

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ - SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ																	
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ																	
DERS İZLENESİ																	
Ders Kodu: REK225	Ders Adı: Seçmeli Sportif Uygulama I (Plaj Hentbolu)									Dersin Statüsü: Seçmeli			Kredi: 2		AKTS: 4		
Ders Dili: Türkçe	Dersin Türü: Yüzyüze					Ön Koşul: Yok		Yıl: 2025-2026			Dönem: Güz			Devam: %70			
Haftalık Ders Saatleri	Sınıf saati			Laboratuvar		Uygulama		Öğrenme Oturumları									
	2			0		0		*PÇ		*BP		*D		*Ö			
								0		0		0		0			
Dersin Öğrenme Kazanımları (Çıktıları)	Bu dersi tamamladıklarında öğrenciler,																
	► ÖK1	Plaj hentbolunun temel kurallarını, oyun yapısını ve puanlama sistemini açıklar.															
	► ÖK2	Plaj hentboluna özgü temel teknikleri (pas, şut, dripling, savunma) doğru biçimde uygular.															
	► ÖK3	Plaj hentbolunda hücum–savunma organizasyonlarını analiz eder ve basit taktik çözümler geliştirir.															
	► ÖK4	Farklı yaş ve düzey gruplarına uygun plaj hentbolu etkinliği/antrenmanı planlar ve uygular.															
	► ÖK5	Sahil ortamında güvenlik, risk yönetimi, saha düzeni ve ekipman kullanımını uygular.															
	► ÖK6	Plaj hentbolu etkinliklerinde iletişim, liderlik ve takım çalışmasını etkili biçimde yürütür.															
	► ÖK7	Plaj hentbolu etkinliklerinde etik, fair play ve sosyal sorumluluk ilkelerini uygular.															
	► ÖK8	Plaj hentbolu etkinliklerini değerlendirmek için basit ölçme–gözlem ve geri bildirim yöntemlerini kullanır.															
Öğrenme Kazanımının Program Yeterlilikleri ile İlişkisi		PY 1	PY 2	PY 3	PY 4	PY 5	PY 6	PY 7	PY 8	PY 9	PY 10	PY 11	PY 12				
	ÖK 1	3	3	2	2	1	2	1	1	2	1	1	1				
	ÖK 2	3	5	2	2	2	3	1	1	2	2	1	1				
	ÖK 3	3	4	4	3	1	3	2	1	2	2	1	1				
	ÖK 4	4	4	3	3	2	5	2	2	2	3	2	1				
	ÖK 5	4	3	3	2	4	4	4	1	2	2	1	1				
	ÖK 6	3	3	3	3	2	4	2	3	3	5	2	1				
	ÖK 7	3	2	2	2	1	3	5	2	5	3	3	2				
	ÖK 8	3	3	4	4	3	3	2	2	2	3	3	2				
	Katkı Düzeyi			1: Yok			2: Zayıf		3: Orta			4: İyi			5: Çok iyi		
Ders Tanımı	Bu ders, rekreasyon lisans programı kapsamında plaj hentbolunu sportif bir rekreasyon etkinliği olarak ele alır. Ders kapsamında plaj hentbolunun temel kuralları, oyun yapısı, teknik ve taktik özellikleri tanıtılır; sahil ortamına özgü güvenlik, risk yönetimi ve organizasyon ilkeleri ele alınır. Öğrencilerin plaj hentboluna özgü temel teknikleri uygulayabilmeleri, farklı yaş ve düzey gruplarına uygun etkinlik planlayabilmeleri ve takım çalışması, iletişim, liderlik gibi rekreasyonel becerileri geliştirmeleri hedeflenir. Ders, uygulama ağırlıklı olarak yürütülür ve plaj hentbolunun rekreasyon, boş zaman değerlendirme ve sosyal etkileşim boyutlarıyla bütüncül biçimde ele alınmasını amaçlar.																
