**Ankara Üniversitesi
Kütüphane ve Dokümantasyon Daire Başkanlığı**

**Açık Ders Malzemeleri**

Ders izlence Formu

|  |  |
| --- | --- |
| Dersin Kodu ve İsmi | YÖS-203 Atletizm- Atmalar Ve Atlamalar |
| Dersin Sorumlusu | DR. SEÇKİN DOĞANER |
| Dersin Düzeyi | LİSANS |
| Dersin Kredisi | 4 |
| Dersin Türü | ZORUNLU |
| Dersin İçeriği | * Atletizm branşına ait koşuların öğrenilmesi
* Koşu Teknikleri
* Koşu Çeşitleri
* Örnek Programlar ve Teknikler Üzerinde Egzersizler
 |
| Dersin Amacı | Atletizm tekniklerinin öğrenilmesi ve uygulanması.* Antrenman bilimi ile ilgili kavramları bilir
* Performans ve yetenek ölçüm yöntemlerini bilir.
* İnsan organizmasının yapısı, görevleri, gelişimi hakkında bilgi sahibidir
* Branşa özgü antrenman yöntemlerini kullanabilir
* Güvenli spor ve egzersiz ortamı konusunda bilinçlidir
 |
| Dersin Süresi | 4 |
| Eğitim Dili | TÜRKÇE |
| Ön Koşul | - |
| Önerilen Kaynaklar | Burke, L. M., Castell, L. M., Casa, D. J., Close, G. L., Costa, R. J., Desbrow, B., ... & Saunders, P. U. (2019). International Association of Athletics Federations Consensus Statement 2019: Nutrition for Athletics. *International journal of sport nutrition and exercise metabolism*, *29*(2), 73-84.Ulrich, R., Pope, H. G., Cléret, L., Petróczi, A., Nepusz, T., Schaffer, J., ... & Simon, P. (2018). Doping in two elite athletics competitions assessed by randomized-response surveys. *Sports medicine*, *48*(1), 211-219.Zachrisson, A. L., Ivarsson, A., Desai, P., Karlsson, J., & Grau, S. (2020). Athlete availability and incidence of overuse injuries over an athletics season in a cohort of elite Swedish athletics athletes-a prospective study. *Injury Epidemiology*, *7*(1), 1-10. |
| Dersin Kredisi (AKTS) | 3 |
| Laboratuvar | - |
| Diğer-1 | - |