

# TÜRKİYE KICK BOKS FEDERASYONU SPORCU KAMP VE EĞİTİM TALİMATI

## BİRİNCİ BÖLÜM

### Amaç, Kapsam, Dayanak ve Tanımlar

#### Amaç

**Madde 1-(1)** Bu Talimatın amacı; Kick Boks Federasyonunca düzenlenen eğitim-öğretim ve gelişim kampları ile Milli Takım hazırlık kamplarının etkin ve verimli bir şekilde yürütülmesi, kampa katılan sporcuların performanslarının geliştirilmesi, tutum ve davranışlarında müşterek ve standart bir uygulamanın sağlanması, kampta görev alacak kamp müdürü, antrenör, doktor, beslenme uzmanı, fizyoterapist, psikolog, spor masörü, sporcu ve diğer görevlilerin görev, yetki ve sorumluluklarını belirlemektir.

#### Kapsam

**Madde 2-(1)** Bu Talimat, kamplardaki her türlü düzenin sağlanması ve kamp programlarının uygulanması için görevli yönetici, teknik eleman, antrenör, sporcu ve diğer personelin görev, yetki ve sorumluluklarını kapsar.

#### Dayanak

**Madde 3-** (1) Bu Talimat, 3289 sayılı Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğünün Teşkilat ve Görevleri Hakkında Kanununun Ek 9 uncu maddesi, 14/7/2004 tarihli ve 25522 sayılı Resmi Gazete’de yayımlanarak yürürlüğe giren Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü Özerk Spor Federasyonları Çerçeve Statüsü ile 8/8/2007 tarihli ve 26607 sayılı Resmi Gazete’de yayımlanarak yürürlüğe giren Türkiye Kick Boks Federasyonu Ana Statüsü’ne dayanılarak hazırlanmıştır.

#### Tanımlar

**Madde 4-** Bu Talimatta geçen,

- a) Genel Müdürlük : Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğünü
- b) Federasyon : Türkiye Kick Boks Federasyonunu,
- c) Federasyon Başkanı : Türkiye Kick Boks Federasyonu Başkanı,
- ç) İl Müdürlüğü : Gençlik ve Spor İl Müdürlüğünü,
- d) Kamp Müdürü : Kampın yönetim ve işleyişinden sorumlu Federasyonca görevlendirilen kişiyi,
- e) Teknik Direktör : Beşinci kademe antrenör lisansına sahip ve kampta görevlendirilen kişiyi,
- f) Antrenör : Kick Boks dalında eğitim gördüğü kademedeki programları başarı ile tamamlayarak bulunduğu kademe için Federasyondan belge alan, sporcuları veya spor takımlarını ulusal ve uluslar arası kural ve tekniklerle uygun olarak yetiştiren, yarışmalara hazırlanmalarını ve yarışmalarını, gelişmelerini takip etme görev ve yetkisine haiz olan ve kampta görevlendirilen kişiyi,
- g) Doktor : Üniversitelerin tıp fakültesi bölümlerinden mezun olup kampta görevlendirilen kişiyi,
- ğ) Beslenme Uzmanı : Üniversitelerin beslenme ve diyetetik bölümünden mezun olup kampta görevlendirilen kişiyi,
- h) Fizyoterapist : Üniversitelerin fizik tedavi ve rehabilitasyon yüksek okullarından mezun olup kampta görevlendirilen

- kişiyi,  
i) Psikolog : Üniversitelerin psikoloji ve rehberlik, danışmanlık bölümünden mezun olup kampta görevlendirilen kişiyi,  
i) Spor Masörü : Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğünün açmış olduğu spor masörü kursunu başarı ile tamamlayıp belge alan ve spor masajı konusunda tıbbi ve genel bilgilere sahip olup kampta görevlendirilen kişiyi,  
j) Sporcu : Kick Boks branşında lisanslı spor yapan kişiyi,
- İfade eder.

## İKİNCİ BÖLÜM Genel Hükümler

### **Kampların Düzenlenmesi**

**Madde 5–** (1) Kick Boks kampları Federasyon tarafından düzenlenir.

(2) Uluslararası müsabakalar öncesinde sporcuları müsabakalara hazırlamak için sporcuların birikimlerini artırmak, gelişimlerini sağlamak amacıyla açılan eğitim kamplarıdır.

