

Dersin Adı	Kodu	Yarıyıl	T U	Kredisi	AKTS
Egzersiz Fizyolojisi	5312108	I	2+0	2	4
Ön Koşul dersler	Yok				
Dersin Dili	Türkçe				
Dersin Türü	Seçmeli				
Dersin Koordinatörü					
Dersi Veren					
Dersin Yardımcıları					
Dersin Amacı	Dersin içeriğinde egzersizin, kardiorespiratuar, endokrin sistem, kaslar, toparlanma ve fiziksel uygunluk üzerine fizyolojik etkileri, istirahatte ve fiziksel aktivitede enerji harcaması, fiziksel uygunluğun tanımlanması, kardiorespiratuar uygunluk, güç, kuvvet ve kassal endurans, esneklik, çeviklik ile ilgili egzersiz programlarının planlanması ve egzersiz reçetesinin oluşturulması, yorumlanması ve uygulanması gibi konular yer almaktadır.				
Dersin Öğrenme Çıktıları	<p>Bu dersin sonunda öğrenci;</p> <p>1: Egzersiz sırasında oluşan fizyolojik cevapları ve egzersiz eğitimi ile oluşan adaptasyonları verir</p> <p>2: Egzersiz ve egzersizin sistemik etkilerini tanımlar.</p> <p>3: Egzersiz mekanizmalarını yorumlar.</p> <p>4: Egzersiz ve fiziksel çevre koşullarını ilişkilendirir</p> <p>5: Egzersiz testlerini uygular</p> <p>6: Egzersiz yanıtlarını tartışır.</p>				
Dersin İçeriği	İnsanda hareket sistemi, egzersizin nöromusküler yönleri; egzersizin kardivasküler sistem ve solunum sistemlerine etkileri; egzersiz ve hormonal değişiklikler, egzersiz ve kan; egzersize adaptasyon, sualtı fizyolojisi, yüksek irtifada solunum, sinir sistemi ve egzersiz, asit baz dengesi ve egzersiz, hormonal sistem ve egzersiz, farklı koşullarda egzersiz, Surantrenman, enerji dengesi ve metabolizma.				
Haftalar					
1	İnsanda hareket sistemi				
2	Egzersizin nöromusküler yönleri				
3	Egzersizin kardivasküler sistem ve solunum sistemlerine etkileri				
4	Egzersiz ve hormonal değişiklikler				
5	Egzersiz ve kan				
6	Egzersize adaptasyon				
7	Ara Sınav				
8	Yüksek irtifada solunum ve Sualtı fizyolojisi				
9	Sinir sistemi ve egzersiz				
10	Asit baz dengesi ve egzersiz				

11	Hormonal sistem ve egzersiz
12	Farklı koşullarda egzersiz
13	Surantrenman
14	Enerji dengesi ve metabolizma
Genel Yeterlilikler	
Egzersiz mekanizmalarını yorumlayabilme	
Kaynaklar	
<p>Ganong'un Tıbbi Fizyolojisi. Çeviri Editörü: Prof. Dr Guyton & Hall; 2012, 13. Basım Türkçe çeviri, Çeviri editörü: Prof. Dr. Berrak Çağlayan. Nobel Tıp Kitabevleri, Ankara</p> <p>Gül TİRYAKİ Egzersiz ve Spor Fizyolojisi Bolu 2002</p> <p>Günay, M., Tamer, K., Cicioğlu, İ. Spor Fizyolojisi ve Performans Ölçümü. Ankara, 2010, 2. Basım.</p> <p>M. JESSELL, Steven A. SIEGELBAUM, A.J. HUDSPETH. Fifth Edition. The McGraw-Hill C. Fox-Bowers- Foss Çeviri ve derleme: Mesut Cerit Beden Eğitimi ve Sporun Fizyolojik Temelleri.</p> <p>Mehmet GÜNAY, Kemal TAMER, İbrahim CİCİOĞLU. Spor Fizyolojisi ve Performans Ölçümü. Gazi kitabevi, 2013.</p> <p>Principles of Neural Sciences. Eric KANDEL, James H. SCHWARTZ, Thomas</p> <p>Vander İnsan Fizyolojisi. Çeviri Editörü: Prof. Dr. Serdar DEMİRGÖREN. 10. Baskı. Güven Kitapevi. İzmir. 2010.</p>	
Değerlendirme Sistemi	
Ara Sınav: %40	
Final: %60	

PROGRAM ÖĞRENME ÇIKTILARI İLE DERS ÖĞRENİM ÇIKTILARI İLİŞKİSİ TABLOSU						
	PÇ1	PÇ2	PÇ3	PÇ4	PÇ5	PÇ6
ÖÇ1	3	2	2	2	3	5
ÖÇ2	3	2	2	2	3	5
ÖÇ3	3	2	2	2	3	5
ÖÇ4	3	2	2	2	3	5
ÖÇ5	3	2	2	2	3	5
ÖÇ6	3	2	2	2	3	5
ÖÇ: Öğrenme Çıktıları PÇ: Program Çıktıları						
Katkı Düzeyi	1 Çok Düşük	2 Düşük	3 Orta	4 Yüksek	5 Çok Yüksek	

Program Çıktıları ve İlgili Dersin İlişkisi

Ders	PÇ1	PÇ2	PÇ3	PÇ4	PÇ5	PÇ6
Egzersiz Fizyolojisi	3	2	2	2	3	5