

## GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

|                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ders Adı / Course Name                                                            | Winter Camp / Winter Camp                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Ders Kodu / Course Code                                                           | EREK253                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Ders Türü / Course Type                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Ders Seviyesi / Course Level                                                      | Bachelor / Bachelor                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 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                                                       | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Öğretim Sistemi / Teaching System                                                 | Daytime Class / Daytime Class                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Eğitim Dili / Education Language                                                  | Turkish / Turkish                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Ön Koşulu Olan Ders(ler) / Precondition Courses                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Amacı / Purpose                                                                   | öğrencilere, kayak branşına ait malzeme ve ekipmanları kullanarak branşa özgü temel teknikleri alanda uygulama becerisi kazandırmaktır.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | To provide students with the ability to apply the basic techniques specific to the branch by using the materials and equipment of the ski branch.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| İçeriği / Content                                                                 | Kayak sporunun önemini kavraması,<br>Kayak malzemeleri hakkında bilgi sahibi olması,<br>Kayak yarışma kurallarını kavraması ve bu kurallara uygun davranışlar sergilemesi,<br>Kayak sporunun temel teknikleri kavraması ve uygulaması,<br>Kazandığı hareket becerileri ile kendini sözlü ve bedensel olarak ifade etmesi,<br>Sportif etkinliklerde liderlik yapması, lidere uyması ve iyi bir izleyici olması,<br>Yeteneklerini ve güçlü yönlerini tanıması, kazandığı becerileri en üst düzeyde kullanması,<br>Fiziksel etkinlikler yolu ile kapasitesini en üst düzeye çıkarması,<br>Özgüven duygusunun geliştirilmesinin sağlanması adına teorik ve uygulama çalışmalarını içerir. | To understand the importance of skiing,<br>Having knowledge about ski equipment,<br>To understand the rules of ski competition and to act in accordance with these rules,<br>Comprehension and application of basic techniques of skiing,<br>Expressing himself / herself verbally and physically with the movement skills gained,<br>Leading in sportive events, complying with the leader and being a good audience,<br>Recognizing their talents and strengths, gaining skills at the highest level to use,<br>To maximize his capacity through physical activities,<br>It includes theoretical and practical studies in order to develop a sense of self-confidence. |
| Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Staj Durumu / Internship Status                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading | MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI<br>Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü<br>KAYAK SPORU(1. SEVİYE) EL KİTABI                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI<br>Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü<br>KAYAK SPORU(1. SEVİYE) EL KİTABI                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

|                                                    |                             |  |
|----------------------------------------------------|-----------------------------|--|
| Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members) | Doç. Dr. Umut Davut Başoğlu |  |
|----------------------------------------------------|-----------------------------|--|

### ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

|   |                                                     |                                                         |
|---|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| 1 | Kayak branşı ile ilgili kavramları tanımlar.        | Defines the concepts related to the ski branch.         |
| 2 | Kayak branşının tarihsel gelişimini özetler.        | Summarize the historical development of the ski branch. |
| 3 | Kayak merkezlerinin güvenlik kurallarını açıklar.   | Explain the safety rules of ski centers.                |
| 4 | Kayak branşına ait malzeme ve ekipmanları kullanır. | Uses the materials and equipment of the ski branch.     |
| 5 | Kayak branşına özgü temel teknikleri uygular.       | Apply basic techniques specific to the ski branch.      |

### HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

| Hafta / Week |                                                                                        |          |     |                                                          |                           |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------|
| 1            | Teorik Dersler / Theoretical                                                           | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Kayak Nedir? Tanımı Kimler Yapar? Kaç türde kayak yapılır? Kayak tarihi                | teorik   |     |                                                          |                           |
|              | What is skiing? Who Makes the Definition? How many types of ski are there? Ski history | theoric  |     |                                                          |                           |
| 2            | Teorik Dersler / Theoretical                                                           | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Dünyadaki Gelişimi Türkiye'deki Gelişimi                                               | teorik   |     |                                                          |                           |
|              | World Development Development in Turkey                                                | theoric  |     |                                                          |                           |
| 3            | Teorik Dersler / Theoretical                                                           | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Kayak Çeşitler                                                                         | teorik   |     |                                                          |                           |
|              | Ski Types                                                                              | theoric  |     |                                                          |                           |
| 4            | Teorik Dersler / Theoretical                                                           | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Kayak Yapmak İçin Gerekenler, Kayak takımı                                             | teorik   |     |                                                          |                           |
|              | Requirements for Skiing, Skiing                                                        | theoric  |     |                                                          |                           |
| 5            | Teorik Dersler / Theoretical                                                           | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Kayak pistleri, Uygun Kıyafet                                                          | teorik   |     |                                                          |                           |
|              | Ski slopes, suitable clothing                                                          | theoric  |     |                                                          |                           |

