

T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI
Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığı

Sayı	5	Konu: Standart Voleybol Eğitimi Kurs Programı
Tarih	02.03.2020	
Kurulda Gör. Tarihi	20/02/2020	
Önceki Kararın Tarih ve Sayısı		

Özel Öğretim Kurumları Genel Müdürlüğünün 05/12/2019 tarihli ve 10058203-101.02-E.24225241 sayılı yazısı üzerine Kurulumuzda görüşülen Standart Voleybol Eğitimi Kurs Programı'nın ekli örneğine göre kabulü hususunu uygun görüşle arz ederiz.

H. İbrahim KAHRAMAN
Üye

Prof. Dr. Bahri ATA
Üye

Ercan TÜRK
Üye

Toper AKBABA
Üye

Doç. Dr. Mustafa OTRAR
Üye

Dr. Hüseyin KORKUT
Üye

Dr. Hasan KAVGACI
Üye

Kâmil YEŞİL
Üye

Dr. Mehmet SÜRMEİ
Üye

Dr. Hüseyin ŞİRİN
Üye

Prof. Dr. Burhanettin DÖNMEZ
Kurul Başkanı

UYGUNDUR
.../.../2020

Ziya SELÇUK
Millî Eğitim Bakanı

PROGRAMIN ALAN ADI	:	
PROGRAMIN SEVİYESİ	:	
PROGRAMIN KREDİSİ	:	
PROGRAMIN ADI	:	Standart Voleybol Eğitimi Kurs Programı
PROGRAMIN DAYANAĞI	:	Bu kurs programının hazırlanmasında 5580 sayılı Özel Öğretim Kurumları Kanunu, Özel Öğretim Kurumları Yönetmeliği, Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığının 05.10.2018 tarihli ve 130 sayılı Kararı ile onaylanan Özel Kurslar Çerçeve Programı ve Türkiye Voleybol Federasyonu Voleybol Okulları Talimatı esas alınmıştır.

PROGRAMIN KAYIT KABUL ŞARTLARI

Bu kurs programına 14 yaşından gün almış ve spor yapmasında sakınca olmadığını sağlık raporu ile belgelendirenler kayıt yaptırabilir.

PROGRAMIN AMAÇLARI

Bu kurs programını başarı ile tamamlayan kursiyerlerin;

1. Voleybola özgü ısınma ve soğuma alıştırmalarını uygulamaları,
2. Voleybol sporu ile ilgili koordinasyon geliştirmeleri,
3. Voleybol sporu ile ilgili performansa ait temel kondisyon bileşenlerini geliştirmeleri,
4. Voleybol sporunda kullanılan temel teknikleri uygulamaları,
5. Voleybol sporu kurallarını kavramaları,
6. Voleybol sporunu kurallarına göre oynamaları,
7. Voleybol hakeminin el işaretleri hakkında bilgi sahibi olmaları,
8. Türk Voleybol Millî Takımlarının başarıları hakkında bilgi sahibi olmaları,
9. Voleybolda uygulanan bireysel/takım oyunu ve taktikleri uygulamaları,
10. Voleybol etkinliklerinde ve oyunlarda dürüst oyun anlayışına uygun davranma alışkanlığı kazanmaları,
11. Voleybol maçlarını takip etmeye istekli olmaları amaçlanmaktadır.

