

## GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

|                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                  |
|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| Ders Adı / Course Name                                               | Use of Innovative Equipment in Exercise / Use of Innovative Equipment in Exercise                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                  |
| Ders Kodu / Course Code                                              | EREK463                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                  |
| 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) | 0.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                  |
| Haftalık Uygulama Saati / Course Hours For Week (Objected)           | 0.00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                  |
| Haftalık Laboratuvar 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                                     | English / Turkish                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                  |
| Ön Koşulu Olan Ders(ler) / Precondition Courses                      | Ön koşul yok.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | No precondition. |
| Amacı / Purpose                                                      | <p>1. Spor ahlakı öğretimi,</p> <p>2.Dünya'daki ve Türkiye'deki tarihî gelişimi hakkında bilgi sahibi olması,</p> <p>3.Egzersizde inovatif ekipman kullanımı eğitim programı; Uluslararası standartlarda, Fitness eğitmenlerinin önünde göz önünde bulundurup orijinale hazırlanmış kalınarak hazırlanması hakkında bilgilendirilmesi.</p> <p>4.Program, geliştirme aşamasında Barış Çunguroğlu 'na ait "Elektrikel Kas Uyarımı Çalışmaları" Ders Kitabı, manueelleri / PowerPoint 'lerinden yararlanılacak olması.</p> <p>5.İnovatif ekipmanlar ile ilgili temel tanımlar ve kavramlar hakkında genel bilgi sahibi olması.</p> <p>6.EMS egzersizlerine yönelik öğrenme yöntem ve tekniklerini kavramaları ve süreç içinde kullanmaları,</p> <p>7.EMS egzersizlerinin anatomik olarak kavranması.</p> <p>8.EMS egzersizlerinin saha ekipmanları hakkında bilgi sahibi olması.</p> <p>9.EMS egzersizlerinin temel tekniklerini mantık olarak kavraması ve uygulaması,</p> <p>10.Kazandığı hareket becerileri ile kendini sözlü ve bedensel olarak ifade etmesi,</p> <p>11.Yeteneklerini ve güçlü yönlerini tanıması, kazandığı becerileri en üst düzeyde kullanması,</p> <p>12.Fiziksel etkinlikler yolu ile kapasitesini en üst düzeye çıkarması,</p> <p>13.Kendini gerçekleştirme, güçlü ve zayıf yönlerini tanıyıp sınırlılıklarını bilerek davranışlarını kontrol etmesi,</p> <p>14.Zararlı alışkanlıklardan korunması, amaçlanmıştır.</p> |                  |
| İçeriği / Content                                                    | EMS egzersizleri                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | EMS exercises    |

|                                                                                   |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations                        | Dersin uygulanmasında ağırlıklı olarak bireysel öğrenmeyi destekleyici yöntem ve teknikler uygulanacaktır.<br>Ayrıca dersin, uygulanabilmesi için gerekli materyaller sağlanacaktır. | In the implementation of the course, methods and techniques that support individual learning will be mainly used.<br>In addition, necessary materials will be provided for the implementation of the course. |
| Staj Durumu / Internship Status                                                   | Gözetimsiz, kendi başına 100 saatten fazla staj yapılması istenir.                                                                                                                   | An internship of more than 100 hours on its own is required, without supervision.                                                                                                                            |
| Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading | Elektrikel Kas Uyarımı Çalışmaları Ders Kitabı, Yazar; Öğretim Görevlisi. Barış Çunguroğlu                                                                                           | Electrical Muscle Stimulation Studies Textbook, Author; Instructor. Barış Çunguroğlu,                                                                                                                        |
| Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)                                | Öğr. Gör. Barış Çunguroğlu                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                              |

### ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

|    |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                          |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | EMS alanında edinilmesi gereken temel bilgi ve becerileri, mesleki ve bilimsel etik bilincine sahip olur.                                                                              | EMS has basic knowledge and skills, professional and scientific ethical awareness.                                                                                       |
| 2  | Temel seviyede EMS 'ye ait olan, öğretim yöntemleri ve teknik bilgiye sahip olur.                                                                                                      | At the basic level have teaching methods and technical knowledge belonging to EMS.                                                                                       |
| 3  | Temel seviyede EMS' ye ait olan antrenman bilimi plan ve program yönetimini yapabilir.                                                                                                 | At the basic level, training science belonging to EMS can do plan and program management.                                                                                |
| 4  | Temel seviyede EMS' ye ait olan ulusal ve uluslararası gelişmeleri takip edebilir.                                                                                                     | At the basic level, it can follow national and international developments belonging to EMS.                                                                              |
| 5  | Temel seviyede EMS 'ye ait olan bilgi ve tekniklere hakim olur.                                                                                                                        | At a basic level, he / she has knowledge and techniques of EMS.                                                                                                          |
| 6  | Temel seviyede EMS' ye ait olan anatomik ve fizyolojik bilgiye hakim olur.                                                                                                             | At the basic level, he / she knows anatomical and physiological knowledge of EMS.                                                                                        |
| 7  | Eğitmenlik Becerileri, derslere katılımın psiko-sosyal yönleri ve ilerleme prosedürlerini öğrenir.                                                                                     | Learn coaching skills, psychosocial aspects of class attendance and advancement procedures.                                                                              |
| 8  | Üye Kaydı ve değerlendirmesi, programlama, sunma ve üye ilişkilerini yönetebilir.                                                                                                      | It can manage member registration and evaluation, programming, presentation and member relationships.                                                                    |
| 9  | Temel seviyede EMS' ye ait olan tekniğin yapısı, prensipleri ve egzersizlerini öğrenir.                                                                                                | Learns the structure, principles and exercises of the technique of EMS at the basic level.                                                                               |
| 10 | Sedanter bireylerin yaşantılarında uygulanacak EMS egzersizleri hakkında bilgi sahibi olur. Farklı postürdeki bireyleri analiz edebilir ve onlarla temel seviyede antrenman yapabilir. | Have information about EMS exercises to be applied in the lives of sedentary individuals. Can analyze individuals of different postures and train them at a basic level. |

### HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

| Hafta / Week |                                                                            |                                                                                  |     |                                                          |                           |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------|
| 1            | Teorik Dersler / Theoretical                                               | Uygulama                                                                         | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | 1. Hafta: EMS 'ye giriş                                                    | 1. Hafta: EMS 'de Öğretim Yöntemleri, EMS' nin Tarihçesi, İlkeleri ve Uygulaması |     |                                                          |                           |
|              | Week 1: Introduction to EMS                                                | Week 1: Teaching methods in EMS, history, principles and practice of EMS.        |     |                                                          |                           |
| 2            | Teorik Dersler / Theoretical                                               | Uygulama                                                                         | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | 2. Hafta: EMS ekipmanları ve rejenerasyonu, temel kavramlar                | Yok                                                                              |     |                                                          |                           |
|              | Week 2: EMS equipment and regeneration, basic concepts                     | No practice lesson.                                                              |     |                                                          |                           |
| 3            | Teorik Dersler / Theoretical                                               | Uygulama                                                                         | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | 3. Hafta: EMS Temel Kavramlar-2                                            | 3. Hafta: Eğitimlik Becerileri-2                                                 |     |                                                          |                           |
|              | Week 3: EMS Basic Concepts-2                                               | Week 3: Instructor skills-2                                                      |     |                                                          |                           |
| 4            | Teorik Dersler / Theoretical                                               | Uygulama                                                                         | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | 4. Hafta: EMS tarihçesi ve ekipmanı hakkında temel kavramlar               | 4. Hafta: Yardımcı Ekipman Tanıtımı, Kullanımı.                                  |     |                                                          |                           |
|              | Week 4: History of EMS and basic concepts of equipment.                    | Week 4: Introduction and Use of auxiliary equipment.                             |     |                                                          |                           |
| 5            | Teorik Dersler / Theoretical                                               | Uygulama                                                                         | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | 5. Hafta: EMS 'ye giriş, ülkemizdeki ve Dünyadaki konumu.                  | Yok                                                                              |     |                                                          |                           |
|              | Week 5: Introduction to EMS, its position in our country and in the world. | No practice lesson.                                                              |     |                                                          |                           |