Dersin Amaçları	Bu dersin amacı, öğrencilerin plaj hentbolunu rekreasyonel bir sportif uygulama olarak tanımalarını, bu branşa özgü temel teknik ve oyun yapısını uygulamalı olarak öğrenmelerini ve farklı yaş, cinsiyet ve katılımcı profillerine uygun plaj hentbolu etkinlikleri planlayabilmelerini sağlamaktır. Ders kapsamında öğrencilerin güvenli ve kapsayıcı rekreasyon ortamları oluşturma, takım çalışması ve iletişim becerilerini geliştirme, sahil ortamına özgü riskleri tanıma ve yönetme yeterlilikleri kazanmaları hedeflenmektedir. Ayrıca plaj hentbolunun boş zaman değerlendirme, sosyal etkileşim ve aktif yaşam alışkanlığı kazandırma boyutlarının fark edilmesi ve rekreasyon alanında uygulanabilir bir sportif etkinlik olarak değerlendirilmesi amaçlanmaktadır.																
Ders Kitabı / Kaynaklar	1	IHF – International Handball Federation. Beach Handball Rules of the Game & Referees’ Interpretations. (Plaj hentbolunun temel kuralları, oyun yapısı ve uygulama esasları)															
	2	Kiss, R., & Balogh, L. (2019). Beach Handball: Game, Training and Recreation. (Plaj hentbolunun teknik, taktik ve rekreasyonel boyutları)															
	3	Sevim, Y. (2002). Hentbol Antrenman Bilgisi. Bağırhan Yayınları. (Hentbolun temel teknik ve oyun ilkeleri; uyarlama için referans)															
	4	Gençlik ve Spor Bakanlığı Yayınları. Rekreasyon ve Sportif Etkinlik Modülleri. (Rekreasyonel spor uygulamaları ve etkinlik planlama örnekleri)															
	5	Gürbüz, B., & Henderson, K. A. (2014). Recreation and Leisure in Modern Society. (Rekreasyonun sosyal, katılımcı ve boş zaman boyutları)															
Dersin Öğretim Yöntemleri	Bu derste öğretim süreci; anlatım, gösterip-yaptırma, uygulama, istasyon çalışmaları, saha çalışmaları, küçük grup etkinlikleri ve performans temelli öğrenme yöntemleri kullanılarak yürütülür. Kuramsal bilgiler kısa anlatımlar ve görsel materyallerle desteklenirken, plaj hentboluna özgü teknik ve taktik beceriler uygulamalı çalışmalar yoluyla öğretilir. Öğrencilerin aktif katılımını sağlamak amacıyla oyun temelli öğrenme, problem çözme ve iş birliğine dayalı öğretim yaklaşımlarına yer verilir. Ders sürecinde gözlem, geri bildirim ve uygulama değerlendirmeleri ile öğrenme desteklenir.																
Ders İçeriği	Bu ders; plaj hentbolunun tarihsel gelişimi, temel kuralları ve oyun yapısı ile başlar. Ders kapsamında plaj hentboluna özgü saha, ekipman ve güvenlik unsurları tanıtılır. Öğrencilere temel ve ileri düzey teknik beceriler (pas, şut, savunma hareketleri), hücum ve savunma prensipleri, oyun içi rol dağılımları ve takım organizasyonu uygulamalı olarak öğretilir. Ayrıca oyun temelli öğrenme yaklaşımıyla bireysel ve takım performansını geliştirmeye yönelik etkinlikler gerçekleştirilir. Ders sürecinde fair-play, etik ilkeler, sosyal etkileşim, liderlik ve takım çalışması vurgulanır; plaj hentbolunun rekreasyonel, eğitsel ve sportif kullanım alanları değerlendirilir.																
