

# TÜRKİYE TRIATLON FEDERASYONU ANTRENÖR EĞİTİMİ TALİMATI

## BİRİNCİ BÖLÜM

### Amaç, Kapsam, Dayanak ve Tanımlar

#### Amaç

**MADDE 1-** (1) Bu Talimatın amacı, Triatlon 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 Triatlon Federasyonu antrenör eğitimi programları ile bu programların uygulanmasına ilişkin usul ve esasları kapsar.

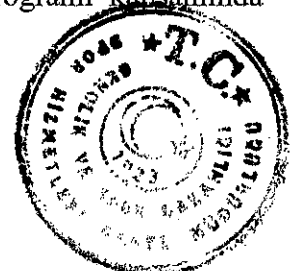
#### Dayanak

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

#### Tanımlar

**MADDE 4-** (1) Bu Talimatta geçen;

- a) Antrenör: Bakanlık ve Federasyondan alınan antrenörlük belgesine sahip kişiyi,
- b) Antrenörlük belgesi: Triatlon 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 Bakanlığımı,
- e) Eğitici: Antrenör eğitim programında görev yapmak üzere Bakanlık tarafından görevlendirilen kişiyi,
- f) Eğitim kurulu: Türkiye Triatlon 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: 3289 sayılı Kanun kapsamında kurulan Türkiye Triatlon Federasyonunu,
- 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: Temel eğitim ve uygulama eğitimi sınavını yürütmekle görevli kurulu,
- k) Talimat: Türkiye Triatlon 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 itibariyle antrenör eğitim programı kapsamında yapılan uygulama eğitim sınavını,  
ö) Yönetim Kurulu: Federasyon Yönetim Kurulunu,  
p) Yönetmelik: 14/12/2019 tarihli ve 30978 sayılı Resmî Gazete'de yayımlanan Antrenör Eğitimi Yönetmeliğini,  
r) Yüzme ön yeterlilik sınavı: Türkiye Triatlon Federasyonu tarafından birinci kademe yardımcı antrenör uygulama eğitiminden önce yapılan sınavı 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, Federasyon'un 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) En az lise veya dengi okul mezunu olmak.  
b) Görevini devamlı yapmasına engel olabilecek uzuv kaybı veya uzuvlarından herhangi birinin işlevini yerine getirememesi durumunun olmaması; görme, işitme ve konuşma engeli veya akıl hastalığı ile malul bulunmamak.  
c) Taksirli suçlar ile kısa süreli hapis cezasına seçenek 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.  
ç) En az on sekiz yaşını bitirmiş olmak.  
d) Bu Talimat'ın 17'nci maddesi hükümleri saklı kalmak kaydıyla aynı veya daha üst kademedeki temel eğitim sınavından başarılı olmak.



(2) 13/7/2019 tarihli ve 30830 sayılı Resmî Gazete'de yayımlanan Spor Disiplin Yönetmeliği ile federasyonların disiplin veya ceza talimatlarına göre;

a) Antrenör eğitim programına başvuruların sona erdiği tarihten önceki son üç yıl içinde bir defada altı aydan fazla veya toplamda bir yıldan fazla ceza alanlar,

b) Üç yıl ve üzeri veya sürekli hak mahrumiyeti cezası alanlar hiçbir şekilde,

bu talimat kapsamında ilgili cezanın verildiği spor dalında yapılacak antrenör eğitim programlarına katılamaz. Doping mücadele kural ihlalleri sebebiyle Spor Disiplin Yönetmeliği ile federasyonların disiplin veya ceza talimatlarına göre antrenör eğitim programına başvuruların sona erdiği tarihten önceki son üç yıl içerisinde ceza alanlar yönünden ilgili yaptırım, tüm spor dallarında yapılacak antrenör eğitim programlarına katılamama şeklinde uygulanır.

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

a) Triatlon branşında milli sporcu olmak,

b) Üniversitelerin beden eğitimi ve spor eğitimi veren yükseköğretim kurumları ile diğer üniversite ve yüksek okullardan mezun olmak,

c) Triatlon branşında en az 5 yıl lisanslı sporcu olmak,

d) Yabancı dil bildiğini belgelemek,

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 kademe belgeye sahip eğitici görevlendirilebilir.