|    |                                                                               |                                   |     |                                                          |                           |
|----|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------|
| 6  | Teorik Dersler / Theoretical                                                  | Uygulama                          | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | 6. Hafta: EMS hakkında genel bilgiler.                                        | Yok                               |     |                                                          |                           |
|    | Week 6: General information about EMS                                         | No practice lesson.               |     |                                                          |                           |
| 7  | Teorik Dersler / Theoretical                                                  | Uygulama                          | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | 7. Hafta: EMS genel tekrarı. (Uygulamalı)                                     | 7. Hafta: EMS Prensipleri         |     |                                                          |                           |
|    | Week 7: EMS overall review. (Applied)                                         | Week 7: EMS principles.           |     |                                                          |                           |
| 8  | Teorik Dersler / Theoretical                                                  | Uygulama                          | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | 8. Hafta: ARA SINAV (Yazılı-Uygulamalı)                                       | Yazılı ve Uygulamalı Ara Sınav    |     |                                                          |                           |
|    | Week 8: MID-TERM EXAM (Written-Applied)                                       | Written and applied mid-term exam |     |                                                          |                           |
| 9  | Teorik Dersler / Theoretical                                                  | Uygulama                          | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | 9. Hafta: EMS Uygulama şekilleri, anatomik yaklaşımlar.                       | Yok                               |     |                                                          |                           |
|    | Week 9: EMS Application styles, anatomical approaches                         | No practice lesson.               |     |                                                          |                           |
| 10 | Teorik Dersler / Theoretical                                                  | Uygulama                          | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | 10. Hafta: EMS Core kontrol, reaktif zamanlama, fasya yönetimi                | Yok                               |     |                                                          |                           |
|    | Week 10: EMS Core control, reactive timing, fascia management.                | No practice lesson.               |     |                                                          |                           |
| 11 | Teorik Dersler / Theoretical                                                  | Uygulama                          | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | 11. Hafta: EMS Programları, hangi alanlarda kullanılır, kontreendikasyonları? | Yok                               |     |                                                          |                           |
|    | Week 11: EMS Programs, in which areas are they used, contraindications?       | No practice lesson.               |     |                                                          |                           |

|    |                                                             |                                               |     |                                                          |                           |
|----|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------|
| 12 | Teorik Dersler / Theoretical                                | Uygulama                                      | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | 12. Hafta: İnovatif ekipmanların genel etkileri             | 12. Hafta: Teknikleri Uygulama                |     |                                                          |                           |
|    | Week 12: General effects of innovative equipment.           | Week 12: Practice of techniques.              |     |                                                          |                           |
| 13 | Teorik Dersler / Theoretical                                | Uygulama                                      | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | 13. Hafta: İnovatif ekipmanların performansa etkileri.      | 13. Hafta: Pilates' te ilerleme prosedürleri. |     |                                                          |                           |
|    | Week 13: The effects of innovative equipment on performance | Week 13: Advancement procedures in Pilates.   |     |                                                          |                           |
| 14 | Teorik Dersler / Theoretical                                | Uygulama                                      | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | 14. Hafta: EMS genel tekrarı. (Uygulamalı)                  | Yok                                           |     |                                                          |                           |
|    | Week 14: EMS overall review. (Applied)                      | No practice lesson.                           |     |                                                          |                           |
| 15 | Teorik Dersler / Theoretical                                | Uygulama                                      | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | 15. Hafta: FİNAL SINAVI (Yazılı-Uygulamalı)                 | Yazılı ve Uygulamalı Final Sınavı             |     |                                                          |                           |
|    | Week 15: FINAL EXAM (Written-Applied)                       | Written and applied 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             | 10.00                            | 10.00                                          |
| Final Sınavı / Final Examination                                                                                                                                                     | 1             | 10.00                            | 10.00                                          |
| Bireysel Çalışma / Self Study                                                                                                                                                        | 4             | 10.00                            | 40.00                                          |
| Final Sınavı için Bireysel Çalışma / Individual Study for Final Examination                                                                                                          | 5             | 10.00                            | 50.00                                          |
| Gözlem / Observation                                                                                                                                                                 | 1             | 10.00                            | 10.00                                          |
| Toplam / Total:                                                                                                                                                                      | 12            | 50.00                            | 120.00                                         |
| Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 25.00 (Saat/AKTS) = 120.00/25.00 = 4.80 ~ / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 25.00 (Hour / ECTS) = 120.00 / 25.00 = 4.80 ~ |               |                                  |                                                |

