

# TÜRKİYE KANO FEDERASYONU ANTRENÖR EĞİTİMİ TALİMATI

## BİRİNCİ BÖLÜM

### Amaç, Kapsam, Dayanak ve Tanımlar

#### Amaç

**MADDE 1 -** (1) Bu Talimatın amacı, kano spor dalına performans ve/veya rekreatif amaçlı katılan her yaştaki bireylerin eğitiminde görev alacak antrenörlerin eğitimi ve görev alanları ile ilgili usul ve esasları belirlemektir.

#### Kapsam

**MADDE 2 -** (1) Bu Talimat, Türkiye Kano Federasyonu bünyesindeki antrenör eğitim programları ile bu programların uygulanmasına ilişkin usul ve esasları kapsar.

#### Dayanak

**MADDE 3-** (1) Bu Talimat 14/12/2019 tarihli ve 30978 sayılı Resmi Gazete’de yayımlanarak yürürlüğe giren Antrenör Eğitimi Yönetmeliğine dayanılarak hazırlanmıştır.

#### Tanımlar

**MADDE 4 -** (1) Bu Talimatta geçen;

- a) Antrenör: Gençlik ve Spor Bakanlığı ve Türkiye Kano Federasyonundan alınan antrenörlük belgesine sahip kişiyi,
- b) Antrenörlük belgesi: Kano spor dalında kademeler itibarıyla verilen belgeyi,
- c) Antrenör eğitim programı: Kademeler itibarıyla temel eğitim ve uygulama eğitiminden oluşan programı,
- ç) Bakan: Gençlik ve Spor Bakanını,
- d) Bakanlık: Gençlik ve Spor Bakanlığını,
- e) Eğitici: Antrenör eğitim programında görev yapmak üzere Bakanlık tarafından görevlendirilen kişiyi,
- f) Eğitim kurulu: Türkiye Kano Federasyonu Eğitim Kurulunu,
- g) Eğitim kurumu: Antrenör eğitim programında görev yapmak üzere Bakanlık tarafından yetkilendirilen kurum veya kuruluşu,
- ğ) Eğitim yöneticisi: Uygulama eğitimini sevk ve idare etmek üzere Federasyon tarafından görevlendirilen kişiyi,
- h) Federasyon: Türkiye Kano Federasyonu Başkanlığını,
- ı) Gelişim semineri: Antrenörlerin bilimsel ve teknik kapasitelerini artırmaya yönelik eğitim faaliyetlerini,
- i) Sınav komisyonu/komisyonları: Sınav Kurulu tarafından antrenör eğitim programı sınavlarına ilişkin iş ve işlemleri yerine getirmekle görevlendirilen komisyon/komisyonları,
- j) Sınav kurulu: 14/12/2019 tarihli ve 30978 sayılı Resmi Gazete’de yayımlanan Antrenör Eğitimi Yönetmeliği’nin 13 üncü maddesine göre kurulan, temel eğitim ve uygulama eğitimi sınavını yürütmekle görevli kurulu,
- k) Talimat: Türkiye Kano Federasyonu Antrenör Eğitimi Talimatını,
- l) Temel eğitim: Kademeler itibarıyla antrenör eğitim programı kapsamında yapılan teorik eğitimi,
- m) Temel eğitim sınavı: Kademeler itibarıyla antrenör eğitim programı kapsamında yapılan temel eğitim sınavını,
- n) Uygulama eğitimi: Kademeler itibarıyla antrenör eğitim programı kapsamında yapılan uygulama eğitimini,
- o) Uygulama eğitimi sınavı: Kademeler itibarıyla antrenör eğitim programı kapsamında yapılan uygulama eğitim sınavını,
- ö) Yönetim kurulu: Türkiye Kano Federasyonu Yönetim Kurulunu,



p) Yönetmelik: 14/12/2019 tarihli ve 30978 sayılı Resmi Gazete’de yayımlanan Antrenör Eğitimi Yönetmeliğini, ifade eder.

