



Bursa Teknik Üniversitesi

Rektörlük Servis
Ortak Dersler Bölümü

SOS995	Boks			T+U	Kredi	AKTS
Yarıyıl	Kodu	Adı				
1	SOS995	Boks		2	3	3

Dersin Dili:

Türkçe

Dersin Düzeyi:

Fakülte

Dersin Staj Durumu:

Yok

Bölümü / Programı:

Ortak Dersler Bölümü

Dersin Türü:

Zorunlu Seçmeli

Dersin Amacı:

Boks sporunu öğrencilere tanıtmak.

Öğretim Yöntem ve Teknikleri:

Boksun tarihi gelişimi, Boksun genel çerçevesi, Boksun Malzemeleri, Boksun kuralları, Boksun temel teknikleri ve uygulamaları

Ön Koşulları:**Dersin Koordinatörü:**

Prof. Dr. Emin UĞURLU

Dersi Veren:**Dersin Yardımcıları:****Dersin Kaynakları**

Ders Notları	:	Kendi Kendine Boks –Rene Moyset;
Kaynakları	:	Boxing Coaching Manual- Kevin Hickey;
Dökümanlar	:	A beginner's Guide to Boxing- Doug Werner;
Ödevler	:	Fighting Fit – Doug Werner, Alan Lachika
Sınavlar	:	Kendi Kendine Boks –Rene Moyset; Boxing Coaching Manual- Kevin Hickey; A beginner's Guide to Boxing- Doug Werner; Fighting Fit – Doug Werner, Alan Lachika

Ders Yapısı

Matematik ve Temel Bilimler	:	Eğitim Bilimleri	:
Mühendislik Bilimleri	:	Fen Bilimleri	: 15
Mühendislik Tasarımı	:	Sağlık Bilimleri	:
Sosyal Bilimler	: 85	Alan Bilgisi	:

Ders Konuları

Hafta	Konu	Ön Hazırlık	Dökümanlar
1	Boksun tarihi gelişimi		
2	Boksun Dünyadaki Gelişimi		
3	Boksun Türkiyedeki Gelişimi		
4	Boksla ilgili kavramlar		
5	Ring		
6	Boks Malzemeleri		
7	Boksun Kuralları		
8	Boksun Temel Teknikleri		
9	Gard, Denge, Ayak Hareketleri		
10	Boksta Temel Yumruklar		
11	Gölge Boks, Ayna Boks		
12	Boksta Kombinasyonlar		
13	Savunma Teknikleri, Kum Torbası		
14	Amatör Boksun Tıbbi Yönleri		

Dersin Öğrenme Çıktıları

Sıra No	Açıklama
Ö01	Boksun tarihi gelişimi hakkında bilgi sahibi olma
Ö02	Boksun genel çerçevesini bilme
Ö03	Boks sporunda kullanılan malzemeleri tanıma
Ö04	Boksun kuralları hakkında bilgi sahibi olma
Ö05	Boksun temel teknikleri ve uygulamalarını öğrenme

Programın Öğrenme Çıktıları**Sıra No** **Açıklama**

P01 Öğrencileri sosyal hayata hazırlamak.

Değerlendirme Ölçütleri

Yarıyıl Çalışmaları	Sayı	Katkı
Ara Sınav	1	%40
Kısa Sınav	0	%0
Ödev	0	%0
Devam	0	%0
Uygulama	0	%0
Proje	0	%0
Yarıyıl Sonu Sınavı	1	%60
Toplam		100

AKTS Hesaplama İçeriği

Etkinlik	Sayı	Süresi	Toplam İş Yükü Saati
Ders Süresi	14	10	140
Sınıf Dışı Ç. Süresi	0	0	0
Ödevler	1	5	5
Sunum/Seminer Hazırlama	1	5	5
Ara Sınavlar	1	5	5
Uygulama	1	10	10
Laboratuvar	0	0	0
Proje	1	15	15
Yarıyıl Sonu Sınavı	1	15	15
Yarıyıl Sonu Sınavı İçin Çalışma Süresi	0	0	0
Ara Sınav İçin Çalışma Süresi	0	0	0
Toplam İş Yükü			195
AKTS Kredisi			6

Dersin Öğrenme Çıktılarının Programın Öğrenme Çıktılarına Katkıları

Katkı Düzeyi: 1: Çok Düşük 2: Düşük 3: Orta 4: Yüksek 5: Çok yüksek

	P01	Total
Tüm	5	5
Ö01	4	4
Ö02	5	5
Ö03	5	5
Ö04	5	5
Ö05	5	5
Total	29	29