

T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI
Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü

SPOR

**SPORCU EĞİTİMİ VE GELİŞİMİ SPORA
ÖZGÜ TEMEL EĞİTİM VE HAREKET
BECERİLERİ
(Orta Düzey)
KURS PROGRAMI**

Ankara, 2021

İÇİNDEKİLER

PROGRAMIN ADI	1
PROGRAMIN DAYANAĞI	1
PROGRAMA GİRİŞ KOŞULLARI.....	1
EĞİTİCİLERİN NİTELİĞİ	2
PROGRAMIN AMAÇLARI.....	3
PROGRAMIN UYGULANMASIYLA İLGİLİ AÇIKLAMALAR	5
PROGRAMIN KREDİSİ	9
PROGRAM SÜRESİ VE İÇERİĞİ	10
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRMEYLE İLGİLİ ESASLAR	12
PROGRAMIN UYGULANMASINDA KULLANILACAK ÖĞRETİM ARAÇ-GEREÇLERİ.....	13
BELGELENDİRME	13



PROGRAMIN ADI

Sporcu Eğitimi ve Gelişimi Spora Özgü Temel Eğitim ve Hareket Becerileri (Orta Düzey)

PROGRAMIN DAYANAğI

1. 24.06.1973 Tarihli ve 14574 Sayılı Resmî Gazete' de yayımlanan, 1739 sayılı Millî Eğitim Temel Kanunu,
2. 10 Temmuz 2018 Tarihli ve 30474 Sayılı Resmî Gazete' de yayımlanan Cumhurbaşkanlığı Teşkilatı Hakkında Cumhurbaşkanlığı Kararnamesi (Kararname Numarası: 1, 184. 189. ve 208. Maddeler),
3. 09.07.2018 Tarihli 30473 Sayılı 3. Mükerrer Resmî Gazete' de yayımlanan 703 sayılı "Anayasada Yapılan Değişiklere Uyum Sağlaması Amacıyla Bazı Kanun ve Kanun Hükmünde Kararnamelerde Değişiklik Yapılması Hakkında Kanun Hükmünde Kararname, Madde: 12,"
4. 11.04.2018 tarihli ve 30388 sayılı Resmî Gazete' de yayımlanan Millî Eğitim Bakanlığı Hayat Boyu Öğrenme Kurumları Yönetmeliği,
5. Talim ve Terbiye Kurulunun 20.04.2016 Tarihli ve 19 Sayılı Kararı ile kabul edilen, Yaygın Eğitim Kurumları Çerçeve Kurs Programı,
6. 04.07.2007 Tarihli ve 26572 Sayılı Resmî Gazete' de yayımlanan Eğitim ve Öğretimde Koordinasyon sağlanması konulu 2007/17 sayılı Başbakanlık Genelgesi,
7. Türkiye Cumhuriyeti Anayasası 59'ncü Maddesi,
8. Millî Eğitim Bakanlığı ile Gençlik ve Spor Bakanlığı arasında **16.04.2019** tarihinde imzalanarak yürürlüğe giren "İş Birliği Protokolü".

PROGRAMA GİRİŞ KOŞULLARI

1. 7 yaşını doldurmuş 14 yaşından gün almamış olmak,
2. Türkiye Sportif Yetenek Taraması ve Spora Yönlendirme Projesi kapsamında Gençlik ve Spor Bakanlığı Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü Spor Eğitimi Dairesi Başkanlığınca onaylanan spor eğitimleri için planlanan oyunları/alıştırmaları yapacak, zihinsel ve fiziksel özelliklere sahip olduğunu gösteren proje kapsamında uygulanan birinci aşama spora yatkınlık temel testlerinde başarılı olmak,
3. Millî Eğitim Bakanlığı, Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü, Halk Eğitimi Merkezleri bünyelerinde verilen veya Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından verilen Sporcu Eğitimi ve Gelişimi Temel Hareket Becerileri Temel Düzey Kurs Programı'nı tamamlamış olmak.

EĞİTİCİLERİN NİTELİĞİ

Kurs programının uygulanmasında eğitimciler Gençlik ve Spor Bakanlığı'nca verilen "Çocuk Eğitimi Sertifikası"na sahip olan kişiler arasından aşağıdaki öncelik sırasına göre görevlendirilirler (Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığı'nca yayımlanan "Öğretmenlik Alanları, Atama ve Ders Okutma Esaslarına İlişkin Çizelgeye" göre, Beden Eğitimi alanı öğretmeni olarak atanan ya da atanabilecek olanlarda bu koşul aranmaz.)

1. Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığınca yayımlanan "Öğretmenlik Alanları, Atama ve Ders Okutma Esaslarına İlişkin Çizelgeye" göre, Beden Eğitimi alanı öğretmeni olarak atananlardan herhangi bir spor branşında en az ikinci kademe antrenörlük belgesine sahip olanlar veya en az üç yıl aktif antrenörlük ve/veya beden eğitimi ve spor öğretmenliği yapmış olanlar veya herhangi bir spor branşında en az beş yıllık lisanslı sporcu geçmişine sahip olanlar,
2. 3289 sayılı kanunun ilgili maddesinde belirtilen ve 16 Ağustos 2002 tarih ve 24848 sayılı Resmi Gazetede yayımlanarak, 01 Ocak 2003 tarihinde yürürlüğe giren Antrenör Eğitim Yönetmeliği'ne göre; Üniversitelerin beden eğitimi veya spor eğitimi veren yükseköğretim kurumlarının Antrenörlük bölümlerinden mezun olup kademeler itibariyle talep ettikleri spor dalında en az 3. Kademe Kıdemli Antrenör belgesi sahibi olanlar,
3. Öğretmen bulunamaması durumunda bu alanda öğretmen olarak atanabilecek nitelikte olanlardan herhangi bir spor branşında en az ikinci kademe antrenörlük belgesine sahip olanlar veya en az üç yıl aktif antrenörlük ve/veya beden eğitimi ve spor öğretmenliği yapmış olanlar veya herhangi bir spor branşında en az beş yıllık lisanslı sporcu geçmişine sahip olanlar,
4. Beden Eğitimi alanında/alanına kaynak teşkil eden yükseköğretim kurumlarında görevli öğretim üyesi, öğretim görevlilerinden herhangi bir spor branşında en az ikinci kademe antrenörlük belgesine sahip olanlar veya en az üç yıl aktif antrenörlük ve/veya beden eğitimi ve spor öğretmenliği yapmış olanlar veya herhangi bir spor branşında en az beş yıllık lisanslı sporcu geçmişine sahip olanlar,
5. Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığınca yayımlanan "Öğretmenlik Alanları, Atama ve Ders Okutma Esaslarına İlişkin Çizelgeye" göre, Beden Eğitimi alanı öğretmeni olarak atananlardan spor bilimleri alanında lisansüstü eğitim yapmış olanlar veya herhangi bir spor branşında milli olarak sporcu ve/veya antrenör olarak görev yapmış olanlar veya Türkiye Sportif Yetenek Taraması ve Spora Yönlendirme Projesi eğitimcilerin eğitimi seminerlerine katılmış olanlar ve/veya il proje uygulama ekibinde görev almış olanlar veya pedagojik formasyon eğitimi

almış olanlar veya Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğünde antrenör olarak görev yapanlar veya spor kulüplerinde alt yapı kategorilerinde ve/ veya okul sporları faaliyetlerinde antrenörlük yapmış olanlar,

6. Öğretmen bulunamaması durumunda bu alanda öğretmen olarak atanabilecek nitelikte olanlardan spor bilimleri alanında lisansüstü eğitim yapmış olanlar veya her hangi bir spor branşında milli olarak sporcu ve/veya antrenör olarak görev yapmış olanlar veya Türkiye Sportif Yetenek Taraması ve Spora Yönlendirme Projesi eğitimcilerin eğitimi seminerlerine katılmış olanlar ve/veya il proje uygulama ekibinde görev almış olanlar veya pedagojik formasyon eğitimi almış olanlar veya Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğünde antrenör olarak görev yapanlar veya spor kulüplerinde alt yapı kategorilerinde ve/ veya okul sporları faaliyetlerinde antrenörlük yapmış olanlar,
7. Beden Eğitimi alanında/alanına kaynak teşkil eden yükseköğretim kurumlarında görevli öğretim üyesi, öğretim görevlilerinden spor bilimleri alanında lisansüstü eğitim yapmış olanlar veya herhangi bir spor branşında milli olarak sporcu ve/veya antrenör olarak görev yapmış olanlar veya Türkiye Sportif Yetenek Taraması ve Spora Yönlendirme Projesi eğitimcilerin eğitimi seminerlerine katılmış olanlar ve/veya il proje uygulama ekibinde görev almış olanlar veya pedagojik formasyon eğitimi almış olanlar veya Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğünde antrenör olarak görev yapanlar veya spor kulüplerinde alt yapı kategorilerinde ve/ veya okul sporları faaliyetlerinde antrenörlük yapmış olanlar,

Yukarıda anılan eğitici niteliklerinde eğitici bulunmadığı takdirde, ilgili spor dalında eğitim gördüğü kademedeki programları başarı ile tamamlayarak bulunduğu kademe için 3289 sayılı kanunun ilgili maddesinde belirtilen ve Genel Müdürlükten belge alanlar ile 16 Ağustos 2002 tarih ve 24848 sayılı Resmi Gazetede yayımlanarak, 01 Ocak 2003 tarihinde yürürlüğe giren Antrenör Eğitim Yönetmeliği'ne göre; Üniversitelerin beden eğitimi veya spor eğitimi veren yüksek öğrenim kurumlarından mezun olanların kademeler itibariyle talep ettikleri spor dalında antrenör belgesi sahibi olanlar yukarıdaki öncelik sırasına göre görevlendirilir.

