



T.C.
Yalova Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi
Rekreasyon Bölümü Ders İzlençeleri

DERS	Kodu	Yarıyıl	Teori	Uygulama	Saat	Kredi	AKTS
Uzmanlık Alan I (Yüzme)	REK409	7	2	4	6	4	8

GENEL BİLGİLER

Dersin Dili	Türkçe
Dersin Türü	Teorik
Dersin Koordinatörü	Prof. Dr. Nurullah Emir EKİNCİ
Dersin Amacı	Öğrencilere yüzme branşında ileri düzey teknik, taktik ve antrenörlük bilgi ve becerileri kazandırmak.
Dersin İçeriği	Yüzme teknikleri (serbest, sırtüstü, kurbağalama, kelebek), start ve dönüş teknikleri, kondisyon çalışmaları, antrenman planlaması, su güvenliği, müsabaka kuralları, uygulamalı antrenörlük deneyimleri.
Dersin Kitabı/ Önerilen Kaynaklar	Maglischo, E. W. (2003). Swimming Fastest. Human Kinetics. Colwin, C. (2002). Swimming Into the 21st Century. Human Kinetics. Yüzme antrenörlüğü ile ilgili güncel makaleler ve ders notları.
Planlanan Öğrenme Etkinlikleri ve Öğretme Yöntemleri	Grup çalışmaları, Örnek uygulamalar
Dersin Verilişi	Yüzyüze
Dersin Öğrenme Çıktıları	1. Yüzme branşında ileri düzey teknikleri uygular. 2. Start ve dönüş tekniklerini geliştirir. 3. Yüzme için kondisyon programları hazırlar. 4. Antrenman planlaması ve performans değerlendirmesi yapar. 5. Yüzme antrenörlüğü için uygulamalı deneyim kazanır.

HAFTALIK İÇERİK

HAFTA	KONULAR
1	Yüzmede ileri düzey teknikler I (serbest, sırtüstü)
2	Yüzmede ileri düzey teknikler II (kurbağalama, kelebek)
3	Start teknikleri
4	Dönüş teknikleri
5	Hücum ve savunma stratejileri suda
6	Kondisyon ve dayanıklılık çalışmaları
7	Antrenman planlaması I
8	Ara Sınav
9	Antrenman planlaması II
10	Müsabaka kuralları ve hakemlik bilgileri
11	Su güvenliği ve ilk yardım
12	Uygulamalı antrenörlük deneyimi I
13	Uygulamalı antrenörlük deneyimi II
14	Genel tekrar
15	Final Sınavı / Uygulama

DEĞERLENDİRME ETKİNLİKLERİ

ETKİNLİKLER	SAYISI	KATKI YÜZDESİ (%)
Vize	1	40
Kısa Sınav		
Proje		
Ders Katılımı		
Uygulama/Pratik		
Laboratuvar		
Uygulama/Pratik Sonrası Bireysel Çalışma		
Quiz Hazırlık		



T.C.
Yalova Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi
Rekreasyon Bölümü Ders İzlemleri

Ev Ödevi		
Araştırma Sunumu		
Alan Çalışması		
Ara Proje		
Ara Sınav (Bütünlemede Kullanılan)		
Ara Sınav Hazırlık		
Ara Uygulama		
Araştırma Sunumu		
Atölye		
Benzetim		
Beyin Fırtınası		
Bütünleme		
Toplam		
Yarıyıl İçinin Başarıya Oranı		
Finalin Başarıya Oranı	1	60
Toplam		100

İŞ YÜKLERİ (AKTS HESAPLAMASI)

AKTİVİTE	SAYI	SÜRE (SAAT)	TOPLAM (SAAT)
Ders süresi (14x2 saat)	14	6	84
Sınıf dışı çalışma	14	4	56
Ödev / proje	2	8	16
Ara sınav hazırlığı	1	10	10
Final sınav hazırlığı	1	14	14
Toplam İş Yüğü			180
AKTS (Toplam/25)			≈8

PROGRAM VE ÖĞRENME ÇIKTISI

ÖĞRENME ÇIKTISI (ÖÇ) – PROGRAM ÇIKTISI (PÇ) İLİŞKİSİ

		P.Ç.1	P.Ç.2	P.Ç.3	P.Ç.4	P.Ç.5	P.Ç.6	P.Ç.7	P.Ç.8	P.Ç.9	P.Ç.10
DERS ÖĞRENME ÇIKTILARI	1.	3	0	0	0	0	0	0	2	0	2
	2.	3	0	0	0	0	0	0	2	0	2
	3.	2	0	0	0	0	0	0	3	0	2
	4.	2	0	0	0	0	0	0	3	0	2
	5.	1	0	0	0	0	0	0	3	0	3

DERS – PROGRAM ÇIKTISI (PÇ) İLİŞKİSİ

DERS	P.Ç.1	P.Ç.2	P.Ç.3	P.Ç.4	P.Ç.5	P.Ç.6	P.Ç.7	P.Ç.8	P.Ç.9	P.Ç.10
Yüzme	3	3	2	3	3	2	1	2	3	3

POLİTİKALAR

1	Devamsızlık	Üniversite yönergeleri esas alınır. %70 ders devam zorunludur.
2	Telafi	Mazeretli sınav/teslim, belgeli durumlarda bölüm kurulu ilkelerine göre yapılır.
3	Akademik Dürüstlük	İntihal, kopya ve izinsiz yapay zekâ kullanımı yasaktır. İhlalde not iptali ve disiplin süreçleri uygulanır.
4	Dijital Gönderimler	Ödevler ilan edilen sisteme zamanında yüklenir; geç yüklemelerde yönerge uygulanır.

ERİŞİLEBİLİRLİK VE UYUMLAŞTIRMA

Özel gereksinimi olan öğrenciler için ek süre, alternatif sınav/ödev ve fiziksel/işitsel düzenlemeler sağlanır. Öğrenci, dönem başında öğretim elemanı ve bölümle iletişime geçmelidir.