Ders İzlencesi

Ders Kodu - Ders Adı	**SAĞ237 - Egzersiz ve Pickleball I**
Ders Türü	III.Yarıyıl
Teori + Uygulama	1+2
AKTS	**3.0**
Ders Dili	Türkçe
Ders Türü	Seçmeli Dersler
Öğretim Elemanları	PROF. DR. GÖKHAN KUŞ

Dersin Veriliş Biçimi	Bu ders sadece yüz yüze eğitim şeklinde yürütülmektedir.
Önkoşullar	Yoktur
Önerilen Dersler	Yoktur
Önerilen Kaynaklar	Cerezuela, Juan-Leandro, Maria-Jesus Lirola, and Adolfo J. Cangas. \"Pickleball and mental health in adults: A systematic review.\" Frontiers in psychology 14 (2023): 1137047.Vitale, K., & Liu, S. (2020). Pickleball: review and clinical recommendations for this fast-growing sport. Current sports medicine reports, 19(10), 406-413.
Staj & Uygulama	Yoktur

Ders İzlencesi

Haftalar	Öğrenme Çıktıları	Konular	Öğretim Yöntemleri
1. hafta		Pickleball tanımı, tarihçesi, pickleball sporunun kültürü ve topluma katacağı faydalar	
2. hafta		Pickleball oyun kuralları, yarışma kuralları, saha ölçüleri	
3. hafta		Pickleball saha ve ekipman bilgisi	
4. hafta		Pickleball temel eğitimi raket tutuşu, duruş teknikleri, adım teknikleri	
5. hafta		fta Vuruş teknikleri forhand- backhand, dink vuruş,	
6. hafta		Servis atışı, vole vuruş teknikleri, drop vuruş teknikleri	
7. hafta		Pickleball Temel eğitimine uygun eğitsel oyunlar	
8. hafta		Pickleball oyuncu geliştirmeye yönelik antrenman programları	
9. hafta		Yaş gruplarına göre öğretim modelleri	
10. hafta		Engelli gruplarına göre öğretim modelleri	
11. hafta		Tekli ve çiftli maçlarda Oyuncu pozisyonları	
12. hafta		Oyuncu teknik çalışmalar	
13. hafta		Sınav	
14. hafta		Sınav uygulama	

Öğrenme Çıktıları

#	Öğrenme Çıktıları
1	Pickleball eğitimi verebilecek düzeyde olmak. Pickleball sporunun uygulanabilirliğinin kavranması ve er yaştan bireyleri spora teşvik edecek bilgi düzeyine ulaşmak Pickleball oynayabilecek düzeyde olmak

Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları

İçerik girilmemiştir.

Dersin Teması

İçerik girilmemiştir.

AKTS İş Yükü

Etkinlik	Süre (Saat)	Sayı	İş Yükü
Teorik Derse Katılım	0	0	0
Sınıf Dışı Çalışma (Ön Hazırlık & Pekiştirme Amaçlı)	0	0	0
Ödevler	0	0	0
Proje - Rapor - Sunum Hazırlama	0	0	0
Ara Sınav Hazırlığı (sınav süresi dahil)	0	0	0
Final Sınavı Hazırlığı (sınav süresi dahil)	0	0	0
Uygulama (Laboratuvar, Müzik/Enstrüman Uygulaması, Atölye/Saha Çalışması vb.)	0	0	0
Staj Uygulaması	0	0	0
		Hesaplanan AKTS	**0**

Ölçme ve Değerlendirme

İçerik girilmemiştir.

Değerlendirme Yöntemi ve Geçme Kriterleri	Sayısı	Yüzde (%)
1.Ara Sınav	1	40
Dönem Sonu Sınavı	1	60
	Toplam (%)	**100**