

GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name	Sport for All / Sport for All	
Ders Kodu / Course Code	OSPY272	
Ders Türü / Course Type		
Ders Seviyesi / Course Level	Associate / Associate	
Ders Akts Kredi / ECTS	4.00	
Haftalık Ders Saati (Kuramsal) / Course Hours For Week (Theoretical)	3.00	
Haftalık Uygulama Saati / Course Hours For Week (Objected)	0.00	
Haftalık Laboratuar Saati / Course Hours For Week (Laboratory)	0.00	
Dersin Verildiği Yıl / Year	2	
Öğretim Sistemi / Teaching System	Daytime Class / Daytime Class	
Eğitim Dili / Education Language		
Ön Koşulu Olan Ders(ler) / Precondition Courses		
Amacı / Purpose	Bu dersin amacı herkes için sporun yararlarını, yaygınlaşmasını, Türkiye’de ve dünyadaki herkes için spor anlayışı ve yapılaşmasını sunmaktır.	This course aims to provide the benefits of sport for all, the spread is to provide understanding and the construction of sports for everyone in the world and Turkey.
İçeriği / Content	Herkes İçin Sporun Tanımı, Yararı, Yaygınlaşması, Dünyadaki Ve Türkiye'deki HİS Anlayışı, Sağlık İçin Spor, Rekreasyon İçin Spor, Çocuklar, Gençler, Kadınlar, Yaşlılar, Aileler, Engelliler, İçin Spor, Yerel Yönetimlerde Spor, Outdoor Sporlar konularını kapsamaktadır.	Sports Definition For Everyone Benefits of Spread of, the world and His Conception in Turkey, Sport for Health, Sport For recreation, Children, Youth, Women, Seniors, Families, Disabled, Fitness, Sports in Local Authorities, Outdoor Sports covers the topic.
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations		
Staj Durumu / Internship Status		
Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading	HERKES İÇİN SPOR ERDAL ZORBA, H. CAN İKİZLER, ALİ TEKİN	HERKES İÇİN SPOR ERDAL ZORBA, H. CAN İKİZLER, ALİ TEKİN
Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)		

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	Sporu her yaştaki bireyin günlük hayata dahil etmek, ve Sporlu yaşam felsefesi haline getirmek	Sports of all ages to include the individual in daily life, and to make sports a life philosophy
2	Egzersiz Sürekli ve yaşam boyu önemini vurgulamak	Emphasizing the continuous and lifelong importance of exercise
3	Egzersizde doğru ve dengeli beslenmenin önemi	The importance of a correct and balanced diet in exercise
4	Fiziksel kondisyonu geliştirmeyi alışkanlık haline getirmek	Making it a habit to improve physical condition
5	Herkes için spor federasyonun görevleri, amaçları ve felsefesini spor yöneticisi mantığı ile analiz etmek	To analyze the duties, goals and philosophy of the sports federation for everyone with the logic of sports manager

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

Hafta / Week					
1	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Herkes için spor kavramına genel bakış				
	An overview of the concept of sports for everyone				
2	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Türkiye'de herkes için spor kavramının gelişimi				
	The development of the concept of sports for all in Turkey				
3	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yaşam boyu spor 1				
	Life long fitness 1				
4	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yaşam boyu spor 2				
	Life long fitness 2				
5	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Spor yaralanmaları				
	Sports injuries				

6	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Hareket azlığının zararları				
	The harms of lack of movement				
7	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Türkiye'de herkes için spor felsefesi ve faaliyetler				
	philosophy and sports activities for everyone in Turkey				
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
	Egzersizde ısınma soğuma dinlenme				
	Warm-up cool-down rest in exercise				
10	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Egzersizde beslenme				
	Nutrition in exercise				
11	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Egzersiz esansında sakatlıklar ve riskler				
	injuries and risks during exercise				

12	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Antrenman nedir? İnterval ve piramidel antrenman				
	What is a Training? Interval and pyramidal training				
13	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Herkes için spor federasyonu spor branşları 1				
	Sports federation for all sports branches 1				
14	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Herkes için spor federasyonu spor branşları 2				
	Sports federation for all sports branches 2				
15	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Final 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(%):		30

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(%):		70

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	1	20.00	20.00
Bireysel Çalışma / Self Study	1	35.00	35.00
Final Sınavı / Final Examination	1	1.00	1.00
Final Sınavı için Bireysel Çalışma / Individual Study for Final Examination	1	45.00	45.00
Toplam / Total:	5	102.00	102.00
Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 25.00 (Saat/AKTS) = 102.00/25.00 = 4.08 ~ / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 25.00 (Hour / ECTS) = 102.00 / 25.00 = 4.08 ~			

PROGRAM VE ÖĞRENME ÇIKTISI / PROGRAM LEARNING OUTCOMES

Öğrenme Çıktıları / Learning Outcomes	Program Çıktıları / Program Outcomes														
	1.1.1	1.1.2	1.1.3	1.1.4	1.1.5	1.1.6	1.1.7	1.1.8	1.1.9	1.1.10	1.1.11	1.1.12	1.1.13	1.1.14	1.1.15
1.Sporu her yaştaki bireyin günlük hayata dahil etmek, ve Sporlu yaşam felsefesi haline getirmek / Sports of all ages to include the individual in daily life, and to make sports a life philosophy	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
2.Egzersiz Sürekli ve yaşam boyu önemini vurgulamak / Emphasizing the continuous and lifelong importance of exercise	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
3.Egzersizde doğru ve dengeli beslenmenin önemi / The importance of a correct and balanced diet in exercise	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
4.Fiziksel kondisyonu geliştirmeyi alışkanlık haline getirmek / Making it a habit to improve physical condition	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
5.Herkes için spor federasyonun görevleri, amaçları ve felsefesini spor yöneticisi mantığı ile analiz etmek / To analyze the duties, goals and philosophy of the sports federation for everyone with the logic of sports manager	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4

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