## İKİNCİ BÖLÜM

### Antrenör Eğitim Programı ve Sınavlara İlişkin Esaslar

#### Antrenör eğitim programı

**MADDE 5** - (1) Antrenör eğitim programı, gençlik ve spor il müdürlükleri ile sporla ilgili diğer kurum ve kuruluşların ihtiyaçları esas alınarak temel eğitim ve uygulama eğitimi olarak düzenlenir.

(2) Temel eğitim, Bakanlık veya yetkilendireceği eğitim kurumu tarafından beş kademe olarak düzenlenir.

(3) Uygulama eğitimi, antrenörlük kademeleri arasındaki geçiş süreleri ve başvurular da dikkate alınarak her kademe için yılda en az bir kez düzenlenir.

#### Uygulama eğitimi, sınav duyurusu ve başvurusu

**MADDE 6** - (1) Uygulama eğitimine katılacak aday sayısı, başvuru sayısı dikkate alınmak suretiyle Federasyonun teklifi ve Bakanlığın onayı ile belirlenir.

(2) Uygulama eğitim ve sınavına katılacak aday sayısı ile şartları, başvuru yeri, süresi, usulü ve diğer hususlar Bakanlık ve Federasyonun internet sitesinde duyurulur.

#### Uygulama eğitimine katılacak adaylarda aranılacak şartlar

**MADDE 7** - (1) Uygulama eğitimine katılacak adaylarda aşağıdaki şartlar aranır:

a) Türkiye Cumhuriyeti vatandaşı olmak.

b) En az lise veya dengi okul mezunu olmak.

c) Görevini devamlı yapmasına engel olabilecek vücut veya akıl hastalığı ile malûl bulunmamak.

ç) Taksirli suçlar ile kısa süreli hapis cezasına seçenек yaptırımlara çevrilmiş veya aşağıda sayılan suçlar dışında tecil edilmiş hükümler hariç olmak üzere, kasten işlenen bir suçtan dolayı bir yıl veya daha fazla süreyle hapis cezasına ya da affa uğramış olsa bile Devletin güvenliğine karşı suçlar, anayasal düzene ve bu düzenin işleyişine karşı suçlar, zimmet, irtikâp, rüşvet, hırsızlık, dolandırıcılık, sahtecilik, güveni kötüye kullanma, hileli iflas, ihaleye fesat karıştırma, edimin ifasına fesat karıştırma, suçtan kaynaklanan malvarlığı değerlerini aklama, kaçakçılık veya cinsel dokunulmazlığa karşı suçlar, fuhuş, uyuşturucu ve uyarıcı madde imal ve ticareti, kullanımı, kullanımını kolaylaştırma, kullanmak için satın alma, kabul etme veya bulundurma, haksız mal edinme, şike ve teşvik primi suçlarından mahkûm olmamak.

d) En az on sekiz yaşını bitirmiş olmak.

e) 13/7/2019 tarihli ve 30830 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Disiplin Yönetmeliği ile Federasyonun Disiplin Talimatına göre son üç yıl içinde olmak şartıyla bir defada altı aydan fazla veya toplamda bir yıldan fazla ceza almamış olmak.

f) Yüzme bildiğine dair yazılı taahhütname.

g) Bu Talimatın 17 nci madde hükümleri saklı kalmak kaydıyla aynı veya daha üst kademedeki temel eğitim sınavında başarılı olmak.

(2) Birinci fıkranın (e) bendinde yer alan hüküm; dopingle mücadele kural ihlali sebebiyle iki yıl ve üzeri hak mahrumiyeti cezası alanlar yönünden ceza alınan süre boyunca bu Talimat kapsamında yapılacak antrenör eğitim programlarına katılmama şeklinde uygulanır.

