# Ders Bilgi Formu

| Ders Adı | Kodu | Yerel Kredi | AKTS | Ders (saat/hafta) | Uygulama (saat/hafta) | Laboratuar (saat/hafta) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Temel Yüzme Teknikleri Eğitimi** | BED4032 | 3 | 3 | 3 | 0 | 0 |

| | |
|---|---|
| Önkoşullar | Yok |

| | |
|---|---|
| Yarıyıl | Güz, Bahar |

| | |
|---|---|
| Dersin Dili | Türkçe |
| Dersin Seviyesi | Lisans Seviyesi |
| Ders Kategorisi | Genel Kültür Dersleri |
| Dersin Veriliş Şekli | Yüz yüze |

| | |
|---|---|
| Dersi Sunan Akademik Birim | Beden Eğitimi Bölümü |
| Dersin Koordinatörü | Çetin Erdem Sonal |
| Dersi Veren(ler) | Çetin Erdem Sonal, Selim Akbıyık, Şener Günay, Gülsüm Sonal |
| Asistan(lar)ı | |

| | |
|---|---|
| Dersin Amacı | Özellikle deniz ve denizcilikle ilgili birimleri bulunan YıldızTeknik Üniversitesi'nde, öğrencilerin bu alandaki çalışmaları esnasında, su içinde kendisini kurtarabilecek düzeyde yüzme becerisini kazandırmak araştırma ve çalışmalarında daha rahat ve güvende olmaları imkânını sunacaktır/ |
| Dersin İçeriği | • Suya uyum • Suda rahat bir pozisyonda hareketsiz durma • Suda rahat bir pozisyonda ve istenilen yönde yer değiştirebilme • Suya nefes verme alışkanlığı • Temel yüzme ayak vuruşu hareketi • Yan pozisyonda ayak vuruşu• Ayak vuruşu ve nefes koordinasyonu • Temel serbest stil (crawl) kol çekiş ve itiş hareketi • Nefes-kol-ayak koordinasyonu • Temel suya atlama teknikleri / |
| Opsiyonel Program Bileşenleri | Yok |

## Ders Öğrenim Çıktıları

| | |
|---|---|
| 1 | Öğrenciler su üstünde durabilme ve atlama becerilerini uygulayabilecekler |
| 2 | Öğrenciler suda rahat durabilecek ve yer değiştirme yeteneğine sahip olacaktır. |
| 3 | Öğrenciler temel serbest stille ilgili tüm teknikleri kazanacaklar |
| 4 | Öğrenciler genel oyun bilgi ve becerisi kazanacaktır. |
| 5 | Öğrenciler disiplinler arası öğretim ve işbirliği ile öğrenecek, temel ilkeleri ve sporda uygulama alanlarını tanıyacaklardır. |

## Haftalık Konular ve İlgili Ön Hazırlık Çalışmaları

| Hafta | Konular | Ön Hazırlık |
|---|---|---|
| 1 | Suya uyum çalışması, nefes çalışması | |
| 2 | Suya uyum çalışması, nefes çalışması, ayak vuruşu, makas hareketi | |
| 3 | Nefes çalışması, ayak vuruşu, makas hareketi, yan ayak vuruşu | |
| 4 | Nefes çalışması, ayak vuruşu, yan ayak vuruşu, makas hareketi, yandan nefes | |

| | | |
|---|---|---|
| 5 | Yandan nefes | |
| 6 | Yandan nefes alarak ayak vuruşu koordinasyonu | |
| 7 | Crawl stilde kol çekişi tekniği | |
| 8 | Midterm 1 / Practice or Review | |
| 9 | Crawl stilde kol çekişi, ayak vuruşu | |
| 10 | Crawl stilde kol çekişi, ayak vuruşu , yan ayak | |
| 11 | Crawl stilde kol çekişi, yandan nefes | |
| 12 | Crawl stilde yüzme, çivileme atlama | |
| 13 | Crawl stilde yüzme, balıklama atlama | |
| 14 | Genel Tekrar | |
| 15 | Yıliçi sınavı | |
| 16 | Final | |

## Değerlendirme Sistemi

| Etkinlikler | Sayı | Katkı Payı |
|---|---|---|
| Devam/Katılım | | |
| Laboratuar | | |
| Uygulama | 1 | 10 |
| Arazi Çalışması | | |
| Derse Özgü Staj | | |
| Küçük Sınavlar/Stüdyo Kritiği | | |
| Ödev | 1 | 10 |
| Sunum/Jüri | | |
| Projeler | | |
| Seminer/Workshop | | |
| Ara Sınavlar | 1 | 40 |
| Final | 1 | 40 |
| **Dönem İçi Çalışmaların Başarı Notuna Katkısı** | | 60 |
| **Final Sınavının Başarı Notuna Katkısı** | | 40 |
| **TOPLAM** | | 100 |

## AKTS İşyükü Tablosu

| Etkinlikler | Sayı | Süresi (Saat) | Toplam İşyükü |
|---|---|---|---|
| Ders Saati | 13 | 3 | 39 |
| Laboratuar | | | |
| Uygulama | | | |
| Arazi Çalışması | | | |
| Sınıf Dışı Ders Çalışması | 13 | 3 | 39 |
| Derse Özgü Staj | | | |
| Ödev | 7 | 2 | 14 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| Küçük Sınavlar/Stüdyo Kritiği | | | |
| Projeler | | | |
| Sunum / Seminer | | | |
| Ara Sınavlar (Sınav Süresi + Sınav Hazırlık Süresi) | 1 | 2 | 2 |
| Final (Sınav Süresi + Sınav Hazırlık Süresi) | 1 | 2 | 2 |
| | | **Toplam İşyükü** | 96 |
| | | **Toplam İşyükü / 30(s)** | 3.20 |
| | | **AKTS Kredisi** | 3 |

| | |
|---|---|
| Diğer Notlar | Yok |