

**BAİBÜ LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**  
**ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ ANABİLİM DALI**  
(Spor Bilimleri ve Antrenörlük Eğitimi Doktora Programı)

DERS KODU	DERS ADI VE İÇERİĞİ	T	U	K	AKTS
	<b>Antrenman Periyotlaması</b>	3	0	3	14
İçerik	Yıllık antrenman planı bölümlerinin detaylı incelenmesi, biyomotor yetilerin periyotlaması ve sahada uygulanan örneklerin incelenmesi.				
	<b>Training Periodization</b>	3	0	3	14
Content	Detailed examination of the annual training plan sections, periodization of biomotor abilities and examination of the samples applied in the field.				
	<b>Antrenmana Fizyolojik Adaptasyon</b>	3	0	3	14
İçerik	Hücre ve genel fizyoloji enerji, ATP ve üretim mekanizmaları, enerji kaynakları, sistemler ve fizyolojileri, aerobic ve anaerobik antrenman özellikleri ve bu antrenmanlara akut ve kronik fizyolojik cevaplar				
	<b>Physiological Adaptations to Training</b>	3	0	3	14
Content	Cell and basic physiology, energy, ATP and production mechanisms, energy sources, systems and physiologies, aerobic and anaerobic training characteristics and acute and chronic physiological answers to these trainings.				
	<b>İleri İstatistik</b>	3	0	3	8
İçerik	Spor alanına özgü olarak çok etkenli denemeler, basit ve çoklu doğrusal regresyon çözümlemesi, geçerlik ve güvenilirlik, faktör analizi ve çok değişkenli istatistiksel analizlerin paket programları aracılığıyla yapılması. Saha araştırmaları ve raporlaması.				
	<b>Advanced Statistics</b>	3	0	3	8
Content	Performing multi-factor trials, simple and multiple linear regression analysis, validity and reliability, factor analysis and multivariate statistical analyzes specific to the field of sports through package programs. Field research and reporting.				
	<b>Nöromusküler Performans</b>	3	0	3	8
İçerik	Sinir sistemi, kas sistemi, sinir-kas kavşağı, insane hareketlerinde sinir ve kas sisteminin bütünleştirici etkisi, ilgili makalelerin incelenmesi				
	<b>Neuromuscular Performance</b>	3	0	3	8
Content	Nervous System, Muscular system, neuromuscular junction, integrative effect of nervous and muscular system in human movements, review of related articles				
	<b>Değişik Ortamlarda Egzersiz Adaptasyonları</b>	3	0	3	8
İçerik	Sıcak ve soğuk ortamda egzersiz ve fizyolojik adaptasyonlar, Yüksek irtifa ve su altı fizyolojisi, düşük oksijen basıncının vücuttaki etkileri, bireysel gazların yüksek parsiyel basınçlarda vücuttaki etkileri.				
	<b>Exercise Adaptations in Different Environments</b>	3	0	3	8
Content	Exercise and physiological adaptations in hot and cold environments, high altitude and underwater physiology, effects of low oxygen pressure on the body, effects of individual gases on the body at high partial pressures.				
	<b>Laktat Eşiği Antrenmanları</b>	3	0	3	8



Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu: AAFMH3 Belge Takip Adresi: <https://ubys.ibu.edu.tr/ERMS/Record/ConfirmationPage/Index>