(3) Uygulama eğitimine başvuran aday sayısının ilan edilen kontenjandan fazla olması halinde yukarıda yer alan koşulların yanında sırasıyla:

a) Kano branşlarında milli sporcu olmak,

b) Kano branşlarında lisanslı sporcu olmak,



- c) Kano branşlarında ulusal ve uluslararası müsabakalarda almış olduğu dereceleri belgelemek,
- ç) Üniversitelerin beden eğitimi ve spor eğitimi veren yükseköğrenim kurumlarında kano dersi almış olmak,
- d) Üniversite ve yüksekokullardan mezun olmak,
- e) Yabancı dil bildiğini belgelemek, eğitime alınmada tercih sebebidir.

#### **Uygulama eğitimi**

**MADDE 8 - (1)** Uygulama eğitimi beş kademe olarak düzenlenir. Kademelere göre uygulama eğitimine ilişkin dersler, derslerin saatleri ve derslerin içerikleri ekte düzenlenmiştir.

(2) Uygulama eğitimine ilişkin başvuru, kayıt, ücret ve diğer hususlar; Federasyonun teklifi ve Bakanlık onayı ile belirlenerek Bakanlık ve Federasyonun internet sitesinden duyurulur ve duyuruda belirtilen usule göre yürütülür.

#### **Uygulama eğitimi eğiticilerinin niteliği**

**MADDE 9 - (1)** Uygulama eğitiminde görev alan eğiticilerin aynı spor dalında en az bir üst kademe antrenörlük belgesine sahip olması gerekir. Üst kademe antrenörlük belgesine sahip eğitici bulunmaması halinde aynı kademede belgeye sahip eğitici görevlendirilebilir.

(2) Bakanlık tarafından uygun görülmesi halinde antrenör uygulama eğitiminde spor uzmanı, yabancı spor uzmanı veya yabancı antrenör görevlendirilebilir.

#### **Devam zorunluluğu**

**MADDE 10 - (1)** Uygulama eğitiminde devamsızlık süresi, her ne sebeple olursa olsun toplam ders saatinin yüzde onunu geçemez.

(2) Birinci fıkrada belirlenen sürenin üzerinde devamsızlık yapan antrenör adaylarının uygulama eğitimiyle ilişkileri kesilir.

#### **Uygulama eğitimi sınav kurulu ve komisyonları**

**MADDE 11 - (1)** Sınav Kurulu, sınavlara ilişkin hususların tespit edilmesi, sınavların yapılması, yaptırılması, sonuçlarının değerlendirilmesi, ilan edilmesi, itirazların sonuçlandırılması ve sınavla ilgili diğer işlemlerin komisyon/komisyonlar marifetiyle yürütülmesinden sorumludur.

(2) Sınav komisyonu/komisyonları; Sınav Kurulu tarafından Federasyonun teklifi üzerine görevlendirilecek bir başkan, en az iki asıl ve aynı sayıda yedek üyeden oluşur. Sınav Kurulu tarafından gerek görülmesi halinde ayrıca Bakanlık personeli arasından bir veya birden fazla üye görevlendirilebilir.

(3) Sınav komisyonu/komisyonları başkan ve üyeleri; boşanmış olsalar dahi eşlerinin, üçüncü dereceye kadar (bu derece dâhil) kan ve kayın hısımlarının ve evlatlık ilişkisi içinde bulunanların katıldıkları sınavlarda görev alamazlar. Bu durumda olanların yerlerine sırasıyla yedek üyeler katılır.

(4) Sınav komisyonunun sekretarya hizmetleri, Federasyon tarafından yürütülür.

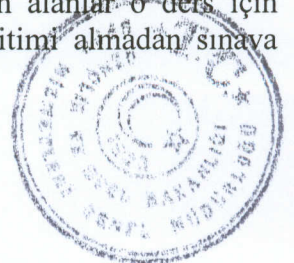
#### **Uygulama eğitimi ve sınavının değerlendirilmesi**

**MADDE 12 - (1)** Temel eğitimi başarı ile tamamlayan adaylar, Bakanlık bilişim sistemi aracılığıyla uygulama eğitimine başvurabilir.

