

## GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

|                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ders Adı / Course Name                                                            | Swimming / Swimming                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Ders Kodu / Course Code                                                           | EANT336.2                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Ders Türü / Course Type                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Ders Seviyesi / Course Level                                                      | Bachelor / Bachelor                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Ders Akts Kredi / ECTS                                                            | 8.00                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Haftalık Ders Saati (Kuramsal) / Course Hours For Week (Theoretical)              | 2.00                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Haftalık Uygulama Saati / Course Hours For Week (Objected)                        | 4.00                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 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                                                                   | Yüzme tekniklerinin, çıkış, dönüş ve bitirishlerinin teknik analizlerinin yapılarak, bu spora ait teknik verim yapısının oluşturulması.                                                                                                           | Technical analysis of swimming techniques, starting, turning and finishing, creating the technical efficiency structure of this sport.                                                                                                            |
| İçeriği / Content                                                                 | Serbest ve Sırtüstü yüzme tekniğine ait çıkış, dönüş ve bitiriş analizi yapılabilir. Hataları belirleyebilir ve düzeltici egzersizler verebilir. Tekniği öğretici ve geliştirici egzersizleri planlayabilir. Yüzme öğretim basamaklamasını bilir. | Analyze start, turn and finish of free and backstroke swimming techniques. He/she can identify mistakes and give corrective exercises. He / she can plan exercises for teaching and developing the technique. Knows swimming instruction cascade. |
| Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations                        |                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Staj Durumu / Internship Status                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading | Brooks. M. 2011. Developing Swimmers. USA. Human Kinetics. Maglischo, E.W. Swimming Fastest. USA. Human Kinetics. Mcloyd, I. 2010. Swimming Anatomy. USA. Human Kinetics.                                                                         | Brooks. M. 2011. Developing Swimmers. USA. Human Kinetics. Maglischo, E.W. Swimming Fastest. USA. Human Kinetics. Mcloyd, I. 2010. Swimming Anatomy. USA. Human Kinetics.                                                                         |
| Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)                                | Öğr.Gör. Timuçin KOYAŞ                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                   |

## ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

|   |                                                                                    |                                                                            |
|---|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Serbest ve Sırtüstü yüzme tekniğine ait çıkış, dönüş ve bitiriş analizi yapabilir. | Analyze start, turn and finish of free and backstroke swimming techniques. |
| 2 | Hataları belirleyebilir ve düzeltici egzersizler verebilir.                        | He/ She can identify mistakes and give corrective exercises.               |
| 3 | Tekniği öğretici ve geliştirici egzersizleri planlayabilir.                        | He / she can plan exercises for teaching and developing the technique.     |
| 4 | Yüzme öğretim basamaklamasını bilir.                                               | Knows swimming instruction cascade.                                        |

## HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

| Hafta / Week |                                                                                                                                                                          |          |     |                                                          |                           |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------|
| 1            | Teorik Dersler / Theoretical                                                                                                                                             | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Su ortamının özellikleri, Akıntılar ve Propulsiyonu açıklayan teoremler. Su Direnci Kavramı, Doğrultular ve Yüzücüye etkiyen direncin azaltılması.                       |          |     |                                                          |                           |
|              | Properties of the aquatic environment, currents and theorems explaining propulsion. Water Resistance Concept, Strikes and Reducing the Resistance Affecting the Swimmer. |          |     |                                                          |                           |
| 2            | Teorik Dersler / Theoretical                                                                                                                                             | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Serbest Yüzme Tekniği Analizi.                                                                                                                                           |          |     |                                                          |                           |
|              | Free Swimming Technique Analysis.                                                                                                                                        |          |     |                                                          |                           |
| 3            | Teorik Dersler / Theoretical                                                                                                                                             | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | El, kol ve vücut hız örüntü yapısı.                                                                                                                                      |          |     |                                                          |                           |
|              | Hand, arm and body speed pattern structure.                                                                                                                              |          |     |                                                          |                           |
| 4            | Teorik Dersler / Theoretical                                                                                                                                             | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Serbest yüzme tekniği Çıkış, bitiriş ve Dönüşler                                                                                                                         |          |     |                                                          |                           |
|              | Free swimming technique Ascents, ends and Turns                                                                                                                          |          |     |                                                          |                           |
| 5            | Teorik Dersler / Theoretical                                                                                                                                             | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|              | Yarışma Analizi                                                                                                                                                          |          |     |                                                          |                           |
|              | Race Analysis                                                                                                                                                            |          |     |                                                          |                           |