	Laktat eşiği değerlerinin incelenmesi. Laktat eşiğine göre optimal antrenman yüklerinin nasıl belirleneceği ve belirlenen antrenman yüklerinin yol açacağı değişikliklerin gözlemlenmesi				
	<b>Lactate Threshold Trainings</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>8</b>
Content	Examination of lactate threshold values. How to determine the optimal training loads according to the lactate threshold and observe the changes caused by the determined training loads				
	<b>Yaşlılıkta Fiziksel Aktivite ve Fiziksel Uygunluk</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>8</b>
İçerik	Yaşlılık tanımı ile ülkemizde ve dünyadaki yaygınlığı. Yaşlılık sürecinde fizyolojik sistemlerde görülen değişimler. Fiziksel aktivitenin yaşlılar açısından faydaları. Yaşlılar için uygulanacak fiziksel aktiviteler sırasında karşılaşılabilecek riskler. Fiziksel aktivite çeşitleri: Esneklik, kuvvet, dayanıklılık, denge.				
	<b>Physical Activity Physical Fitness and Elderly</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>8</b>
Content	Its prevalence in our country and in the world with the definition of old age. Changes in physiological systems in the aging process. Benefits of physical activity for the elderly. Risks that may be encountered during physical activities for the elderly. Types of physical activity: Flexibility, strength, endurance, balance.				
	<b>Özel Gereksinimli Bireyler için Antrenman İlkeleri</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>8</b>
İçerik	Engelliliğin tanımı ve çeşitleri. Farklı özel gereksinimlere sahip bireylerin motor becerilerinde görülen gecikmelerin mekanizması ve nedenleri. Özel gereksinimli bireylerin yaşadıkları yetersizlik nedeni ile antrenman programlarında yapılması gereken uyarlamalar ve dikkat edilmesi gereken unsurlar. Özel gereksinimli bireylerin ulusal ve uluslararası düzeyde katılabilecekleri spor organizasyonları.				
	<b>Training Principles for the Person with Special Needs</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>8</b>
Content	Definition and types of disability. The mechanism and causes of delays in motor skills of individuals with different special needs. Adaptations to be made in training programs due to the inadequacy experienced by individuals with special needs and elements to be considered. Sports organizations that individuals with special needs can participate in at the national and international level.				
	<b>Süreç Hastalığı olan Bireylerde Fiziksel Aktivite</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>8</b>
İçerik	Süreç hastalıklarının tanımı ve çeşitleri. Süreç hastalığı olanlarda kullanılacak egzersizle ve bu egzersizler sürecinde dikkat edilmesi gereken konular. Egzersizsiz süreç hastalıklar üzerindeki etkileri konularını içerir.				
	<b>Physical Activity in Individuals with Chronic Disease</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>8</b>
Content	Definition and types of chronic diseases. Exercises that can be used in patients with chronic diseases and the issues to be considered during these exercises. It includes the effects of exercise on chronic diseases.				
	<b>Spor Bilimlerinde Nitel Araştırmalar</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>8</b>
İçerik	Spor bilimleri alanlarında nitel araştırma yöntemlerinin etkin bir şekilde kullanılması. Nitel araştırma yöntemlerinin desenleri hakkında bilgi sahibi olma. Nitel araştırma sürecinde veri toplama ve işlenmesi sürecinin incelenmesi.				
	<b>Qualitative Research in Sport Sciences</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>8</b>
Content	Effective use of qualitative research methods in the fields of sports sciences. To have knowledge about the patterns of qualitative research methods. Examining the data collection and processing process in the qualitative research process.				

	<b>Vücut Kompozisyonu ve Analizi</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>8</b>
İçerik	Vücut kompozisyonu ve analiz yöntemlerinin prensipleri, uygulaması, ölçümlerde standardizasyonun sağlanması, ölçümlerde hata kaynaklarının belirlenmesi ve antropometrinin sağlık, vücut görünümü ve spor performansındaki önemi konularını içerir.				
	<b>Body Composition and Analysis</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>8</b>
Content	It covers the principles and application of body composition and analysis methods, standardization in measurements, determination of error sources in measurements and the importance of anthropometry in health, body appearance and sports performance.				
	<b>Kardiyopulmoner Fizyoloji</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>8</b>
İçerik	Kardiyovasküler sistem anatomisi, Pulmoner yapı ve fonksiyonları, solunum ve kardiyovasküler biyomekaniği, egzersizde kardiyopulmoner cevaplar.				
	<b>Cardiopulmonary Physiology</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>8</b>
Content	Cardiovascular system anatomy, Pulmonary structure and functions, respiratory and cardiovascular biomechanics, cardiopulmonary responses to exercise.				
	<b>Sporcu Beslenmesinde Güncel Yaklaşımlar</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>8</b>
İçerik	Beslenmenin sağlık ve performans üzerindeki etkileri. Egzersizde makro ve mikro besin öğelerinin metabolizması. Müsabaka öncesi, sırası ve sonrasındaki beslenme ve sıvı tüketimi. Değişik seviye ve enerji gereksinimi olan sporcuların beslenme ihtiyaçları. Spor beslenmesindeki güncel yenilikler ve beslenme yardımcıları.				
	<b>Current Approaches in Sports Nutrition</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>8</b>
Content	Effects of nutrition on health and performance. Metabolism of macro and micro nutrients in exercise. Nutrition and fluid consumption before, during and after competition. Nutritional needs of athletes with different levels and energy needs. Current innovations in sports nutrition and nutritional aids.				
	<b>Hareket Analizi ve Beceri Öğrenimi</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>8</b>
İçerik	Hareket ve becerinin tanımı, temel kavramlar, beceri türleri, beceri öğreniminin sınıflandırılması, sporda bireysel farklılıklar, beceri öğrenme evreleri ve sınıflaması, beceri alıştırmalarının nitelik, nicelik ve zamansal yönleri, branşa özgü beceri testlerinin analizi, ilgili araştırmaların incelenmesi				
	<b>Movement Analysis and Skill Learning</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>8</b>
Content	Definition of movement and skill, basic concepts, types of skills, classification of skill learning, individual differences in sports, stages and classification of skill learning, quality, quantity and temporal aspects of skill exercises, analysis of sport-specific skill tests, examination of related studies.				
<b>6103007052015</b>	<b>Seminer</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>6</b>
	Seminer dersi, lisansüstü eğitim-öğretim öğrencilerine, kalabalık dinleyiciler karşısında, tez danışmanı tarafından önerilen bilimsel bir konuda sunu yapma veya konuşma pratiği kazandırmayı hedeflemektedir. Öğrenciler, inceleme ve değerlendirmeleri içeren yazılı bir metni ve sunumu öğretim üyeleri ve diğer öğrencilerin katılımına açık olan bir seminer programında sunar. Sunumun kalitesi ve içeriği, dinleyicilerin sorularına verilecek cevaplar ve öğrencinin diğer seminerlere katılımı gibi faktörler kullanılarak ders için dönem sonu notu belirlenir.				
<b>6103007052015</b>	<b>Seminar</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>6</b>