## PROGRAM VE ÖĞRENME ÇIKTISI / PROGRAM LEARNING OUTCOMES

| Öğrenme Çıktıları /<br>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.EMS alanında edinilmesi gereken temel bilgi ve becerileri, mesleki ve bilimsel etik bilincine sahip olur. / EMS has basic knowledge and skills, professional and scientific ethical awareness.   | 3                                    | 2     | 3     | 2     | 3     | 4     | 3     | 4     | 3     | 2      | 1      | 1      | 2      |
| 2.Temel seviyede EMS 'ye ait olan, öğretim yöntemleri ve teknik bilgiye sahip olur. / At the basic level have teaching methods and technical knowledge belonging to EMS.                           | 3                                    | 4     | 3     | 4     | 5     | 4     | 3     | 3     | 4     | 5      | 2      | 3      | 3      |
| 3.Temel seviyede EMS' ye ait olan antrenman bilimi plan ve program yönetimini yapabilir. / At the basic level, training science belonging to EMS can do plan and program management.               | 4                                    | 3     | 2     | 3     | 2     | 3     | 4     | 3     | 2     | 4      | 2      | 3      | 4      |
| 4.Temel seviyede EMS' ye ait olan ulusal ve uluslararası gelişmeleri takip edebilir. / At the basic level, it can follow national and international developments belonging to EMS.                 | 3                                    | 4     | 3     | 3     | 3     | 2     | 3     | 2     | 3     | 2      | 3      | 3      | 3      |
| 5.Temel seviyede EMS 'ye ait olan bilgi ve tekniklere hakim olur. / At a basic level, he / she has knowledge and techniques of EMS.                                                                | 3                                    | 3     | 3     | 3     | 3     | 3     | 3     | 2     | 3     | 2      | 3      | 2      | 3      |
| 6.Temel seviyede EMS' ye ait olan anatomik ve fizyolojik bilgiye hakim olur. / At the basic level, he / she knows anatomical and physiological knowledge of EMS.                                   | 4                                    | 3     | 4     | 2     | 3     | 4     | 3     | 3     | 3     | 3      | 2      | 3      | 4      |
| 7.Eğitmenlik Becerileri, derslere katılımın psiko-sosyal yönleri ve ilerleme prosedürlerini öğrenir. / Learn coaching skills, psychosocial aspects of class attendance and advancement procedures. | 3                                    | 2     | 3     | 2     | 3     | 4     | 3     | 2     | 3     | 2      | 4      | 3      | 2      |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 8.Üye Kaydı ve değerlendirmesi, programlama, sunma ve üye ilişkilerini yönetebilir. / It can manage member registration and evaluation, programming, presentation and member relationships.                                                                                                                                                                          | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 |
| 9.Temel seviyede EMS' ye ait olan tekniğin yapısı, prensipleri ve egzersizlerini öğrenir. / Learns the structure, principles and exercises of the technique of EMS at the basic level.                                                                                                                                                                               | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| 10.Sedanter bireylerin yaşantılarında uygulanacak EMS egzersizleri hakkında bilgi sahibi olur. Farklı postürdeki bireyleri analiz edebilir ve onlarla temel seviyede antrenman yapabilir. / Have information about EMS exercises to be applied in the lives of sedentary individuals. Can analyze individuals of different postures and train them at a basic level. | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 |

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