(2) Uygulama eğitimi sınavına ilişkin hususlar aşağıda belirtilmiştir:

a) Uygulama eğitiminin sonunda derslerin özelliklerine göre ayrı ayrı yapılacak uygulama sınavının yanı sıra, yazılı ve/veya sözlü sınav yapılabilir.

b) Her ders için sınav sonuçları yüz tam puan üzerinden ayrı ayrı değerlendirilir. Sınavlarda uygulama eğitim derslerinden en az yetmiş ve üzeri puan alanlar o ders için başarılı sayılır. Başarısız olan adaylar, o dersten tekrar uygulama eğitimi almadan sınava giremez.



c) Kademeler itibarıyla uygulama eğitiminde yer alan derslerin sınavlarından başarısız olanlar daha sonra açılacak aynı kademedeki uygulama eğitiminde başarısız olduğu dersin eğitimine ve sınavına, ilk uygulama eğitimi kayıt tarihinden itibaren dört yıl içerisinde en fazla dört defa katılabilir. Bu süre sonunda başarısız olanlar ile uygulama eğitiminde yer alan derslerin tümünden başarısız olanlar ilgili kademedeki uygulama eğitimini tekrarlamak zorundadır.

ç) Uygulama eğitimini tamamlayarak yapılacak sınavda başarılı olanlar, mevzuatında aranan diğer şartları taşımaları halinde ilgili kademedeki antrenörlük belgesi almaya hak kazanır.

#### **Sınav sonuçlarına itiraz**

**MADDE 13 - (1)** Adaylar, sınav sonuçlarının ilan edilmesinden itibaren beş iş günü içerisinde, duyuruda belirtilen usulde itiraz edebilir. İtirazlar, on beş iş günü içerisinde incelenerek karara bağlanır.

#### **Antrenör gelişim semineri**

**MADDE 14 - (1)** Bakanlık veya Federasyon her kademedeki antrenörlere yönelik ulusal veya uluslararası antrenör gelişim semineri düzenleyebilir.

(2) Ulusal veya uluslararası kurum ve kuruluşlar tarafından düzenlenen seminerler, Yönetmeliğin 16 ncı maddesinin ikinci fıkrası kapsamında yürütülür.

### **ÜÇÜNCÜ BÖLÜM**

#### **Antrenörlük Kademeleri, Kademelerin Görev Tanımları, Geçiş İşlemleri, Hak ve Muafiyetler, Belge Verilmesi ve İptali**

#### **Antrenörlük kademeleri ve görev tanımları**

**MADDE 15 - (1)** Antrenörlük kademeleri ve görev tanımlarında Yönetmeliğin 18 inci maddesi esas alınır.

#### **Antrenör eğitim programı kademeleri arasında geçiş işlemleri**

**MADDE 16 - (1)** Temel eğitim sınavına katılıp başarılı olan adaylar için temel eğitim sınav sonuçlarının geçerlilik süresi dört yıldır. Adaylar, temel eğitim sınav sonuçları geçerlilik süresi boyunca aynı kademedeki uygulama eğitimine ve daha alt kademedeki uygulama eğitimine katılabilir.

(2) Adayların herhangi bir kademedeki uygulama eğitimine katılabilmeleri için ilgili kademe veya daha üst kademedeki temel eğitimi tamamlayarak yapılacak sınavda başarılı olmaları gerekir.

(3) Uygulama eğitimi;

a) Yardımcı antrenör (birinci kademe) uygulama eğitimi; birinci kademe temel eğitimi tamamlayarak yapılacak sınavda başarılı olup antrenörlüğe başlayacaklara,

b) Temel antrenör (ikinci kademe) uygulama eğitimi; yardımcı antrenörlük belgesine sahip, belge tarihi üzerinden en az bir yıl geçen antrenörlere,

c) Kıdemli antrenör (üçüncü kademe) uygulama eğitimi; temel antrenörlük belgesine sahip, belge tarihi üzerinden en az iki yıl geçen ve temel antrenörlük belgesine sahip olduktan sonra en az iki gelişim seminerine katıldığını belgeleyen antrenörlere,

ç) Başantrenör (dördüncü kademe) uygulama eğitimi; kıdemli antrenörlük belgesine sahip, belge tarihi üzerinden en az iki yıl geçen ve kıdemli antrenörlük belgesine sahip olduktan sonra en az iki gelişim seminerine katıldığını belgeleyen antrenörlere,

d) Teknik direktör (beşinci kademe) uygulama eğitimi; başantrenörlük belgesine sahip, belge tarihi üzerinden en az iki yıl geçen ve başantrenörlük belgesine sahip olduktan sonra en az iki gelişim seminerine katıldığını belgeleyen antrenörlere, yönelik düzenlenen eğitimdir.



