

GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name	Kinanthropometry / Kinanthropometry	
Ders Kodu / Course Code	HAN503	
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; öğrencilere kinantropometri, vücut kompozisyonu, yetenek seçimi konularında temel kavramları öğretmektir. Dersin amaçlarından biri de öğrencilerin, vücut kompozisyonunun belirlenmesinde kullanılan yöntemleri tanımlarını sağlamak ve başlıca ölçüm yöntemlerini uygulayabilme becerilerini geliştirmektir.	The aim of this course is; to teach students the basic concepts of kinanthropometry, body composition, and ability selection. One of the aims of the course is to enable students to recognize the methods used in determining body composition and to develop their skills in applying the main measurement methods.
İçeriği / Content	İnsan vücut yapısının hareket ve spora bağlı olarak değişimini; somatotip, vücut endisleri ve kompozisyonu kavramlarını ve bunlara ait temel antropometrik ölçüm teknikleri ile yetenek seçimi konularını içerir. Ayrıca, DEXA, hidrostatik tartım, BODPOD gibi ileri ölçüm tekniklerine de değinilmektedir.	The change of human body structure depending on movement and sport; It includes the concepts of somatotype, body concerns and composition, and their basic anthropometric measurement techniques and talent selection. In addition, advanced measurement techniques such as DEXA, hydrostatic weighing, BODPOD are also mentioned.
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations	YOK	NONE
Staj Durumu / Internship Status	YOK	NONE

Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading	Bloomfield, J., Ackland, T.R., Elliot, B.C. (1994). Applied Anatomy and Biomechanics In Sport. Blackwell Scientific Pub., London.Carter JE, Heath BH (1990). Somatotyping ? Development and applications. Cambridge Studies in Biological Anthropology. Cambridge. Cambridge University Press.Coelho e Silva MJ, Figueiredo AJ, Sobral F, Ronque EV, Malina RM (2010). Cineantropometria ? Curso Básico. Coimbra. Lohman T, Roche A, Martorell R (1988). Anthropometric Standardization Reference Manual. Human Kinetics. Champaign, Illinois.Malina R, Bouchard C, Bar-Or (2004). Growth, Maturation and Physical Activity. Human Kinetics. Champaign, Illinois.Roche A, Sun S (2003). Human Growth ? assessment and interpretation. Cambridge. Cambridge University Press.	Bloomfield, J., Ackland, T.R., Elliot, B.C. (1994). Applied Anatomy and Biomechanics In Sport. Blackwell Scientific Pub., London.Carter JE, Heath BH (1990). Somatotyping ? Development and applications. Cambridge Studies in Biological Anthropology. Cambridge. Cambridge University Press.Coelho e Silva MJ, Figueiredo AJ, Sobral F, Ronque EV, Malina RM (2010). Cineantropometria ? Curso Básico. Coimbra. Lohman T, Roche A, Martorell R (1988). Anthropometric Standardization Reference Manual. Human Kinetics. Champaign, Illinois.Malina R, Bouchard C, Bar-Or (2004). Growth, Maturation and Physical Activity. Human Kinetics. Champaign, Illinois.Roche A, Sun S (2003). Human Growth ? assessment and interpretation. Cambridge. Cambridge University Press.
Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)	Doç.Dr. Türker BIYIKLI	

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	Bu dersin sonunda öğrenci; Kinantropometri ve vücut kompozisyonu hakkındaki temel kavramları açıklar.	At the end of this course, the student; Explain the basic concepts of quianthropometry and body composition.
2	Egzersiz, vücut kompozisyonu ve spor performansı arasındaki ilişkileri açıklar.	Explain the relationships between exercise, body composition and sports performance.
3	Vücut kompozisyonunu sağlık ve sporla ilişkili olarak değerlendirir.	Evaluates body composition in relation to health and sports.
4	Bireylerin somatotipini belirleyip değerlendirir.	Determines and evaluates the somatotype of individuals.
5	Temel antropometrik teknikleri uygulayıp vücut kompozisyonunu belirleyebilir.	Can apply basic anthropometric techniques and determine body composition.

