

GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name		
Ders Kodu / Course Code	OSPS109	
Ders Türü / Course Type		
Ders Seviyesi / Course Level	Associate / Associate	
Ders Akts Kredi / ECTS	3.00	
Haftalık Ders Saati (Kuramsal) / Course Hours For Week (Theoretical)	2.00	
Haftalık Uygulama Saati / Course Hours For Week (Objected)	1.00	
Haftalık Laboratuvar Saati / Course Hours For Week (Laboratory)	0.00	
Dersin Verildiği Yıl / Year	1	
Öğretim Sistemi / Teaching System	Daytime Class / Daytime Class	
Eğitim Dili / Education Language	Turkish / Turkish	
Ön Koşulu Olan Ders(ler) / Precondition Courses	Yok	No
Amacı / Purpose	Dersi alanların genel sağlık bilgileri ile spor ve egzersiz yapanlarda sık karşılaşılan sağlık sorunları ve temel ilkyardım konularında bilgilendirilmesi amaçlanmaktadır.	It is aimed to inform those who take the course about general health information, common health problems in sports and exercise, and basic first aid.
İçeriği / Content	Spor ve egzersiz yapan kişilerde buna bağlı sağlık riskleri, sık görülen spor yaralanmaları, spor yaralanmalarında ve diğer ani sağlık sorunlarında ilk yardım ve yeniden canlandırma dersin içeriğini oluşturmaktadır.	The content of the course includes health risks associated with sports and exercise, common sports injuries, first aid and resuscitation in sports injuries and other sudden health problems.
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations		
Staj Durumu / Internship Status	Yok	No
Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading	Sözen., C. 2006 ;İlk Yardım Ve Acil Bakım, Sistem Matbaacılık, İstanbul. Süzen.,B . 2008; Temel İlk Yardım, Bedray Basın Yayıncılık Ltd. Şti, İstanbul. Atıcı., A., Atıcı., Ş., Mert., E., ve diğerleri. 2006; İlk Yardım Uygulayıcı Kitabı, Mersin Üniversitesi İlk Yardım Araştırma Ve Uygulama merkezi, Mersin. Amerikan Ortopedik Cerrahlar Akademisi, 1996; Hasta ve Yaralıların Acil Bakımı ve Nakledilmesi, Mısırlı Matbaacılık, İstanbul. Ders notları Sözen., C. 2006 ;İlk Yardım Ve Acil Bakım, Sistem Matbaacılık, İstanbul.	Sözen., C. 2006 ;İlk Yardım Ve Acil Bakım, Sistem Matbaacılık, İstanbul. Süzen.,B . 2008; Temel İlk Yardım, Bedray Basın Yayıncılık Ltd. Şti, İstanbul. Atıcı., A., Atıcı., Ş., Mert., E., ve diğerleri. 2006; İlk Yardım Uygulayıcı Kitabı, Mersin Üniversitesi İlk Yardım Araştırma Ve Uygulama merkezi, Mersin. Amerikan Ortopedik Cerrahlar Akademisi, 1996; Hasta ve Yaralıların Acil Bakımı ve Nakledilmesi, Mısırlı Matbaacılık, İstanbul. Ders notları Sözen., C. 2006 ;İlk Yardım Ve Acil Bakım, Sistem Matbaacılık, İstanbul.
Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)	Öğr.Gör. Mehmet BAYTAŞ	Lecturer Mehmet BAYTAŞ

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	Sağlığın tanımı ve bileşenleri, hijyen, koruyucu hekimlik, hastalıklardan korunmayı bilir.	Knows the definition and components of health, hygiene, preventive medicine, and protection from diseases.
2	Antrenmanın etkileri, toparlanma, sporcu beslenmesi, sağlık kontrolleri, spora başlama izni hakkında bilgi sahibi olur.	Gains information about the effects of training, recovery, sports nutrition, health checks, and permission to start sports.
3	Sporda ani ölüm, spor yaralanmaları, kas iskelet sistemi yaralanmaları, spor yaralanmalarının teşhis ve tedavisi, spora dönüş, spor yaralanmalarından korunma hakkında bilinçlenir.	Raises awareness about sudden death in sports, sports injuries, musculoskeletal system injuries, diagnosis and treatment of sports injuries, return to sports, and protection from sports injuries.
4	Yaşlı, kadın, çocuk ve adolesan sporcular hakkında bilgi sahibi olur. Doping ve doppingle mücadele konularını tartışır.	Gains information about elderly, women, children and adolescent athletes. Discusses doping and anti-doping issues.
5	İlkyardım, kardiyopulmoner canlandırma (resüsitasyon) bilir, uygular.	Knows and applies first aid and cardiopulmonary resuscitation.
6	Spor yaralanmalarında ilkyardım, Sporda acil durumlar hakkında bilgi sahibi olur.	Have knowledge about first aid in sports injuries and emergency situations in sports.

