

DERS İZLENESİ

Dersin Adı	Bireysel sporlar Güreş
Dersin AKTS'si	6
Dersin Yürütücüsü	Öğr. Gör. Arif KISACIK
Dersin Gün ve Saati	Perşembe 17:00-22:00
Ders Görüşme Gün ve Saati	Perşembe 17:00-22:00
İletişim Bilgileri	akisacik@hotmail.com
Öğretim Yöntemi ve Ders	Uygulamalı , yüzyüze, teorik . Güreş Salonu uygulama çalışmaları.
Dersin Amacı	Masa tenisi ile ilgili bilgi ve becerilerin nasıl öğreteileceğini öğrencilere öğretebilmektir
Dersin Öğrenme Çıktıları	Güreş alanı ile ilgili güncel bilgilere sahiptir.. 2-Alanından edindiği ileri düzeydeki kuramsal ve uygulamalı bilgileri kullanabilme yeteneğine sahiptir.. 3-Alanından edindiği ileri düzeydeki bilgi ve becerileri kullanarak verileri yorumlayıp değerlendirebilir. 4-Analiz edebilme kapasitesine sahiptir. 5-Alanla ilgili temel spor yönetimi kavramlarını ve prensipleri tanımlayabilme yeteneğine sahiptir. 6-Alan ile ilgili ileri düzeydeki bir çalışmayı bağımsız olarak yürütebilir.
Haftalık Ders Konuları	
1. Hafta	Kurallar ve Tarihçe
2. Hafta	Elverişli tutuşları uygulama
3. Hafta	Uygulamalı ısınma ve toparlanma
4. Hafta	Kuvvet çalışmalarını uygulamalı gösterme
5. Hafta	Uygun beslenme ve ağırlık kontrollerini bilgilendirme
6. Hafta	Temel güreş teknikleri-duruşlar
7. Hafta	Temel güreş teknikleri-duruşlar
8. Hafta	Dalmalar
9. Hafta	Dalmalar
10. Hafta	Atmalar
11. Hafta	Yer teknikleri
12. Hafta	Dalmalar -Savunma
13. Hafta	Ayaktaki tekniklerin savunma ve kontraları
14. Hafta	Ayaktaki tekniklerin savunma ve kontraları
15. Hafta	Kurallar ve Tarihçe
Ölçme-Değerlendirme	Ara Sınav :30 % Yarıyıl Sonu Sınavı: 50 % Kısa Sınav: %20 (Kısa Sınav Değerlendirmesi verilen ödev üzerinden yapılacaktır)

PROGRAM ÖĞRENME ÇIKTILARI İLE DERS ÖĞRENİM ÇIKTISI İLİŞKİ TABLOSU

	PÇ1	PÇ2	PÇ3	PÇ4	PÇ5	PÇ6	PÇ7	PÇ8	PÇ9	PÇ10	PÇ11	PÇ12	PÇ13	PÇ14
ÖÇ1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
ÖÇ2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
ÖÇ3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
ÖÇ4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
ÖÇ5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
ÖÇ6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
ÖÇ: ÖĞRENME ÇIKTISI PÇ: PROGRAM ÇIKTISI														
Katkı Düzeyi	1 Çok Düşük		2 Düşük			3 Orta			4 Yüksek			5 Çok Yüksek		

PROGRAM ÇIKTILARI İLE İLGİLİ DERSİN İLİŞKİSİ

[illegible]