## **Üniversitelerin spor bilimleri alanı lisans eğitimi mezunları hak ve muafiyetleri**

**MADDE 17 - (1)** Üniversitelerin spor bilimleri alanında lisans eğitimi veren fakülte veya yüksekokullarının antrenörlük eğitimi bölümü/programı mezunlarının hak ve muafiyetleri aşağıdaki gibidir:

a) Kano spor dalını ihtisas/uzmanlık olarak aldığını belgeleyenler, temel eğitim ve sınavından muaf olup, kıdemli antrenörlük uygulama eğitimi ve sınavına katılarak başarılı olmaları halinde kıdemli antrenörlük belgesi almaya hak kazanır.

b) İhtisas/uzmanlık spor dalı kano olmayıp en az bir dönem kano spor dalında eğitim aldığını belgeleyenler kano spor dalında yardımcı antrenörlük belgesi almaya hak kazanır. Bu bent kapsamında daha önce farklı bir spor dalını tercih ederek ilgili spor dalından yardımcı antrenörlük belgesi aldığı tespit edilen ilgilinin, kano yardımcı antrenörlük belgesi iptal edilir.

c) Antrenörlük eğitimi bölümü/programı mezunu olanlar; mezuniyet tarihinden itibaren dört yıl boyunca kano spor dalında, kıdemli antrenörlük ve temel antrenörlük temel eğitimi ve sınavından muaftır.

(2) Üniversitelerin spor bilimleri alanında lisans eğitimi veren fakülte veya yüksekokullarının antrenörlük eğitimi bölümü dışında kalan mezunlardan;

a) Kano spor dalında en az iki dönem eğitim aldığını belgeleyenler, temel eğitim ve sınavından muaf olup kano spor dalını tercih etmeleri ve uygulama eğitimi ve sınavına katılarak başarılı olmaları halinde temel antrenörlük belgesi almaya hak kazanır. Bu bent kapsamında daha önce farklı bir spor dalını tercih ederek ilgili spor dalından temel antrenörlük belgesi aldığı tespit edilen ilgilinin, kano temel antrenörlük belgesi iptal edilir.

b) En az bir dönem kano spor dalında eğitim aldığını belgeleyenler kano spor dalında yardımcı antrenörlük belgesi almaya hak kazanır. Bu bent kapsamında daha önce farklı bir spor dalını tercih ederek ilgili spor dalından yardımcı antrenörlük belgesi aldığı tespit edilen ilgilinin, kano yardımcı antrenörlük belgesi iptal edilir.

c) Antrenörlük eğitimi bölümü dışında kalan mezunlar, mezuniyet tarihinden itibaren dört yıl boyunca kano spor dalında temel antrenörlük temel eğitimi ve sınavından muaftır.

(3) Üniversitelerin spor bilimleri alanında lisans eğitimi veren fakülte veya yüksekokullarından lisans mezunu olanlar, tüm spor dallarında yardımcı antrenörlük temel eğitim ve sınavından muaftır.

(4) Üniversitelerin spor bilimleri alanında lisans eğitimi veren fakülte veya yüksekokullarından çift ana dal mezunu olanlar, bu maddenin birinci ve ikinci fıkraları hükümlerine istinaden, her bir ana dal için ayrı ayrı olmak üzere ilgili spor dalında durumlarına uygun antrenörlük belgesi almaya hak kazanır.