(3) Hazırlık ve eğitim kamplarına katılacak sporcuların seçimi Federasyon tarafından yapılır.

### **Kampların İşleyiş Düzeni**

**Madde 6–** (1) Kamplar, yörenin iklimi ve doğası ile kampa katılacak sporcuların özelliği ve niteliğine göre değişik türdeki konaklama tesislerinde gerçekleştirilir. Federasyon tarafından düzenlenecek kamplarda yönetim ve eğitim faaliyetleri Federasyon tarafından yapılır.

(2) İzlenecek günlük program ve eğitim programı Federasyon Eğitim/Teknik Kurulu tarafından hazırlanır.

### **Kamp Görevlileri**

**Madde 7 –** Kampların yönetimi kamp müdürü tarafından sağlanır. Eğitim etkinlikleri de antrenörler tarafından yürütülür. Eğitim etkinliklerinde spor uzmanı, memur gibi yönetim personeli de görevlendirilebilir.

### **Kamp Müdürünün Görev ve Sorumlulukları**

**Madde 8-** (1) Kamp müdürü, Federasyon Başkanlığına karşı sorumludur.

(2) Kamp Müdürünün görevleri:

a) Kampla ilgili çalışmaları düzenlenmek, eğitim ve öğretimin programını uygulamak.  
b) Kamp hizmetlerinin düzenli bir şekilde yürütülmesi için ilgililerle gerekli koordinasyonu sağlamak.

c) Kamp ihtiyaçlarının giderilmesi için gerekli tedbirleri almak.

ç) Kamptaki faaliyetlerin düzenli bir şekilde yürütülmesi için Federasyon Başkanlığı ve ilgili İl Müdürlüğü ile işbirliği içinde bulunmak.

d) Teknik direktör ve/veya antrenör tarafından hazırlanan kamp çalışma programını uygun yerlere asmak ve Federasyona bildirmek.

e) Sporcuların çalışma dışında kalan zamanlarını kontrol altında tutmak, sosyal ve kültürel etkinlikler organize etmek.

f) Sporcuların antrenman ve yarışmalara hazırlanabilmesi için gerekli düzenlemeyi yapmak.

g) Kampın günlük faaliyetlerini yazılı olarak tutmak ve kamp sonunda düzenleyeceği raporu Federasyona bildirmek.

ğ) Kamp disiplinine uymayan, huzur bozucu söz ve davranışlarda bulunan yönetici, antrenör, sporcu ve diğer görevlileri ikaz etmek, tekrarı halinde bir rapor ile Federasyona bildirmek, gerektiğinde teknik direktör ve/veya antrenörle birlikte tutacağı tutanakla kampla ilişkisini kesmek.

h) Doping numune alımı için gelen görevlilere yardımcı olmak ve ilgili sporcuları hazırlamak.

i) Doping ve sağlık konularıyla ilgili olarak sporcuları bilgilendirici toplantılar yapmak.

i) Kampa katılanların barınma ve ulaşımaları ile ilgili puantajları tutmak.

j) Davranış ve kıyafeti ile sporculara örnek olmak.

k) Kampın disiplini ve idaresinden sorumlu olmak.

l) Federasyonun izni ile basın mensuplarına bilgi vermek veya röportaj yapmak.

### **Teknik Direktörün Görev ve Sorumlulukları**

**Madde 9-** (1) Teknik direktör idari yönden kamp müdürüne, teknik yönden Federasyona karşı sorumludur.

(2) Teknik direktörün görevleri:

a) Kampa katılan sporcularla ilgili istatistiki bilgileri bir rapor halinde kamp müdürü vasıtasıyla Federasyon Başkanlığına bildirmek.

b) Milli takımı oluşturacak sporcuların önceden duyuracağı bir tarihte seçimini yapmak ve yazılı olarak Federasyona bildirmek.

c) Davranışları ve kıyafeti ile antrenör ve sporculara örnek olmak.

ç) Antrenörlere verilen programları uygulamak.

(3) Kampta teknik direktörün bulunmadığı hallerde en kıdemli antrenör, sorumlu antrenör olarak Federasyonca tayin edilir.