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

#### **Devam zorunluluğu**

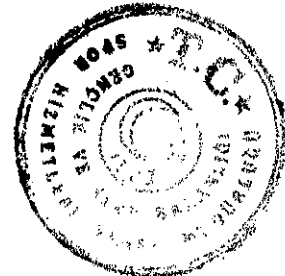
**MADDE 10-** (1) Uygulama eğitiminde devamsızlık süresi her ne sebeple olursa olsun toplam ders saatinin yüzde onunu geçemez.

(2) Birinci fıkrada belirlenen sürenin üzerinde devamsızlık yapan antrenör adaylarının uygulama eğitimi ile 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 başvurabilirler.

(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 eğitimi derslerinden en az yetmiş ve üzeri puan alanlar o ders için başarılı sayılırlar. Başarısız olan adaylar, o dersten tekrar uygulama eğitimi almadan sınava giremezler.

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 katılabilirler. Bu süre sonunda başarısız olanlar ile uygulama eğitiminde yer alan derslerin tümünden başarısız olanlar ilgili kademedeki uygulama eğitimini tekrarlamak zorundadırlar.

ç) Uygulama eğitimini tamamlayarak yapılacak sınavda başarılı olanlar, bu Talimat'da aranan diğer şartları taşımaları halinde ilgili kademedeki antrenörlük belgesi almaya hak kazanırlar.

#### **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.

(2) Yardımcı antrenör (birinci kademe) uygulama eğitimi yüzme ön yeterlilik sınavı sonucuna itirazlar uygulama eğitimi kurs duyurusunda belirtilen usulde yapılır.

#### **Antrenör gelişim semineri**

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

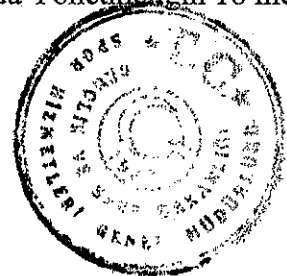
(2) Ulusal veya uluslararası kurum ve kuruluşlar tarafından düzenlenen seminerler, Yönetmeliğin 16 ncı maddesinin ikinci fıkrası kapsamında yürütülür.

## **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 uygulamaya eğitimine ve daha alt kademedeki uygulamaya eğitimine katılabilir.

(2) Adayların herhangi bir kademedeki uygulamaya 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; ön yeterlilik sınavını geçip 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) Baş antrenör (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; baş antrenörlük belgesine sahip, belge tarihi üzerinden en az iki yıl geçen ve baş antrenörlük 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) Triatlon spor dalını ihtisas/uzmanlık olarak aldığını belgeleyenler, temel eğitim ve sınavından muaf olup, kıdemli antrenörlük uygulama eğitimi ve sınavlarına katılarak başarılı olmaları halinde kıdemli antrenörlük belgesi almaya hak kazanırlar.

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

c) Bu fıkra kapsamındakiler, (a) ve (b) bentlerindeki hakların yanı sıra mezuniyet tarihinden itibaren dört yıl boyunca tüm spor dallarında kıdemli antrenörlük ve temel antrenörlük kademelerindeki temel eğitim ve sınavından muaftır.

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

a) Triatlon spor dalında en az iki dönem eğitim aldığını belgeleyenler, temel eğitim ve sınavından muaf olup, triatlon spor dalını tercih etmeleri ve temel antrenörlük uygulama eğitimi ve sınavına katılarak başarılı olmaları halinde temel antrenörlük belgesi almaya hak kazanırlar. Bu bent kapsamında daha önce farklı bir spor dalını tercih ederek ilgili spor



dalından temel antrenörlük belgesi aldığı tespit edilen ilgilinin, triatlon temel antrenörlük belgesi iptal edilir.

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

c) Bu fıkra kapsamındaki, (a) ve (b) bentlerindeki hakların yanı sıra mezuniyet tarihinden itibaren dört yıl boyunca tüm spor dallarında temel antrenörlük kademesindeki temel eğitim 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 ilgili 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 askıya alınması ve iptali**

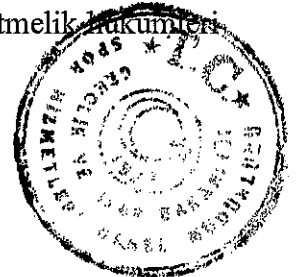
**MADDE 22 -** (1) Antrenörlük belgesinin askıya alınması ve iptali, Yönetmeliğin 26'ncı maddesinde belirtilen usul ve esaslara göre gerçekleştirilir.

