

GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name	Assessment Methods in Physical Activity / Assessment Methods in Physical Activity	
Ders Kodu / Course Code	HAN514	
Ders Türü / Course Type		
Ders Seviyesi / Course Level	Master with Thesis / Master with Thesis	
Ders Akts Kredi / ECTS	6.00	
Haftalık Ders Saati (Kuramsal) / Course Hours For Week (Theoretical)	3.00	
Haftalık Uygulama Saati / Course Hours For Week (Objected)	0.00	
Haftalık Laboratuar Saati / Course Hours For Week (Laboratory)	0.00	
Dersin Verildiği Yıl / Year	1	
Öğretim Sistemi / Teaching System	Daytime Class / Daytime Class	
Eğitim Dili / Education Language	Turkish / Turkish	
Ön Koşulu Olan Ders(ler) / Precondition Courses	Yok	none
Amacı / Purpose	Bu dersin amacı, fiziksel aktivitenin değerlendirilmesi için kullanılan yöntemleri öğrencilere öğretmek ve uygulamalı becerilerini geliştirmektir. Ders, fiziksel aktivite ölçekleri, antropometri, kalp hızı ve enerji harcaması gibi değerlendirme araçlarını ele almayı ve öğrencilerin fiziksel aktivite verilerini analiz etme ve yorumlama becerilerini geliştirmeyi amaçlamaktadır.	The aim of this course is to teach students the methods used for assessing physical activity and enhance their practical skills. The course covers assessment tools such as physical activity scales, anthropometry, heart rate, and energy expenditure, and aims to improve students' abilities to analyze and interpret physical activity data.
İçeriği / Content	Bu dersin amacı, fiziksel aktivitenin değerlendirilmesi için kullanılan yöntemleri öğrencilere öğretmek ve uygulamalı becerilerini geliştirmektir. Ders, fiziksel aktivite ölçekleri, antropometri, kalp hızı ve enerji harcaması gibi değerlendirme araçlarını ele almayı ve öğrencilerin fiziksel aktivite verilerini analiz etme ve yorumlama becerilerini geliştirmeyi amaçlamaktadır.	The aim of this course is to teach students the methods used for assessing physical activity and enhance their practical skills. The course covers assessment tools such as physical activity scales, anthropometry, heart rate, and energy expenditure, and aims to improve students' abilities to analyze and interpret physical activity data.
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations	yok	none
Staj Durumu / Internship Status	yok	none
Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading	1Heyward, V. H., & Wagner, D. R. (2017). Applied Body Composition Assessment. Human Kinetics.	1Heyward, V. H., & Wagner, D. R. (2017). Applied Body Composition Assessment. Human Kinetics.
Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)		

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	Fiziksel aktivitenin önemini ve faydalarını anlama.	Understand the importance and benefits of physical activity.
2	Farklı fiziksel aktivite değerlendirme yöntemlerini inceleme.	Examine different methods of physical activity assessment.
3	Fiziksel aktivite düzeyini ve enerji harcamasını ölçme becerisi kazanma.	Acquire the skill to measure physical activity level and energy expenditure.
4	Fiziksel aktivite değerlendirme sonuçlarını yorumlama ve analiz etme.	Interpret and analyze results of physical activity assessment.
5	Bireylere uygun fiziksel aktivite planları oluşturma becerisi geliştirme.	Develop the ability to create personalized physical activity plans for individuals.

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

Hafta / Week					
1	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Fiziksel Aktivite Değerlendirmesi Nedir?				
	What is Physical Activity Assessment?				
2	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Fiziksel Aktivite Değerlendirme Amaçları ve Önemi				
	Objectives and Importance of Physical Activity Assessment				
3	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Fiziksel Aktivite Ölçekleri ve Anketleri				
	Physical Activity Scales and Questionnaires				
4	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Aktigrafik Cihazlar ve Uygulamaları				
	Actigraphy Devices and Applications				
5	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Pedometri ve Hareket Algılayıcıları				
	Pedometers and Motion Sensors				

6	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Kalp Hızı ve Kan Basıncı Değerlendirmesi				
	Heart Rate and Blood Pressure Assessment				
7	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Oksijen Tüketimi ve Enerji Harcaması Değerlendirmesi				
	Oxygen Consumption and Energy Expenditure Assessment				
8	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Antropometri ve Vücut Kompozisyonu Değerlendirmesi				
	Anthropometry and Body Composition Assessment				
9	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Fiziksel Yetenek Değerlendirmesi				
	Physical Fitness Assessment				
10	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	İşitme ve Görsel İşlevlerin Değerlendirilmesi				
	Assessment of Hearing and Visual Functions				
11	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Psikososyal Değerlendirme				
	Psychosocial Assessment				

12	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Fiziksel Aktivite Verilerinin Analizi ve Yorumlanması				
	Analysis and Interpretation of Physical Activity Data				
13	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Fiziksel Aktivite Değerlendirme Araçlarının Uygulanması				
	Application of Physical Activity Assessment Tools				
14	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Fiziksel Aktivite Değerlendirmesi ve Program Tasarımı				
	Physical Activity Assessment and Program Design				

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	72.00	72.00
Ara Sınav İçin Bireysel Çalışma / Individual Study for Mid term Examination	1	1.00	1.00
Final Sınavı / Final Examination	1	76.00	76.00
Final Sınavı için Bireysel Çalışma / Individual Study for Final Examination	1	1.00	1.00
Toplam / Total:	4	150.00	150.00
Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 25.00 (Saat/AKTS) = 150.00/25.00 = 6.00 ~ 6.00 / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 25.00 (Hour / ECTS) = 150.00 / 25.00 = 6.00 ~ 6.00			

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.Fiziksel aktivitenin önemini ve faydalarını anlama. / Understand the importance and benefits of physical activity.	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3
2.Farklı fiziksel aktivite değerlendirme yöntemlerini inceleme. / Examine different methods of physical activity assessment.	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3
3.Fiziksel aktivite düzeyini ve enerji harcamasını ölçme becerisi kazanma. / Acquire the skill to measure physical activity level and energy expenditure.	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3
4.Fiziksel aktivite değerlendirme sonuçlarını yorumlama ve analiz etme. / Interpret and analyze results of physical activity assessment.	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3
5.Bireylere uygun fiziksel aktivite planları oluşturma becerisi geliştirme. / Develop the ability to create personalized physical activity plans for individuals.	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3

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