|    |                                                                           |          |     |                                                          |                           |
|----|---------------------------------------------------------------------------|----------|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------|
| 6  | Teorik Dersler / Theoretical                                              | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Serbest yüzme tekniği öğretim basamaklaması ve geliştirici alıştırmalar   |          |     |                                                          |                           |
|    | Free swimming technique teaching steps and developing exercises.          |          |     |                                                          |                           |
| 7  | Teorik Dersler / Theoretical                                              | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | ARA SINAV                                                                 |          |     |                                                          |                           |
|    | Midterm                                                                   |          |     |                                                          |                           |
| 8  | Teorik Dersler / Theoretical                                              | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Sıklıkla Karşılaşılan Hatalar ve Düzeltilmesi                             |          |     |                                                          |                           |
|    | Frequently Encountered Errors and Their Correction                        |          |     |                                                          |                           |
| 9  | Teorik Dersler / Theoretical                                              | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Sırtüstü Yüzme Tekniği Analizi                                            |          |     |                                                          |                           |
|    | Backstroke Swimming Technique Analysis                                    |          |     |                                                          |                           |
| 10 | Teorik Dersler / Theoretical                                              | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | El, kol ve vücut hız örüntü yapısı.                                       |          |     |                                                          |                           |
|    | Hand, arm and body speed pattern structure.                               |          |     |                                                          |                           |
| 11 | Teorik Dersler / Theoretical                                              | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Sırtüstü yüzme tekniği öğretim basamaklaması ve geliştirici alıştırmalar. |          |     |                                                          |                           |
|    | Backstroke swimming technique teaching steps and developing exercises.    |          |     |                                                          |                           |

|    |                                                    |          |     |                                                          |                           |
|----|----------------------------------------------------|----------|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------|
| 12 | Teorik Dersler / Theoretical                       | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | Sıklıkla Karşılaşılan Hatalar ve Düzeltilmesi      |          |     |                                                          |                           |
|    | Frequently Encountered Errors and Their Correction |          |     |                                                          |                           |
| 13 | Teorik Dersler / Theoretical                       | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|    | yarış analizi                                      |          |     |                                                          |                           |
|    | Race Analysis                                      |          |     |                                                          |                           |
| 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) |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|----------------------------------|------------------------------------------------|
| Ara Sınav / Midterm Examination                                                                                                                                                      | 1             | 2.00                             | 2.00                                           |
| Final Sınavı / Final Examination                                                                                                                                                     | 1             | 2.00                             | 2.00                                           |
| Final Sınavı için Bireysel Çalışma / Individual Study for Final Examination                                                                                                          | 1             | 15.00                            | 15.00                                          |
| Laboratuvar / Laboratory                                                                                                                                                             | 3             | 5.00                             | 15.00                                          |
| Rapor / Report                                                                                                                                                                       | 2             | 5.00                             | 10.00                                          |
| Rapor Hazırlama / Report Preparation                                                                                                                                                 | 2             | 10.00                            | 20.00                                          |
| Takım/Grup Çalışması / Team/Group Work                                                                                                                                               | 2             | 5.00                             | 10.00                                          |
| Uygulama/Pratik / Practice                                                                                                                                                           | 5             | 20.00                            | 100.00                                         |
| Ara Sınav için Bireysel Çalışma / Individual Study for Mid term Examination                                                                                                          | 1             | 15.00                            | 15.00                                          |
| Toplam / Total:                                                                                                                                                                      | 18            | 79.00                            | 189.00                                         |
| Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 25.00 (Saat/AKTS) = 189.00/25.00 = 7.56 ~ / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 25.00 (Hour / ECTS) = 189.00 / 25.00 = 7.56 ~ |               |                                  |                                                |

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 | 1.1.17 |
| 1.Serbest ve Sırtüstü yüzme tekniğine ait çıkış, dönüş ve bitiriş analizi yapılabilir. / Analyze start, turn and finish of free and backstroke swimming techniques. | 5                                    | 4     | 4     | 3     | 3     | 3     | 1     | 4     | 3     | 2      | 3      | 3      | 1      | 1      | 1      | 4      | 5      |
| 2.Hataları belirleyebilir ve düzeltici egzersizler verebilir. / He/ She can identify mistakes and give corrective exercises.                                        | 5                                    | 5     | 5     | 3     | 4     | 3     | 2     | 4     | 4     | 2      | 3      | 2      | 1      | 1      | 3      | 5      | 5      |
| 3.Tekniği öğretici ve geliştirici egzersizleri planlayabilir. / He / she can plan exercises for teaching and developing the technique.                              | 5                                    | 3     | 4     | 3     | 3     | 2     | 1     | 3     | 3     | 2      | 3      | 3      | 1      | 1      | 2      | 4      | 5      |
| 4.Yüzme öğretim basamaklamasını bilir. / Knows swimming instruction cascade.                                                                                        | 5                                    | 4     | 3     | 3     | 3     | 2     | 1     | 2     | 3     | 2      | 2      | 2      | 1      | 1      | 2      | 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