleri / Uygulama III			
		Climbing Techniques / Practice III			
14	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
		Dağcılıkta Beslenme / Uygulama IV			
		Nutrition / Practice in Mountaineering IV			
15	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
		Oryantring uygulaması			
		Orienteering practice			
16	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yarıyıl sonu 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:	DDS

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	2.00	2.00
Bireysel Çalışma / Self Study	14	3.00	42.00
Derse Katılım / Attending Lectures	14	3.00	42.00
Toplam / Total:	30	9.00	87.00
Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 30.00 (Saat/AKTS) = 87.00/30.00 = 2.90 ~ / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 30.00 (Hour / ECTS) = 87.00 / 30.00 = 2.90 ~			

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.Temel dağcılık bilgisi ve becerisi kazanır / Gains basic mountaineering knowledge and skills	1	2	1	1	1	3
2.Dağlarda meydana gelebilecek kazalara karşı bilinçlidir / Aware of accidents that may occur in the mountains	1	1	2	1	1	1
3.Olası kazalarda müdahale beceri ve bilgisine sahiptir. / Has the skills and knowledge to intervene in possible accidents.	3	1	1	2	1	1
4.Tırmanış ve malzeme bilgisine sahiptir. / Has climbing and equipment knowledge.	1	1	2	1	2	1
5.Yüksek irtifa şartlarında ve zorlu doğa koşullarında meydana gelen fizyolojik, zihinsel ve ruhsal değişiklikleri tanır. / Recognizes the physiological, mental and spiritual changes that occur in high altitude conditions and harsh natural conditions.	1	3	1	1	1	2

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