

Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü Başkanlığı / Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü Başkanlığı / Fizyoterapi ve Rehabilitasyon						
<b>Ders Kodu</b>	<b>Ders Adı</b>	<b>Teorik</b>	<b>Uygulama</b>	<b>Laboratuvar</b>	<b>Yerel Kredi</b>	<b>AKTS</b>
901002041996	Egzersiz Fizyolojisi	1,00	2,00	0,00	2,00	2,00
Ders Detayı						
<b>Dersin Dili</b>	: Türkçe					
<b>Dersin Seviyesi</b>	: Lisans					
<b>Dersin Tipi</b>	: Zorunlu					
<b>Ön Koşullar</b>	: Yok					
<b>Dersin Amacı</b>	: Değişen koşullarda ve yoğunluklarda yapılan egzersizlerin insan vücudunu oluşturan sistemlerin fonksiyonlarına etkisi ve bu fonksiyonların egzersize cevabının öğretilmesi					
<b>Dersin İçeriği</b>	: İnsan vücudunu meydana getiren organlar ve sistemlerin fonksiyonlarının fiziksel eforlara kısa ve uzun dönemde uyumu, enerji kaynakları, antrenmanın fizyolojik temelleri, yorgunluk, toparlanma, beslenme, farklı ortamlara organizmanın uyumu ve performansın ölçülmesi ve değerlendirilmesi.					
<b>Dersin Kitabı / Malzemesi / Kitabevi,</b>	: Guyton AC, Hall JE. Textbook of Medical Physiology, 2006. M. Günay, K. Tamer, İ. Cicioğlu : Spor Fizyolojisi ve Performans Ölçümü, Gazi Büro					
<b>Önerilen Kaynaklar</b>	Ankara, 2005. G.Tiryaki Sönmez. Egzersiz ve Spor Fizyolojisi. Birlik Matbaacılık Yayıncılık. Ankara. 2002.					
<b>Planlanan Öğrenme Etkinlikleri ve Öğretim Yöntemleri</b>	: Sunuş yöntemi ve laboratuvar uygulamaları					
<b>Ders İçin Önerilen Diğer Hususlar</b>	: Yok					
<b>Dersi Veren Öğretim Elemanları</b>	: Dr. Öğr. Üyesi Ramazan Kurul					
<b>Dersi Veren Öğretim Elemanı Yardımcıları</b>	: yok					
<b>Dersin Verilişi:</b>	Yüz yüze					

Ders Öğrenme Çıktıları	
<b>Bu dersi tamamladığında öğrenci :</b>	
1 Egzersizde kardiovasküler ve metabolik adaptasyonun, dolaşım ve solunumun performansının tanımlanması	
2 Egzersizve dinlenimde enerji tüketimi ve yorgunluğun sebeplerini kavrayarak tanımlar	
3 İskelet kaslarının yapı ve fonksiyonlarının öğrenilmesi ve yavaş ve hızlı kasılan kas liflerinin tanınması	
4 Egzersizde kardiovasküler ve metabolik adaptasyonun, dolaşım ve solunumun performansının tanımlanması	
5 Egzersizsonrası toparlanma sürecinde uyulması gereken kuralların öğrenilmesi	

Haftalık Konular ve Hazırlıklar					
	Teorik	Uygulama	Laboratuvar	Hazırlık Bilgileri	Öğretim Metodları
1.Hafta	*Dersin Tanıtımı , Fizyoloji Bilimine Giriş				
2.Hafta	*İskelet kaslarının yapısı ve fonksiyonları				
3.Hafta	*Metabolizma ve Enerji Sistemleri				
4.Hafta	*Antrenmana metabolik adaptasyon				
5.Hafta	*Egzersiz ve kardiovasküler sistem				
6.Hafta	*Egzersiz ve Solunum Sistemi				
7.Hafta	*Egzersiz sonrası toparlanma				
8.Hafta	*Vize sınavı				
9.Hafta	*Egzersiz sonrası toparlanma				
10.Hafta	*Kan ve Dolaşım, Kanda Karbondioksit ve Oksijen taşınması				
11.Hafta	*Beslenme ve besinsel ergojenikler				
12.Hafta	*Ergojenik yardımcıları ve performans				
13.Hafta	*Farklı çevre şartlarında Egzersiz				
14.Hafta	*Egzersizde ısı düzenlenmesi				

Değerlendirme Sistemi %	
1 Ara Sınav(Bütünlemede Kullanılan) :	40,000
2 Final :	60,000

AKTS İş Yüğü			
Aktiviteler	Sayı	Süresi(Saat)	Toplam İş Yüğü
Vize	1	2,00	2,00
Ödev	1	14,00	14,00

