

İTÜ

DERS KATALOG FORMU
(COURSE CATALOGUE FORM)

Dersin Adı				Course Name		
Beden Yeterliliği				Physical Education		
Kodu (Code)	Yarıyılı (Semester)	Kredi (Credit)	AKTS Kredisi (ECTS Credits)	Ders Uygulaması, Saat/Hafta (Course Implementation, Hours/Week)		
				Ders (Theoretical)	Uygulama (Tutorial)	Laboratuvar (Laboratory)
BED 102/ BED 102E	1	0	0	0	2	0
Bölüm/Program (Department/Program)			Deniz Ulaştırma İşletme Mühendisliği (Maritime Transportation Management Engineering)			
Dersin Türü (Course Type)			Zorunlu (Compulsory)		Dersin Dili (Course Language)	Türkçe/İngilizce (Turkish/English)
Dersin Önkoşulları (Course Prerequisites)			Yok (None)			
Dersin Mesleki Bileşene Katkısı, % (Course Category by Content, %)			Temel Bilim (Basic Sciences)	Temel Mühendislik (Engineering Science)	Mühendislik Tasarım (Engineering Design)	İnsan ve Toplum Bilim (General Education)
						100
Dersin İçeriği (Course Description)			Beden yeterliliğini geliştirici temel yüzme stilleri (serbest, sırt üstü ve kurbağalama) ve eğitimleri. Suya atlama. Suda canlı kalma. Dalma teknikleri ve uygulamaları.			
			Basic swimming techniques (free, back and frog style) and trainings that will improve physical efficiency. Jumping techniques. Survive at sea. Diving techniques and applications.			
Dersin Amacı (Course Objectives)			1. Bedensel fiziki becerileri geliştirmek. 2. Deniz eğitimine hazırlık amacı ile yüzme becerisini öğretmek ve geliştirmek. 3. Yüzme, dalma, suya atlama tekniklerini öğretmek ve geliştirmek.			
			1. To develop skills on physical condition. 2. To teach and develop swimming skill for marine education. 3. To teach and develop swimming, diving and jumping techniques.			
Dersin Öğrenme Çıktıları (Course Learning Outcomes)			Bu dersi başarı ile tamamlayan öğrenciler; Su korkusunu ve yükseklik korkusunu yener. Uzun süre su üzerinde yardımsız kalma becerisini kazanır. İyi derecede yüzebilir. Dalma tekniklerini öğrenebilir. Suda canlı kalma becerisi kazanır.			
			Students who pass the course will be able to; Overcome fear of the sea and acrophobia. Get the skills of swimming without help. Swim very well. Learn diving techniques. Get the skills of survive at sea.			

Ders Kitabı (Textbook)	Ahmet Bozdoğan, <i>Yüzme</i> , Morpa Kültür Yayınları, 2005.		
Diğer Kaynaklar (Other References)	1. E. Ergen, <i>Egzersiz Fizyolojisi</i> , 3. Baskı, Nobel Yayıncılık, 2013. 2. H. Karatosun, <i>Egzersiz ve Spor Fizyolojisi</i> , 2008.		
Ödev ve Projeler (Homework and Projects)			
Laboratuvar Uygulamaları (Laboratory Work)			
Bilgisayar Kullanımı (Computer Use)			
Diğer Uygulamalar (Other Activities)			
Başarı Değerlendirme Sistemi (Assessment Criteria)	Faaliyetler (Activities)	Adedi (Quantity)	Değerlendirmedeki Katkısı, % (Effects on Grading, %)
	Yıl İçi Sınavları (Midterm Exams)	1	50
	Kısa Sınavlar (Quizzes)		
	Ödevler (Homework)		
	Projeler (Projects)		
	Dönem Ödevi/Projesi (Term Paper/Project)		
	Laboratuvar Uygulaması (Laboratory Work)		
	Diğer Uygulamalar (Other Activities)		
	Final Sınavı (Final Exam)	1	50