### **Antrenörün Görev ve Sorumlulukları**

**Madde 10-** (1) İdari yönden kamp müdürüne, teknik yönden teknik direktöre karşı sorumludur.

(2) Antrenörün görevleri:

a) Kampa katılan sporcuların teknik-taktik ve kamp eğitimi programlarının uygulanmasını sağlamak.

b) Kamp sırasında çalışma ortamının hazır hale gelmesini sağlamak.

c) Kamp sırasında sporcuların isteklerini teknik direktöre veya sorumlu antrenöre iletmek.

ç) Sporcularla ilgili performans gelişimlerini takip etmek.

d) Kıyafet ve davranışları ile sporculara örnek olmak.

e) Antrenman, dinlenme, yemek, eğlence ve yatma zamanlarında sporcuları kontrol etmek.

f) Kamp sonunda Federasyona verilmek üzere teknik rapor hazırlamak.

### **Doktorun Görev ve Sorumlulukları**

**Madde 11-** (1) Doktor idari yönden kamp müdürüne karşı sorumludur.

(2) Doktorun görevleri:

a) Kampta bulunan sporcuların sağlık işlerini ve sağlıkla ilgili hizmetleri yürütmek.

b) Her gün ve lüzumlu görülen zamanlarda sporcuların sağlık durumlarını kontrol etmek ve sporcu sağlık formu düzenlemek.

c) Sporcuların müsabakaya katılıp katılamayacaklarını rapor etmek.

ç) Sporcular ile ilgili olarak antrenman, müsabaka, yatma, beslenme ve sağlık gibi konularda gerekli tedbirleri almak ve kamp müdürüne bilgi vermek.

d)Kampa en yakın sağlık merkezi ile irtibat kurmak ve sağlık önlemleri ile ilgili konularda gerekli tedbirleri almak.

e)Sporcu sağlığı, spor sakatlıkları ve ilk yardım konularında sporcuları ve antrenörleri bilgilendirmek, gerekli önlemleri almak.

f)Doping maddesi içerebilecek hazır yiyeceklerin tüketilmemesi konusunda gerekli önlemleri almak.

g)Wada tarafından yayınlanan doping listesinde yer alan maddelerin ve ticari isimlerinin güncellenmiş listesine sahip olmak ve sporcuları bilgilendirmek.

### **Beslenme Uzmanının Görev ve Sorumlulukları**

**Madde 12-** (1) Beslenme uzmanı kamp müdürüne karşı sorumludur.

(2) Beslenme uzmanının görevleri:

a)Kampta, spor dalının özelliğine ve sporcuların alması gereken kalori miktarına göre beslenme programı hazırlamak.

b)Mutfak ve yemekhane hizmetlerinin düzenli ve verimli yürütülmesini sağlamak.

c)Gıda maddelerinin sağlık şartlarına uygunluğunu kontrol etmek.

ç)Günlük tabldot listelerini gerektiğinde günün şartlarına uygun hale getirmek.

d)Sporcuların özel beslenme ve kilo sorunları ile ilgili beslenme programları hazırlamak.

e)Mutfağın temizlik ve düzenini, mutfak personelinin sağlık kurallarına uygun ve temiz olmalarını sağlamak.

f)Yiyeceklerin hijyenik ortamlarda uygun lezzette ve besin değerlerini kaybetmeden pişirilmesini sağlamak ve dağıtımını kontrol etmek.

g)Sporcuların dengeli ve yeterli beslenmeleri konusunda sporcu ve yöneticileri bilgilendirmek.

### **Fizyoterapistin Görev ve Sorumlulukları**

**Madde 13-** (1) Fizyoterapist idari yönden kamp müdürüne, diğer hususlarda doktora karşı sorumludur.

(2) Fizyoterapistin görevleri:

a)Sporcuların fiziksel performans düzeylerini saptamak ve daha yüksek performans için sporcu ve antrenörlerle işbirliği içinde çalışmak.

b)Antropometrik ölçümlerle sporcuların vücut yağ oranlarını ve yağ ağırlıklarını saptayarak gerekli önlemleri almak.

c)Kas kuvveti ve dayanıklılık test ve ölçümleri ile sporcuların kas kuvvetini ve dayanıklılıklarını belirlemek.

