

GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

| | | |
|---|--|--|
| Ders Adı / Course Name | Applied Sports Psychology-1 / Applied Sports Psychology-1 | |
| Ders Kodu / Course Code | EANT379 | |
| Ders Türü / Course Type | | |
| Ders Seviyesi / Course Level | Bachelor / Bachelor | |
| Ders Akts Kredi / ECTS | 5.00 | |
| Haftalık Ders Saati (Kuramsal) / Course Hours For Week (Theoretical) | 1.00 | |
| Haftalık Uygulama Saati / Course Hours For Week (Objected) | 2.00 | |
| Haftalık Laboratuar Saati / Course Hours For Week (Laboratory) | 0.00 | |
| Dersin Verildiği Yıl / Year | 3 | |
| Öğretim Sistemi / Teaching System | Daytime Class / Daytime Class | |
| Eğitim Dili / Education Language | | |
| Ön Koşulu Olan Ders(ler) / Precondition Courses | | |
| Amacı / Purpose | Öğrencilerin Spor Psikolojisi ile ilgili kavramları ve Teorileri öğrenerek daha sonra çalışmalarında kullanabilmeleri amaç edinmiştir | It aims to enable students to learn the concepts and theories of Sports Psychology and use them later in their studies. |
| İçeriği / Content | Spor Psikolojisinin önemini kavraması, Spor ve psikoloji kavramları hakkında bilgi edinmesi, ve Sporda başarı için gerekli psikolojik faktörlerin öğrenilmesi. | Understanding the importance of sport psychology, learning about the concepts of sport and psychology, and learning the necessary psychological factors for success in sports. |
| Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations | | |
| Staj Durumu / Internship Status | | |
| Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading | Şefik Tiryaki-Spor Psikolojisi, Tek Ağac Eylül Kitap ve yayın evi, 25.04.200 İzmir Seyhan Hasırcı-Performans Sporcularında Zihinsel Antrenman , Ethem Matbaası 2018 Ankara | Şefik Tiryaki-Spor Psikolojisi, Tek Ağac Eylül Kitap ve yayın evi, 25.04.200 İzmirey Seyhan Hasırcı-Performans Sporcularında Zihinsel Antrenman , Ethem Matbaası 2018 Ankara |
| Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members) | Prof. Dr. Seyhan HASIRCI | |

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

| | | |
|---|---|---|
| 1 | Spor Psikolojisi ile ilgili Kavramları tanımlar | Defines Concepts Related to Sport Psychology |
| 2 | Spor Psikolojisinin Araştırma Yöntemlerini öğrenmek | Learning the Research Methods of Sport Psychology |
| 3 | Sosyal Psikolojinin spor ile ilişkilendirilmesini sağlamak | Associating Social Psychology with sports |
| 4 | Spor Psikolojisi ve işlevi ile ilgili konulara yönelik bilgi kazandırmaktır | To provide information about subjects related to sport psychology and its function. |

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

| Hafta / Week | | | | | |
|--------------|--|----------|-----|--|---------------------------|
| 1 | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
| | Spor Psikolojisinin tanımı, tarihçesi, konuları ve çalışma alanı hakkında bilgi | | | | |
| | Information about the definition, history, subjects and field of study of Sport Psychology | | | | |
| 2 | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
| | Uyarılmışlık, kaygı ve korkunun tanımları ve kuramları | | | | |
| | Definitions and theories of arousal, anxiety and fear | | | | |
| 3 | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
| | Stress ve stresle başa çıkma yöntemleri, | | | | |
| | Stress and methods of coping with stress, | | | | |
| 4 | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
| | Sporda dikkat ve konsantrasyonun önemi, | | | | |
| | The importance of attention and concentration in sports, | | | | |
| 5 | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
| | Dikkat ve konsantrasyon kuramları | | | | |
| | Attention and concentration theories | | | | |

| | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|----|---|----------|-----|--|---------------------------|
| 6 | Grup ve gurup bütünlüğü ve kuramları | | | | |
| | Group and group cohesion and theories | | | | |
| 7 | Grup bütünlüğünü geliştirici çalışmalar, | | | | |
| | Studies to improve group integrity, | | | | |
| 8 | Vize haftası | | | | |
| | Midterm Exam | | | | |
| 9 | Liderlik ve liderlik kuramları | | | | |
| | Leadership and leadership theories | | | | |
| 10 | Etkili iletişim becerileri | | | | |
| | Effective communication skills | | | | |
| 11 | İletişim geliştirme ve iletişimin önemi | | | | |
| | Communication development and the importance of communication | | | | |

