BİLECİK ŞEYH EDEBALİ ÜNİVERSİTESİ

GÖLPAZARI MESLEK YÜKSEKOKULU

HALKLA İLİŞKİLER VE TANITIM

(2025 - 2026) Ders Bilgi Formu

Ders Adı	Kodu	Yarıyıl	T+U Saat	AKTS	Z / S
Herkes İçin Spor	MOS113	3	2 + 0	2,0	Seçmeli

Birim Bölüm	Halkla İlişkiler ve Tanıtım - Ön 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
14	Doğa sporları

Program Çıktıları	
1	Alanıyla ilgili güncel ve teorik bilgilere sahiptir.
2	Etkili iletişim becerileri konusunda edindiği bilgi ve uygulama düzeyi sayesinde iç-dış paydaşlarla ikna edici iletişim kurabilir.
3	Edindiği disiplinler arası bilgiler sonucunda toplumsal, kültürel, siyasi ve sosyal konuları ya da değişimleri belirleme, analiz etme ve sonuçları mesleki çalışmalarda kullanabilme becerisine sahiptir.
4	İletişim hukukuyla ilgili yeterli bilinç düzeyine sahip olarak üstlendiği iletişim çalışmalarında, hukuki sorumluluk bilinciyle hareket edebilir.
5	Alanıyla ilgili konularda ekip çalışmasının getireceği sorumluluklara açıktır.
6	Alanıyla ilgili konularda bireysel anlamda sorumluluğa açıktır.
7	Girişimcilik ve liderliğin önemini bilir.
8	Bireysel bilgi ve becerileri ile alanıyla ilgili kişi ve kurumlara düşüncelerini yazılı ve sözlü olarak aktarır, onlara çözüm önerisi sunar.
9	Bir yabancı dili alanıyla ilgili konularda bilgi sahibi olacak şekilde yazılı olarak anlar ve kullanır.
10	Alanının gerektirdiği düzeyde bilgi ve iletişim teknolojilerini kullanır.
11	Alanıyla ilgili konularda toplumsal refahı ön planda tutar ve mesleki, ahlaki ve etik değerlere uygun değerlendirme ve yorum yapar
12	Reklam, grafik tasarımı, pazarlama, protokol ve lobicilik alanlarında yeterli düzeyde bilgi sahibidir
13	Değişime açık, toplumsal konulara duyarlı, eleştirel ve çözüm üretebilen bakış açılarına sahip olarak yaşam boyu öğrenmeye ilişkin olumlu tutum ve davranış geliştirir
14	Alanıyla ilgili konularda bilgi ve becerileri eleştirel bir bakış açısıyla değerlendirir
15	Alanıyla ilgili edindiği bilgi ve becerileri problem çözmede kullanabilir, analitik ve stratejik düşünerek bunları uygulamaya geçirebilir.

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
Herkes için sporun amacını açıklayabicektir.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Dünya'da ve Türkiye'de herkes için spor anlayışını açıklayabilecektir.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Herkes için spor aktivitelerini açıklaya bilecektir.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Isınma, şiddet, dinlenme, soğuma kavramlarını teorik olarak anlatabilecek, Bölgelere göre vücut geliştirme hareketlerini teorik olarak anlatabilecek.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Yaş gruplarına göre egzersiz planlamalarını açıklayabilecek ve bazı doğa sporlarını açıklayabilecektir.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Ortalama Değer	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

https://ebs.bilecik.edu.tr/pdf/dersbilgigetir/413221