Haftalık İşlenecek Konular	Hafta	Konu									Etkinlikler			Kaynak			
	1	Derse Giriş/ Kazanımların Aktarımı, Projelerin Tanıtımı									Ders tanıtımı, beklenti paylaşımı			1			
	2	Plaj hentbolunun tarihçesi, gelişimi ve oyun yapısı									Anlatım, video izleme			1			
	3	Plaj hentbolunda temel teknikler I (pas, top kontrolü)									Gösterip-yaptırma, uygulama			2			
	4	Plaj hentbolunda temel teknikler II (şut, dripling)									Uygulamalı teknik çalışmaları			2			
	5	Hücum prensipleri ve temel hücum organizasyonları									Küçük grup oyunları			2			
	6	Savunma prensipleri ve savunma organizasyonları									Oyun temelli uygulamalar			2			
	7	Sahil ortamında güvenlik, risk yönetimi ve ekipman kullanımı									Senaryo çalışması, saha düzeni			4			
	8	Vize sınavı									Yazılı / uygulamalı değerlendirme			1			
	9	Farklı yaş ve düzey grupları için plaj hentbolu uyarlamaları									Etkinlik planlama çalışması			3			
	10	Oyun yönetimi ve hakemlik esasları									Uygulamalı oyun yönetimi			1			
	11	Takım çalışması, iletişim ve liderlik									Grup oyunları ve geri bildirim			5			
	12	Fair play, etik ve sosyal sorumluluk									Tartışma, örnek olay analizi			5			
	13	Rekreasyonel plaj hentbolu etkinliği planlama									Dönem projesi hazırlığı			4			
	14	Dönem projelerinin sunumu									Öğrenci sunumları			4			
	15	Genel tekrar ve uygulama değerlendirmeleri									Oyun ve performans analizi			2			
	16	Final Sınavı									Uygulama / performans değerlendirmesi			1			
Değerlendirme Kriterleri	Yöntem								Katkısı %	Kaynak		Ölçülen Öğrenme Kazanımları (Çıktıları)					
	1	Derse Katılım								10	2, 4, 5		ÖK2, ÖK4, ÖK6, ÖK7				
	2	Dönem Projesi / Araştırma Raporu								30	3, 4, 5		ÖK3, ÖK4, ÖK5, ÖK8				
	3	Ara Sınav (Vize)								20	1, 2		ÖK1, ÖK2, ÖK3				
	4	Final Sınavı								40	1, 2, 4		ÖK1, ÖK2, ÖK3, ÖK4, ÖK5, ÖK8				
Yapay Zeka Kullanım Sınırlılıkları	*	Yapay zekâ araçları yalnızca öğrenmeyi desteklemek amacıyla kullanılabilir.															
	*	Ödev, rapor ve projelerde yapay zekâdan alınan metinler doğrudan kopyalanamaz.															
	*	Yapay zekâdan yararlanıldığında, kullanılan araç ve katkı düzeyi belirtilmelidir.															
	*	Üretilen içeriklerin doğruluğu, etik uygunluğu ve kaynak gösterimi öğrencinin sorumluluğundadır.															
	*	Akademik dürüstlük ilkeleri gereği, yapay zekâ kullanımı sınav ve değerlendirme süreçlerinde yasaktır.															
Öğrenme Programı																	
Eğitim Aracı													Miktar	Öğrenci İş Yükü (Saat)			
Teorik Derslere Katılım													14	2		28	
Ders Öncesi Bireysel Hazırlık													14	1		14	
Okuma / Kaynak İnceleme													14	2		28	
Ara Sınav Hazırlığı													1	8		8	
Ara Sınav													1	1		1	
Final Sınavı Hazırlığı													1	15		15	
Final Sınavı													1	1		1	
Dönem Projesi (Araştırma+Yazım+Sunum)													1	20		20	
Sunum Hazırlığı													1	5		5	
Toplam İş Yükü:							120			Öngörülen AKTS Kredisi (Toplam İş Yükü / 30) :				4	Yaklaşık:	4	
*Etdinlikler için: PÇ: Problem Çözme Oturumları BP: Bilgi Pekiştirici Oturumlar D: Düzeltici Oturumlar Ö: Öğretici Oturumlar																	