	<p>Seminar course is meant to give graduate students practice speaking in front of audience on a scientific topic or his/her thesis' topic proposed by his/her supervisor. Students research the topic, prepare a written text and organize a presentation for faculty and other students. Course is evaluated after the presentation using the factors such as the quality and content of the seminar, answers to questions from audience and students' participations in the other seminars.</p>				
<b>6103007102016</b>	<b>İleri Bilimsel Araştırma Teknikleri ve Yayın Etiği</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>8</b>
	<p>Bilim, Bilimsel Araştırma ve Bilimsel Yöntem'in tanımları. Bilimsel Araştırmanın Nitelikleri, Bilimsel Bilgiye Erişim (Bilgi Kaynakları, Kütüphane ve on-line veri tabanları kullanımı), Kütüphane ziyareti (Uygulamalı), Bilimsel Metinleri Okuma, Anlama ve Özetleme, Araştırma Yaklaşım-Desen ve Yöntemleri (Nicel - Nitel – Karma), Araştırma Problemi Nedir ve Nasıl belirlenir (Problem, Araştırma Sorusu, Hipotez)? Araştırmalarda Örnekleme (Evren-örneklem, Nitel ve Nicel Örnekleme Teknikleri ve Toplama Araçları (Anket, Gözlem, Görüşme, Doküman), Veri Analizi, Bilimsel Araştırmalarda Geçerlik ve Güvenirlilik, Akademik Yazım (APA nedir, Literatür Organizasyonu, Akademik Metin Organizasyonu), Bilimsel Etik ve Araştırma Etiği (Kaynak göstermenin önemi ve anlamı), Etik İhlaller , Araştırma Önerileri ve Dersin Genel Değerlendirmesi.</p>				
<b>6103007102016</b>	<b>Advanced Scientific Research Techniques and Publication Ethics</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>8</b>
	<p>Definition of the science, scientific research and scientific method. Characteristics of scientific research and retrieval of scientific information (information resources, library and how to use on-line databases) library visits (applied), scientific text reading, comprehension and summarization, research, approaches-design and methods (quantitative-qualitative-mixed), what is the research problem and how is it determined (problem, research question, hypothesis)? Sampling on researches (The universe-sampling, qualitative and quantitative sampling techniques and collection tools (surveys, observations, interviews, document), data analysis, reliability and validity of scientific research, academic writing (what is the AP, literature organization, academic text organization), scientific ethics, research and ethics (the importance of respecting the source and its meaning), ethics violations, research recommendations and overall assessment of the course.</p>				
	<b>Tez Çalışması</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>24</b>
	<b>Ph.D. Thesis</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>24</b>
	<b>Uzmanlık Alan Dersi</b>	<b>5</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>6</b>
	<b>Special Studies</b>	<b>5</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>6</b>

\*Senato Onay Tarih / Sayı : 21.04.2022 / 72

ASLI GİBİDİR.

Çiler GÜLEN  
Enstitü Sekreteri