PROGRAMIN UYGULANMASIYLA İLGİLİ AÇIKLAMALAR

1. Bu kurs programı 14 yaşından gün almış bireylerin, yaş düzeylerine uygun alıştırmalar yoluyla standart voleybol sporunu anlamalarını, sevmelerini, yapacağı alıştırmalar ile voleybol sporuna ilişkin kendi yeterlik ve sınırlılıklarını tanımalarını ve oyuna ilişkin performanslarını artırmalarını sağlamak amacıyla hazırlanmıştır.
2. Program süresince uygulamalı ve teorik eğitimler bir arada ve antrenman şeklinde verilecektir. Her antrenman başlangıç, gelişme ve kapanış bölümlerinden oluşacaktır.
3. Antrenmanların başlangıç bölümünde kursiyerlerin ısınmasını sağlamak, voleybola özgü koordinasyon ve kondisyon bileşenlerini geliştirmek için çeşitli koşular, farklı vücut bölümlerinin çalışmasını sağlayan çok yönlü oyunlar ve esnetme/germe hareketlerini içeren genel ve özel ısınma çalışmaları yer alacaktır.
4. Antrenmanların gelişme bölümünde voleybol teknikleri ile ilgili farklı beceriler kazandırmak amacıyla çeşitli alıştırmalar ve oyun ortamları oluşturularak kursiyerlerin voleybolun temel tekniklerini öğrenmesi sağlanacaktır. Bu aşamada kursiyerler temel voleybol tekniklerini ve oyun becerilerini geliştirmeye yönelik alıştırmalar yapacaklar, ayrıca takım anlayışı içinde problem çözme, bireysel ve takım taktikleri geliştirme, iş birliği yapma ve dürüst oyun anlayışı geliştirme gibi tutum ve becerileri kazandırmayı amaçlayan oyunlara katılacaklardır.
5. Antrenmanın kapanış bölümü mutlaka voleybol maçı ile son bulacaktır. Bu maçlar ile kursiyerlerin voleybolun temel tekniklerini oyun düzeni içerisinde kullanma becerisi kazanmaları amaçlanmaktadır. Bununla birlikte bu uygulama ile kursiyerler bireysel ve takım taktiği anlayışını (belirlenen bölgeye servis atma, servis karşılama, üç pas yapma, savunma ve hücum dublajları) geliştirme fırsatı bulacaklardır. Kapanış bölümünün son kısmında ise voleybola uygun soğuma etkinlikleri uygulanarak kursiyerlerin antrenman sonrası toparlanmalarına destek sağlanacaktır.
6. Antrenmanlarda kullanılan voleybol filesinin yüksekliği, standart ölçülere uygun olarak kadınlarda 224 cm ve erkeklerde 243 cm olacaktır.

7. Antrenmanların gerçekleştirileceği spor salonu, Türkiye Voleybol Federasyonu (TVF) Voleybol Okulları Talimatı B Sınıfı özelliklerine sahip olacaktır. Bununla beraber antrenmanların yapılacağı spor salonlarında, teorik derslerin yapılabileceği en az 20 kişinin oturabileceği büyüklükte ve video gösterimine uygun bir eğitim salonu bulunacaktır.
8. Antrenmanlarda kursiyerlerin bütün gelişim alanlarında davranış kazanmaları amaçlanmaktadır. Bu nedenle antrenmanlar boyunca tüm voleybol tekniklerinin öğrenilmesi için tündengelim yöntemi kullanılacaktır. Bu uygulamada kursiyerler önce voleybolu oluşturan tekniği bir bütün olarak uygulayacakları ve öğrenecekleri alıştırmaları yapacaklardır. Ardından tekniğe uygun basamaklama yapılarak kursiyerlerin öğrenmeleri kolaylaştırılacak ve olası hatalar en aza indirilmeye çalışılacaktır.
9. Öğretme-öğrenme sürecinde anlatım, soru-cevap, problem çözme, örnek olay, eğitsel oyunlar, komut yöntemi, alıştırmaya yöntemi, eşli çalışma yöntemi, kendini değerlendirme yöntemi, katılım yöntemi, yönlendirilmiş buluş, problem çözme ve benzeri farklı öğretim modelleri, yöntemleri ve teknikleri kullanılacaktır. En önemli öğretim yöntemlerinden biri olarak “gösterip yaptırma” yöntemine etkin olarak yer verilecektir. Ayrıca antrenmanlarda çeşitli teknolojik araç-gereçten (bilgisayar, projeksiyon aleti, CD çalar, resimler, panolar vb.) ve uzmanlardan (tanınan voleybolcu, antrenör, üniversiteden uzmanlar vb.) destek alınacaktır.
10. Eğitimdeki kursiyer ve antrenör sayısı en az TVF Voleybol Okulları Talimatı kursiyer/antrenör oranı B Sınıfı özelliklerine uygun olacaktır.

EĞİTİCİNİN NİTELİKLERİ

1. Kursta görev alacak antrenörlerin özellikleri TVF tarafından hazırlanan Voleybol Okulları Talimatı B Sınıfı antrenör lisansları düzeyinde olacaktır. Ayrıca aynı talimatın A Sınıfı antrenör lisansına sahip en az bir antrenörün kurs sorumlusu olarak görev yapması zorunludur.
2. Üniversitelerin antrenörlük eğitimi bölümlerinde voleybol uzmanlık dalında öğrenim gören stajyer antrenörler 1. veya 2. kademe antrenörün gözetiminde kursta yardımcı çalıştırıcı olarak görev alabilir.