PROGRAMIN AMAÇLARI

Sporcu Eğitimi ve Gelişimi Spora Özgü Temel Eğitim ve Hareket Becerileri Orta Düzey Kurs Programı'nı tamamlayan bireyin;

1. Temel hareket becerilerini daha akıcı ve az hata ile yapması,
2. Temel cimnastik hareketlerini yapması,

3. Yer değiştirme, nesne kontrolü ve dengeleme hareketleri ile birleştirilmiş hareket becerilerini kolaylıkla ve akıcı bir şekilde uygulaması,
4. Bireysel ve takım sporlarına hazırlayıcı oyun ve etkinliklerdeki hareket becerilerini sergileyebilmesi,
5. Nesnelere (raket, sopa vb.) yapılan spora hazırlayıcı oyun ve etkinliklerdeki hareket becerilerini sergileyebilmesi,
6. Verilen ritim ve müziğe uygun adımları atması,
7. Farklı yönlerere koşular, kayma adımları, sıçramalar vb. yer değiştirme hareketlerini kolaylıkla ve akıcı bir biçimde yapması,
8. Birleştirilmiş hareket becerilerini çeşitli oyun ve etkinliklerde göstermesi,
9. Dengeleme gerektiren hareketleri vücut ve alan farkındalığını göstererek uygulaması,
10. Nesne kontrolü gerektiren hareketleri vücut farkındalığı ve hareket ilişkilerini göstererek uygulayabilmesi,
11. Yer değiştirme hareketlerini alan ve efor farkındalığını göstererek uygulayabilmesi,
12. Kendi vücut ağırlılığıyla yapılan uygulamaları yapabilmesi,
13. Çok hızlı şekilde yol alma ve/veya hareket etmeyi içeren oyun ve etkinliklere katılabilmesi,
14. Oyun ve etkinlikler sırasında uygulamaları uzun süre sergileyebilmesi,
15. Eklemlerdeki hareket genişliğini arttırmayı içeren oyun ve etkinlikleri kolaylıkla yapabilmesi,
16. Spor alanına özgü iletişimsel simgelerin yani harekete ilişkin kelime dağarcığını etkili bir biçimde kullanabilme becerisine sahip olması,
17. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kullandığı hareketleri geręekleřtirmesi,
18. Yaşamı boyunca her çeşit fiziksel ve sportif etkinliklere katılabilecek gerekli motivasyon, özgüven ve yetkinliğe sahip olması,
19. Fiziksel okuryazarlık, temel hareket kavramlarını ağıklaması,
20. Fiziksel okuryazar bir birey olarak yaşamı boyunca neden aktif bir yaşama sahip olması ve neden sağlıklı beslenmesi gerektiğini ifade edebilmesi,
21. Temel hareket becerilerinin yapısını anlayarak yeni hareketler yaratması,
22. Oyun ve etkinlikler sırasında belirlenen kural ve yönergeleri uygulaması,
23. Öz değerlendirme yaparak, oyunlara ve etkinliklere katılımda güçlü ve geliştirilmesi gereken taraflarını farkına varması, kazandığı becerileri de en üst düzeyde kullanması,
24. Olimpik kavramları, olimpik değerler ve ilkeleri kavraması,
25. Sporda adil oyun anlayışına ilişkin uygun davranışlar sergilemesi,

26. Zamana karşı, etkili biçimde hareket etmeyi ve verilen süreyi etkili biçimde kullanılmayı alışkanlık haline getirmesi,
27. Fiziksel etkinlikler sırasında kendisinin ve başkalarının güvenliğine etki eden durumları açıklayabilmesi,
28. Oyun ve etkinlikler aracılığıyla vücut aldatması, yön ve hız değiştirmeye ilişkin savunma ve hücum strateji ve taktiklerini gösterebilmesi,
29. Oyun ve etkinlikler sırasında sözlü, görsel ve yazılı farklı iletişim becerileri kullanabilmesi,
30. Oyun ve etkinlikler sırasında kendisinin ve arkadaşlarının performanslarını değerlendirebilmesi,
31. Oyun ve etkinlikler aracılığıyla bireyler ya da grup içerisinde işbirliğinin önemini kavraması,
32. Temel hareket becerilerini, çeşitli etkinlikler aracılığıyla en üst düzeye çıkarması,
33. Gelişim özellikleri ve ihtiyaçları doğrultusunda öğrenme becerilerini geliştirmesini teşvik edilmesi,
34. Hareketlerin en, boy ve yükseklik boyutunu kavrayarak, işitsel ve görsel uyaranlarla desteklenerek, bulunduğu alana uygun temel teknik becerileri taktik davranış bütünlüğü içerisinde yerine getirmesi, amaçlanmaktadır.

