

GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name	High Performance Field and Laboratory Measurements / High Performance Field and Laboratory Measurements	
Ders Kodu / Course Code	EESB301	
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	3	
Öğretim Sistemi / Teaching System	Daytime Class / Daytime Class	
Eğitim Dili / Education Language		
Ön Koşulu Olan Ders(ler) / Precondition Courses		
Amacı / Purpose	Bu dersin genel amacı, öğrencinin test yapmanın önemini, kurallarını, egzersiz protokollerini, egzersiz yoğunluğunu belirleme metotlarını, testlerin amaçlarını, alan ve laboratuar testlerini teorik ve pratik olarak öğrenmesi ve uygulamasına yardımcı olmaktır.	The general purpose of this course is to help the student learn and apply the importance of testing, rules, exercise protocols, methods of determining exercise intensity, the objectives of the tests, field and laboratory tests theoretically and practically.
İçeriği / Content	1.Beden eğitimi ve spor alanında ölçme ve değerlendirmenin önemini açıklayabilme 2 Çeşitli kapasite testlerini test protokollerini kullanarak uygulayabilme 3 Yapılan testleri normlandırabilme 4 Testlerin sonuçlarını yorumlayabilme 5 Çeşitli yaş gruplarına uygun testler uygulayabilme	To be able to explain the importance of measurement and evaluation in the field of physical education and sports 2 Ability to apply various capacity tests using test protocols 3 Ability to normalize the tests performed 4 To be able to interpret the results of the tests 5 Ability to apply appropriate tests to various age groups
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations		
Staj Durumu / Internship Status		
Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading	Özer, K. (2006). Fiziksel Uygunluk, 2. baskı, Nobel Yayın Dağıtım: Ankara. Howley, T.E., & Franks, D.B. (1997). Health and Fitness Instructor s Handbook. 3rd Ed. Human Kinetics: USA. Morrow, JR., Jackson AW, Disch, JG., & Mood, DP. (1995). Measurement and Evaluation in Human Performance. Human Kinetics: Campaign, IL. Özkara, A. (2002). Futbolda Testler. Ankara: İlksan Matbaacılık. Sevim, Y. (2002). Antrenman Bilgisi. Ankara: Nobel. Tamer, K. (1991). Performansın Ölçülmesi ve Değerlendirilmesi. Ankara: Gökçe.	Özer, K. (2006). Fiziksel Uygunluk, 2. baskı, Nobel Yayın Dağıtım: Ankara. Howley, T.E., & Franks, D.B. (1997). Health and Fitness Instructor s Handbook. 3rd Ed. Human Kinetics: USA. Morrow, JR., Jackson AW, Disch, JG., & Mood, DP. (1995). Measurement and Evaluation in Human Performance. Human Kinetics: Campaign, IL. Özkara, A. (2002). Futbolda Testler. Ankara: İlksan Matbaacılık. Sevim, Y. (2002). Antrenman Bilgisi. Ankara: Nobel. Tamer, K. (1991). Performansın Ölçülmesi ve Değerlendirilmesi. Ankara: Gökçe.

Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)	Doç.Dr. Bülent Kaytıkten	
--	--------------------------	--

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	Beden eğitimi ve spor alanında ölçme ve değerlendirmenin önemini açıklayabilme	To be able to explain the importance of measurement and evaluation in the field of physical education and sports
2	Çeşitli kapasite testlerini test protokollerini kullanarak uygulayabilme	Ability to apply various capacity tests using test protocols
3	Yapılan testleri normlandırabilme	Ability to normalize the tests performed
4	Testlerin sonuçlarını yorumlayabilme	To be able to interpret the results of the tests
5	Çeşitli yaş gruplarına uygun testler uygulayabilme	Ability to apply tests suitable for various age groups

