

Ders Bilgi Formu (Türkçe)						
Ders Adı: Yüzme Öğretimi ve Teorisi			Bölüm/Program/ABD Beden Eğitimi ve Spor Bölümü			
Kredi: 3	Yıl-Dönem: Güz / Bahar	Ders Kodu: BSD 1980	Ders Düzeyi: Önlisans - Lisans	Seçmeli/Zorunlu: Seçmeli	Öğretim Dili: Türkçe	
Saatler/Kredi:		*Öğretim Elemanı:				
T	3	U	0	L	0	K 3
*Öğretim elemanı adı yalnızca bilgi ve iletişim amaçlı olarak verilmiştir. Her bir derse öğretim elemanı ataması, dönem başında Bölüm Kurulu kararı ile yapılır.						
Öğretim Yöntem ve Teknikleri: Teorik - Uygulama						
Ders Amaçları: Yüzme konusunda bilgilendirme, uygulama						
Ders İçeriği:						
I. Hafta	Yüzmenin tanımı, tarihçesi, malzeme ve havuz kurallarının öğrenimi,					
II. Hafta	Yüzmede ısınma çalışmaları, suya alışma teknikleri,					
III. Hafta	Beslenme ve enerji kaynakları, suya alışma teknikleri,					
IV. Hafta	Nefes tekniklerinin öğretimi ve uygulaması,					
V. Hafta	Serbest sitil ayak vuruş tekniğinin öğretimi ve uygulaması,					
VI. Hafta	Serbest sitil nefes ve ayak tekniklerinin birlikte öğrenim ve uygulaması,					
VII. Hafta	Serbest sitil kol tekniğinin öğretim ve uygulaması,					
VIII. Hafta	Serbest sitil kol, nefes ayak tekniklerinin öğretim ve uygulaması,					
IX. Hafta	Sırtüstü ayak tekniğinin öğretim ve uygulaması,					
X. Hafta	Sırtüstü kol tekniğinin öğretim ve uygulaması,					
XI. Hafta	Kurbağalama ayak tekniğinin öğretimi ve uygulaması,					
XII. Hafta	Kurbağalama kol tekniğinin öğretimi ve uygulaması,					
XIII. Hafta	Kurbağalama kol, nefes ve ayak tekniğinin öğrenimi ve uygulaması,					
XIV. Hafta	Yüzmede can kurtarma teknikleri, ilk yardım öğrenimi ve uygulaması.					
Beklenen Öğrenme Kazanımları:						
-Genel-özel sportif bilgilendirme.						
-Yüzme tekniklerini öğrenme ve uygulayabilme becerisinin geliştirilmesi,						
Ölçme ve Değerlendirme Yöntem(ler)i: Ara sınav (% 40), final sınavı (% 60)						
Ders Kitabı: OLARU, A, M; SPOR TİF YÜZME. TSSF CANKURTARAN EL KİTABI.						
Önerilen Kaynaklar: OLARU, A, M; SPOR TİF YÜZME. TSSF CANKURTARAN EL KİTABI.						
Ön/Yan Koşulları: Derslik ve Yüzme Havuzu						

Ders Bilgi Formu (İngilizce)										
Course Name: Swimming Instruction and Theory					Program: Physical Education And Sport					
Credit: 3			Year-Semestre: Fall / Spring		Course Code: BSD 1980		Level of Course: Undergraduate Pre-Undergraduate		Required/Elective: Elective	Language: Turkish
Hours/Credit:			Instructor(s):							
T	3	U	0	L	0	C	3			
Teaching Methods: Theory and Practice										
Course Objectives: Disclosure of swimming and Practice										
Course Content:										
I. Week		Definition of Swimming, history, teaching materials, and pool rules,								
II. Week		Warm-up exercises in swimming, water familiarization techniques,								
III. Week		Nutrition, sources of energy, water familiarization techniques								
IV. Week		Teaching and practice of breathing techniques,								
V. Week		Free-style stroke technique instruction and practice of foot,								
VI. Week		Breath and foot techniques with free-style education and practice,								
VII. Week		Teaching and practice of free-style arm technique,								
VIII. Week		Free-style arms, breathing techniques, teaching and practice of foot,								
IX. Week		Teaching and application of the back foot technique,								
X. Week		Teaching and application of the back arm technique								
XI. Week		Breaststroke leg application and teaching techniques,								
XII. Week		Breaststroke arm application and teaching techniques,								
XIII. Week		The importance of breath, arm and leg techniques at swimming								
XIV. Week		Life guard techniques at swimming, importance of first aid								
Anticipated Learning Outcomes: - General and Specific Sport Information - To learn swim technique and improving the skills in the game										
Assessment Method(s): Midterm Exam % 40, Final Exam % 60										
Textbook: OLARU, A, M; SPORTİF YÜZME. TSSF CANKURTARAN EL KİTABI.										
Recommended Reading: OLARU, A, M; SPORTİF YÜZME. TSSF CANKURTARAN EL KİTABI.										
Pre/Co-requisites: Classrooms And swimming pool										