PROGRAMIN UYGULANMASIYLA İLGİLİ AÇIKLAMALAR

Spor insan yaşantısının ayrılmaz bir parçasıdır. Manevi, kültürel ve evrensel değerleri benimseyen, koruyan ve geliştiren bireyler yetiştirilmesinde spor eğitiminin önemli bir yeri vardır. Bireylerin sağlıklı bir beden, ruh yapısına ve sosyal çevreye sahip olması spor sayesinde gerçekleştirilmektedir. Sporun toplumdaki hak ettiği yere sahip olması için, bireylerin ilgi ve isteklerine göre uygun sporları yapabilmeleri ve spor faaliyetlerinin yapılması için gerekli alt yapı ve imkânların artırılması gerekmektedir. Erken yaşlarda uygulanacak olan spor etkinliklerinin çocukların motor beceri ve yeteneklerini geliştirmek, toplum içinde olumlu davranışlar kazanmalarını sağlamak ve sporu alışkanlık halinde sürdürmelerini temin etmek yönünden pek çok faydası bulunmaktadır. Spor etkinlikleri, ayrıca öğrencilerin enerjilerini doğru alanlara yönlendirerek bireylerin empati kurma, birlikte yaşama becerilerinin gelişimine katkıda bulunmakta ve sağlıklı bir sosyal hayat tesis etmelerine yardımcı olmaktadır.

Çocuklarımızın geleceğin üst düzey sporcuları olarak yetiştirilmesini amaçlayan sporcu eğitimi ve gelişimi programı, her bir eğitim aşamasının/basamağının kendinden

önceki eğitim aşamasını/basamağını içerir ve hedeflenen yetileri geliştirerek bir üst eğitim aşamasına/basamağına hazırlayan sarmal bir yapıda planlanmıştır.

Çocukların bilişsel, duyuşsal, psikomotor ve fiziksel gelişim alanlarında spor eğitiminin yaşamsal anlamda önemli bir rolü vardır. Spor eğitimi programlarının ulaşmaya çalıştığı başlıca hedefler, sağlıklı yaşamın temeli olan spor ve motor becerilerle ilişkili fiziksel uygunluğu geliştirmek, pek çok fiziksel etkinlik ve sportif faaliyetlerde kullanılacak becerileri kazandırmak, her tür sportif ve fiziksel aktivitenin buna rekreatif etkinlikler dâhil, tümünün sağlıklı bir yaşamdaki rolünü anlamak ve değer verilmesini sağlamak ve bunların sonucunda fiziksel okuryazarlık düzeyinde anlamlı seviyede deneyim kazandırmaktır.

Sporcu eğitimi ve gelişimi programı, uzun süreli sporcu gelişim yaklaşımın yanı sıra, çoklu beceri eğitimi içeren temel spor eğitimi modelini kapsar ve bu program, temel hareket becerileri, sporun temelini oluşturan motorik özellikler, fiziksel uygunluk, koordinatif yetilerin gelişimi ile gözlem yoluyla öngörülen ve/veya çocuğun seçmek istediği spor dalına özgü eğilimine yönelik hedefleri içerir.

Sporcularımızın bir bütün olarak fiziksel ve fizyolojik yapılarının ortaya konulması uluslararası alanda sportif başarı için bir zorunluluk olarak görülmektedir. Her spor dalının kendine özgü antrenmanlara başlama yaşı, hedeflenen başarıların elde edilmesi, sportif verimliliğin sağlanması ve devam ettirilmesi, spora yatkınlıkların, sporda yeteneklerin ve mevcut durumun tespiti, izlenmesi ve raporlanmasının yanı sıra sporda temel eğitim becerilerinin de çocuklarımızın yaş grubu gelişim özelliklerine ve ihtiyaçlarına göre amaç ve hedeflere ulaşılması ve bu hedeflere yönelik davranış kazandırılmasını da gerektirmektedir.

1. Yaş gruplarına göre çocukların gelişim özellikleri göz önünde bulundurularak eğitim ve gelişimlerini sağlanmalıdır.
2. Aile, okul, spor kulübü, spor federasyonu ve Spor Eğitimi Dairesi Başkanlığı işbirliğini hedefleyen sporcu eğitimi ve gelişimi programı çerçevesinde hazırlanan antrenman programları aracılığıyla çocuklarımızın üst düzey performansa ulaşmalarını sağlanmalıdır.
3. Sporcu eğitimi ve gelişimi programı, uzun süreli sporcu gelişimi ve çoklu beceri içeren spor eğitimi yaklaşımları kapsamında hazırlanan ve temel hareket becerileri, temel hareket kavramları, oyun taktiklerinden oluşan hareket yetkinliği ile çocuklarımızın her çeşit fiziksel etkinliklere ve her hangi bir spor branşına katılımlarına ve bu süreçlerde bedensel, zihinsel, duygusal ve sosyal becerilerini geliştirmelerini amaçlayan etkinlikler ve/veya alıştırma bütünü kapsayan eğitim süreçlerini içermektedir. Bu eğitim süreçleri, çocuklarımızın yaş düzeyi, hazır bulunuşlukları, ilgi, beceri ve spora olan yatkınlıkları ve eğilimleri gibi etkenlerin dikkate alınmasını gerektirmektedir. Çocuklarımızın yaş grupları, fiziksel özelliklerine, spora olan yatkınlıkları ve eğilimlerine uygun fiziksel