## **DÖRDÜNCÜ BÖLÜM**

### **Çeşitli ve Son Hükümler**

#### **Talimatta yer almayan hükümler**

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



**Öğretim elemanlarının hak ve muafiyetleri**

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

**Yürürlükten kaldırılan mevzuat**

**MADDE 25- (1)** 31/08/2021 tarihinde Gençlik ve Spor Bakanlığı Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü internet sitesinde yayımlanan Türkiye Triatlon Federasyonu Antrenör Eğitimi Talimatı yürürlükten kaldırılmıştır

**Yürürlük**

**MADDE 26- (1)** Bu Talimat, Gençlik ve Spor Bakanlığı'nın internet sitesinde yayımlandığı tarihte yürürlüğe girer.

**Yürütme**

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

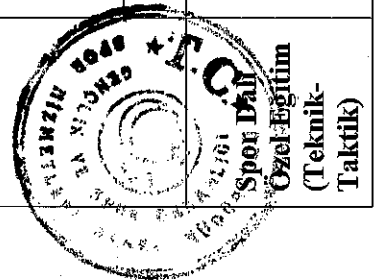






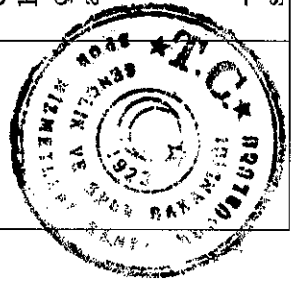
**Özel  
Antrenman  
Bilgisi**

<p>uygulamalarının temel prensipleri nelerdir. (2 saat)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Triatlon sporunda M kategorilerinde (9-14 yaş) yer alan sporcularda birim antrenman yazım ve uygulamalarının temel prensipleri nelerdir. (2 saat)</li><li>- M kategorilerinde (9-14 yaş) yer alan sporcularda birim, mikro, mezo yapılıma üzerine oluşturulan makro yapılarının açıklanması ve triatlon sporuna uygun örnek programların çalışılması (periyotlama). (5 saat)</li><li>- Sürekli mesleki gelişim amaçlı Federasyon eğitim seminerlerinin ve Uluslararası Triatlon Federasyonu'nun çevrimiçi (online) öğrenme rehberinin tanıtılması. (1 saat)</li><li>- Spor psikolojisi (M kategorilerinde (9-14 yaş)) (1 saat)</li><li>- Sporda iletişim becerileri (M kategorilerinde (9-14 yaş)) (1 saat)</li></ul>	<p>Sporda iletişim becerileri (Yıldız ve genç kategorilerinde (15-19 yaş)) (1 saat)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Sporda doping ve dopingle mücadele (anti-doping). - Haksız rekabetin önlenmesi ve fair-play. (2 saat)</li></ul>		<p>programların örneklerle tartışılması (periyotlama). (8 saat)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Spor psikolojisi (Eşitlik, çeşitlilik ve kapsayıcılık) (2 saat)</li><li>- Sporda iletişim becerileri (Çocuk ve yetişkinlerde koruma ve taciz önlenmesi) (2 saat)</li></ul>	<p><b>16 Saat</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Yüzme sporunun ve kullanılan malzemelerin (uygun malzeme seçimi ve kullanımı) tanıtımı.</li></ul>	<p><b>22 Saat</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Yüzme sporunun temel biyomekanik kuralların ve yüzmeden bisiklete geçişin (değişim) detaylandırılarak açıklanması.</li></ul>	<p><b>30 Saat</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Yüzme sporunda yüklenme yöntemleri dikkate alınarak oluşturulacak antrenmanların yazımı ve uygulamalarının açıklanması.</li></ul>	<p><b>36 Saat</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Triatlon sporunda çevresel faktörler ve kıyafet ve ekipman seçimleri. (3 saat)</li></ul>	<p><b>16 Saat</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Sprint yarışları için özel antrenman ve yarışma taktiklerinin incelenmesi ve makro yapıların oluşturulması (periyotlama).</li></ul>
---	---	--	--	---	--	---	--	---



