

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU
ANTRENÖRLÜK PROGRAMI
SPOR KAZALARINDAN KORUNMA VE REHABİLİTASYON DERS İZLENESİ

Dersin Adı ve Kodu	Spor Kazalarında Korunma ve Rehabilitasyon2102404
Dersin AKTS' si	4
Dersin Yürütücüsü	Öğr. Gör. EMİNE GÖZEN
Dersin Gün ve Saati	Salı SALI09::00Salı 17:00
Ders Görüşme Gün ve Saatleri	Salı09:00-10.00
İletişim Bilgileri	egozen63@hotmail.com
Öğretim Yöntemi ve Ders Hazırlık	Yüz yüze. Konu anlatım, Soru-cevap, konu hakkında fikir alışverişleri uygulamalı dersi gösterme ve öğrenciye konuyla ilgili çeşitli diriller yaptırma .Derse hazırlık aşamasında, öğrenciler internette ve çeşitli ulaşılabilir kaynaklardan her haftanın konusu ile ilgili olarak derse ge lmeden önce ön araştırma yapacaklardır.
Dersin Amacı	Spor sakatlıklarını hazırlayan faktörler, sporcuları sakatlanmaya iten sebepler, sporda sakatlanma mekanizmaları, spor sakatlıklarının önlenmesi, ısınmanın amacı, prensipleri, etkileri, sınıflandırılması, kas yaralanmaları, burkulmalar, kırıklar, çıkıklar, kramplar, sargının görevi, amacı, çeşitleri, spor sakatlıklarında konservatif tedavi ve rehabilitasyon
Dersin Öğrenme Çıktıları	1. Sporcu sakatlıklarını hazırlayan faktörleri bilir 2. Sakatlanmaların önüne geçmek için alınacak önlemleri bilir 3. Kırık çıkık ve burkulmalarda ilk yardım bilgisine sahip olur 4. Sakatlanma sonrası uygun tedavi yöntemini uygular 5. Doğru masaj bilgisine sahip olur 6. Spor branşına uygun ısınma ilkelerini öğrenir
Haftalık Ders Konuları	1. Hafta:sporcu sağlığı ve organizasyonu 2. Hafta: Spor Sakatlıklarını Hazırlayan Faktörler, Sporcuları Sakatlanmaya İten Sebepler, 3. Hafta: Spor Sakatlıklarının Önlenmesi, 4. Hafta: Isınma 5. Hafta: kas yaralanmaları 7. Hafta:Burkulmalar 8. Hafta:çıkıklar 9.Hafta;Bağ zedelenmeleri 9. Hafta: Kramplar 10. Hafta: Sargılar 11. Hafta: Spor Sakatlıklarında Konservatif Tedavi 12. Hafta: Elevasyon 13. Hafta: Soğuk Tedavi, Bandaj Tedavisi, Sıcak Tedavi 14. Hafta: Masaj Tedavisi, Egzersiz Tedavis
	15.Hafta: Sağlık konusunda kulüp bünyesinde alınması gerekenölemler
Ölçme-Değerlendirme	Bu ders kapsamında genel konuları kapsayan 1 (bir) Kısa Sınav, 1 (bir) Ara Sınav ve 1 (bir) Yarıyıl Sonu Sınavı yapılacaktır. Her bir sınavın başarı puanına etkisi yüzdelik olarak aşağıda verilmiştir. Kısa Sınav: 20% Ara Sınav : 30 % Yarıyıl Sonu Sınavı: 50 % Ara Sınav ve Yarıyıl Sonu SınavıTarih ve Saati: Birim tarafından ilan edilecek Kısa Sınav Tarih ve Saati: derste öğrencilerin derse katılımı üzerinden verilecektir.

Kaynaklar	-Griffith, H. W.: Spor Sakatlıkları Rehberi, (çev. Şamil Erdoğan), Birol basın yayın dağıtım ve ticaret A.Ş., İstanbul 2000. -Kabasakal. K.: Spor Yaralanmalarından Korunma Şuuru ve İlk Yardım, Eğitaş yayınları, Konya 2001. -Bağrıaçık, A.,Açak, M.: Spor Yaralanmaları ve Hastalıkları, Medya Eren, İstanbul 2000.
------------------	--

	PROGRAM ÖĞRENME ÇIKTILARI İLE DERS ÖĞRENİM ÇIKTILARI İLİŞKİSİ TABLOSU											
	PÇ1	PÇ2	PÇ3	PÇ4	PÇ5	PÇ6	PÇ7	PÇ8	PÇ9	PÇ10	PÇ11	PÇ12
ÖÇ1	5	4	3	5	3	4	5	3	4	5	3	4
ÖÇ2	5	4	3	5	3	4	5	3	4	5	3	4
ÖÇ3	5	4	3	5	3	4	5	3	4	5	3	4
ÖÇ4	5	4	3	5	3	4	5	3	4	5	3	4
ÖÇ5	5	4	3	5	3	4	5	3	4	5	3	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
SPOR KAZALARI VE REH.	5	4	3	5	3	4	5	3	4	5	3	4