

TÜRKİYE MODERN PENTATLON FEDERASYONU ANTRENÖR EĞİTİMİ TALİMATI

BİRİNCİ BÖLÜM

Amaç, Kapsam, Dayanak ve Tanımlar

Amaç

MADDE 1 - (1) Bu Talimatın amacı, modern pentatlon 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 Modern Pentatlon Federasyonu 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 Modern Pentatlon Federasyonu’ndan alınan antrenörlük belgesine sahip kişiyi,
- b)Antrenörlük Belgesi: Modern pentatlon spor dalında kademeler itibarıyla verilen belgeyi,
- c)Antrenör Eğitim Programı: Kademeler itibarıyla temel eğitim ve uygulama eğitiminden oluşan programı,
- ç)Bakan: Gençlik ve Spor Bakanı’nı,
- d)Bakanlık: Gençlik ve Spor Bakanlığı’nı,
- e)Eğitici: Antrenör eğitim programında görev yapmak üzere Bakanlık tarafından görevlendirilen kişiyi,
- f)Eğitim Kurulu: Türkiye Modern Pentatlon Federasyonu Eğitim Kurulu’nu,
- 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 Modern Pentatlon Federasyonu Başkanlığı’nı,
- 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 Modern Pentatlon Federasyonu Antrenör Eğitimi Talimatı’nı,
- 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 Modern Pentatlon Federasyonu Yönetim Kurulu'nu,
p)Yönetmelik: 14/12/2019 tarihli ve 30978 sayılı Resmi Gazete'de yayımlanan Antrenör Eğitimi Yönetmeliği'ni 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 ya da Bakanlığın yetkilendirdiği 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 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 Talimatı'na göre son üç yıl içinde olmak şartıyla bir defada altı aydan fazla veya toplamda bir yıldan fazla ceza almamış olmak.

f)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 katılamama şeklinde uygulanır.

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

a) Modern pentatlon branşında milli sporcu olmak,

b) Modern pentatlon branşında lisanslı sporcu olmak,



c) Üniversitelerin beden eğitimi ve spor eğitimi veren lisans bölümlerinden mezun olmak,

ç) Lisans veya önlisans mezunu 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 içerikleri ekte düzenlenmiştir.

(2) Uygulama eğitime 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 10'unu 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 100 (yüz) tam puan üzerinden ayrı ayrı değerlendirilir. Sınavlarda uygulama eğitim derslerinden en az 70 (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 5 (beş) iş günü içerisinde, duyuruda belirtilen usulde itiraz edebilir. İtirazlar, 15 (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 yüksekokulları antrenörlük eğitimi bölümü/programı mezunlarının hak ve muafiyetleri aşağıdaki gibidir:



a) Modern pentatlon 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 modern pentatlon olmayıp en az bir dönem modern pentatlon spor dalında eğitim aldığını belgeleyenler modern pentatlon 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, modern pentatlon yardımcı antrenörlük belgesi iptal edilir.

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

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

a) Modern pentatlon spor dalında en az iki dönem eğitim aldığını belgeleyenler, temel eğitim ve sınavından muaf olup modern pentatlon 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, modern pentatlon temel antrenörlük belgesi iptal edilir.

b) En az bir dönem modern pentatlon spor dalında eğitim aldığını belgeleyenler modern pentatlon 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, modern pentatlon yardımcı antrenörlük belgesi iptal edilir.

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

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

(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

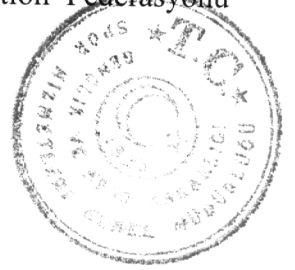
MADDE 25 - (1) 10/12/2019 onay tarihli ve Gençlik ve Spor Bakanlığı Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü internet sitesinde yayımlanan Türkiye Modern Pentatlon Federasyonu Antrenörlük Talimatı yürürlükten kaldırılmıştır.

