|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dersin Adı** | **Kodu** | **Yarıyılı** | **T+U** | **Kredisi** | **AKTS** |
| **Sporcu Sağlığı ve Rehabilitasyon** | 5325110 | Güz | 3+0 | 3 | 6 |
| Ön koşul Dersler | Yok |
| Dersin Dili | Türkçe |
| Dersin Türü | Seçmeli  |
| Dersin Koordinatörü |  |
| Dersi Veren  |  |
| Dersin Yardımcıları |  |
| Dersin Amacı | Anlatım, tartışma, soru – cevap, proje temelli öğrenme |
| Dersin Öğrenme Çıktıları  | Bu dersin sonunda öğrenci; 1. Genel anlamda spor sakatlıkları ve sakatlık unsurlarını ortadan kaldıran faktörlerin bertaraf edilmesi ile ilgili kazanımlar.
2. Spor sakatlıklarında tedavi ilkelerini ve tekniklerini öğrenme.
3. Sakatlanma mekanizmaları, ısınma-soğuma ve spor sakatlıklarından korunmayı öğrenme.
 |
| Dersin İçeriği | Sakatlanma mekanizmaları, ısınma-soğuma ve spor sakatlıklarından korunma, spor sakatlıklarında tedavi ilkelerini ve tekniklerini öğrenebilme. |
| **Haftalar** | **Konular** |
| **1. Hafta** | İlk yardım tanımı, amacı, ilk yardımcıda bulunması gereken özellikler |
| **2. Hafta** | İlk yardımdan önce ve uygulamada uyulması gereken haller |
| **3. Hafta** | Sık karşılaşılan sporcu sakatlıkları |
| **4. Hafta** | Kanamalar ve ilkyardım |
| **5. Hafta** | Tendon yaralanmaları ve ilk yardım |
| **6. Hafta** | Sargı çeşitleri, Burkulmalar ve ilk yardım |
| **7. Hafta** | Ara sınav |
| **8. Hafta** | Eklem yaralanmaları, çıkıklar ve ilk yardım |
| **9. Hafta** | Kırıklar ve İlkyardım |
| **10. Hafta** | Açık yaralarda ilk yardım |
| **11. Hafta** | Yaralanma çeşitleri |
| **12. Hafta** | Sakatlanan sporcuya yaklaşım |
| **13. Hafta** | Sakatlık Sonrası Rehabilitasyon |
| **14. Hafta** | Sakatlık Sonrası Rehabilitasyon |
| **Genel Yeterlilikler** |
| Sakatlanma mekanizmaları, ısınma-soğuma ve spor sakatlıklarından korunma, spor sakatlıklarında tedavi ilkelerini ve tekniklerini öğrenebilme. |
| **Kaynaklar** |
| Bağrıaçık, A., Açak, M. Kabasakal. K.(2001), Spor Yaralanmalarından Korunma Şuuru ve İlk Yardım, Eğitaş yayınları, Konya.Bağrıaçık, A., Açak, M. (2000)., Spor Yaralanmaları ve Hastalıkları, Medya Eren, İstanbul. |
| **Değerlendirme Sistemi** |
| **Ara sınav**: %40**Final**  : %60 |

|  |
| --- |
| **PROGRAM ÖĞRENME ÇIKTILARI İLE** **DERS ÖĞRENİM ÇIKTILARI İLİŞKİSİ TABLOSU** |
|  | **PÇ1** | **PÇ2** | **PÇ3** | **PÇ4** | **PÇ5** | **PÇ6** | **PÇ7** | **PÇ8** | **PÇ9** | **PÇ10** | **PÇ11** | **PÇ12** | **PÇ13** | **PÇ14** |
| **ÖÇ1** | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 |
| **ÖÇ2** | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 |
| **ÖÇ3** | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 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** | **PÇ7**  | **PÇ8** | **PÇ9** | **PÇ10** | **PÇ11** | **PÇ12** | **PÇ13** | **PÇ14** |
| Sporcu Sağlığı Rehabilitasyon | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 |