

Dersin Kodu ve İsmi	2102204GENEL CİMNASTİK
Dersin AKTS	7
Dersin Sorumlusu	ÖĞR. GÖR. Abdülaziz KULAK
Ders Gün ve saati	Çarşamba 08:00-13:00
Ders Görüşme Gün ve Saati	Çarşamba 08:00-13:00
Dersin Düzeyi	azizkulak@hotmail.com
Dersin Türü	ZORUNLU
Dersin İçeriği	1. Hafta, Temel kavramlar. 2. Hafta, Tarihsel gelişim. 3. Hafta, Cimnastik branşlarının sınıflandırılması ve tanıtımı. 4. Hafta, Temel Kurallar 5. Hafta, Yer, atlama masası ve kulplu beygir aletlerinin tanıtımı ve kuralları. 6. Hafta, Halka, paralel, asimetric paralel, barfiks, denge tahtası aletlerinin tanıtımı ve kuralları. 7. Hafta, Temel basış ve yürüyüş tekniklerinin öğretimi. 8. Hafta, Makas ve Mum duruşu hareketleri; öğretim basamakları ve öğretimi. 9. Hafta, Planör hareketi; öğretim basamakları ve öğretimi. 10. Hafta, Öne takla ve Tam burgu; öğretim basamakları ve öğretimi. 11. Hafta, Geriye takla ve el baş amadu; öğretim basamakları ve öğretimi. 12. Hafta, Erişme, Amut ve amut öne takla; öğretim basamakları ve öğretimi. 13. Hafta, Çember; öğretim basamakları ve öğretimi. 14. Hafta, Karvil; öğretim basamakları ve öğretimi. 15. Hafta, Genel Tekrar
Dersin Amacı	Bu dersin amacı, Genel cimnastikğin tarihçesini öğrenme ve genel özelliklerini tanımlayabilme, yarışma kurallarını öğrenme, Genel cimnastiğe özgü akrobatik öğeleri uygulayabilme, branşa özgü çalışmaları öğrenme, öğretme ve temel antrenman yöntemlerini öğrenmektir.
Dersin Süresi	3+2: 5saat
Eğitim Dili	TÜRKÇE
Ön Koşul	YOK
Önerilen Kaynaklar	Schlegel, E., Dunn, CR. (2001). The Gymnastics Book: The Young Performers Guide to Gymnastics. Firefly Books Limited. Jackman, J., Currier, B., (1992). Gymnastic Skills and Games. A & C Black Publishing. Jemni, M., (2018). The Science of Gymnastics. Routledge.
Dersin Kredisi (AKTS)	7
Laboratuvar	TEORİK VE UYGULAMA
Diğer-1	-

Değerlendirme Sistemi
Kısa Sınav: % 20 Ara sınav: % 30 Final: % 50

	PROGRAM ÖĞRENME ÇIKTILARI İLE DERS ÖĞRENİM ÇIKTILARI İLİŞKİSİ TABLOSU														
	PÇ1	PÇ2	PÇ3	PÇ4	PÇ5	PÇ6	PÇ7	PÇ8	PÇ9	PÇ10	PÇ11	PÇ12	PÇ13	PÇ14	PÇ15
ÖÇ1	5	4	5	5	5	4	5	4	5	4	5	5	4	5	5
ÖÇ2	4	5	4	5	4	5	5	5	4	4	4	4	3	4	4
ÖÇ3	5	3	5	4	5	5	4	4	3	4	5	5	5	5	5
ÖÇ4	4	5	5	3	4	4	5	5	4	5	5	5	5	4	4
ÖÇ5	5	3	4	5	5	3	5	5	3	4	5	4	3	5	5
ÖÇ6	4	4	5	4	5	5	4	5	5	5	4	5	4	4	4
ÖÇ: Öğrenme Çıktıları PÇ: Program Çıktıları															
Katkı Düzeyi	1 Çok Düşük			2 Düşük			3 Orta			4 Yüksek			5 Çok Yüksek		

Program Çıktıları ve İlgili Dersin İlişkisi															
Ders	PÇ1	PÇ2	PÇ3	PÇ4	PÇ5	PÇ6	PÇ7	PÇ8	PÇ9	PÇ10	PÇ11	PÇ12	PÇ13	PÇ14	PÇ15
Genel Cimnastik	5	4	5	4	5	4	5	5	4	4	5	5	4	5	5