(5) Yurt dışındaki üniversitelerin spor bilimleri alanında eğitim veren fakülte veya yüksekokul lisans mezunu olanlardan, Yükseköğretim Kurulu tarafından kabul edilen öğrenim denkliğini ve spor dalındaki ihtisaslarını belgeleyenler, temel eğitim ve sınavından muaf olup, Bakanlık veya Federasyon tarafından açılan uygulama eğitimi ve sınavlarına katılarak başarılı olmaları halinde, durumlarına uygun antrenörlük belgesi almaya hak kazanır.

## **Başarılı sporcu ve antrenörlerinin hak ve muafiyetleri**

**MADDE 18 - (1)** Başarılı sporcu ve antrenörlerinin hak ve muafiyet işlemleri Yönetmeliğin 22 nci maddesinde belirtilen usul ve esaslara göre gerçekleştirilir.

## **Ortaöğretim mezunlarının hak ve muafiyetleri**

**MADDE 19 - (1)** Ortaöğretim mezunlarının hak ve muafiyet işlemleri Yönetmeliğin 23 üncü maddesinde belirtilen usul ve esaslara göre gerçekleştirilir.

## **Antrenörlük belgesi**

**MADDE 20 - (1)** Antrenörlük belgesi, Yönetmeliğin 24 üncü maddesinde belirtilen esaslara ve bu Talimata uygun şekilde Federasyona başvuru üzerine Bakanlık onayı ile verilir.



**Antrenörlük belgesi denklik işlemleri**

**MADDE 21** - (1) Antrenörlük belgesi denklik işlemlerinde Yönetmeliğin 25 inci maddesi esas alınır.

**Antrenörlük belgesinin iptali**

**MADDE 22** - (1) Antrenörlük belgesinin iptali, Yönetmeliğin 26 ncı maddesinde belirtilen usul ve esaslara göre gerçekleştirilir.

**DÖRDÜNCÜ BÖLÜM**  
**Çeşitli ve Son Hükümler**

**Talimatta yer almayan hükümler**

**MADDE 23** - (1) Bu Talimatta yer almayan hususlar hakkında Yönetmelik hükümleri uygulanır.

**Öğretim üyeleri ile öğretmenlerin hak ve muafiyetleri**

**MADDE 24** - (1) Öğretim üyeleri ile öğretmenlerin hak ve muafiyet işlemleri Yönetmeliğin geçici 2 nci maddesinde belirtilen usul ve esaslara göre gerçekleştirilir.

**Yürürlükten kaldırılan mevzuat**

**MADDE 25** - (1) 06/12/2011 onay tarihli Gençlik ve Spor Bakanlığı Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü internet sitesinde yayımlanan Türkiye Kano Federasyonu Antrenör Eğitim Talimatı yürürlükten kaldırılmıştır.

**Yürürlük**

**MADDE 26** - (1) Bu Talimat, Bakanlığın internet sitesinde yayımlandığı tarihte yürürlüğe girer.

**Yürütme**

**MADDE 27** - (1) Bu Talimat hükümlerini Türkiye Kano Federasyonu Başkanı yürütür.

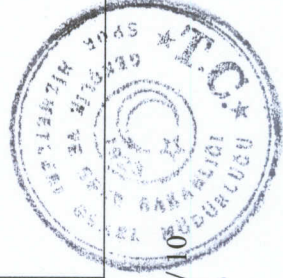


*(Handwritten signature)*

Ek:

