BİLECİK ŞEYH EDEBALİ ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK HİZMETLERİ MESLEK YÜKSEKOKULU

İLK VE ACİL YARDIM

(2021 - 2022) Ders Bilgi Formu

Ders Adı	Kodu	Yarıyıl	T+U Saat	AKTS	Z / S
Beden Eğitimi ve Vücut Geliştirme II	MOS252	4	2 + 2	4,0	Seçmeli

Birim Bölüm	İlk ve Acil Yardım - Ön Lisans (Yüz yüze teorik eğitim ve pratik uygulama)
Amaç	Öğrencilerin ısınma, şiddet, dinlenme, temel hareketi yaptıran kas, soğuma kavramlarını ve vücut geliştirme hareketlerini teorik olarak öğrenip pratik olarak uygulamalarının sağlanmasıdır.
Ders İçeriği	Isınma çeşitleri, şiddet, enerji sistemleri, tekrar yöntemi, süper set yöntemi , dinlenme çeşitleri, soğuma çeşitleri, bölgelere göre temel hareketi yaptıran kaslar, kalistenik hareketler, barlarla yapılan hareketler, dambıllarla yapılan hareketler, makinalarla yapılan hareketler (erkekler ve bayanlar için oluşturulan program 2'yi her hafta uygulama)
Ders Veren	Doç. Dr. Raif ZİLELİ
Ders Kaynakları	Uğur E ve Baysaling Ö. Herkes İçin Spor. Vücut Geliştirme, Fitness ve Formda Kalma. İlpres Yayınevi. İstanbul. 2000. ISBN: 9758503670311

Hafta	Konu
1	Isınma çeşitleri, şiddet, tekrar yöntemi, süper set yöntemi , dinlenme çeşitleri, soğuma çeşitleri, bölgelere göre temel hareketi yaptıran kas, kalistenik hareketler, barlarla yapılan hareketler, dambıllarla yapılan hareketler, makinalarla yapılan hareketler (erkekler ve bayanlar için oluşturulan program 2'yi her hafta uygulama)
2	Isınma, erkekler ve bayanlar için oluşturulan program 2'yi uygulama, soğuma
3	Isınma, erkekler ve bayanlar için oluşturulan program 2'yi uygulama, soğuma
4	Isınma, erkekler ve bayanlar için oluşturulan program 2'yi uygulama, soğuma
5	Isınma, erkekler ve bayanlar için oluşturulan program 2'yi uygulama, soğuma
6	Isınma, erkekler ve bayanlar için oluşturulan program 2'yi uygulama, soğuma
7	Isınma, erkekler ve bayanlar için oluşturulan program 2'yi uygulama, soğuma
8	Vize, Isınma, erkekler ve bayanlar için oluşturulan program 2'yi uygulama, soğuma
9	Isınma, erkekler ve bayanlar için oluşturulan program 2'yi uygulama, soğuma
10	Isınma, erkekler ve bayanlar için oluşturulan program 2'yi uygulama, soğuma
11	Isınma, erkekler ve bayanlar için oluşturulan program 2'yi uygulama, soğuma
12	Isınma, erkekler ve bayanlar için oluşturulan program 2'yi uygulama, soğuma
13	Isınma, erkekler ve bayanlar için oluşturulan program 2'yi uygulama, soğuma
14	Isınma, erkekler ve bayanlar için oluşturulan program 2'yi uygulama, soğuma

Ders İş Yükü	Çalışma Türü / Öğretim Metotlar	Süresi (Saat)	Sayısı
Dinleme ve anlamlandırma	Ders	1	14
Dinleme ve anlamlandırma, gözlem/durumları işleme	Gösterim	1	14
Ara Sınav 1		5	1
Final		10	1
	Ders İş Yükü:	43	
	AKTS (Ders İş Yükü / 25.5):	1,69	

Program Çıktıları	
1	Ortaöğretim düzeyinde kazanılan yeterliliklere dayalı olarak sağlık alanındaki güncel bilgileri içeren ders kitapları, uygulama araç-gereçleri ve diğer kaynaklarla desteklenen temel düzeydeki kuramsal ve uygulamalı bilgilere sahiptir.
2	İlk ve Acil Yardım alanındaki temel bilimsel bilgiye ulaşma, değerlendirme ve uygulayabilme bilgisine sahiptir.
3	Mesleki etik ilkelerin ve etik kurulların birey ve toplum için önemini tanımlar.
4	İlk ve Acil Yardım alanında edindiği temel düzeydeki bilgi ve becerileri kullanarak verileri yorumlar ve değerlendirir, sorunları tanımlar, analiz eder ve çözüm için planlanan çalışmalarda yer alır/sorumluluk alır.
5	İlk ve Acil Yardım alanı ile ilgili temel bilgisayar programlarını ve ilgili teknolojileri kullanır.
6	İlk ve Acil Yardım alanı ile ilgili sahip olduğu temel bilgi birikimini kullanarak verilen bir görevi bağımsız olarak yürütür.
7	İlk ve Acil Yardım alanı ile ilgili uygulamalarda karşılaşılan ve öngörülemeyen karmaşık sorunları çözmek için ekip üyesi olarak çalışır.
8	Hasta haklarının evrenselliği, sosyal adalet, kalite ve kültürel değerler ile çevre koruma, iş sağlığı ve güvenliği konularında yeterli bilince sahiptir.
9	Dış görünüm, tavır, tutum ve davranışları ile topluma örnektir.
10	İlk ve Acil Yardım alanı ile ilgili konularda sahip olduğu temel bilgi ve becerileri kullanarak ilgili kişi ve kurumları bilgilendirir, düşüncelerini ve sorunlara ilişkin çözüm önerilerini yazılı ve sözlü olarak aktarır.
11	Bir yabancı dili yeterli düzeyde kullanarak alanındaki bilgileri izler ve meslektaşları ile iletişim kurar.
12	İlk ve Acil Yardım alanında toplumun ve dünyanın gündemindeki olayları izler ve gelişmelere duyarlıdır.
13	İlk ve Acil Yardım alanı ile ilgili verilerin toplanması, yorumlanması, uygulanması ve sonuçlarının duyurulması aşamalarında toplumsal, bilimsel, kültürel ve etik değerlere uygun hareket eder.

Ders Öğrenme Çıktısı - Program Çıktıları (1 -5 Puan Aralığı)

Ders Öğrenme Çıktısı	PÇ 1	PÇ 2	PÇ 3	PÇ 4	PÇ 5	PÇ 6	PÇ 7	PÇ 8	PÇ 9	PÇ 10	PÇ 11	PÇ 12	PÇ 13
Isınma, şiddet, dinlenme, soğuma, enerji sistemleri, kavramlarını teorik olarak anlatabilme ve pratik olarak uygulayabilme	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Bölgelere göre temel hareketi yaptıran kası söyleyebilme	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Bölgelere göre vücut geliştirme hareketlerini teorik olarak anlatabilme ve pratik olarak uygulayabilme	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5

https://ebs.bilecik.edu.tr/pdf/dersbilgigetir/305144