BİLECİK ŞEYH EDEBALİ ÜNİVERSİTESİ

ZİRAAT VE DOĞA BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

TARLA BİTKİLERİ

(2022 - 2023) Ders Bilgi Formu

Ders Adı	Kodu	Yarıyıl	T+U Saat	AKTS	Z / S
Herkes İçin Spor	TOS119	1	2 + 0	3,0	Seçmeli

Birim Bölüm	Tarla Bitkileri - Lisans (Yüz yüze teorik eğitim)
Amaç	Dersin amacı; öğrencilere, herkes için spor felsefesine dayanarak; farklı özelliklerdeki bireylere yönelik planlanan sportif faaliyetleri yürütme ve bu ihtiyaçları dikkate alarak uygun egzersiz planı hazırlama becerileri kazandırmaktır. Sporu günlük hayatta da alışkanlık haline getirebilme. Kendine güven, paylaşma, liderlik, sosyalleşme, planlama, karar verme gibi yetileri geliştirebilme. Ayrıca öğrencilerin ısınma, şiddet, dinlenme, temel hareketi yaptıran kas, soğuma kavramlarını ve Fitness konularını teorik olarak öğrenmelerinin sağlanmasıdır.
Ders İçeriği	Herkes İçin Sporun tarihçesi ve gelişim süreci, Türkiye'de Herkes İçin Spor anlayışının yaygınlaşması ve örgütlenmesi, Dünyada herkes için spor felsefesi ve yaşam boyu spor uygulamaları, Sağlıklı Yaşam Ve Egzersiz, Yaşam boyu Spor uygulamaları, Şişmanlık ve kilo ,kontrolü, Çocuk ve gençlerde spor, Yaşlılar da spor , Fitness uygulamaları, Outdoor sporlar
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	Herkes İçin Sporun Amacı
2	Dünyada ve Ülkemizde herkes için spor
3	Herkes İçin Spor Federasyonu faaliyetleri
4	Sağlıklı yaşam ve egzersiz
5	Yaşam boyu spora başlama -1
6	Yaşam boyu spora başlama -2
7	Yaşam boyu spora başlama -3
8	Şişmanlık ve kilo kontrolü
9	Çocuk ve gençlerde spor
10	Yaşlılık ve egzersiz
11	Fitness program rehberi
12	Engelliler ve spor
13	Beslenme

Ders İş Yükü	Çalışma Türü / Öğretim Metotlar	Süresi (Saat)	Sayısı
Araştırma – yaşam boyu öğrenme, yazma, okuma, Bilişim	Sınıf Dışı Çalışma	1	14
Dinleme ve anlamlandırma	Ders	2	14
Önceden planlanmış özel beceriler	Özel Destek / Yapısal Örnekler	1	14
Ara Sınav 1		3	1
Final		5	1
	Ders İş Yükü:	128	
	AKTS (Ders İş Yükü / 25.5):	5,02	

Program Çıktıları	
1	Alanı ile ilgili en güncel uygulama, araç-gereç ve diğer bilimsel kaynaklarla desteklenen ileri düzeyde bilgi ve kavrayışa sahip olma ve kullanabilme.
2	Alanındaki kavramları, fikirleri ve verileri bilimsel yöntemlerle değerlendirme, karmaşık problem ve konuları belirleme ve analiz etme, tartışmalar yapabilme, kanıta ve araştırmalara dayalı öneriler geliştirebilme.
3	Öğrenmeyi, öğrenme becerileri ve eleştirel düşünceyi, ileri düzey çalışmaları bağımsız olarak yürütebileceğini gösterebilme.
4	Alanındaki uygulamalarda karşılaşabileceği öngörülemeyen karmaşık durumlarda sorumluluk alarak çözüm üretebilme.
5	Deney tasarlama, deney yapma, veri toplama, sonuçları analiz etme ve yorumlama becerisi kazanabilme.
6	Alanı ile ilgili sektörlerde sorumluluğu altında çalışanların mesleki gelişimine yönelik etkinlikleri planlayıp yönetebilme.
7	Bilgiye erişebilme ve bu amaçla kaynak araştırması yapabilme, veri tabanları ve diğer bilgi kaynaklarını kullanabilme.
8	Bireysel olarak ve çok disiplinli takımlarda etkin çalışabiilme, sorumluluk alma özgüvenini kazanabilme.
9	Alanındaki bilgi ve uygulamaları takip edip kullanabilme ve meslektaşları ile iletişim kurabilecek düzeyde mesleki bilgiye sahip olma.
10	Yaşam boyu öğrenmenin gerekliliği bilinci; bilim ve teknolojideki gelişmeleri izleme ve kendini sürekli yenileme becerisi kazanabilme.
11	Sürdürülebilir kalkınma ve çevre koruma konularında yeterli bilgi ve bilince sahip olma.
12	Proje yönetimi, iş güvenliği, işçi sağlığı, sosyal güvenlik hakları, kalite kontrol ve yönetimi ile yeterli bilgi ve beceri kazabilme.
13	Ziraat alanı ile ilgili verilerin toplanması, yorumlanması, duyurulması aşamalarında toplumsal, bilimsel ve etik değerleri gözetme yeterliliğine sahip olma.
14	Ana dili dışında bir yabancı dili etkin bir şekilde kullanarak alanıyla ilgili ulusal ve uluslararası çalışmaları takip edebilme ve edindiği bilgileri yerli ve yabancı meslektaşlarına aktarabilme yeterliliğine sahip olma.
15	Kırsal ve kentsel yaşamın farklılıklarını ve benzerliklerini ayırt edebilme ve her iki yaşama da kolaylıkla uyum sağlayabilme.

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	PÇ 14	PÇ 15
Isınma, şiddet, dinlenme, soğuma kavramlarını teorik olarak anlatabilme, Bölgelere göre vücut geliştirme hareketlerini teorik olarak anlatabilme , Bölgelere göre temel hareketi yaptıran kası söyleyebilme	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Isınma, şiddet, dinlenme, soğuma kavramlarını teorik olarak anlatabilme, Bölgelere göre vücut geliştirme hareketlerini teorik olarak anlatabilme, Bölgelere göre temel hareketi yaptıran kası söyleyebilme	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

https://ebs.bilecik.edu.tr/pdf/dersbilgigetir/357424