etkinlikler, alıştırımlar ve çoklu beceri içeren spor eğitimleri, proje kapsamında belirlenen sporcu eğitimi ve gelişimi programı, aynı zamanda çoklu branş eğitimini de kapsamaktadır. Bu ikinci süreçten sonra uygulanacak kapsamlı testler sonucunda çocukların eğitimini aldıkları, spor dallarından birine yönlendirilmesine temel oluşturacak şekilde planlanır.

4. Sporcu eğitimi ve gelişimi programı, 08-10 yaş grubu çocukların gelişim özelliklerine uygun olarak dayanıklılık, çeviklik, çabukluk, esneklik, hareketlilik, koordinasyon, kuvvet, ritim, sürat, denge, güç gibi temel motorik ve koordinatif becerilerin geliştirilmesini ve yer değiştirme (yürüme, koşma, atlama-sıçrama, adım al-sek, galop-kayma, yuvarlanma, tırmanma vb.), dengeleme (dönme, salınım, duruş, oturuş vb.), nesne kontrolü gerektiren (atma, tutma, yakalama, ayakla ve elle vurma, durdurma, yuvarlama, top sürme, raketle vurma, uzun saplı araçlarla vurma, topa alıma çalışmaları vb.) ve birleştirilmiş hareket (bayrak yarışı, hedef oyunları vb.) becerilerin kazandırılmasını ve geliştirilmesini amaçlayan etkinlikler bütünüdür. Bu program için çocuklarımızın temel motorik özellikleri ve temel hareket becerileriyle ilgili kazanımlar, uygulama çalışmalarıyla edindirilecektir.
5. Kazandırılması hedeflenen temel hareket becerileri ile temel motorik beceriler arasında girintili bir ilişki vardır. Birbirleriyle ilişkili bu becerilerin çocuklarımıza kazandırılması yanında, oyunların kurallarına uyma, sporda adil oyun, olimpik değerler ve ilkeler teorik ve uygulamalı olarak anlatılır.
6. Grup içerisinde çocuklarımızın duygu ve düşüncelerini özgürce ifade edebilmeleri için uygun ortam temin edilir.
7. Çocuklarımızın sahip olduğu temel hareket becerileri ve temel motorik özellikleri, öncelikle yaşının sonra da yaşadığı çevrenin özelliklerine ve dolayısıyla yaşamsal tecrübelerine bağlıdır. Bu nedenle aynı gruptaki çocuklarımızın spor alanına özgü iletişimsel simgelere yani harekete ilişkin kelime dağarcığını (fiziksel okuryazarlığını) anlama, anlatma ve uygulama becerisi farklı olabilir. Böyle bir ortamda çocuklarımızın, spor alanına özgü harekete ilişkin kelime dağarcıklarının yani fiziksel okuryazarlık düzeylerinin belirlenerek, fiziksel okuryazarlık düzeylerinin geliştirilmesi amacıyla bireysel, eş ya da grupla çalışmalarına yönlendirilmeleri uygundur.
8. Öğrencilerin sportif ve kültürel alanlarda iletişim düzeyini geliştirmesi, yazılı ve görsel kaynakları belirleyerek bunlara ulaşabilmesi, kazanımlarını günlük yaşantılarında kullanmasına olanak sağlayacak etkinliklere yer verilmelidir.
9. Ders ve çalışmalar esnasında her türlü sağlık tedbiri alınmalı ve yeterli araç-gereç bulundurulmalıdır.