3. Ayrıca kursta görev alacak antrenörlere ve stajyer antrenörlere Birleşmiş Milletler Çocuk Hakları Bildirgesi'nde yer alan çocuk haklarını bildiğine, kabul ettiğine ve uygulayacağına dair bir belge imzalatılacaktır.

PROGRAMIN SÜRESİ

Kurs programı 1 yıllık bir sürede ve 10 aylık bir programı kapsayacak şekilde hazırlanmıştır. Bu program çerçevesinde kursiyerler ayda 8 gün, ders yapılan her gün 3 ders saati antrenmana katılacaktır. Her ders saati 40 dakikadır.

Teorik Eğitim Süresi	: 48 ders saati
Uygulamalı Eğitim Süresi	: 192 ders saati
Toplam Eğitim Süresi	: 240 ders saati

PROGRAMIN ÜNİTE/KONU, KAZANIM VE SÜRE DAĞILIMI

STANDART VOLEYBOL EĞİTİMİ KURS PROGRAMI ÜNİTE/KONU, KAZANIM VE SÜRE TABLOSU		
ÜNİTE/ KONU	KAZANIM VE AÇIKLAMALARI	SÜRE
A. GENEL/ÖZEL ISINMA VE SOĞUMA 1. Genel Isınmaya Uygun Etkinlikler ve Oyunlar 2. Voleybolda Isınma Amaçlı Etkinlikler ve Oyunlar 3. Çizgi Çalışmaları 4. Top Atma-Tutma Çalışmaları 5. Voleybola Uygun Soğuma Etkinlikleri ve Oyunları	1. Voleybolda ısınma ve soğuma etkinliklerinin performans üzerindeki önemini açıklar. 2. Voleybola uygun ısınma yapar. 3. Voleybola uygun soğuma yapar.	Teorik Eğitim Süresi: 1 Saat Uygulamalı Eğitim Süresi: 11 Saat
B. VOLEYBOL İLE İLGİLİ KOORDİNASYON GELİŞTİRİCİ ÇALIŞMALAR 1. Tepki (Reaksiyon) Yetisi Geliştirici Etkinlikler ve Oyunlar 2. Denge Yetisi Geliştirici Etkinlikler ve Oyunlar	1. Voleybol ile ilgili tepki yetisini artan bir doğrulukta sergiler. 2. Voleybol ile ilgili denge yetisini artan bir doğrulukta sergiler. 3. Voleybol ile ilgili ritim yetisini artan bir doğrulukta sergiler. 4. Voleybol ile ilgili kinestetik ayırlama yetisini artan bir doğrulukta sergiler. 5. Voleybol ile ilgili oryantasyon (ortam algısı) yetisini artan bir doğrulukta sergiler.	Teorik Eğitim Süresi: 2 Saat

<p>3. Ritim Yetisi Geliştirici Etkinlikler ve Oyunlar</p> <p>4. Kinestetik Ayrıklama Yetisi Geliştirici Etkinlikler ve Oyunlar</p> <p>5. Oryantasyon (Mekân Algısı) Yetisi Geliştirici Etkinlik ve Oyunlar</p>		<p>Uygulamalı Eğitim Süresi: 16 Saat</p>
<p>C. KONDİSYON BİLEŞENLERİNİ GELİŞTİRİCİ ÇALIŞMALAR</p> <p>1. Kuvvet Çalışmaları</p> <p>2. Dayanıklılık Geliştirici Etkinlikler ve Oyunlar</p> <p>3. Sürat (Hız) Geliştirici Etkinlikler ve Oyunlar</p> <p>4. Hareketlilik Geliştirici Etkinlikler ve Oyunlar</p> <p>5. Esneklik Geliştirici Etkinlikler ve Oyunlar</p>	<p>1. Voleybol ile ilgili kondisyon bileşenlerini geliştirir. (<i>kuvvet, hareketlilik, sürat, dayanıklılık ve esneklik etkinlikleri</i>)</p> <p>2. Düzenli olarak fiziksel etkinlik yapmayı alışkanlık hâline getirir.</p>	<p>Teorik Eğitim Süresi: 2 Saat</p> <p>Uygulamalı Eğitim Süresi: 16 Saat</p>