Yürürlük

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

Yürütme

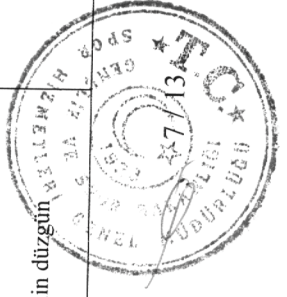
MADDE 27 - (1) Bu talimat hükümlerini Türkiye Modern Pentatlon Federasyonu Başkanı yürütür.



EK:

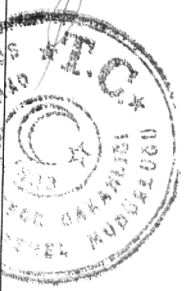
TÜRKİYE MODERN PENTATLON FEDERASYONU ANTRENÖR EĞİTİMİ TALİMATI UYGULAMA EĞİTİMİ PROGRAMI

Dersin Adı	1 inci Kademe Ders İçeriği ve Saati	2 nci Kademe Ders İçeriği ve Saati	3 üncü Kademe Ders İçeriği ve Saati	4 üncü Kademe Ders İçeriği ve Saati	5 inci Kademe Ders İçeriği ve Saati
Spor Dalı Teknik-Taktik Yüzme Eskrim Binicilik Laser Run	Yüzme - Yüzme antrenmanı 200 metre branş temel drill öğretisi - Küçük yaş eğitimi ve yarışma teknik analizi Eskrim - Eskrim antrenmanı - Epe branş temel adımlama drill öğretisi - Epe küçük yaş aparaların eğitimi Binicilik - Binicilik antrenmanı - Atla tanışma - Küçük yaş eğitimi - At üstünde durma drilleri Laser Run - Laser Run Antrenmanı 3. 800 metre koşu - Küçük yaş eğitimi ve yarışma teknik analizi - Tur geçiş zamanları atışa bağlama 32 saat	Yüzme - Yüzme antrenman düzenleme ilkelerinin yarış anında düzgün uygulanması - Fodepar ve dönüş kriterlerinin düzgün anlatılması Eskrim - Epe antrenman düzenleme ilkelerinin maç başına tek tuş uygulaması tanımı - Sürat ve esneklikte dikkat faktörünün gelişimi - Antrenman örneklemeleri (uygulamalı) Binicilik - Binicilik antrenman düzenleme ilkelerinin yarış anında düzgün uygulanması - Binicilik kriterlerinin düzgün anlatılması - Süreyi iyi kullanma - Yarış anında at hakimiyeti, at üstünde uygulamalı öğretim - Dikkat faktörünün gelişimi - At için ön plana çıkan faktörler - Antrenman örneklemeleri (uygulamalı) - Bir canlı ile spor yapmanın getirdiği handikapları bertaraf etmek Laser Run - Laser Run antrenman düzenleme ilkelerinin yarış anında düzgün uygulanması - Laser Run kriterlerinin düzgün anlatılması 50 saat	Yüzme - Ferdi çalışmada konsantrasyon - Hedefe gitme - Reaksiyon patlayıcılık - Yarış analizi - Rakip takibi Eskrim - Bire bir çalışmada tutuş - Hedef bulma - Reaksiyon patlayıcılık - Tuş vermeden alma - Zaman kullanma Binicilik - Yarışmada konsantrasyon - Atı hedefine yönlendirme - Koordinasyon - Atlı koşuda atın hakimiyetini sağlamak - Yarış analizi Laser Run - Ferdi yarışmada konsantrasyon - Atış hedefine gitme - Koordinasyon - Patlayıcılık - Koşuda atışın birleştirilmesi - Yarış analizi - Rakip takibi	-	-

