GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name	Measurement and Evaluation in Special Populations / Measurement and Evaluation in Special Populations	
Ders Kodu / Course Code	EANT415.1	
Ders Türü / Course Type		
Ders Seviyesi / Course Level	Bachelor / Bachelor	
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)	2.00	
Haftalık Laboratuar Saati / Course Hours For Week (Laboratory)	0.00	
Dersin Verildiği Yıl / Year	4	
Öğretim Sistemi / Teaching System	Daytime Class / Daytime Class	
Eğitim Dili / Education Language	Turkish / Turkish	
Ön Koşulu Olan Ders(ler) / Precondition Courses		
Amacı / Purpose	Bu derste, fiziksel uygunluk kavramının ne olduğu, özellikle sedanter bireylerin spora başlatılması, sporun sağlıkla olan ilişkisi çalışma programları konularında bilgilendirme amaçlanmıştır.	In this course, it is aimed to inform about what the concept of physical fitness is, especially the introduction of sedentary individuals to sports, and the relationship between sports and health.
İçeriği / Content	özel popülasyonlarda fiziksel uygunluk parametrelerinin takibi ve reçetelendirilmesi	Monitoring and prescription of physical fitness parameters in special populations
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations		
Staj Durumu / Internship Status		
Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading	1-Fox,Bowers,Foss Beden Eğitimi ve Sporda Fizyolojik Temeller 4. basım. 2- Guyton Tıbbi Fizyoloji, Nobel Tıp Kitabevi 3-Sharkey Fitness and Health, Human Kinetics 4-Charles B.Corbin, Ruth Lindsey, Fitness For Life, Human Kinetics 5- Thomas D. Fahey, Paul M.Insel, Walton T. Roth, Fit and Well, four edition, Mayfield Company 6-Rippetoe and Kilgore, Practical Programing second edition Aasgaard Company 2009 7-Michele A. Macedonio, Marie Dunford, Making Weight, Human Kinetics 8- Roger W. Earle, Thomas R.Baechle Essentials of Personel Training Human Kinetics 9-Michael J Alter, Science of Streching, Human Kinetics	1-Fox,Bowers,Foss Beden Eğitimi ve Sporda Fizyolojik Temeller 4. basım. 2- Guyton Tıbbi Fizyoloji, Nobel Tıp Kitabevi 3-Sharkey Fitness and Health, Human Kinetics 4-Charles B.Corbin, Ruth Lindsey, Fitness For Life, Human Kinetics 5- Thomas D. Fahey, Paul M.Insel, Walton T. Roth, Fit and Well, four edition, Mayfield Company 6-Rippetoe and Kilgore, Practical Programing second edition Aasgaard Company 2009 7-Michele A. Macedonio, Marie Dunford, Making Weight, Human Kinetics 8- Roger W. Earle, Thomas R.Baechle Essentials of Personel Training Human Kinetics 9-Michael J Alter, Science of Streching, Human Kinetics
Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)	Nevzat Mutlutürk	

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	kadın-çocuk- yaşlılarda ölçme değerlendirmenin önemini bilir.	Knows the importance of measurement and evaluation in women, children and the elderly.
2	kadın, çocuk, yaşlı ve hastalarda egzersizin önemini bilir	Knows the importance of exercise in women, children, the elderly and patients
3	özel popülasyonlara yönelik egzersiz reçetesi yazabilir	write exercise prescriptions for special populations

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

Hafta / Week					
1	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Fiziksel Uygunluk Nedir?	-			
	What is Fitness?	-			
2	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Enerji sistemleri, yorgunluk sonrası toparlanma				
	Energy systems, recovery after fatigue				
3	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Vücut yapısı ve vücut yapısı değerlendirmeleri	-			
	Body structure and body structure evaluations	-			
4	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Aerobik, Anaerobik, Max VO2 antrenmanları	örnek vaka analizleri			
	Aerobic, Anaerobic, Max VO2 workouts	case studies			
5	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	O2 tüketim hesaplaması, eşik düzeyleri	-			
	O2 consumption calculation, threshold levels	-			

6	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Egzersiz seçiminde önemli konular	örnek vaka analizi			
	Important considerations in exercise selection	case study			
7	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	ara sınav				
	midterm				
8	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Egzersizdeki nabız düzeylerinin hesaplanması, Çalışma programlar	örnek vaka analizi			
	Calculation of heart rate levels in exercise, Work programs	case study			
9	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Kassal Fitnes, Kuvvet çalışmaları, Maksimal Kuvvet bulma yöntemleri	örnek vaka analizi			
	Kassal Fitness, Strength studies, Methods of finding maximal force	case study			
10	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Sedanterlerde ve performans sporcularında kuvvet çalışmaları planlama				
	Planning strength training in sedentary and performance athletes				
11	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Kuvvet egzersiz çeşitleri, esneklik çeşitleri	örnek program hazırlama			
	Strength exercise types, types of flexibility	sample program preparation			

12	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Enerji tüketim ölçümü, besinlerin enerji değerleri Egzersiz testleri ve testlerde kullanılan terimler				
	Energy consumption measurement, energy values of foods, terms used in exercise tests and tests				
13	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Hipertansiyon, Osteoporoz, şeker hastalığı, kalp dolaşım rahatsızlıkları nedir, korunma yolları nelerdir				
	What are hypertension, osteoporosis, diabetes, cardiovascular disorders, what are the ways of protection?				
14	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Hipertansiyon, Osteoporoz, şeker hastalığı, kalp dolaşım rahatsızlıkları nedir, korunma yolları nelerdir				
	What are hypertension, osteoporosis, diabetes, cardiovascular disorders, what are the ways of protection?				
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(%):		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 Yükü (Saat) / Total Work Load (Hour)
Ara Sınav / Midterm Examination	1	2.00	2.00
Ara Sınav İçin Bireysel Çalışma / Individual Study for Mid term Examination	1	15.00	15.00
Final Sınavı / Final Examination	1	2.00	2.00
Final Sınavı içiin Bireysel Çalışma / Individual Study for Final Examination	1	15.00	15.00
Laboratuvar / Laboratory	2	10.00	20.00
Rapor Hazırlama / Report Preparation	2	10.00	20.00
Rapor Sunma / Report Presentation	2	10.00	20.00
Uygulama/Pratik / Practice	4	5.00	20.00
Toplam / Total:	14	69.00	114.00
Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yükü (Saat) / 25.00 (Saat/AKTS) = 114.00/25.00 = 4.56 ~ / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 25.00 (Hour / ECTS) = 114.00 / 25.00 = 4.56 ~			

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	1.1.16	1.1.17
1.kadın-çocuk- yaşlılarda ölçme değerlendirmenin önemini bilir. / Knows the importance of measurement and evaluation in women, children and the elderly.	5	5	3	2	3	4	4	2	2	2	3	3	2	4	1	5	5
2.kadın, çocuk, yaşlı ve hastalarda egzersizin önemini bilir / Knows the importance of exercise in women, children, the elderly and patients	5	5	3	2	3	4	3	3	2	2	3	3	2	5	1	5	5
3.özel popülasyonlara yönelik egzersiz reçetesi yazabilir / write exercise prescriptions for special populations	5	5	3	2	3	4	3	2	2	2	3	3	2	4	1	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