<p>D. VOLEYBOLDA TEMEL TEKNİKLER</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Eşle/Grupla Manşet Pas Çalışmaları 2. Eşle/Grupla Parmak Pas Çalışmaları 3. Tenis Servis Çalışmaları 4. Smaç Servis Çalışmaları 5. Smaç Adımlaması Çalışmaları 6. Smaç-Müdafaa Çalışmaları 7. Smaç-Plase Çalışmaları 8. Smaç Çalışmaları 9. Tekli Blok Çalışmaları 10. İkili Blok Çalışmaları 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Voleybolda kullanılan temel tekniklerin özelliklerini açıklar. 2. Voleybolda manşet pas tekniğini artan bir doğrulukta yapar. 3. Voleybolda parmak pas tekniğini artan bir doğrulukta yapar. 4. Tenis servis tekniğini artan bir doğrulukta yapar. 5. Smaç servis tekniğini artan bir doğrulukta yapar. 6. Smaç basamaklaması yapar. 7. Smaç tekniğini artan bir doğrulukta yapar. 8. Tekli blok tekniğini artan bir doğrulukta yapar. 9. İkili blok tekniğini artan bir doğrulukta yapar. 	<p>Teorik Eğitim Süresi: 10 Saat</p> <p>Uygulamalı Eğitim Süresi: 104 Saat</p>
<p>E. VOLEYBOL OYUN KURALLARI</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Voleybol Oyun Kuralları 2. Uygun Olmayan Vuruş Kuralları 3. Hücum (3 Metre) Çizgisinden Yapılan Hücum ile İlgili Kurallar 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Voleybol oyun kurallarını açıklar. 2. İzlediği voleybol maçında oyun kurallarını açıklar. 3. Kurallara uygun voleybol maçı yapar. 	<p>Teorik Eğitim Süresi: 1 Saat</p> <p>Uygulamalı Eğitim Süresi: 5 Saat</p>

<p>4. Farklı Uzmanlıklar ve Pozisyonlar İçin (pasör, smaçör, orta oyuncu, pasör çaprazı ve libero vb.) Özel Kurallar ve Prensipler</p>		
<p>F. VOLEYBOL HAKEMİNİN EL İŞARETLERİ</p> <p>1. Tüm Resmî El İşaretleri 2. Yeni Kurallar ve Yorumlanması</p>	<p>1. Voleybol hakeminin yaptığı el işaretlerinin anlamını açıklar. 2. Voleybolda değişen oyun kurallarını açıklar. 3. Antrenman maçlarında hakem olarak görev alır.</p>	<p>Teorik Eğitim Süresi: 2 Saat</p> <p>Uygulamalı Eğitim Süresi: 4 Saat</p>
<p>G. VOLEYBOLDA TAKIM TAKTİKLERİ</p> <p>1. Voleybolda Basit Oyun Sistemleri 2. Voleybolda Servis Karşılama Sistemleri (W+1 ve Yay Sistemleri) 3. Voleybolda Hücum ve Savunma Dublajı</p>	<p>1. Voleybolda kullanılan basit oyun sistemlerini ve taktiklerini açıklar. <i>(3 smaçör-3 pasör, 4 smaçör-2 pasör ve 5 smaçör-1 pasör oyun sistemleri açıklanır.)</i> 2. Oyun sistemlerini ve taktiklerini etkinliklerde ve maçlarda uygular.</p>	<p>Teorik Eğitim Süresi: 8 Saat</p> <p>Uygulamalı Eğitim Süresi: 40 Saat</p>

<p>4. File Önünden Farklı Pozisyonlardan Hücüm Yapma Kombinasyonları ile İlgili Etkinlik ve Oyunlar</p> <p>5. Voleybolda Savunma ve Hücüm Dublajları ile İlgili Etkinlik ve Oyunlar</p>		
<p>H. TÜRK VOLEYBOL MİLLİ TAKIMLARININ BAŞARILARI</p> <p>1. Son 10 Yılda Kadın Millî Takımlarımızın ve Alt Yapı Takımlarımızın Aldığı Dereceler, Dünya Sıralamalarımız</p> <p>2. Son 10 Yılda Erkek Millî Takımlarımızın ve Alt Yapı Takımlarımızın Aldığı Dereceler, Dünya Sıralamalarımız</p>	<p>1. Kadın ve Erkek Millî Takımlarımızın ve alt yapı takımlarımızın başarılarını söyler.</p> <p>2. Kadın ve Erkek Millî Takımlarımızın ve alt yapı takımlarımızın başarılarını açıklar.</p> <p>3. Millî Takım maçlarını antrenörleri ve arkadaşları ile izler. <i>(Medya araçları kullanılarak antrenör rehberliğinde kursiyerlere en az üç maç izletilerek oyundaki taktikler ve oyun sistemleri analiz edilir.)</i></p>	<p>Teorik Eğitim Süresi: 2 Saat</p> <p>Uygulamalı Eğitim Süresi: 4 Saat</p>