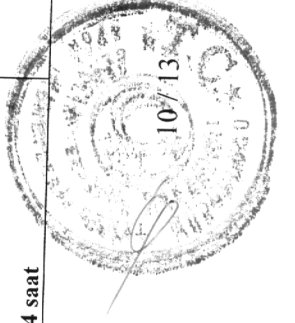


		• Süreyi iyi kullanma • Atış anında nefes kullanma uygulamalı öğretim • Dikkat faktörünün gelişimi • Atış için ön plana çıkan faktörler • Antrenman örneklemeleri (uygulamalı)			
		50 saat			
Spor Dalı Oyun Kuralları Bilgisi	• Modern pentatlon branşlarının her biri için geçerli uluslararası yarış kuralları • Hakemlik kurallarının bire bir öğretilmesi • Yarışmada kullanılan ekipmanların kullanımı, bakımı, tamiri... • Zamanlama • Yarış sırasında zaman aralıklarına uyma. • Hakemlerle iletişimde dikkat edilecek hususlar • Centilmenlik kurallarına uyum • Ülke temsili bağlamında dikkat edilmesi gereken hususlar	2 Saat	Yüzme • Yüzme antrenmanı 200-400 metre serbest stil ilkeleri • Adaptasyon-yükleme-gelişim-belirlilik-bireysellik-tersine çevirebilirlik • 200-400 metre serbest stil küçük yaş antrenman dönemleri • Antrenmanı oluşturan öğeler • Temel yüzme antrenmanının kriterleri Eskrim • Eskrim antrenmanı • Epe branşı temel teknik ve adımlama drill öğretisi	Yüzme • Orta ve uzun mesafe 200-400 metre antrenmanı • Genel kondisyon antrenman ilkeleri • Genel teknik antrenman ilkeleri • Genel taktik antrenman ilkeleri (yükleme sıklığı, süresi, yoğunluğu, kapsamı) Eskrim • Genel kondisyon antrenman ilkeleri • Genel teknik antrenman ilkeleri • Genel taktik antrenman ilkeleri (yükleme sıklığı, süresi, yoğunluğu, kapsamı)	Yüzme • Uzun – orta mesafe 200-400-800 metre serbest yüzmeye • Antrenman bilimindeki son yaklaşımlar • Gelişmelerin programına yansımaları • Antrenman teorisini oluşturan faktörler • Antrenman planlaması • 200-400-800- metre serbest antrenmandaki psikolojik etkenlerin bireysel çözümü • U15-U17-U19-Gençler ve

