



# Gaziantep Üniversitesi

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ  
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ PR.

Yarıyıl	Kodu	Adı	T+U	Kredi	AKTS
8	BEAB480	ARTİSTİK CİMNASTİK SEÇMELİ UZMANLIK SPOR DALI VE TEORİSİ III	3	3	7

Öğrenim Türü	Dersin Dili	Dersin Düzeyi	Dersin Staj Durumu	Dersin Türü
Örgün Öğretim	Türkçe	Fakülte	Yok	Seğmeli

Bölümü/Programı	Ön Koşul	Dersin Koordinatörü	Dersi Veren	Dersin Yardımcıları
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ PR.	( BEAB479 )	Yok	Öğr.Gör. ÖZLEM BOZDAL	Yok

#### Dersin Amacı :

Artistik jimnastik temel hareketlerin uygulanması ve öğretimi için basamaklamaların öğrenilmesi

#### Öğretim Yöntem ve Teknikleri :

Bu ders,cimnastik eğitimi çok az olan ya da cimnastik eğitimi alanlar içindir. Artistik Cimnastigin temelini oluşturan hareketlerin öğretimi ve uygulanması ile ilgili becerilerin kazanılmasını içerir.

#### Dersin Kaynakları

##### Kaynaklar

Şengül, E. Serbest Cimnastik, Sporsal Uygulama Dizisi 5, 2. baskı, 1996, Ankara.  
Sami Mengütaş (1998). Artistik Cimnastik Salih Suveren ( 1999).Artistik Cimnastik Öğretim Metodları

#### Ders Yapısı

Matematik ve Temel Bilimler	:	Eğitim Bilimleri	:
Mühendislik Bilimleri	:	Fen Bilimleri	:
Mühendislik Tasarımı	:	Sağlık Bilimleri	:
Sosyal Bilimler	:	Alan Bilgisi	: 100

#### Ders Konuları

Hafta	Konu	Ön Hazırlık	Dökümanlar
1	Tanışma, cimnastik sporunun tarihsel gelişimi, faydaları.		1
2	Artistik cimnastikte yarışma kategorileri ve genel kurallar		1
3	Öne takla, geriye takla, yunus takla		1
4	köprü duruşu, erişme ve basamaklamalar		1
5	El amudu, el-baş amudu ve basamaklamaları		1
6	El amudu, el-baş amudu ve basamaklamaları		1
7	Çember, kartvil, überslak takla ve basamaklamaları		1
8	Trambolin sıçrama çalışmaları		1
9	Ense ve baş kipesi alıştırmaları		1
10	Öne doğru salto çalışmaları		1
11	180 – 360 derecelik burğu çalışmaları		1
12	180 – 360 derecelik burğu çalışmaları		1
13	Flik flak çalışmaları		1
14	Flik flak çalışmaları		1

#### Dersin Öğrenme Çıktıları

Sıra No	Açıklama
Ö01	Artistik cimnastiğin tanımını,tarihsel gelişimini açıklar
Ö02	Artistik cimnastik ısınma ve temel hareketlerini yapar ve yaptırır
Ö03	Artistik cimnastik yarışma aletleri ve yarışma kuralları hakkında bilgi sahibi olur
Ö04	Denge, çeviklik, çabukluk, el göz koordinasyonu, dönme, yuvarlanma, esnekliği geliştirici becerileri uygular Artistik jimnastik temel hareketlerinin basamaklamalarını bilir

#### Programın Öğrenme Çıktıları

Sıra No	Açıklama
P08	Antrenörlük mesleği ile ilgili alanlarda ( spor masörlüğü, kondisyoner, teknik direktör, maç analizi uzmanı, performans ölçümü, spor psikolojisi, spor beslenmesi, vb) uzmanlaşır.
P09	Antrenman programında temel olan bilim dallarını (Antrenman bilgisi, Spor Fizyolojisi, Sporcu Beslenmesi, biyomekanik ve müsabaka analizi vb) ve yenilikleri takip eder.
P02	Antrenörlük mesleği ile ilgili ulusal ve uluslararası düzeyde gerçekleşen bilimsel gelişmeleri takip eder.
P05	Sporun altyapısının gelişimine katkı sağlar, ulusal ve uluslararası düzeyde sporcu yetiştirilmesinde gerekli olan bilgileri edinir.
P10	Yaşam boyu spor bilincine sahip olur ve bunu meslek hayatı boyunca uygular.
P06	Sporun toplumun her kesimine yaygınlaştırılmasında gerekli olan faaliyetleri planlar, organize eder, uygular ve geliştirir
P07	Sporcuları, takımı ve diğer bireylerle etkili iletişim becerisine sahip olur.
P03	Farklı yaş, cinsiyet ve özel gruplara (çocuklar, yaşlılar ve engelli bireyler) uygun antrenman programı geliştirebilir.
P04	Antrenörlük eğitimi alanında multidisipliner alanlardan edindiği bilgi ve donanımı kullanır.
P01	Antrenörlük eğitimi alanında edinilmesi gereken temel bilgi, beceri ile mesleki ve bilimsel etik bilincine sahip olur.