<p>İ. DÜRÜST OYUN ANLAYIŞI</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Voleybol Maçı Başlangıç ve Bitiş Seremonilerinin Anlamı 2. Rakip Takıma Saygılı Davranma ve Rakip Takımı Takdir Etme 3. Hakemlere ve Rakip Antrenörlere Saygılı Davranma 4. Antrenörüne ve Takım Arkadaşlarına Saygılı Davranma 5. Oyuna Katılan Herkese Dürüst Davranma 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Voleybol müsabakasında dürüst oyun anlayışına uygun davranır. 2. Voleybol ile ilgili oyun ve etkinliklerde sözlü ve sözsüz iletişim becerilerini kullanır. 	<p>Teorik Eğitim Süresi: 1 Saat</p> <p>Uygulamalı Eğitim Süresi: 5 Saat</p>
<p>J. MAÇ İZLEME</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Alt Yapı ve A Takım Maçlarını İzleme 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Voleybol oyun kurallarını söyler. 2. Voleybolda kullanılan basit oyun ve taktikleri açıklar. 3. Voleybol A takımı ve alt yapı maçlarını izler. <i>(Medya araçları kullanılarak antrenör rehberliğinde kursiyerlere en az üç maç izletilerek oyundaki taktikler ve oyun sistemleri analiz edilir.)</i> 	<p>Teorik Eğitim Süresi: 1 Saat</p> <p>Uygulamalı Eğitim Süresi: 5 Saat</p>
<p>TOPLAM KURS SÜRESİ (Ders Saati):</p>		<p>240 Ders Saati</p>

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME İLE İLGİLİ ESASLAR

Kurs programının sonunda Özel Öğretim Kurumları Mevzuatı çerçevesinde ölçme ve değerlendirme yapılır. Kursun başında kursa katılan kursiyerlerin hazırbulunuşluk düzeyleri belirlenir. Program süresince kursiyerlerin öğrenme düzeyleri ve beceri gelişimleri çok boyutlu ve düzenli olarak ölçülür ve değerlendirilir. Kurs süresince her 3 ayın sonunda kursiyerlerin programın kazanımlarına ulaşma düzeyleri kontrol listesi ve/veya dereceleme tipi gözlem formları, sözlü ve çoktan seçmeli sınavlarla ölçülür.

Voleybola özgü kural, teknik ve taktik anlayışa ait bilgileri ve voleybolu oluşturan temel becerileri ölçmeye yönelik yapılan teorik ve uygulamalı sınavların her birinden 100 puan üzerinden en az 70 puan alan kursiyerler başarılı sayılır.

BELGELENDİRME

Kurs bitiminde Ölçme ve Değerlendirme İle İlgili Esaslar bölümünde belirtilen ölçütler doğrultusunda başarılı olan kursiyerlere Özel Öğretim Kurumları Mevzuatı çerçevesinde Kurs Katılım Belgesi düzenlenir.

PROGRAMIN UYGULANMASINDA KULLANILACAK ÖĞRETİM ARAÇ GEREÇLERİ

A.YAYINLAR

Teorik eğitimde kullanılacak dokümanlar Türkiye Voleybol Federasyonu Talimatları esas alınarak hazırlanacaktır. Ayrıca kurs süresince antrenörlerin hazırlayacakları uygulamaya yönelik dokümanlar da kullanılacaktır.

B. ARAÇ VE GEREÇLER

1. TVF tarafından ölçüleri ve ağırlığı belirlenmiş olan standart maç topları
2. Koordinasyon etkinlik ve oyunları için çeşitli büyüklük ve ağırlıktaki toplar
3. Kondisyon çalışmaları yapmak için kursiyerlerin fiziksel gelişimlerine uygun sağlık topları, egzersiz bantları, ağırlık torbaları ve ağırlıklar
4. Sıçrama ve sürat çalışmaları için çemberler, ipler, minderler, kedi merdivenleri, jimnastik sırası, dubalar, işaret tabakları vb. yardımcı antrenman malzemeleri
5. Kursiyerlerin birer, ikişer, dörder ve altışar kişilik takımlar şeklinde maç yapabileceği biçimde yüksekliği ayarlanabilir file düzenekleri
6. Bilgisayar, televizyon, video, projeksiyon aleti, bilgisayar canlandırmaları vb. teknolojik araç ve gereçler

7. Yelekler
8. Ders notları ve materyalleri