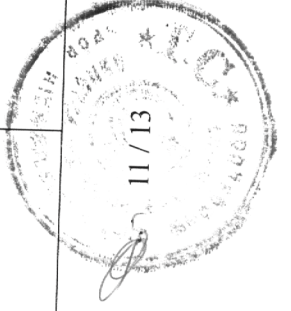
	• Adaptasyon, yükleme, gelişim, belirlilik • Bireysel yüklemde temel duruş • Epe küçük yaş antrenman dönemleri • Antrenmanı oluşturan öğeler • Temel epe antrenmanın kriterleri Binicilik • Branş temel teknik ve adımlama dril öğretisi. • Adaptasyon, yükleme, gelişim, belirlilik • Bireysel yüklemde temel duruş • Binicilik küçük yaş antrenman dönemleri • Antrenmanı oluşturan öğeler • Temel at antrenmanın kriterleri LaserRun • Uzun ve orta mesafe koşularında antrenman kavramı ve ilkeleri • Mesafe koşularının değişik tanımları • Orta ve uzun mesafe koşuları 3000 metre branşı genel ilkeleri • Orta ve uzun mesafe koşuları antrenman dönemleri • Orta ve uzun mesafe koşuları antrenman oluşturan öğeler • Koşu turlarının atış platformuna bağlanması • Atış basit tekniklerinin sabit eğitimi, koşu yarışı için birleştirilmesi • Öncelikle U9, U11 yaş gruplarına yönelik alıştırma driller için anlatılması 10 Saat	Eskrim • Epe antrenman düzenleme ilkelerinin tanımı • Yükleme prensipleri • Günlük antrenman planlaması • Dinlenme prensipleri • Haftalık antrenman planlaması • Yükleme öğeleri • Aylık antrenman planlaması • Yükleme çeşitleri • Yıllık antrenman planlaması • Kuvvet, dayanıklılık, sürat • Antrenman metotları ve antrenman örneklemeleri (uygulamalı) Binicilik • Binicilik antrenman düzenleme ilkelerinin tanımı (at ile yapılan ve atsız yapılan) • Yükleme prensipleri • Günlük antrenman planlaması • Dinlenme prensipleri • Haftalık antrenman planlaması • Yükleme öğeleri • Aylık antrenman planlaması • Yükleme çeşitleri • Yıllık antrenman planlaması • Kuvvet, dayanıklılık ve sürat • Antrenman metotları ve antrenman örneklemeleri (uygulamalı) Laser Run • Uzun ve orta mesafe koşularında 800-3000 metre antrenman düzenleme ilkelerinin tanımı • Yükleme prensipleri • Günlük antrenman planlaması • Dinlenme prensipleri • Haftalık antrenman planlaması • Yükleme öğeleri • Aylık antrenman planlaması	Binicilik • Genel kondisyon antrenman ilkeleri • Genel teknik antrenman ilkeleri (at binerek uygulamalı) • Genel taktik antrenman ilkeleri (binış sıklığı, süresi - at binerek uygulama) Laser Run • Orta ve uzun mesafe 800-3000 metre – atış • Genel kondisyon antrenman ilkeleri • Genel teknik antrenman ilkeleri • Genel taktik antrenman ilkeleri (yükleme sıklığı, süresi, yoğunluğu, kapsamı) 12 saat	Büyükler antrenman programlarının metodik özellikleri, yıllık plana dökülüşü, karşılaştırmalı olarak uygulanırlığı Eskrim • Antrenman bilimindeki son yaklaşımlar ve gelişmelerin programa yansımaları • Antrenman teorisini oluşturan faktörler • Epe üst düzey teknikleri analizi • U15-U17-U19-Gençler ve Büyükler antrenman programlarının metodik özellikleri, yıllık plana dökülüşü, karşılaştırmalı olarak uygulanırlığı Binicilik • Antrenman bilimindeki son yaklaşımlar ve gelişmelerin programa yansımaları • Antrenman teorisini oluşturan faktörler • Binicilik (at) üst düzey teknikleri analizi • U15-U17-U19-Gençler ve Büyükler antrenman programlarının metodik özelliklerinin yıllık plana dökülüşü, karşılaştırmalı olarak uygulanırlığı Laser Run • Uzun – orta mesafe 800-3000-5000 metre atışlı özel antrenmanın öğretisi • Antrenman bilimindeki	• Tekno- motorik özelliklerin yüzmeye şekillendirilmesi • Üst düzey performans programının öğretisi • Psikolojik antrenmanın sporcu üzerindeki etkisi Eskrim • Epe stil performanslı antrenman programının genç, büyük ve olimpiik kadro sporcuları üstünde uygulanabilir sistem analizi ve karşılaştırmalı analizi • Özel antrenman epe spesifik antrenman driflerinin kişiye özel olarak uygulanabilir program alt yapısının öğretimi • Tekno- motorik özelliklerin eskrimde şekillendirilmesi • Üst düzey performans programının öğretisi • Psikolojik antrenmanın sporcu üzerindeki etkisi Binicilik • Binicilik stili • Binış performanslı antrenman programının genç, büyük ve olimpiik kadro sporcuları üstünde uygulanması • Özel antrenman (binicilik spesifik antrenman driflerinin kişiye özel olarak uygulanabilir program alt yapısının öğretimi)
--	--	--	--	--	--



