**Ankara Üniversitesi**

**Kütüphane ve Dokümantasyon Daire Başkanlığı**

**Açık Ders Malzemeleri**

### Çalışma Planı (Çalışma Takvimi)

| **Haftalar** | **Haftalık Konu Başlıkları**  |
| --- | --- |
| 1.Hafta |  |
| * İskelet kasının yapısı
 |
| * Egzersizde kas kontraksiyonu
 |
| 2.Hafta |  |
| * Kasılım çeşitleri
 |
| * Kas tipleri
 |
| 3.Hafta |  |
| * Atlet olarak atın özellikleri
 |
| * Atın atletik yeteneği nasıl belirlenir?
 |
| 4.Hafta |  |
| * Atların hemodinamik özellikleri
 |
| * Kan hacmi ve diğer fizyolojik parametreler
 |
| 5.Hafta |  |
| * Atlarda dinlenimde ve egzersizde kan basıncı
 |
| * Atletik türlere ait bazı önemli fizyolojik parametrelerin karşılaştırılması.
 |
| 6.Hafta |  |
| * Egzersizde kalp atım hacmi
 |
| * Egzersizde kalbin verdiği yanıt
 |
| 7.Hafta |  |
| * Atlarda elektrokardiyografi kullanılarak kalp büyüklüğünün belirlenmesi
 |
| * Dinlenimde ve egzersizde EKG ile dakika kalp atım sayısının hesaplanması
 |
| 8.hafta |  |
| * Atletik türlerde atım hacmi ve dakika atım hacmi
 |
| * Egzersizde, antrenmana cevap
 |
| 9.Hafta |  |
| * Yarış atlarında 2. Derece AV blok
 |
| * Yarış atlarında atrial fibrilasyon
 |
| 10.Hafta |  |
| * Atlarda solunum sisteminin özellikleri
 |
| Atlet at ve insanda solunum sisteminin karşılaştırılması  |
| 11.Hafta |  |
| * At solunum stratejileri
 |
| * Piston-pendulum mekanik teorisi
 |
| 12.Hafta |  |
| * Egzersizde termoregulasyon
 |
| * Yarış öncesi ve sonrasında yapılması gereken düzenlemeler
 |
|  |
| 13.Hafta |  |
| * Egzersiz- sıvı ve elektrolit dengesi
 |
|  |
|  |
| 14.Hafta |  |
| * Doping nedir? Sporda doping
 |
| * Doping olarak kullanılan ajanlar veetkileri
 |
|  |