

Dersin Tanımı					
Adı	Kodu	Yarıyıl	T+U Saat	Kredi	AKTS
İLERİ EGZERSİZ FİZYOLOJİSİ	FTRD1213105	Bahar Dönemi	2+0	2	9
Ön Koşul Dersleri					
Önerilen Seçmeli Dersler					
Dersin Dili	Türkçe				
Dersin Seviyesi	Doktora				
Dersin Türü	Zorunlu				
Dersin Koordinatörü	Prof.Dr. Mitat KOZ				
Dersi Verenler	Prof.Dr. Mitat KOZ				
Dersin Yardımcıları					
Dersin Amacı	Egzersizin insan organizmasının fizyolojik yapı ve fonksiyonlarını nasıl değiştirdiğine yoğunlaşarak ayrıntılı bilginin değerlendirmektir.				
Dersin İçeriği	Bu ders; Egzersizlerin sınıflandırılması ve biyoenerjisi,Kalp-damar sisteminin egzersize uyumu,Solunum sisteminin egzersize uyumu,Sinir-kas sisteminin egzersize uyumu,Kan ve egzersize uyumu,Endokrin sistem ve egzersize uyumu,Genel tekrar,Farklı ısı koşullarında egzersizlere uyumlar,Hipo ve hiperbarik koşullarındaki egzersizlere uyumlar,Egzersiz için kontrendikasyonlar ve kısıtlayıcı koşullar,Laboratuar ve saha koşullarında egzersiz testleri,Sporcu beslenmesi ve ergojenik maddeler,Sporda doping ve sür-antrenman,Genel tekrar ve tartışma; konularını içermektedir.				
Dersin Öğrenme Çıktıları				Öğretim Yöntemleri	Ölçme Yöntemleri
Akut ve/veya kronik olarak uygulanan egzersiz süreçlerini ve bu süreçte devrede olan ve olmayan homeostatik değişiklikleri ayırt edebilmesi				1, 11, 4	A, E
Sportif performansa etkili unsurları tartışabilmesi				1, 11, 4	A, E
Farklı spor disiplinlerinde rol alan egzersiz tiplerinin mekanizmalarını tartışabilmesi				1, 11, 4	A, E
Sporcu beslenmesi, ergojenik maddeler ve dopingi açıklayabilmesi				1, 11, 4	A, E
Laboratuar ve saha koşullarında uygulanan egzersiz testlerinin sonuçlarını tartışabilmesi				1, 11, 4	A, E
Egzersiz programlarının fizyolojik anlamlarını özümseyebilmesi				1, 11, 4	A, E
Öğretim Yöntemleri	1: Anlatım, 11: Seminer, 4: Alıştırma ve Uygulama				
Ölçme Yöntemleri	A: Yazılı sınav, E: Kısa Sınav				
Ders Akışı					
Sıra	Konular	Ön Hazırlık			
1	Egzersizlerin sınıflandırılması ve biyoenerjisi	1. kaynak sayfa, 451-584			
2	Kalp-damar sisteminin egzersize uyumu	1. kaynak sayfa, 303-352			
3	Solunum sisteminin egzersize uyumu	1. kaynak sayfa, 253-302			
4	Sinir-kas sisteminin egzersize uyumu	1. kaynak sayfa, 376-398			
5	Kan ve egzersize uyumu	1. kaynak sayfa, 333-335, 346			
6	Endokrin sistem ve egzersize uyumu	1. kaynak sayfa, 400-442			
7	Genel tekrar	Önceki sunumların çalışılması			
8	Farklı ısı koşullarında egzersizlere uyumlar	1. kaynak sayfa, 611-639			
9	Hipo ve hiperbarik koşullarındaki egzersizlere uyumlar	1. kaynak sayfa, 591-609			
10	Egzersiz için kontrendikasyonlar ve kısıtlayıcı koşullar	1. kaynak sayfa, 451-483			
11	Laboratuar ve saha koşullarında egzersiz testleri	1. kaynak sayfa, 491-532			
12	Sporcu beslenmesi ve ergojenik maddeler	1. kaynak sayfa, 81-104			
13	Sporda doping ve sür-antrenman	http://dergipark.gov.tr/download/article-file/297092			
14	Genel tekrar ve tartışma	Önceki sunumların çalışılması			
Değerlendirme Yöntemleri		Sınava Katkısı			
Ara Sınav		50			
Genel Sınav		50			

Kaynaklar

- Ppt1-Mcardle WD, Katch FI, Katch VL. Exercise Physiology. 7th Ed. Lippincott Williams and Wilkins, Philadelphia, 2010.
2-Wasserman K, Hansen JE, Sue DY, Casaburi R, Whipp BJ. Principles of Exercise Testing and Interpretation Including Pathophysiology And Clinical Applications. 3rd Ed. Baltimore: Lippincott Williams and Wilkins 1999.
3-Robergs RA, Roberts SO. Exercise Physiology; Exercise Performance And Clinical Applications 1st Ed. Boston Mosby: 1997