



# Gaziantep Üniversitesi

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ  
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ PR.

GENEL CİMNASTİK					
Yarıyıl	Kodu	Adı	T+U	Kredi	AKTS
2	BEAB104	GENEL CİMNASTİK	3	2	3

Öğretim Türü	Dersin Dili	Dersin Düzeyi	Dersin Staj Durumu	Dersin Türü
Örgün Öğretim	Türkçe	Fakülte	Yok	Zorunlu

Bölümü/Programı	Ön Koşul	Dersin Koordinatörü	Dersi Veren	Dersin Yardımcıları
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ PR.		Yok	Öğr.Gör. ÖZLEM BOZDAL <a href="mailto:denisruzgar@hotmail.com">denisruzgar@hotmail.com</a>	Yok

**Dersin Amacı :**  
cİmnastik branşını tanıma basit cİmnatik yer hareketlerini öğrenme,  
**Öğretim Yöntem ve Teknikleri :**  
düzen alıştırma duruşlar, dönüşler, yürüyüşler, duruş oturuşlar ve cİmnastığın temelini oluşturan basit mİnder hareketleri

Dersin Kaynakları
<b>Kaynakları</b> Tüm branşlarıyla cİmnastik Gazi kitapevi

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	düzen alıştırma(komutlar rahat hazır ol,dönüşler duruşlar ve yürüyüşler)anlatılıp uygulanması		teorik olarak dersin anlatılması daha sonra uygulanmasını sağlamak
2	1.haftanın tekrarı yapılacak		teorik olarak konunun eksiklerinin tekrar anlatılıp uygulanması
3	düzen alıştırma(komutlar rahat hazır ol,dönüşler duruşlar ve yürüyüşler)anlatılıp uygulanması		duruş oturuş hareketleri teorik olarak anlatılıp uygulamaları gösterilecek
4	duruş oturuşlarda eksik kalan hareketler anlatılıp uygulamalı olarak eksikler tamamlanacak		eksikler teori ve uygulamalı olarak tekrar anlatılıp yapılacak
5	ip atlama konusu işlenecek düz,ters,çift ve çapraz atlama hareketleri anlatılıp gösterilecektir		ip olması anlatılan ip atlama çalışmalarının bol tekrar
6	ip atlama konusuna devam edilecektir		genel tekrar
7	ip atlama konusu tekrar işlenecektir		genel tekrar
8	yer aletinde takla konuları işlenecek acık kapalı ters öne acık gerneye acık ve gerneye gergin bacak taklalar		beşik hareketinin öğretilmesi
9	takla hareketlerinin eksiklerinin tamamlanması		beşik hareketinin devamı sağlanacaktır
10	amut hareketinin anlatılıp uygulanması		duvar çalışmasıyla pekiştirmek
11	çember hareketinin anlatılıp uygulanması sağlamak		kasalarla hareketi basitten zora doğru öğretme
12	kartvil hareketinin anlatılıp uygulanmasını sağlamak		kasalarla hareketin kolaydan zora doğru gösterilip yapılmasını sağlamak
13	bütün gösterilen hareketlerin genel tekrarının yapılması		genel tekrar
14	bütün anlatılan hareketlerin genel tekrarı eksikler tamamlanacak		genel tekrar

Dersin Öğrenme Çıktıları	
--------------------------	--

Sıra No	Açıklama
Ö38	öğrencilerin cİmnastik branşını tanıması içeriklerini bilmesi, düzen alıştırma(komutlar rahat hazır ol,dönüşler duruşlar ve yürüyüşler)anlatılıp uygulanmasıyla bütün uygulamalı derslere nasıl girilip çıkılması gerektiğini öğrenmesi basit temel duruş oturuşları yapabilmesi, komutlarla kalabalık bir ortamı yönetebilmesini öğrenebilmesi

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.

Değerlendirme Ölçütleri		
Yarıyıl Çalışmaları	Sayısı	Katkı
Ara Sınav	1	%40
Kısa Sınav	0	%0
Ödev	0	%0
Devam	0	%0
Uygulama	0	%0
Proje	0	%0
Yarıyıl Sonu Sınavı	1	%60
<b>Toplam</b>		<b>%100</b>

AKTS Hesaplama İçeriği			
Etkinlik	Sayısı	Süresi	Toplam İş Yükü Saati
Ders Süresi	14	3	42
Sınıf Dışı Ç. Süresi	14	2	28
Ödevler	0	0	0
Sunum/Seminer Hazırlama	0	0	0
Ara Sınavlar	1	4	4
Uygulama	0	0	0
Laboratuvar	0	0	0
Proje	0	0	0
Yarıyıl Sonu Sınavı	1	4	4
<b>Toplam İş Yükü</b>			<b>78</b>
<b>AKTS Kredisi</b>			<b>3</b>

Dersin Öğrenme Çıktılarının Programın Öğrenme Çıktılarına Katkıları										
Katkı Düzeyi: 1: Çok düşük 2: Düşük 3: Orta 4: Yüksek 5: Çok yüksek										

	P01	P02	P03	P04	P05	P06	P07	P08	P09	P10
<b>Tüm</b>	4	3	4	4	3	4	4	3	2	3