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

Hafta / Week					
1	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Kinantropometriye genel bakış				
	Overview of quinantropometry				
2	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	LAB: Ağırlık ve boy ölçümleri				
	LAB: Weight and height measurements				
3	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	LAB: Çap ölçümleri				
	LAB: Diameter measurements				
4	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	LAB: Çevre ölçümleri I				
	LAB: Environmental measurements I				
5	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	LAB: Çevre ölçümleri II				
	LAB: Çevre ölçümleri II				

6	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	LAB: Çevre ölçümleri III				
	LAB: Environmental measurements III				
7	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	LAB: Deri kıvrım kalınlıkları I				
	LAB: Skinfold thicknesses I				
8	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	ARA SINAV				
	MID-TERM				
9	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	LAB: Deri kıvrım kalınlıkları II				
	LAB: Skin fold thickness II				
10	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Vücut kompozisyonu değerlendirme yöntemleri ve kestirim formülleri				
	Body composition assessment methods and estimation formulas				
11	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Somatotip ve performans				
	Somatotype and performance				

12	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yetenek seçimi I				
	Choice of talent I				
13	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yetenek seçimi II				
	Talent selection II				
14	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Genel Sınav Hazırlığı				
	General Exam Preparation				
15	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	final sınavı				
	final exam				

DEĞERLENDİRME / EVALUATION

Yarıyıl (Yıl) İçi Etkinlikleri / Term (or Year) Learning Activities	Sayı / Number	Katkı Yüzdesi / Percentage of Contribution (%)
Ara Sınav / Midterm Examination	1	100
Toplam / Total:	1	100
Başarı Notuna Katkı Yüzdesi / Contribution to Success Grade(%):		40
Yarıyıl (Yıl) Sonu Etkinlikleri / End Of Term (or Year) Learning Activities	Sayı / Number	Katkı Yüzdesi / Percentage of Contribution (%)
Final Sınavı / Final Examination	1	100
Toplam / Total:	1	100
Başarı Notuna Katkı Yüzdesi / Contribution to Success Grade(%):		60
Etkinliklerinin Başarı Notuna Katkı Yüzdesi(%) Toplamı / Total Percentage of Contribution (%) to Success Grade:		100
Değerlendirme Tipi / Evaluation Type:		

İŞ YÜKÜ / WORKLOADS

Etkinlikler / Workloads	Sayı / Number	Süresi (Saat) / Duration (Hours)	Toplam İş Yüğü (Saat) / Total Work Load (Hour)
Alan Çalışması / Field Work	4	5.00	20.00
Ara Sınav / Midterm Examination	1	2.00	2.00
Ara Sınav İçin Bireysel Çalışma / Individual Study for Mid term Examination	1	15.00	15.00
Ev Ödevi / Homework	2	5.00	10.00
Final Sınavı / Final Examination	1	2.00	2.00
Final Sınavı için Bireysel Çalışma / Individual Study for Final Examination	1	15.00	15.00
Gözlem / Observation	2	10.00	20.00
Rapor Hazırlama / Report Preparation	2	10.00	20.00
Rapor Sunma / Report Presentation	2	5.00	10.00
Takım/Grup Çalışması / Team/Group Work	2	10.00	20.00
Tartışma / Discussion	1	10.00	10.00
Toplam / Total:	19	89.00	144.00
Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 25.00 (Saat/AKTS) = 144.00/25.00 = 5.76 ~ / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 25.00 (Hour / ECTS) = 144.00 / 25.00 = 5.76 ~			

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.Bu dersin sonunda öğrenci; Kinantropometri ve vücut kompozisyonu hakkındaki temel kavramları açıklar. / At the end of this course, the student; Explain the basic concepts of quinanthropometry and body composition.	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
2.Egzersiz, vücut kompozisyonu ve spor performansı arasındaki ilişkileri açıklar. / Explain the relationships between exercise, body composition and sports performance.	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5
3.Vücut kompozisyonunu sağlık ve sporla ilişkili olarak değerlendirir. / Evaluates body composition in relation to health and sports.	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4
4.Bireylerin somatotipini belirleyip değerlendirir. / Determines and evaluates the somatotype of individuals.	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5
5.Temel antropometrik teknikleri uygulayıp vücut kompozisyonunu belirleyebilir. / Can apply basic anthropometric techniques and determine body composition.	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4

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