**DERS ÖĞRETİM PLANI**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| TÜRKÇE | | | |  | | | |
| 1 | Dersin Adı: | | | ESKRİM FLÖRE | | | |
| 2 | Dersin Kodu: | | | BEB4012 | | | |
| 3 | Dersin Türü: | | | Seçmeli | | | |
| 4 | Dersin Seviyesi: | | | Lisans | | | |
| 5 | Dersin Verildiği Yıl: | | | 4 | | | |
| 6 | Dersin Verildiği Yarıyıl: | | | 8 | | | |
| 7 | Dersin AKTS Kredisi: | | | 2 | | | |
| 8 | Teorik Ders Saati (saat/hafta): | | | 2 | | | |
| 9 | Uygulama Ders Saati (saat/hafta) : | | | 0 | | | |
| 10 | Laboratuvar Ders Saati (saat/hafta) : | | | 0 | | | |
| 11 | Dersin Önkoşulu: | | | Yok | | | |
| 12 | Dersin Dili: | | | Türkçe | | | |
| 13 | Dersin Veriliş Şekli: | | | Eskrime ilişkin pratik çalışmalarla ve egzersizlerle yürütülür. | | | |
| 14 | Dersin Koordinatörü: | | | Öğr. Gör. İlknur Sütbakan Arıcı | | | |
| 15 | Dersi Veren Diğer Öğretim Elemanları: | | | Öğr. Gör. İlknur Sütbakan Arıcı | | | |
| 16 | Ders Koordinatörünün İletişim Bilgileri: | | | [isutbakan@uludag.edu.tr](mailto:isutbakan@uludag.edu.tr) | | | |
| 17 | Dersin WEB adresi: | | | Yok | | | |
| 18 | Dersin Amacı: | | | Öğrencinin bedenine esneklik kazandırmayı, bedenini ve reflekslerini denetlemeyi, özgüvenini ve rekabet duygusunu geliştirmeyi amaçlayan bir derstir. | | | |
| 19 | Dersin Öğrenme Kazanımları: | | | 1 | Öğrencinin kendine güven duygusunun artırılması | | |
| 2 | Tasarlayarak hareket etme ve hasmını denetleme | | |
| 3 | Konsantrasyon | | |
| 4 | Estetik, refleks, denge gibi bireysel kazanımlar | | |
| 5 | Eskrim sporunun yaşam için ne kadar önemli olduğunu algılamak. \*\*\*\*\* | | |
| 6 | Toplu uyuma yönelik, sporculuğa hizmet edecek egzersizler \*\*\*\* | | |
| 20 | Dersin İçeriği: | | | | | | |
|  | Hafta | **DERS İÇERİKLERİ** | | | | | |
| Ayrıntılı Ders içeriği |  | Teorik | | | | | Uygulama |
| 1 | Eskrimin tarihçesi | | | | | Hız ve denge ile ilgili gösteri |
| 2 | Kılıç çeşitleri örnekleri (epe,flore,sabre) | | | | | Flöre ile gösteri \*\*\* |
| 3 | Eskrimin temelleri | | | | | Temel duruşlar |
| 4 | Eskrimin temelleri (flöre) (baş, el ve vücut duruşu) | | | | | Eskrimin temelleri (flöre) (baş, el ve vücut duruşu) |
| 5 | Eskrimin temelleri (epe) (baş, el ve vücut duruşu) | | | | |  |
| 6 | Eskrimin temelleri (flöre) (baş, el ve vücut duruşu) | | | | |  |
| 7 | Genel değerlendirmeye hazırlık | | | | |  |
| 8 | Genel Değerlendirme (Ara Sınav)  Temel pozisyonlar | | | | |  |
| 9 | Defans ve hücum pozisyonları | | | | |  |
| 10 | Defans pozisyonları ve video gösterimi | | | | |  |
| 11 | Defans pozisyonları ve video gösterimi | | | | | Pozisyonlar (defans) |
| 12 | Atak pozisyonları ve video gösterimi | | | | |  |
| 13 | Atak pozistonları ve video gösterimi | | | | | Pozisyonlar (hücum) |
| 14 | Atak ve savunma pozisyonları  Dönem içi çalışmaların tekrarı | | | | |  |
| 21 | Ders Kitabı, Referanslar ve/veya Diğer Kaynaklar: | | | * Eskrim Tarihi Ve Modern Eskrim; ARSEVEN, Rıza; T. E. Federasyonu; 1976 – Ankara * Eskrim Tekniklerinin Temel Unsurları; SÜTBAKAN, Orhan; T. E. Federasyonu; 2010 - Ankara * Türkiye Eskrim Federasyonu İnternet Sitesi Yayınları | | | |
| 22 | Değerlendirme | | | | | | |
| YARIYIL İÇİ ÇALIŞMALARI | | | **SAYISI** | | | **KATKI YÜZDESİ** | |
| Ara Sınav | | | 1 | | | % 40 | |
| Kısa Sınav | | | - | | | - | |
| Ödev | | | - | | | - | |
| Yıl Sonu Sınavı | | | 1 | | | % 60 | |
| Toplam | | | 2 | | | % 100 | |
| Yıl içi çalışmalarının Başarıya Oranı | | | | | |  | |
| Finalin Başarıya Oranı | | | | | | % 60 | |
| Toplam | | | | | | % 100 | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **23** | **AKTS / İŞ YÜKÜ TABLOSU** | | | |
| Etkinlik | | SAYISI | Süresi (Saat) | Toplam İş Yükü (Saat) |
| Teorik Dersler | | 14 | 2 | 28 |
| Uygulamalı Dersler | | - | - | - |
| Sınıf Dışı Ders Çalışma Süresi (Ön çalışma, pekiştirme) | | - | - | - |
| Ödevler | | - | - | - |
| Projeler | | - | - | - |
| Arazi Çalışmaları | | - | - | - |
| Arasınavlar | | 1 | 2 | 2 |
| Diğer | | - | - | - |
| Yarıyıl Sonu Sınavı | | 1 | 2 | 2 |
| Toplam İş Yükü | | 30 | 8 | 60 |
| Toplam İş Yükü / 30 saat | |  |  | 32/16 |
| Dersin AKTS Kredisi | |  |  | 2 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 24 | PROGRAM YETERLİLİKLERİ İLE  DERS ÖĞRETİM KAZANIMLARI İLİŞKİSİ TABLOSU | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **PY1** | **PY2** | | **PY3** | **PY4** | **PY5** | **PY6** | **PY7** | **PY8** | | **PY9** | **PY10** | | **PY11** | **PY12** |
| ÖK1 | 5 | 5 | | 5 | 5 | 5 | 5 |  |  | |  |  | |  |  |
| ÖK2 | 3 | 4 | | 4 | 4 | 4 | 4 |  |  | |  |  | |  |  |
| ÖK3 | 4 | 4 | | 4 | 4 | 4 | 4 |  |  | |  |  | |  |  |
| ÖK4 | 4 | 5 | | 3 | 3 | 3 | 2 |  |  | |  |  | |  |  |
| ÖK5 | 4 | 5 | | 2 | 3 | 3 | 2 |  |  | |  |  | |  |  |
| ÖK6 | 5 | 5 | | 5 | 5 | 5 | 3 |  |  | |  |  | |  |  |
| ÖK: Öğrenme kazanımlar PY: Program yeterlilikleri | | | | | | | | | | | | | | | |
| Katkı Düzeyi: | | | 1 çok düşük | | | 2 Düşük | | 3 Orta | | 4 Yüksek | | | 5 Çok Yüksek | | |