

SBF119 - Özel Egzersizler II

Dersin Adı	Kodu	Yarıyıl	Teori (saat/hafta)	Uygulama (saat/hafta)	Laboratuvar (saat/hafta)	AKTS
Özel Egzersizler II	SBF119	8.Yarıyıl/ Bahar	1	2	0	4
Önkoşullar	Yok					
Dersin dili	Türkçe					
Dersin Türü	Seçmeli					
Dersin öğrenme ve öğretme teknikleri	Anlatım yöntemi Uygulama					
Dersin sorumlusu(ları)						
Dersin amacı	Yoganın neden ve nasıl yapıldığının anlatılması ve uygulamalar ile öğrenmeyi pekiştirmesidir.					
Dersin öğrenme çıktıları	1. Yoga ‘ya ait genel kavramları açıklar. 2. Yoganın genel prensiplerini öğrenir. 3. Yoga egzersizlerini uygular. 4. Nefes egzersizlerini uygular.					
Kaynaklar	1. .Braddom RL. Physical Medicine & Rehabilitation. WB Saunders Company. Philadelphia, 1996. 2. 2.DeLisa JA. Rehabilitation Medicine. Second Edition. JB Lippincott Company. Philadelphia,1993.					

Haftalık Ders Konuları:

HAFTALAR	TARTIŞILACAK İŞLENECEK KONULAR
1. Hafta	Yoga’nın tarihçesi ve felsefesi
2. Hafta	Yoga’nın temel kavramları
3. Hafta	Yoga’nın bileşenleri
4. Hafta	Yoga ve sağlık
5. Hafta	Yoga çeşitleri
6. Hafta	Nefes egzersiz ve yoga uygulamaları
7. Hafta	Nefes egzersiz ve yoga uygulamaları
8. Hafta	ARA SINAV
9. Hafta	Nefes egzersiz ve yoga uygulamaları
10. Hafta	Nefes egzersiz ve yoga uygulamaları
11. Hafta	Nefes egzersiz ve yoga uygulamaları
12. Hafta	Nefes egzersiz ve yoga uygulamaları
13. Hafta	Nefes egzersiz ve yoga uygulamaları
14. Hafta	Nefes egzersiz ve yoga uygulamaları
15. Hafta	Nefes egzersiz ve yoga uygulamaları

Öğrenci İş Yüğü Tablosu

Etkinlikler	Sayısı	Süresi	Toplam İş Yüğü
Ders	14	1	14
Laboratuvar			
Uygulama	14	2	28
Alan Çalışması			
Sınıf Dışı Ders Çalışma Süresi (Serbest çalışma/Grup Çalışması/Ön Çalışma)	14	2	28
Sunum (Video çekmek/Poster hazırlama/Sözel Sunum Yapma/Odak Grup Görüşmesi/Anket Uygulama/Gözlem ve Rapor Yazma)			
Seminer Hazırlama			
Proje			
Vaka Çalışması			
Rol Oynama, Dramatize etme			
Makale yazma-Kritik etme			
Yarıyıl içi sınavları	2	8	16
Yarıyıl sonu sınavları	1	14	14
Toplam iş yükü (saat) / 25(s)	100/25=4		
Ders AKTS	4		

Değerlendirme Sistemi

Yarıyıl içi çalışmaları	Sayısı	Katkı Payı
Ara Sınav	1	%100
Kısa Sınav		
Laboratuvar		
Uygulama		
Alan Çalışması		
Derse Özgü Staj (Varsa)		
Ödevler		
Sunum ve Seminer		
Projeler		
Diğer		
Yarıyıl içi çalışmaların toplamı		100
Yarıyıl sonu çalışmaları		
Final	1	%50
Ödev		
Uygulama	1	%50
Laboratuvar		
Yarıyıl sonu çalışmaların toplamı		100
Yarıyıl İçi Çalışmalarının Başarı Notuna Katkısı		%40
Yarıyıl Sonu Sınavının Başarı Notuna Katkısı		%60
Başarı notunun toplamı		100

Derslerin Öğrenme Çıktılarının Program Yeterlilikleri İle İlişkilendirilmesi

Bu ders, Sağlık Bilimleri Fakültesi kapsamında tüm programlara uygun bir derstir. Bu nedenle program yeterliliklerine katkı düzeyi belirtilmemiştir.