ç)Anaerobik güç ölçümleri ile sporcuların en yüksek anaerobik güç, ortalama güç ve yorgunluk indekslerini saptamak.

d)Yapılan test ve ölçümlerde, kapasite ve performansları düşük olduğu tespit edilen sporcular için özel fizik tedavi, rehabilitasyon ve egzersiz programını uygulamak.

### **Psikoloğun Görev ve Sorumlulukları**

**Madde 14-** (1) Psikoloğ idari yönden kamp müdürüne, diğer hususlarda doktora karşı sorumludur.

(2) Psikoloğun görevleri:

a)Sporcuların performans ve başarı düzeylerinin artması amacıyla iyi bir hazırlık dönemi geçirmelerini sağlayarak psikolojik yönden müsabakaya hazırlamak.

b)Sporcunun kişilik, zihinsel yetenek, konsantrasyon yeteneği, duygusal ve bilişsel özelliklerini saptayarak gerekli çalışmaları yapmak.

c)Sporcunun stres profilini, görsel ve dokunsal reaksiyon zamanını ölçerek yarışma

döneminde stres yaşamaması için gerekli önlemleri almak.

ç)Psikolojik danışmanlık hizmetleri vermek.

### **Spor Masörünün Görev ve Sorumlulukları**

**Madde 15-** (1) Spor masörü idari yönden kamp müdürüne, diğer hususlarda doktora veya fizyoterapistle karşı sorumludur.

(2) Spor masörünün görevleri:

a)Sportif motivasyona katkı sağlamak.

b)Kasları uyararak sportif aktivite için hazırlamak.

c)Sporcunun ruhsal gerginliğini gidermek.

ç)Sporcuya pasif ısınma sağlamak.

d)Geçirilmiş sakatlıklar sonucu sporcuda gelişen fiziksel güvensizliği gidermek.

e)Aktivite sırasında oluşabilecek kas gerginliği ve krampları gidermek.

f)Aktivite sonrasında sporcunun iyi dinlenmesini sağlayarak bir sonraki çalışmanın verimini arttırmak.

### **Sporcunun Görev ve Sorumlulukları**

**Madde 16-** (1) Teknik kadro ve kamp müdürüne karşı sorumludur.

(2) Sporcunun görevleri:

a)Kamp kurallarına ve talimatlarına uymak, tutum ve davranışları ile çevresine örnek olmak.

b)Seçme müsabakaları esnasında görevlilerin ve hakemlerin talimatlarına aykırı hareket etmemek, itiraz ve olumsuz davranışlarda bulunmamak.

c)Teknik direktör, antrenör ve kaptanın belirlediği yer ve zamanda istenilen uygun kıyafetle ve bakımlı olarak hazır bulunmak.

ç)Sporcuya ve centilmenliğe yakışır davranışlarda bulunmak.

d)Bulunduğu ortam ve çevrenin temizliğine özen göstermek.

e)Kamp çalışma programına uymak.

f)Geçerli mazereti nedeniyle kamptan erken ayrılması gereken durumlarda kamp müdürü ve Federasyona ulaşabilecek adres ve telefon bilgilerini vermek.

g)Kamp doktorunun bilgisi dışında tedavi amaçlı olsa dahi herhangi bir ilaç kullanmamak.

### **Diğer Görevliler**

**Madde 17-** (1) İhtiyaç doğrultusunda görevlendirilebilecek personeldir.

(2) Kampın özelliğine, süresine ve sporcu sayısına göre kamplarda ihtiyaç halinde başka elemanlar da görevlendirilebilir. Bunlar sporcuların performanslarını koruyucu ve geliştirici yönden, uzmanlık alanlarında, kamp müdürü, teknik direktör ve/veya sorumlu antrenörle işbirliği içinde çalışırlar.

## **ÜÇÜNCÜ BÖLÜM**

### **Son Hükümler**

#### **Yürürlük**

**Madde 18-** (1) Bu Talimat, Genel Müdürlüğün ve Federasyonun internet sitesinde yayımı tarihinden itibaren yürürlüğe girer.

#### **Yürütme**

**Madde 19-** (1) Bu Talimat hükümlerini, Federasyon Başkanı yürütür.