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

Hafta / Week					
	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
1	Sağlığın tanımı ve bileşenleri.				
	Definition and components of health.				
2	Hijyen, koruyucu hekimlik, hastalıklardan korunma.				
	Hygiene, preventive medicine, protection from diseases.				
3	Antrenmanın etkileri, toparlanma, sporcu beslenmesi.				
	Effects of training, recovery, sports nutrition.				
4	Sağlık kontrolleri, spora başlama izni.				
	Health checks, permission to start sports.				
5	Kalp sağlığı, sporda ani ölüm.				
	Heart health, sudden death in sports.				

	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
6	Spor yaralanmaları, kas iskelet sistemi yaralanmaları.				
	Sports injuries, musculoskeletal injuries.				
7	Spor yaralanmalarının teşhis ve tedavisi, spora dönüş, spor yaralanmalarından korunma.				
	Diagnosis and treatment of sports injuries, return to sports, prevention of sports injuries.				
8	Ara Sınav	Ara Sınav			
	Midterm	Midterm			
9	Yaşlı, kadın, çocuk ve adolesan sporcular.				
	Elderly, women, children and adolescent athletes.				
10	Doping ve dopingle mücadele.				
	Doping and anti-doping.				
11	Temel ilk yardım.				
	Basic first aid.				

	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
12	Kardiyopulmoner canlandırma (resüsitasyon).				
	Cardiopulmonary resuscitation.				
13	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Sporda acil durumlar ve ilkyardım.				
	Emergencies and first aid in sports.				
14	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Spor yaralanmalarında ilkyardım.				
	First aid for sports injuries.				
15	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
		Final Sınavı			
		Final examination			

DEĞERLENDİRME / EVALUATION

Yarıyıl (Yıl) İçi Etkinlikleri / Term (or Year) Learning Activities	Sayı / Number	Katkı Yüzdesi / Percentage of Contribution (%)
Uygulama/Pratik / Practice	1	60
Ara Sınav / Midterm Examination	1	40
Toplam / Total:	2	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:	DDS

İŞ YÜKÜ / WORKLOADS

Etkinlikler / Workloads	Sayı / Number	Süresi (Saat) / Duration (Hours)	Toplam İş Yüğü (Saat) / Total Work Load (Hour)
Ara Sınav / Midterm Examination	1	20.00	20.00
Final Sınavı / Final Examination	1	40.00	40.00
Uygulama/Pratik / Practice	1	15.00	15.00
Toplam / Total:	3	75.00	75.00

Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 25.00 (Saat/AKTS) = 75.00/25.00 = 3.00 ~ 3.00 / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 25.00 (Hour / ECTS) = 75.00 / 25.00 = 3.00 ~ 3.00

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	1.1.10	1.1.11	1.1.12	1.1.13
1.Sağlığın tanımı ve bileşenleri, hijyen, koruyucu hekimlik, hastalıklardan korunmayı bilir. / Knows the definition and components of health, hygiene, preventive medicine, and protection from diseases.	4	5	4	1	5	1	5	1		1	3		3
2.Antrenmanın etkileri, toparlanma, sporcu beslenmesi, sağlık kontrolleri, spora başlama izni hakkında bilgi sahibi olur. / Gains information about the effects of training, recovery, sports nutrition, health checks, and permission to start sports.	4	5	4	1	5	1	5	1		1	3		3
3.Sporda ani ölüm, spor yaralanmaları, kas iskelet sistemi yaralanmaları, spor yaralanmalarının teşhis ve tedavisi, spora dönüş, spor yaralanmalarından korunma hakkında bilinçlenir. / Raises awareness about sudden death in sports, sports injuries, musculoskeletal system injuries, diagnosis and treatment of sports injuries, return to sports, and protection from sports injuries.	4	5	4	1	5	1	5	1		1	3		3
4.Yaşlı, kadın, çocuk ve adolesan sporcular hakkında bilgi sahibi olur. Doping ve doperle mücadele konularını tartışır. / Gains information about elderly, women, children and adolescent athletes. Discusses doping and anti-doping issues.	4	5	4	1	5	1	5	1		1	3		3
5.İlk yardım, kardiyopulmoner canlandırma (resüsitasyon) bilir, uygular. / Knows and applies first aid and cardiopulmonary resuscitation.	4	5	4	1	5	1	5	1		1	3		3

6.Spor yaralanmalarında ilkyardım, Sporda acil durumlar hakkında bilgi sahibi olur. / Have knowledge about first aid in sports injuries and emergency situations in sports.	4	5	4	1	5	1	5	1		1	3		3
---	---	---	---	---	---	---	---	---	--	---	---	--	---

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