| | Teorik Dersler / Theoretical | Uygulama | Lab | Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques | Ön Hazırlık / Preliminary |
|----|--|----------|-----|--|---------------------------|
| 12 | Sporda şiddet ve saldırganlı | | | | |
| | Violent and aggressive in sports | | | | |
| 13 | Zihinsel antrenman ve zihinsel antrenman metodları | | | | |
| | Mental training and mental training methods | | | | |
| 14 | Zihinsel antrenman ve spordaki uygulamaları | | | | |
| | Mental training and its applications in sports | | | | |
| 15 | Final Sınavı | | | | |
| | final examination | | | | |

DEĞERLENDİRME / EVALUATION

| Yarıyıl (Yıl) İçi Etkinlikleri / Term (or Year) Learning Activities | Sayı / Number | Katkı Yüzdesi / Percentage of Contribution (%) |
|---|---------------|--|
| Ara Sınav / Midterm Examination | 1 | 100 |
| Toplam / Total: | 1 | 100 |
| Başarı Notuna Katkı Yüzdesi / Contribution to Success Grade(%): | | 40 |

| Yarıyıl (Yıl) Sonu Etkinlikleri / End Of Term (or Year) Learning Activities | Sayı / Number | Katkı Yüzdesi / Percentage of Contribution (%) |
|---|---------------|--|
| Final Sınavı / Final Examination | 1 | 100 |
| Toplam / Total: | 1 | 100 |
| Başarı Notuna Katkı Yüzdesi / Contribution to Success Grade(%): | | 60 |

| | |
|---|-----|
| Etkinliklerinin Başarı Notuna Katkı Yüzdesi(%) Toplamı / Total Percentage of Contribution (%) to Success Grade: | 100 |
| Değerlendirme Tipi / Evaluation Type: | |

İŞ YÜKÜ / WORKLOADS

| Etkinlikler / Workloads | Sayı / Number | Süresi (Saat) / Duration (Hours) | Toplam İş Yüğü (Saat) / Total Work Load (Hour) |
|---|---------------|----------------------------------|--|
| Ara Sınav / Midterm Examination | 1 | 10.00 | 10.00 |
| Ara Sınav İçin Bireysel Çalışma / Individual Study for Mid term Examination | 4 | 10.00 | 40.00 |
| Bireysel Çalışma / Self Study | 3 | 10.00 | 30.00 |
| Final Sınavı / Final Examination | 1 | 10.00 | 10.00 |
| Final Sınavı için Bireysel Çalışma / Individual Study for Final Examination | 5 | 7.00 | 35.00 |
| Toplam / Total: | 14 | 47.00 | 125.00 |

Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 25.00 (Saat/AKTS) = 125.00/25.00 = 5.00 ~ 5.00 / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 25.00 (Hour / ECTS) = 125.00 / 25.00 = 5.00 ~ 5.00

PROGRAM VE ÖĞRENME ÇIKTISI / PROGRAM LEARNING OUTCOMES

| Öğrenme Çıktıları / Learning Outcomes | Program Çıktıları / Program Outcomes | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--------------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 1.1.1 | 1.1.2 | 1.1.3 | 1.1.4 | 1.1.5 | 1.1.6 | 1.1.7 | 1.1.8 | 1.1.9 | 1.1.1 | 1.1.1 | 1.1.1 | 1.1.1 | 1.1.1 | 1.1.1 | 1.1.1 | 1.1.1 |
| 1.Spor Psikolojisi ile ilgili Kavramları tanımlar / Defines Concepts Related to Sport Psychology | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | | 4 | 3 |
| 2.Spor Psikolojisinin Araştırma Yöntemlerini öğrenmek / Learning the Research Methods of Sport Psychology | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | | 4 | 4 |
| 3.Sosyal Psikolojinin spor ile ilişkilendirilmesini sağlamak / Associating Social Psychology with sports | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | | 4 | 3 |
| 4.Spor Psikolojisi ve işlevi ile ilgili konulara yönelik bilgi kazandırmaktır / To provide information about subjects related to sport psychology and its function. | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | | 4 | 4 |

Katkı Düzeyi / Contribution Level : 1-Çok Düşük / Very low, 2-Düşük / Low, 3-Orta / Moderate, 4-Yüksek / High, 5-Çok Yüksek / Very high