

**DERS BİLGİ FORMU**

<b>DERSİN ADI</b>	BEDEN EĞİTİMİ VE VÜCUT GELİŞTİRME I			
<b>BÖLÜM</b>	TIBBİ HİZMETLER VE TEKNİKLER			
<b>PROGRAM</b>	İLK VE ACİL YARDIM			
<b>DÖNEMİ</b>	I.DÖNEM			
<b>DERSİN DİLİ</b>	TÜRKÇE			
<b>DERS KATEGORİSİ</b>	Zorunlu Ders	Meslek Dersi	Seçmeli Ders	
			X	
<b>ÖN ŞARTLAR</b>				
<b>SÜRE VE DAĞILIMI</b>	Haftalık Ders Saati	Okul Eğitimi Süresi	Bireysel Öğrenme Süresi (Proje, Ödev, Araştırma, İşyeri Eğitimi)	Toplam
	2	28	32	60
<b>KREDİ</b>	Ders Kredisi		AKTS Kredisi (1 kredi=25-30 saat)(1modül=1 kredi)	
	--		1	
<b>DERSİN AMACI</b>	Bu dersin temel amacı, öğrencilerin hem teorik hem de uygulamalı olarak vücut yapısı ve gelişimini kavrayabilecek seviyede temel bilgi düzeyini artırmaktır			
<b>ÖĞRENME ÇIKTILARI VE YETERLİKLER</b>	--			
<b>DERSİN İÇERİĞİ VE DAĞILIMI (MODÜLLER VE HAFTALARA GÖRE DAĞILIMI)</b>	Hafta	Modüller/İçerik/Konular		
	1	-Temel Motorik Özelliklerin Geliştirilmesi a-Kuvvetin Geliştirilmesi b-Dayanıklılık c-Sürat d-Hareketlilik e-Beceri		
	2	-Beslenme a-Kalori Bilançosu Tablosunun Gösterimi ve Temini b-Karbonhidratlar Hakkında Bilgi c-Yağlar Hakkında Bilgi d-Proteinler Hakkında Bilgi e-Vitaminler Hakkında Bilgi		
	3	- Kadın ve Spor a-Kadının Yaşamının Evreleri Hakkında Bilgi b-Kadının Yapısal ve Fizyolojik Özellikleri c-Spor Konusunda Bazı Öneriler		
	4	- Spor ve Hijyen a-Kişisel Alışkanlıklar b-Hava Kirliliği c-Kötü Alışkanlıklar		
	5	-Sporda İlk ve Acil Yardım a-Şok Hakkında Bilgi b-İlk Müdahale Nasıl Olmalıdır? c-İlk Yardım Prensipleri d-İlk Yardım Prensiplerini Çeşitli Alanlarda Uygulamak		

	6	Projeler a-Kilitbahir Tepelerinde Tracking b-Dardanos Yüzme Kampı c-Temel Afet Bilinci
	7	<b>Yıl Sonu Sınavı</b>