TÜRKİYE KANO FEDERASYONU ANTRENÖR EĞİTİMİ TALİMATIUYGULAMA EĞİTİMİ PROGRAMI

Dersin Adı	1. Kademe Ders İçeriği ve Saati	2 Kademe Ders İçeriği ve Saati	3. Kademe Ders İçeriği ve Saati	4.Kademe Ders İçeriği ve Saati	5. Kademe Ders İçeriği ve Saati
Üst Düzey Antrenman Planlanması ve Programlanması				-Uzun vadeli antrenman planlama tipleri -Dünya şampiyonaları, Dünya Kupaları ve Avrupa şampiyonalarına hazırlık stratejileri -Olimpik düzeyde antrenman periyotlaması -Olimpik düzeyde antrenman programlarının hazırlığı ve etkinlik kontrolleri -Olimpiyatlarda zirve dönemi zamanlaması <b>20 Saat (Z)</b>	
Özel Kondisyon Antrenmanı ve Metotları					-Kano spor dalında destek antrenmanlarını yeri ve önemi - Fonksiyonel antrenman planlaması -Kor antrenmanlarının yeri ve önemi <b>10 Saat (S)</b>
Müسابaka Yönetimi ve İlkeleri					-Sporcuların yarışma mesafelerini belirleme stratejileri - Ekip yarışmalara katılacak sporcuların moral ve motivasyonel hazırlıkları -Yarınmalar süresince stres yönetimi -Yarınma kuralları-teknik ve taktik konular <b>10 Saat (S)</b>



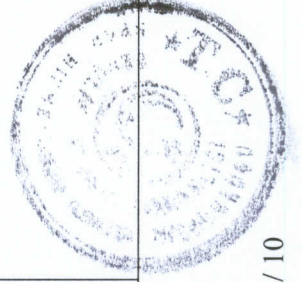
7 / 10

<p><b>Antrenörlük Uygulamasında Yeni Arayış ve Gelişmeler</b></p>	<p>-Kano ve Kayak da sporcu seçimi -Yaş Gruplarının Öğretilmesi - Yaş Gruplarına Göre Antrenman Planlaması -Yaş Gruplarında Yarışma Kategorileri -Enerji Sistemleri -Kano Sporu da Kullanılan Temel Antrenman Prensipleri</p>	<p>-Spor dalına özgü antrenman planlaması, Kullanılan Antrenman Yöntemleri -Dayanıklılık antrenmanlarının temel prensipleri (aerobic, anaerobic) -Yaş gruplarında dayanıklılık antrenmanlarının planlaması -Sürat antrenmanlarının prensiplerine giriş</p>	<p>-Sporcularda Fiziksel ve psikolojik yeteneklerin geliştirilmesi -Kano da baskın motorik özelliklerin geliştirilmesi -Yıllık, aylık, haftalık ve günlük antrenman planlarının birbirleri ile entegre edilmesi -Antrenman planlarının sporcu performansına etkilerinin incelenmesi</p>	<p>-Kano sporunun spor bilimleri ile ilişkisi - Sporcu Performansında başarılı için gerekli faktörler -Yüksek dayanıklılık kapasitesi -Yüksek hız kabiliyeti - Yarış başlangıç noktasında patlayıcı kuvvet yeteneği -Yüksek hızı koruma (hız dayanıklılığı) -Mesafeye göre uygun hız -Dünya ve Avrupa şampiyonalarına göre antrenman planlamaları yapmak</p>	<p>-Kano antrenör uygulamalarında çağdaş yaklaşımlar -Antrenörlerin iletişim becerileri Antrenörlerin yeni teknoloji kullanımları ve bu sistemlerin antrenmanlara entegrasyonu</p> <p><b>10 Saat (Z)</b></p>
<p><b>Özel Antrenman Bilgisi</b></p>	<p><b>10 Saat</b></p>	<p><b>10 Saat</b></p>	<p><b>12 Saat</b></p>	<p><b>20 Saat</b></p>	<p><b>20 Saat</b></p>
<p><b>Spor Dalı Gözlem ve Değerlendirme</b></p>	<p><b>10 Saat</b></p>	<p><b>10 Saat</b></p>	<p><b>12 Saat</b></p>	<p><b>20 Saat</b></p>	<p><b>20 Saat</b></p>
<p><b>Spor Dalı Oyun Kuralları Bilgisi</b></p>	<p><b>2 Saat</b></p>	<p><b>4 Saat</b></p>	<p><b>4 Saat</b></p>	<p><b>4 Saat</b></p>	<p><b>4 Saat</b></p>