<p>- Yüzme sporunun temel biyomekanik kurallarının açıklanması.</p> <p>- Yüzmeden bisiklete ve koşuya geçişin (değişim) anlatılması.</p> <p>- M kategorilerinde (9-14 yaş) yer alan sporcularda serbest (crawl), sırtüstü, kurbagalama, açık su yüzme ve değişim tekniklerinin açıklanması.</p> <p>- Öğretim yöntemlerinin, tekniğin değerlendirilmesinin, hataları düzeltici çalışmaların (driller) anlatılması.</p> <p>(4 saat teorik + 4 saat uygulama) (8 saat)</p> <p>- Bisiklet sporunun kullanılan malzemelerin (uygun malzeme seçimi ve kullanımı) tanıtımı.</p> <p>- Bisiklet sporunun temel biyomekanik kurallarının açıklanması.</p> <p>- Bisikletten koşuya geçişin (değişim) anlatılması.</p> <p>- M kategorilerinde (9-14 yaş) yer alan sporcularda bisiklet ve değişim tekniklerinin açıklanması.</p> <p>- Öğretim yöntemlerinin, tekniğin değerlendirilmesinin, hataları düzeltici çalışmaların (driller) anlatılması.</p> <p>(4 saat teorik + 4 saat uygulama) (8 saat)</p> <p>- Atletizm (koşu) sporunun ve kullanılan</p>	<p>- Yıldız ve genç kategorilerinde (15-19 yaş) yer alan sporcularda serbest (crawl), sırtüstü, kurbagalama, açık su yüzme ve değişim tekniklerinin öğretim yöntemlerinin, tekniğin değerlendirilmesinin, hataları düzeltici çalışmaların (driller) anlatılması.</p> <p>(6 saat teorik + 2 saat uygulama) (8 saat)</p> <p>- Bisiklet sporunun temel biyomekanik kuralların ve bisikletten koşuya geçişin (değişim) detaylandırılarak açıklanması.</p> <p>- Yıldız ve genç kategorilerinde (15-19 yaş) yer alan sporcularda bisiklet ve değişim tekniklerinin öğretim yöntemlerinin, tekniğin değerlendirilmesinin, hataları düzeltici çalışmaların (driller) anlatılması.</p> <p>(6 saat teorik + 2 saat uygulama) (8 saat)</p> <p>- Atletizm (koşu) sporunun temel biyomekanik kuralların ve yüzmeden koşuya geçişin (değişim) detaylandırılarak açıklanması.</p> <p>- Yıldız ve genç kategorilerinde (15-19 yaş) yer alan sporcularda koşu ve değişim tekniklerinin öğretim yöntemlerinin, tekniğin</p>	<p>- Yüzme sporunda kuvvet antrenmanlarının açıklanması.</p> <p>- Yüzme sporunda birim antrenmandan başlayarak mikro, mezo ve makro yapıların planlanmasında dikkat edilmesi gereken konuların açıklanması (periyotlama)</p> <p>- Katılımcıların gruplara ayrılarak farklı problemler üzerine çalışması ve tartışılması. (8 saat)</p> <p>- Bisiklet sporunda yüklenme yöntemleri dikkate alınarak oluşturulacak antrenmanların yazımı ve uygulamalarının açıklanması.</p> <p>- Bisiklet sporunda kuvvet antrenmanlarının açıklanması.</p> <p>- Bisiklet sporunda birim antrenmandan başlayarak mikro, mezo ve makro yapıların planlanmasında dikkat edilmesi gereken konuların açıklanması (periyotlama).</p> <p>- Katılımcıların gruplara ayrılarak farklı problemler üzerine çalışması ve tartışılması. (8 saat)</p> <p>- Atletizm (koşu) sporunda yüklenme yöntemleri dikkate alınarak oluşturulacak antrenmanların yazımı ve uygulamalarının açıklanması.</p> <p>- Atletizm (koşu) sporunda kuvvet antrenmanlarının açıklanması.</p>	<p>- Yüzme sporunda makro yapılanmalarda yer alan dönemlere ait antrenman örneklerinin yazılması ve tartışılması (periyotlama). (Akademik makalelerin incelenmesi) (5 saat)</p> <p>- Bisiklet sporunda makro yapılanmalarda yer alan dönemlere ait antrenman örneklerinin yazılması ve tartışılması (periyotlama). (Akademik makalelerin incelenmesi) (5 saat)</p> <p>- Atletizm (koşu) sporunda makro yapılanmalarda yer alan dönemlere ait antrenman örneklerinin yazılması ve tartışılması (periyotlama). (Akademik makalelerin incelenmesi) (5 saat)</p>	<p>(Konu ile ilgili akademik makalelerin incelenmesi ve tartışılması) (8 saat)</p> <p>- Orta mesafe (yarı Ironman) yarışları için özel antrenman ve yarışma taktiklerinin incelenmesi ve makro yapıların oluşturulması (periyotlama). (Konu ile ilgili akademik makalelerin incelenmesi ve tartışılması) (8 saat)</p> <p>- Olimpik mesafe yarışları için özel antrenman ve yarışma taktiklerinin incelenmesi ve makro yapıların oluşturulması (periyotlama). (Konu ile ilgili akademik makalelerin incelenmesi ve tartışılması) (8 saat)</p> <p>- Uzun mesafe (Ironman) yarışları için özel antrenman ve yarışma taktiklerinin incelenmesi ve makro yapıların oluşturulması (periyotlama). (Konu ile ilgili akademik makalelerin incelenmesi ve tartışılması) (8 saat)</p> <p>- Triatlona özgü teknoloji kullanımı, ölçme ve değerlendirme yöntemleri. (6 saat)</p>
--	---	--	--	---