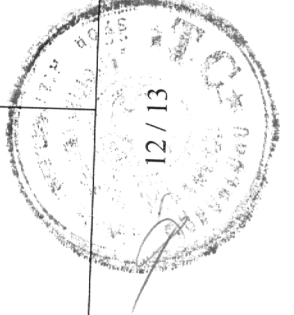
		• Yükleme çeşitleri • Yıllık antrenman planlaması • Kuvvet, dayanıklılık ve sürat • Antrenman metotları ve antrenman örneklemeleri (uygulamalı) • Atışla birleştirmenin özel mekanizmasının uygulamalı gösterimi • Orta ve uzun mesafe koşuları 10 saat		son yaklaşımlar ve gelişmelerin laser run programına yansımaları • Antrenman teorisini atışlı oluşturan faktörler • Antrenman planlaması • U15-U17-U19-Gençler ve Büyükler antrenman programlarının metodik özellikleri yıllık plana dökülüşü, karşılaştırmalı olarak uygulanabilirliği (atış performansı dahil) 20 (Z)	• Tekno-motarik özelliklerin binicilikte şekillendirilmesi • Üst düzey performans programının öğretisi • Psikolojik antrenmanın sporcuyu üzerindeki etkisi Laser Run • Uzun- orta mesafe 800-3000- 5000 atış performanslı antrenman programının genç- büyük- ve olimpiyat kadro sporcuları üstünde uygulanabilir sistem analizi ve karşılaştırmalı analizi • Özel antrenman • Laser run spesifik antrenman driftlerinin kişiye özel olarak uygulanabilir program alt yapısının öğretimi • Tekno- motarik özelliklerin şekillendirilmesi • Üst düzey performans programının öğretisi • Psikolojik antrenmanın sporcuyu üzerindeki etkisi 20 (Z)	
Spor Dalı Gözlem ve Değerlendirme		• Sporda gözlem • Sporda gözlemin amaçları • Sporda gözlemin çeşitleri • Sporda değerlendirme önemi • Değerlendirmede kullanılabilecek ölçütler. 4 saat				



Üst Düzey Antrenman Planlanması ve Programlanması					Tüm Branşlar • Antrenman planlamasında temel öğretim devresi • Geliştirme antrenmanları devresi • Üst düzey antrenman teknikleri • Üst düzey antrenman ilkeleri öğretisi • Adaptasyon • Yükleme • Gelişim • Verimlilik • Planlama • Günlük, haftalık, aylık, yıllık periyot çizelgelerinin hazırlanması, • Kişive özel uygulanlırlığı • Kontrol testleri • Standart sapmanın hesaplanması 20 (Z)	• Kondisyon nedir? • Kuvvet, sürat, dayanıklılık, koordinasyon, hareketlilik • Antrenman metotları • Antrenman ilkeleri • Antrenman planlaması 10 (S)
Özel Kondisyon Antrenmanı ve Metotları						• Müsabaka planlama, uygulama ve sonuçlandırma. • Antrenörün müsabaka öncesi görevleri • Müsabakada uyulması gereken kurallar 10 (S)
Müsabaka Yönetimi ve İlkeleri						



Antrenörlük Uygulamasında Yeni arayış ve Gelişmeler	-	-	-	-	• Antrenör eğitimi yaklaşımları • Bir meslek olarak antrenörlük • Antrenörün sahip olması gereken özellikler • Diğer ülkelerde yapılan antrenör eğitimi modelleri ve gelişmelerin takibi
Üst Düzey Teknik Antrenman	-	-	-	-	10 (Z) • Antrenman geliştirme yöntem ve teknikleri • Genel düşük ve yüksek şiddetli dayanıklılık antrenmanları • Branşa özgü üst düzey teknik antrenmanlar, gelişimi ve uygulanabilirliği
Üst Düzey Taktik Antrenman	-	-	-	-	20 (Z) • Antrenman içinde yarışmalarda uygulanacak tüm argümanların üst düzey çalışılması • Teknik ve çabukluk ön planda programlama yapılması • Her branş için kişiye göre taktik geliştirmek ve uygulamak
Üst Düzey Teknik Taktik	-	-	-	-	30 (Z) • Üst düzey teknik ve özellikleri • Üst düzey taktik ve özellikleri • Üst düzey teknik ve yöntemlerin uygulanabilirliği • Üst düzey taktik ve



						yöntemlerin uygulanabilirliği • Branşın teknik ve taktik özellikleri	
Kurs Bitirme Projesi	-		-			60 (Z)	
Toplam Ders Saati	44 SAAT		64 SAAT		62 SAAT	P	P
(Z) = Zorunlu Dersler, (S)= Seçmeli Dersler, P = Proje							100 SAAT

