GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name	Psychological Foundations in Performance Enhancement / Psychological Foundations in Performance Enhancement	
Ders Kodu / Course Code	EANT370	
Ders Türü / Course Type		
Ders Seviyesi / Course Level	Bachelor / Bachelor	
Ders Akts Kredi / ECTS	5.00	
Haftalık Ders Saati (Kuramsal) / Course Hours For Week (Theoretical)	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	3	
Öğretim Sistemi / Teaching System	Daytime Class / Daytime Class	
Eğitim Dili / Education Language		
Ön Koşulu Olan Ders(ler) / Precondition Courses		
Amacı / Purpose	Öğrencilerin Spor Psikolojisi ile ilgili kavramları ve Teorileri öğrenerek daha sonra çalışmalarında kullanabilmeleri amac edinmiştir	It aims to enable students to learn the concepts and theories of Sports Psychology and use them later in their studies.
İçeriği / Content	Spor Psikolojisinin önemini kavraması, Spor ve psikoloji kavramları hakkında bilgi edinmesi, ve Sporda başarı için gerekli psikolojik faktörlerin öğrenilmesi.	Understanding the importance of sport psychology, learning about the concepts of sport and psychology, and learning the necessary psychological factors for success in sports.
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations		
Staj Durumu / Internship Status		
Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading	Şefik Tiryaki-Spor Psikolojisi, Tek Ağac Eylül Kitap ve yayın evi, 25.04.200 İzmir Seyhan Hasırcı-Performans Sporcularında Zihinsel Antrenman , Ethem Matbaası 2018 Ankara	Şefik Tiryaki-Spor Psikolojisi, Tek Ağac Eylül Kitap ve yayın evi, 25.04.200 İzmirey Seyhan Hasırcı-Performans Sporcularında Zihinsel Antrenman , Ethem Matbaası 2018 Ankara
Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)	Prof. Dr. Seyhan HASIRCI	

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	Spor Psikolojisi ile ilgili Kavramları tanımlar	Defines Concepts Related to Sport Psychology
2	Spor Psikolojisinin Araştırma Yöntemlerini öğrenmek	Learning the Research Methods of Sport Psychology
3	Sosyal Psikolojinin spor ile ilişkilendirilmesini sağlamak	Associating Social Psychology with sports
4	Spor Psikolojisi ve işlevi ile ilgili konulara yönelik bilgi kazandırmaktır	To provide information about subjects related to sport psychology and its function.

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

Hafta / Week					
	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
1	Spor Psikolojisinin tanımı, tarihçesi, konuları ve çalışma alanı hakkında bilgi				
	Information about the definition, history, subjects and field of study of Sport Psychology				
	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
2	Uyarılmışlık, kaygı ve korkunun tanımları ve kuramları				
	Definitions and theories of arousal, anxiety and fear				
	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
3	Stress ve stresle başa çıkma yöntemleri,				
	Stress and methods of coping with stress,				
	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
4	Sporda dikkat ve konsantrasyonun önemi,				
	The importance of attention and concentration in sports,				
	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
5	Dikkat ve konsantrasyon kuramları				
	Attention and concentration theories				

6	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Grup ve gurup bütünlüğü ve kuramları				
	Group and group cohesion and theories				
7	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Grup bütünlüğünü geliştirici çalışmalar,				
	Studies to improve group integrity,				
8	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Vize haftası				
	Midterm Exam				
9	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Liderlik ve liderlik kuramları				
	Leadership and leadership theories				
10	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Etkili iletişim becerileri				
	Effective communication skills				
11	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	İletişim geliştirme ve iletişimin önemi				
	Communication development and the importance of communication				

12	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Sporda şiddet ve saldırganlı				
	Violent and aggressive in sports				
13	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Zihinsel antrenman ve zihinsel antrenman metodları				
	Mental training and mental training methods				
14	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Zihinsel antrenman ve spordaki uygulamaları				
	Mental training and its applications in sports				
15	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Final Sınavı				
	final examination				

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 Yükü (Saat) / Total Work Load (Hour)
Ara Sınav / Midterm Examination	1	10.00	10.00
Ara Sınav İçin Bireysel Çalışma / Individual Study for Mid term Examination	4	10.00	40.00
Bireysel Çalışma / Self Study	3	10.00	30.00
Final Sınavı / Final Examination	1	10.00	10.00
Final Sınavı içiin Bireysel Çalışma / Individual Study for Final Examination	5	7.00	35.00
Toplam / Total:	14	47.00	125.00
Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yükü (Saat) / 25.00 (Saat/AKTS) = 125.00/25.00 = 5.00 ~ 5.00 / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 25.00 (Hour / ECTS) = 125.00 / 25.00 = 5.00 ~ 5.00			

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	1.1.11	1.1.12	1.1.13	1.1.14	1.1.15	1.1.16	1.1.17
1.Spor Psikolojisi ile ilgili Kavramları tanımlar / Defines Concepts Related to Sport Psychology	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	1	4	3
2.Spor Psikolojisinin Araştırma Yöntemlerini öğrenmek / Learning the Research Methods of Sport Psychology	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4
3.Sosyal Psikolojinin spor ile ilişkilendirilmesini sağlamak / Associating Social Psychology with sports	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	1	4	3
4.Spor Psikolojisi ve işlevi ile ilgili konulara yönelik bilgi kazandırmaktır / To provide information about subjects related to sport psychology and its function.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4

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