**Spor Dalı  
Özel Eğitim  
(Teknik-  
Taktik)**



<p><b>Spor Dahil Özel Eğitim (Teknik-Taktik)</b></p>	<p>malzemelerin (uygun malzemelerin seçimi ve kullanımını) tanıtımı.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Atletizm (koşu) sporunun temel biyomekanik kurallarının açıklanması.</li> <li>- Yüzmeden koşuya geçişin (değişim) anlatılması.</li> <li>- M kategorilerinde (9-14 yaş) yer alan sporcularda koşu ve değişim tekniklerinin açıklanması.</li> <li>- Öğretim yöntemlerinin, tekniğin değerlendirilmesinin, hataları düzeltici çalışmaların (driller) anlatılması.</li> <li>- (4 saat teorik + 4 saat uygulama) (8 saat)</li> <li>- Paratriatlon (2 saat)</li> </ul>	<p>değerlendirilmesinin, hataları düzeltici çalışmaların (driller) anlatılması.</p> <p>(6 saat teorik + 2 saat uygulama) (8 saat)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Paratriatlon (1 saat)</li> </ul>	<p>antrenmanlarının açıklanması.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Atletizm (koşu) sporunda birim antrenmandan başlayarak mikro, mezo ve makro yapıların planlanmasında dikkat edilmesi gereken konuların açıklanması (periyotlama). (8 saat)</li> <li>- Katılımcıların gruplara ayrılarak farklı problemler üzerine çalışması ve tartışılması.</li> <li>- Paratriatlon (1 saat)</li> </ul>	<p>18 Saat</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Triatlon oyun kuralları</li> </ul> <p>2 Saat</p> <p>56 Saat</p>	<p>38 Saat</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Triatlon oyun kuralları</li> </ul> <p>2 Saat</p> <p>56 Saat</p>
<p><b>Spor Dahil Oyun Kuralları</b></p>	<p>26 Saat</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Triatlon oyun kuralları</li> </ul> <p>2 Saat</p> <p>44 Saat</p>	<p>25 Saat</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Triatlon oyun kuralları</li> </ul> <p>1 Saat</p> <p>48 Saat</p>	<p>25 Saat</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Triatlon oyun kuralları</li> </ul> <p>1 Saat</p> <p>56 Saat</p>	<p>18 Saat</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Triatlon oyun kuralları</li> </ul> <p>2 Saat</p> <p>56 Saat</p>	<p>38 Saat</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Triatlon oyun kuralları</li> </ul> <p>2 Saat</p> <p>56 Saat</p>
<p><b>TOPLAM DERS SAATI</b></p>	<p>44 Saat</p>	<p>48 Saat</p>	<p>56 Saat</p>	<p>56 Saat</p>	<p>56 Saat</p>