10. Kurs programı, Gençlik ve Spor Bakanlığı Spor Eğitimi Dairesi Başkanlığında görevli uzmanlar ile Spor Eğitimi ve Bilim Kurulu, Millî Eğitim Bakanlığında görevli uzman, alan öğretmenleri ve alan uzmanlarıyla iş birliği içinde hazırlanmıştır.
11. Program, Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğüne bağlı eğitim kurumlarında veya diğer kurumlarca açılan ve eğitim-öğretime uygun ortamlarda uygulanır.
12. Konular basitten karmaşığa, kolaydan zora göre sıralanmıştır. Ancak eğitimciler sınıfın fiziksel altyapısı ve imkânlarını, bireylerin hazır bulunuşluğu ve yeteneklerini göz önünde bulundurarak içerik sıralamasını uygun şekilde tasarlayabilirler.
13. Ölçme Değerlendirme etkinlikleri sonunda elde edilen sonuçlar, Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü Spor Eğitimi Dairesi Başkanlığı ve Spor Eğitimi ve Bilim Kurulu tarafından değerlendirilerek, varsa geliştirilemeyen kazanımlar için uygulanan öğretim yöntem ve teknikleri gözden geçirilecek, gerekirse yeni eğitim ve gelişime yönelik önlemler alınacaktır. Bu bilgilerin velilerle ve Spor Eğitimi Dairesi ile paylaşılmasında her kurs programı içerisinde yer alan ölçme ve değerlendirme için kullanılacak testler ve gözlem formlarının uygulanmasına gerek duyulacaktır.
14. Eğitime ve testlere çocukların katılımının düzenli sağlanabilmesi amacıyla, velilerin çocuklarıyla birlikte katılımları eğitimciler tarafından teşvik edilmeli ve yönlendirilmelidir. Bu nedenle, programdaki kazanımların gerçekleştirilmesinde velilerle işbirliği içinde hareket edilmesi önem taşımaktadır. Çocukların gelişimleri, projenin ve sporcu eğitimi ve gelişimi programı amaç, hedefleri ve sonuçları hakkında velilerle paylaşımında bulunmak üzere, eğitimciler her kurs programı sürecinde velilerle bir araya geleceği veli toplantısı düzenlemelidir.
15. Sporcu eğitimi ve gelişimi programı süresince çocukların bilişsel, duyuşsal, psikomotor, fiziksel alan bakımından gelişimleri ile temel motorik özellikler bakımından gelişimlerini izleyebilmek amacıyla doğrudan gözlem yöntemi kullanılabilir.
16. Her seviye içerisinde, ölçme değerlendirme aşamasında sporda kullanılan parametreleri içeren testler, (dayanıklılık, koordinasyon vb.) eğitim sürecinde uygulanacak testler hakkında eğitimcilerle Spor Eğitimi Dairesi Başkanlığınca gerekli bilgilendirmeler zamanında yapılacaktır.
17. Dersin işlenmesinde bölge, çevre, saha, malzeme, ilgi, ihtiyaç ve öğrenme ortamının durumu dikkate alınmalıdır. Program süresince kursiyerlere program içeriğinin öğretilmesi için ihtiyaç duyduğu araç, gereç ve malzemeler temin

edilmeli, donanımlar sağlanmalı ve gerektiğinde bilgisayar destekli öğretim faaliyetlerinden (slaytlar, akıllı tahtalar) faydalanılmalıdır.

18. Öğrencilerin sportif ve kültürel alanlarda iletişim düzeyini geliştirmesi, yazılı ve görsel kaynakları belirleyerek bunlara ulaşabilmesi, kazanımlarını günlük yaşantılarında kullanmasına olanak sağlayacak etkinliklere yer verilmelidir.
19. Çocuklarımızın spor ve sağlıklı yaşam hakkında duygu ve düşüncelerini açık, etkili ve eksiksiz anlatabilmeleri için söz varlıklarını geliştirmeleri gerekir. Bu nedenle, çocuklarımızın düzeylerine uygun yazı, çizgi film, vb. yazılı ve görsel materyalleri edinmeye ve okumaya özendirilir.
20. Çocuklarımızın temel hareket becerilerini ve temel motorik özelliklerini doğru, etkili ve düzgün bir şekilde kullanabilmeleri, kendilerini rahatlıkla ifade edebilecekleri oyun ve yarışmalara katılmaları teşvik edilmelidir.
21. Spor alanına özgü hareket dağarcığını gösteren fiziksel okuryazarlık öğretimini günlük hayatının bir parçası haline getirmek amacıyla; çocuklarımızın ailesiyle ve çevresindekilerle iletişim kurması özendirilerek fiziksel okuryazarlığın kullanılabilirliği sağlanır.
22. Düzeye uygun fiziksel etkinlikler ve alıştırmalar yoluyla temel hareket becerileri ve temel motorik özelliklerin pekiştirilmesi sağlanır.
23. Sporcu Eğitimi ve Gelişimi, Spora Özgü Temel Eğitim ve Hareket Becerileri Orta Düzey Kurs Programı'nın amaçları, içeriği ve kazanımları yoluyla kursa katılan bireylere aşağıdaki tabloda verilen değerlerin kazandırılması ve bu yolla bireylerin geliştirilmesi hedeflenmiştir.

Değerler
Kurallara uyma
Çalışkanlık
Alçakgönüllülük
Disiplin
Yardımlaşma

PROGRAMIN KREDİSİ

Genel kurs programlarında kredilendirilme yapılmamaktadır.