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

Hafta / Week					
1	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Test yapmanın amacı önemi ölçme ve değerlendirme				
	The purpose of testing is to measure and evaluate the importance				
2	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Aerobik güç testleri,amaçları, önemi, uygulamaları, normlandırılması ve sonuçların yorumlanması, spor dallarına göre önemi.				
	Aerobic power tests, aims, importance, applications, normality and interpretation of results, importance according to sports branches.				
3	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Anaerobik güç testleri,amaçları, önemi, uygulamaları, normlandırılması ve sonuçların yorumlanması, spor dallarına göre önemi.				
	Anaerobic power tests, aims, importance, applications, normality and interpretation of results, importance according to sports branches.				
4	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Kuvvet testleri amaçları, önemi, uygulamaları, normlandırılması ve sonuçların yorumlanması, spor dallarına göre önemi.				
	Strength test aims, importance, applications, normization and interpretation of results, importance according to sports branches.				
5	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Esneklik testleri amaçları, önemi, uygulamaları, normlandırılması ve sonuçların yorumlanması, spor dallarına göre önemi.				
	Flexibility tests aims, importance, applications, normization and interpretation of results, importance according to sports branches.				

6	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Vücut yağı ölçüm metotları, amaçları, önemi, uygulamaları, normlandırılması ve sonuçların yorumlanması, spor dallarına göre önemi.				
	Body fat measurement methods, purpose, importance, application, normality and interpretation of results, importance according to sports branches.				
7	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Solunum kapasite testleri, kan basıncı ölçümü, önemi, uygulanişı, normlandırılması				
	Respiratory capacity tests, blood pressure measurement, importance, application, normalization				
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
	Reaksiyon zamanı testleri amaçları, önemi, uygulamaları, normlandırılması ve sonuçların yorumlanması, spor dallarına göre önemi.				
	Reaction time tests aims, importance, applications, normization and interpretation of results, importance according to sports branches.				
10	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Koordinasyon testleri amaçları, önemi, uygulamaları, normlandırılması ve sonuçların yorumlanması, spor dallarına göre önemi.				
	Coordination tests aims, importance, applications, normality and interpretation of results, importance according to sports branches.				
11	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	EKG, EMG ölçümleri amaçları, önemi, uygulamaları				
	EMG measurements purposes, importance, applications				

12	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Antropometrik testler, çap uzunluk çevre ölçümleri amaçları, önemi, kullanışları,				
	Anthropometric tests, diameter, length circumference measurement purposes, importance, applications,				
13	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Eurofit esneklik, denge ve motorik testler amaçları, önemi, kullanışları, sonuçların yorumlanması, spor dallarına göre önemi.				
	Eurofit flexibility, balance and motoric tests objectives, importance, applications, interpretation of results, importance according to sports branches.				
14	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Çocuk ve yaşlılara uygulanabilecek testler				
	Tests that can be applied to children and the elderly				

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)
Final Sınavı / Final Examination	1	4.00	4.00
Final Sınavı için Bireysel Çalışma / Individual Study for Final Examination	1	10.00	10.00
Performans / Performance	3	15.00	45.00
Rapor Hazırlama / Report Preparation	1	5.00	5.00
Takım/Grup Çalışması / Team/Group Work	2	10.00	20.00
Uygulama/Pratik / Practice	2	20.00	40.00
Ara Sınav / Midterm Examination	1	2.00	2.00
Ara Sınav için Bireysel Çalışma / Individual Study for Mid term Examination	1	5.00	5.00
Toplam / Total:	12	71.00	131.00
Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 25.00 (Saat/AKTS) = 131.00/25.00 = 5.24 ~ / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 25.00 (Hour / ECTS) = 131.00 / 25.00 = 5.24 ~			

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.Beden eğitimi ve spor alanında ölçme ve değerlendirmenin önemini açıklayabilme / To be able to explain the importance of measurement and evaluation in the field of physical education and sports	5	5	4	3	4	4	4	5	5	5	5	5	5	2	5	3
2.Çeşitli kapasite testlerini test protokollerini kullanarak uygulayabilme / Ability to apply various capacity tests using test protocols	5	5														
3.Yapılan testleri normlandırabilme / Ability to normalize the tests performed	5	5														
4.Testlerin sonuçlarını yorumlayabilme / To be able to interpret the results of the tests	5	5														
5.Çeşitli yaş gruplarına uygun testler uygulayabilme / Ability to apply tests suitable for various age groups	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