<p><b>Spor Dalı Teknik Taktik</b></p>	<p>-Spor dalına özgü teknik taktik uygulamalar -kürek seçimi -sporcuya göre kürek ayarlaması -Kanonun taşınması ve suya indirilmesi tekniği -kayağa oturuş ve çıkış tekniğinin öğretilmesi -kürek tutuş pozisyonu -temel kürek çekme tekniği, -Kanoda ve kayak da temel duruş pozisyonu -Denge geliştirme alıştırmaları -suda güvenlik</p>	<p>-Sporcu yaşına ve fiziksel özelliklerine uygun kano seçimi -Tekli yarış teknelerinde kürek çekme seviyesinin geliştirilme dirilleri -Sporcuların kano ve kayak da denge geliştirme dirilleri -Her iki disiplinde kürek çekme tekniklerinin mükemmelleştirme çalışmaları -Teknik açıdan kürek palasının suya girişi, suyu yakalama ve çekme, sudan çıkma -Kanoda kürek çekme esnasında denge ve vücudun uygun pozisyonu -Suya güç aktarım prensibi(ayak basma tekniği) -Toparlanma evresi</p>	<p>-Maksimum tekne hızı üreten ideal hareket döngüsü - tekniğin amacı - tekniğin geliştirilmesi: İlk günden başlayarak sporcunun kariyerinin sonuna kadar olan süreli süreç! - tekniğin, tekne hızının belirlenmesinde ki önemi - Kano sporunda tekniği etkilen bileşenler</p>	<p><b>32 saat</b></p>	<p><b>50 saat</b></p>	<p><b>50 saat</b></p>	<p><b>50 saat</b></p>	<p><b>20 saat</b></p>	
<p><b>Üst Düzey Teknik Antrenman</b></p>				<p>-Kano ve Kayak da duruş pozisyonundan kaynaklanan teknik hatalar ve düzeltme çalışmaları -Sporcuların Kano ergosun da kürek çekme tekniğini geliştirici çalışmalar -Start anında güç aktarımı Start tekniği geliştirme -Ekip kanolarında sporcuların kürek tekniklerinde senkronizasyonunu sağlamak - yarış bitirme hattında yorgunluğa karşı teknik becerinin korunması</p>					<p><b>20 saat</b></p>



9 / 10

<p><b>Üst Düzey Taktik Antrenman</b></p>				<p>-Yarışma stres yönetimi -Yarışma parkuru,hava koşulları vb. dış etkilerin yarış taktiği geliştirmedeki etkisi -Yarışa başlama (start) anında konsantrasyonun taktiksel olarak kullanılma prensipleri -Yarışma esnasında tempo kontrolleri -Sürat ve dayanıklılık açısından yarışma mesafelerinin analizi -Rakip sporcunun yarışma taktik anlayışlarının yapılması - Yarış bitirme hattında hız, denge ve kuvvet kontrolü <b>30 saat</b></p>	<p><b>100 SAAT</b></p>
<p><b>Üst Düzey Teknik Taktik Antrenman</b></p>			<p>-Tekli Kano kürek çekme tekniğini mükemmelleştirme çalışmaları -Kano ergosun da teknik antrenman -K1 ve C1 olimpik yarışma mesafeleri için çalışma örnekleri - İkili tekne sınıflarında doğru sporcu seçimi - K2 ve C2 de teknik uyum denge ve kuvvet aktarım alıştırmaları - K4 ve C4 de sporcu seçimi - K4 ve C4 de teknik uyum denge ve kuvvet aktarım alıştırmaları -K2-K4-C2-C4 sınıflarında yarışma stratejileri -Çoklu kanu sınıflarında sporcuların sıralama stratejileri <b>60 Saat</b></p>	<p><b>100 SAAT</b></p>	
<p><b>Toplam Ders Saati</b></p>	<p><b>44 SAAT</b></p>	<p><b>64 SAAT</b></p>	<p><b>62 SAAT</b></p>	<p><b>100 SAAT</b></p>	

Z: Zorunlu, S: Seçmeli

10 / 10