PROGRAM SÜRESİ VE İÇERİĞİ

Kurs programının süresi; günde 3 ders saati, haftada 2 gün uygulanacak şekilde toplam 96 ders saatidir. Sürelerin konulara göre dağılımı aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Konular	Süre (Ders Saati)
Kavramlar ve İlkeler Bilgisi	5
Spora Özgü Temel Eğitim ve Hareket Becerileri Çalışmaları ve Alıştırmaları	24
Sportif Becerilerin Gelişimine Yönelik Çalışmalar ve Alıştırmalar (Koordinatif yetilerin gelişimi)	50
Sportif Becerilerin Gelişimine Yönelik Çalışmalar ve Alıştırmalar (Motorik Becerilerin Gelişimi)	
Fiziksel Uygunluk Gelişimine Yönelik Çalışmalar ve Alıştırmalar (Fiziksel Uygunluk Gelişimi)	
Strateji, Taktik ve Oyun Bilgisi	17
Toplam (Ders Saati)	96

İÇERİK

1. Kavramlar ve İlkeler Bilgisi

1.1. Temel Hareket Kavramları

- 1.1.1. Oyun ve etkinliklerde yer değiştirme hareketlerine ilişkin kavramlar ve tanımlar
- 1.1.2. Oyun ve etkinliklerde dengeleme hareketlerine ilişkin kavramlar ve tanımlar
- 1.1.3. Oyun ve etkinliklerde nesne kontrolüne ilişkin hareketlere ilişkin kavramlar ve tanımlar
- 1.1.4. Oyun ve etkinliklerde birleştirilmiş hareketlere ilişkin kavramlar ve tanımları açıklama
- 1.1.5. Oyun ve etkinliklerde bireysel farklılıklar
- 1.1.6. Oyun ve etkinliklerde kaybetmeye ve kazanmaya yönelik uygun davranışlar
- 1.1.7. Oyun ve etkinliklerde kullandığı temel hareket kavramlar
- 1.1.8. Sportlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde kullanılan hareket kavramları

1.2. Kullanılacak Materyallerin Tanıtımı

- 1.2.1. Oyun ve etkinlikler sırasında kullanılan materyal ve/veya malzemeleri
- 1.2.2. Materyallerin kullanımı

1.3. Belirlenen oyun ve etkinliklere yönelik kurallar ve yönergeler

- 1.3.1. Belirlenen oyun ve etkinliklere özgü kurallar ve yönergeler

- 1.4. Sağlıklı Yaşam Anlayışı
 - 1.4.1. Düzenli fiziksel etkinlikler
 - 1.4.2. Fiziksel etkinliklerin sağlığına etkiler
- 1.5. Sağlıklı Beslenme
 - 1.5.1. Fiziksel etkinliklerde beslenme
2. Spora Özgü Temel Eğitim ve Hareket Becerileri Çalışmaları ve Alıştırmaları
 - 2.1. Yer değiştirme hareketleri
 - 2.2. Yer değiştirme hareketlerine yönelik çalışma planı
 - 2.3. Yer değiştirme hareketlerini alan ve efor farkındalığı
 - 2.4. Verilen ritim ve komuta uygun adımları
 - 2.5. Dengeleme hareketlerine yönelik çalışma planı
 - 2.5.1. Dengeleme gerektiren hareketleri vücut ve alan farkındalığı (alan, yönler, seviyeler, yol, uzamsal ve ebat bakımından)
 - 2.5.2. Hareketlerin en, boy ve yükseklik boyutunu kavrayarak, işitsel ve görsel uyarılarla desteklenerek, bulunduğu alana uygun temel teknik becerileri taktik davranış bütünlüğü içerisinde yerine getirme
 - 2.6. Nesne kontrolü gerektiren hareketlere yönelik çalışma planı
 - 2.7. Birleştirilmiş hareket becerilerine yönelik çalışma planı
 - 2.7.1. Temel jimnastik hareketleri
 - 2.7.2. Birleştirilmiş hareket becerileri
 - 2.8. Ritim ile hareket etme becerilerine yönelik çalışma planı
 - 2.8.1. Verilen ritim ve komuta uygun adımları
 - 2.8.2. Farklı yön, geçiş ve yer değiştirme içeren basit dans adımları
 - 2.8.3. Verilen komut, ritim ve müziğe uygun adımlar
3. Sportif Becerilerin Gelişimine Yönelik Çalışmalar ve Alıştırmalar
 - 3.1. Genel motor becerilerin gelişimine yönelik çalışma planı
 - 3.2. Özel motor becerilerin gelişimine yönelik çalışma planı
4. Fiziksel Uygunluk Gelişimine Yönelik Çalışmalar ve Alıştırmalar
 - 4.1. Kardiyovasküler ve solunum sistemi dayanıklılığına yönelik çalışma planı
 - 4.2. Kas gücü ve dayanıklılığına yönelik çalışma planı
 - 4.3. Esneklik (Otur-eriş) gelişimine yönelik çalışma planı
 - 4.4. Vücut kompozisyonunun gelişimine yönelik çalışma planı
5. Strateji, Taktik ve Oyun Bilgisi (Karar verme Uzamsal kavram)
 - 5.1. Oyun ve etkinlikler sırasında belirlenen kural ve yönergeler
 - 5.2. Oyun ve etkinlikler sırasında zamana karşı, etkili biçimde hareket etme ve verilen süreyi etkili biçimde kullanma