|    |                                                                                 |          |     |                                                          |                           |
|----|---------------------------------------------------------------------------------|----------|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------|
| 6  | Teorik Dersler / Theoretical                                                    | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Kayak tekniği gelişimine dönük tekerlekli kayak ve tekerlekli paten çalışmaları | uygulama |     |                                                          |                           |
|    | Roller skiing and roller skating studies for ski technique development          | practice |     |                                                          |                           |
| 7  | Teorik Dersler / Theoretical                                                    | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Kayak tekniği gelişimine dönük Simülasyon merkezi çalışmaları                   | uygulama |     |                                                          |                           |
|    | Simulation center studies for ski technique development                         | practice |     |                                                          |                           |
| 8  | Teorik Dersler / Theoretical                                                    | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | vize sınavı                                                                     | uygulama |     |                                                          |                           |
|    | Midterm exam                                                                    | practice |     |                                                          |                           |
| 9  | Teorik Dersler / Theoretical                                                    | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Kayak tekniği gelişimine dönük İmitasyon çalışmaları                            | uygulama |     |                                                          |                           |
|    | Imitation studies for ski technique development                                 | practice |     |                                                          |                           |
| 10 | Teorik Dersler / Theoretical                                                    | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Kayak malzemelerini tanıma Kayak takma çıkarma                                  | uygulama |     |                                                          |                           |
|    | Getting to know your ski equipment                                              | practice |     |                                                          |                           |
| 11 | Teorik Dersler / Theoretical                                                    | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Kayakla yürüme, Kayakla adımla sağa sola dönme, Kayakla düşme kalkma            | uygulama |     |                                                          |                           |
|    | Ski walking, Skiing stepping left and right, Ski falling off                    | practice |     |                                                          |                           |

|    |                                              |          |     |                                                          |                           |
|----|----------------------------------------------|----------|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------|
| 12 | Teorik Dersler / Theoretical                 | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Düz kayma,Kar sapanı                         | uygulama |     |                                                          |                           |
|    | Flat gliding, Snow slingshot                 | practice |     |                                                          |                           |
| 13 | Teorik Dersler / Theoretical                 | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Kar sapanı sağa dönüş Kar sapanı sola dönüş  | uygulama |     |                                                          |                           |
|    | Snow slings turn right Snow slings turn left | practice |     |                                                          |                           |
| 14 | Teorik Dersler / Theoretical                 | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Yamaç kayma Basit dönüş                      | uygulama |     |                                                          |                           |
|    | Slope shift Simple turn                      | practice |     |                                                          |                           |
| 15 | Teorik Dersler / Theoretical                 | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | final sınavı                                 | uygulama |     |                                                          |                           |
|    | final examination                            | practice |     |                                                          |                           |

## 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) |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|----------------------------------|------------------------------------------------|
| Alan Gezisi / Field Trip                                                                                                                                                           | 2             | 10.00                            | 20.00                                          |
| Ara Sınav / Midterm Examination                                                                                                                                                    | 1             | 5.00                             | 5.00                                           |
| Bireysel Çalışma / Self Study                                                                                                                                                      | 3             | 5.00                             | 15.00                                          |
| Derse Katılım / Attending Lectures                                                                                                                                                 | 1             | 10.00                            | 10.00                                          |
| Final Sınavı / Final Examination                                                                                                                                                   | 1             | 10.00                            | 10.00                                          |
| Final Sınavı için Bireysel Çalışma / Individual Study for Final Examination                                                                                                        | 2             | 10.00                            | 20.00                                          |
| Toplam / Total:                                                                                                                                                                    | 10            | 50.00                            | 80.00                                          |
| Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 25.00 (Saat/AKTS) = 80.00/25.00 = 3.20 ~ / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 25.00 (Hour / ECTS) = 80.00 / 25.00 = 3.20 ~ |               |                                  |                                                |

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.Kayak branşı ile ilgili kavramları tanımlar. / Defines the concepts related to the ski branch.            | 4                                    |       |       |       |       |       |       |       |       |        |        |        |
| 2.Kayak branşının tarihsel gelişimini özetler. / Summarize the historical development of the ski branch.    |                                      |       |       |       |       |       |       |       |       |        |        |        |
| 3.Kayak merkezlerinin güvenlik kurallarını açıklar. / Explain the safety rules of ski centers.              |                                      |       |       |       |       |       |       |       |       |        |        |        |
| 4.Kayak branşına ait malzeme ve ekipmanları kullanır. / Uses the materials and equipment of the ski branch. |                                      |       |       |       |       |       |       |       |       |        |        |        |
| 5.Kayak branşına özgü temel teknikleri uygular. / Apply basic techniques specific to the ski branch.        |                                      |       |       |       |       |       |       |       |       |        |        |        |

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