DERS PLANI

Hafta	Konular	Ders Çıktıları
1	Yüzme çalışmaları, suya alışma	I
2	Su üzerinde kalabilme çalışmaları, havuz kuralları	II
3	Suda nefes çalışmaları	I-II
4	Suda ayak vuruş çalışmaları	I-II
5	Suda kol çalışmaları	I-II
6	Suda ayak ve kol koordinasyonu	II
7	Suda nefes, ayak ve kol koordinasyonu	II
8	Serbest yüzme tekniği uygulaması	III
9	Sırt üstü yüzme tekniği uygulaması	III
10	Kurbağalama yüzme tekniği uygulaması	III
11	Atlama teknikleri	III-IV
12	Dalma teknikleri	III-IV
13	Yüzme performans geliştirme çalışmaları	V
14	Tüm tekniklerin değerlendirilmesi	V
15		

COURSE PLAN

Weeks	Topics	Course Outcomes
1	Swimming practices, become familiar with swimming	I
2	Practices about keeping on water, swimming pool rules	II
3	Practices to breathe in water	I-II
4	Practices to move legs in water	I-II
5	Practices to move arm in water	I-II
6	Coordination of arms and legs in water	II
7	Coordination of arms, legs and breath in water	II
8	Practices for free style swimming technique	III
9	Practices for back style swimming technique	III
10	Practices for frog style swimming technique	III
11	Jumping techniques	III-IV
12	Diving techniques	III-IV
13	Swimming performance developing practices	V
14	Evaluation of all techniques	V
15		

Dersin Deniz Ulaştırma İşletme Mühendisliği Programıyla İlişkisi

	Programın Mezuna Kazandıracığı Bilgi ve Beceriler (Öğrencilere İlişkin Çıktılar)	Katkı Seviyesi		
		1	2	3
a	Matematik, fen ve mühendislik bilgilerini uygulama becerisi			
b	Deney tasarlama, deney yapma, veri toplama, sonuçları analiz etme ve yorumlama becerisi			
c	Gereksinime yönelik bir sistemi, parçayı veya süreci ekonomik, çevresel, sosyal, politik, etik, sağlık ve emniyet, üretilebilirlik ve sürdürülebilirlik gibi gerçekçi kısıtlamalar altında tasarlayabilme becerisi	X		
d	Çok disiplinli takım çalışması yürütebilme becerisi			
e	Mühendislik problemlerini belirleme, formüle etme ve çözme becerisi			
f	Mesleki ve etik sorumluluklara sahip olma bilinci			
g	Etkin iletişim kurabilme becerisi			
h	Mühendislik çözümlerinin etkilerini küresel, ekonomik, çevresel ve toplumsal çerçevede anlama becerisi			
i	Yaşam boyu öğrenme gereksinimini kavrama ve bunu uygulama yeteneği	X		
j	Güncel/çağdaş konulara ilişkin bilgi sahibi olma			
k	Mühendislik için gerekli teknikleri ve modern cihazları kullanabilme becerisi			

1: Az,

2: Kısmi, 3: Tam

Relationship between the Course and Maritime Transportation Engineering Curriculum

	Student Outcomes	Level of Contribution		
		1	2	3
a	An ability to apply knowledge of mathematics, science, and engineering			
b	An ability to design and conduct experiments, as well as to analyze and interpret data			
c	An ability to design a system, component, or process to meet desired needs within realistic constraints such as economic, environmental, social, political, ethical, health and safety, manufacturability, and sustainability	X		
d	An ability to function on multidisciplinary teams			
e	An ability to identify, formulate, and solve engineering problems			
f	An understanding of professional and ethical responsibility			
g	An ability to communicate effectively			
h	The broad education necessary to understand the impact of engineering solutions in a global, economic, environmental, and societal context			
i	A recognition of the need for, and an ability to engage in life-long learning	X		
j	A knowledge of contemporary issues			
k	An ability to use the techniques, skills, and modern engineering tools necessary for engineering practice			

1: Little,

2: Partial,

3: Full

Düzenleyen (Prepared by)	Tarih (Date)	İmza (Signature)