- 5.3.Spora özgü temel hareket becerilerini ve sporda koordinatif yetileri geliştirmeye yönelik çeşitli oyun ve etkinlikler aracılığıyla en üst düzeye çıkarma
- 5.4.Oyun ve etkinlikler aracılığıyla vücut aldatması, yön ve hız değiştirmeye ilişkin savunma ve hücum strateji ve taktikleri
- 5.5.Oyun ve etkinliklerde hücumaya yönelik taktik ve stratejiler
- 5.6.Oyun ve etkinliklerde savunmaya yönelik taktik ve stratejiler
- 5.7.Oyun ve etkinliklerde farklı iletişim yolları
- 5.8.Oyun ve etkinliklerde iş birliğinin önemi

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRMEYLE İLGİLİ ESASLAR

Proje kapsamında hazırlanan sporcu eğitimi ve gelişimi programını oluşturan eğitim modüllerine yönelik belirlenen kazanımları değerlendirebilmek amacıyla, ölçme ve değerlendirmeler gerçekleştirilecektir.

- Ölçme ve değerlendirme, Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü Spor Eğitimi Dairesi Başkanlığı ve Spor Bilim Kurulunca belirlenen protokol esaslarına göre;
 - Kursiyerin performansına dayalı olarak gerçekleştirilecek testler ve ölçümler,
- Programların özelliğine göre testler, ölçümler ve başarı değerlendirmesi bilişim teknolojisi kullanılarak yapılır.
- Orta düzey içerisinde kullanılacak test ve ölçümler aşağıda belirtilmektedir. Belirtilen bu test ve ölçümlere ilişkin uygulama protokolleri Spor Eğitimi Dairesi Başkanlığı'nın resmi web sayfasında (<http://sporegitim.sgm.gov.tr>) yayınlanacaktır.
- Spora Özgü Temel Eğitim ve Hareket Becerileri Gelişimi Orta Düzey içerisinde uygulanacak test ve ölçümler

Sporcu Eğitimi ve Gelişimi Spora Özgü Temel Eğitim ve Hareket Becerileri Gelişimi Orta Düzey	
Antropometrik Ölçümler	Boy uzunluğu
	Vücut ağırlığı
	Kulaç uzunluğu
	Bacak uzunluğu
	Oturma yüksekliği
Motorik Özelliklere Ait Ölçümler	Dikey sıçrama
	Esneklik
	Geriye sağlık topu atma
	Pençe kuvveti
	Çeviklik testi
Koordinasyon Testi	Sürat koşu
	Dayanıklılık testi

PROGRAMIN UYGULANMASINDA KULLANILACAK ÖĞRETİM ARAÇ-GEREÇLERİ

Programın uygulanma sürecinde;

1. Ders kitabı olarak, Gençlik ve Spor Bakanlığı, Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Spor Eğitimi Dairesi Başkanlığının yayımlamış olduğu yazılı materyaller kullanılır.
2. Kaynak ders kitapları, bireysel öğrenme materyalleri, kaynak ders kitaplarının bulunmaması durumunda öğretmen/eğitimci tarafından hazırlanan ders notlarından yararlanılır,
3. Programın uygulanabilmesi için spor alanı standart donanımları ve mesleklerin gerektirdiği donanım sağlanmalıdır.

Yararlanılacak kaynak araç-gereçler;

- 3.1. Fiziksel Etkinlik Kartları (FEK) sarı kartlar grubu 1-8 arasında yer alan etkinlik kartları,
- 3.2. Fiziksel Etkinlik Kartları (FEK) mor kart grubundan 1-3 arasında yer alan etkinlik kartları,
- 3.3. Fiziksel Etkinlik Kartları (FEK) sarı kartlar grubu 9-17 arasında yer alan etkinlik kartları,
- 3.4. Fiziksel Etkinlik Kartları (FEK) sarı kartlar grubu 18-26 arasında yer alan etkinlik kartları,
- 3.5. Fiziksel Etkinlik Kartları (FEK) sarı kartlar grubu 27-33 arasında yer alan etkinlik kartları,
- 3.6. Yer değiştirme hareketleri arasında sarı kart gruplarında 6-8 arası kartlar; dengeleme hareketleri arasında sarı kart grubunda 10, 11, 12 ve 16 nolu kartlar,
- 3.7. Fiziksel Etkinlik Kartları (FEK) içerisinde yer alan Temel Hareket Kavramları I ve II, sağlık I ve II kartlarında ve beslenme kartı,
- 3.8. Ayrıca Ek kartlardan spor engel tanımaz kartlarında da yararlanılabilir.

BELGELENDİRME

Kursu başarı ile tamamlayanlara katılım belgesi düzenlenir.