

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

SPOR

RAGBİ
KURS PROGRAMI
(3.SEVİYE)

İÇİNDEKİLER

PROGRAMIN ADI.....	3
PROGRAMIN DAYANAĞI.....	3
PROGRAMA GİRİŞ KOŞULLARI.....	3
EĞİTİMCİLERİN NİTELİĞİ.....	3
PROGRAMIN AMAÇLARI.....	3
PROGRAMIN UYGULANMASIYLA İLGİLİ AÇIKLAMALAR.....	3
PROGRAMIN KREDİSİ.....	4
PROGRAM SÜRESİ VE İÇERİĞİ.....	4
PROGRAMIN UYGULANMASINDA KULLANILACAK ÖĞRETİM ARAÇ-GEREÇLERİ.....	5
BELGELENDİRME.....	5

PROGRAMIN ADI

Ragbi (3. Seviye)

PROGRAMIN DAYANAĞI

Talim Terbiye Kurulu başkanlığının 29 Haziran 2016 tarih ve 50 sayılı kararı "spor lisesi takım sporları dersi (9.10.11 ve 12. Sınıflar) öğretim programı".

PROGRAMA GİRİŞ KOŞULLARI

1. 7 yaşını doldurmuş olmak.
2. Okuma yazabilmek veya ilkokul mezunu olmak
3. Kursun gerektirdiği hareketleri yapacak zihinsel ve fiziksel özelliklere sahip olduğunu sağlık raporu ile belgelendirmek.
4. Velilerinin izin belgeleri

EĞİTİMCİLERİN NİTELİĞİ

Sırasıyla;

1. Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığı tarafından yayımlanan "Öğretmenlik Alanları, Atama ve Ders Okutma Esasları" 'na göre aylık karşılığı ders okutacak Beden Eğitimi alan öğretmenleri,
2. Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığı tarafından yayımlanan "Öğretmenlik Alanları, Atama ve Ders Okutma Esasları" 'na göre Beden Eğitimi öğretmeni olarak atanabilecek olanlar,
3. En az "TRF 1.Kademe antrenör" lisansı sahibi olanlar dan federasyon tarafından kurslarda eğitici olarak yetkilendirilenler,
4. Spor yüksek öğrenimi veren kurumlardan mezun olanlar,
5. Türkiye Beyzbol, Softbol Ragbi ve Korumalı Futbol Federasyonu Gönüllü spor adamları görevlendirilir.

PROGRAMIN AMAÇLARI

Ragbi kurs programını bitiren bireyin; kurallarına uygun şekilde Ragbi sporunu öğrenmek

PROGRAMIN UYGULANMASIYLA İLGİLİ AÇIKLAMALAR

1. Programın uygulanması sürecinde kurs yerinin imkânları, iklim şartları, ders materyal durumu vb. göz önünde bulundurulmalıdır.
2. Kurs gurubundaki kursiyer sayısı 7-12 kursiyer olabileceği gibi, kurs merkezinin fiziksel koşulları dikkate alınarak eğitimci tarafından belirlenir.
3. Konuların sıralanması ve işlenmesi; basitten karmaşığa, kolaydan zora öğretim ilkesiyle yürütülmelidir.
4. Konulara ayrılacak süreler; kursiyer seviyesine, ortam ve olanaklara, çevre etkenlerine göre öğretmenlerce de belirlenebilir.

5. Kursiyer düzeyi ve çevre etkenleri dikkate alınarak öğrenme-öğretme etkinliklerinde farklı ünitelerin birbirleriyle bağlantılı olan kazanımları birlikte ele alınabilir.
6. Kurs programı videolar, posterler, slaytlar ile görsel açıdan zenginleştirilmelidir.
7. Öğrenme ortamında, kursiyerlere kazandırılması amaçlanan davranışlar; insana, sporcuya, hakeme, sportmenliğe, centilmenliğe dönük olmalıdır.
8. Yerel, ulusal ve uluslararası müsabakalar sırasında yapılmış kayıtlar kursiyerlere izletilerek sergilenen performans ve kullanılan teknikler hakkında konuşma ortamı oluşturulması uygun olacaktır.

PROGRAMIN KREDİSİ

Genel kurs programlarında kredilendirilme yapılmamaktadır.

PROGRAM SÜRESİ VE İÇERİĞİ

Ragbi Programı günde en fazla 4 saat olmak üzere, toplamda 360 saat olarak planlanmıştır.

Konular	Süre (Ders Saati)
Temel Hareket Eğitimi	30
Koordinasyon	30
Esneklik	30
Ragbiye Özgü Eğitsel Oyunlar	80
Teknik	90
Fiziksel Çalışmalar	100
TOPLAM	360 saat

İçerik:

1. Temel Hareket Eğitimi
 - 1.1. Yer Değiştirme Hareketleri
 - 1.2. Dengeleme
 - 1.3. Top Kontrolü Gerektiren Hareketler
2. Koordinasyon
 - 2.1. Hareket Eğitimi ve Koordinasyona Geçiş
3. Esneklik
 - 3.1. Üst Ekstremiteler
 - 3.2. Alt Ekstremiteler

4. Ragbi ye Özgü Eğitsel Oyunlar
5. Teknik
 - 5.1. Topa Yatkinlik Çalışmaları
 - 5.2. Pas
 - 5.3. Savunma halinde paslar
 - 5.4. Top Kontrolleri
 - 5.5. Topla dripling
6. Fiziksel Çalışmalar
 - 6.1. Dayanıklılık
 - 6.2. Kuvvet
 - 6.3. Sürat
 - 6.4. Esneklik
 - 6.5. Hareketlilik
 - 6.6. Koordinasyon
 - 6.7. Denge
 - 6.8. Çeviklik
 - 6.9. Temel Motor Beceriler
 - 6.10. Algılama Ve Farkındalık
 - 6.11. Çalışma Teknikleri
 - 6.11.1. Arka Hat Oyuncu Gelişimi Çalışma Teknikleri
 - 6.11.2. Forvet Hattı Oyuncu Gelişimi Çalışma Teknikleri
 - 6.11.3. Ruck-Maul Pozisyon Çalışma Teknikleri
 - 6.11.4. 7'Li Ragbi Genel Çalışma Teknikleri
 - 6.11.5. 7'Li Ragbi Taç Atışı

PROGRAMIN UYGULANMASINDA KULLANILACAK ÖĞRETİM ARAÇ-GEREÇLERİ

- 1) Programın uygulama sürecinde; kaynak ders kitapları, bireysel öğrenme materyalleri ve kaynak ders kitaplarının bulunmaması durumunda öğretmen/öğretici tarafından hazırlanan ders notlarından yararlanılabilir.
- 2) Yararlanılacak kaynak araç-gereçler; Yaş gruplarına özgü; 3-4 numara Ragbi topu, kaleler, antrenman kulesi-tabağı, yelek, Ragbi oyun alanı (tercihen öncelikli olarak doğal çim zemin yüzeyli Ragbi sahası, suni çim zemin yüzeyli Ragbi sahası, kapalı spor salonları, çok amaçlı salonlar, kapalı alanlar önerilmektedir).

BELGELENDİRME

Kursu tamamlayanlara, katılım belgesi düzenlenir.