

TÜRKİYE RAGBİ FEDERASYONU
ANTRENÖR EĞİTİMİ TALİMATINDA DEĞİŞİLİK YAPIMASINA DAİR
TALİMAT

MADDE 1- (1) 06/01/2025 onay tarihli Gençlik ve Spor Bakanlığı Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğünün internet sitesinde yayımlanan Türkiye Ragbi Federasyonu Antrenör Eğitim Talimatına ek olarak Beyzbol5 uygulama eğitimi ders içerik ve saatleri eklenmiştir.

MADDE 2- (1) Bu Talimat, Bakanlık internet sitesinde yayımlandığı tarihte yürürlüğe girer.

MADDE 3- (1) Bu Talimat hükümlerini Federasyon Başkanı yürütür.



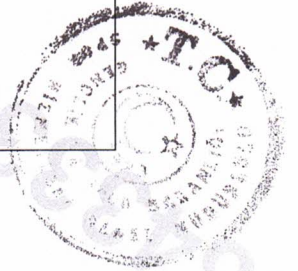
Ek:1

TÜRKİYE RAGBİ FEDERASYONU
ANTRENÖR EĞİTİMİ TALİMATI BEYZBOL5 UYGULAMA EĞİTİMİ DERS İÇERİK VE SAATLERİ

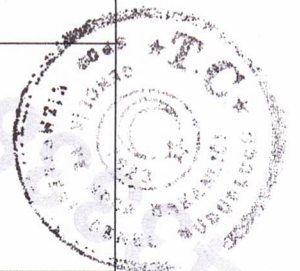
Dersin Adı	1 inci Kademe Ders İçeriği ve Saati	2 nci Kademe Ders İçeriği ve Saati	3 üncü Kademe Ders İçeriği ve Saati	4 üncü Kademe Ders İçeriği ve Saati	5 inci Kademe Ders İçeriği ve Saati
Branşa Özgü Üst Düzey Antrenman Planlanması Ve Programlanması	-	-	-	-Hazırlık Dönemi Planlaması -Müsabaka Dönemi Planlaması -Devre Arası Hazırlık Dönemi Planlaması -Müsabaka Dönemi -Geçiş Dönemi 4 saat	-
Branşa Özgü Özel Kondisyon Antrenmanı Ve Metotları	-	-	-	-	-Kondisyonun Tanımı ve Antrenmanı Metotları -Kuvvetin Tanımı ve Antrenmanı Metotları, Dayanıklılığın Tanımı ve Antrenmanı Metotları -Süratin Tanımı ve Antrenmanı Metotları -Branşa Özgü İstasyon Çalışması, Kısa-Orta ve Uzun Mesafe Koşuları ve Yükseklik Koşusu Antrenmanları -Performans Testleri 2 saat
Branşa Özgü Müsabaka Yönetimi Ve İlkeleri	-	-	-	-	-Maçın Kontrolü Taktiksel Yaklaşım ve Maçın Yönetimi -Disiplin Kontrolü -Oyuncuların ve Takım Yetkililerinin (Yedek Kulübesi) Yönetimi -Hakemlerle iş birliği -Saha içi yönetimi ve karar verme 2 saat
Branşa Özgü Antrenörlerin Uygulanmasında Yeni Teknikler Ve Gelişmeler	-	-	-	-	-Antrenör Modelleri -Branşa Özgü Türkiye ve Dünyadaki Bilimsel Gelişmelerin Takibi 2 saat



Bransa Özgü Teknik-Taktik	-Oyun Kurallarının Gözden Geçirilmesi -Ülkede ve Dünyadaki Branş Yapılanması -Saha ve Müsabaka Ekipmanlarının İrdelenmesi -Müsabaka Türleri -Saha İçi Pozisyon Dağılımı -Pozisyonların İrdelenmesi -Özel Takım Pozisyonlarının İrdelenmesi -Pozisyonlara Göre Temel İdman Akışı -Saha İçi Rotasyon Belirleme -Müsabaka İçi Strateji Belirlenmesi -Video Dersin Uygulama Yöntemleri -Hata Düzeltme Yöntemleri	-Oyun Kurallarının Gözden Geçirilmesi -Ülkede ve Dünyadaki Branş Yapılanması -Saha ve Müsabaka Ekipmanlarının İrdelenmesi -Müsabaka Türleri -Saha İçi Pozisyon Dağılımı -Pozisyonların İrdelenmesi -Özel Takım Pozisyonlarının İrdelenmesi -Pozisyonlara Göre Sezon, İdman, Özel İdman Programlanması -Pozisyonlara Göre Temel İdman Akışı -Saha İçi Rotasyon Belirleme -Öncelikli Taktik Strateji Belirlenmesi -Rakibe Göre Taktiksel Oluşum -Sezona Göre Taktiksel Gelişim -Sezon İçinde İstenen Seviyelerde Kalabilmek İçin Antrenman ve Çalışma Teknikleri Geliştirilmesi -Sezon İçi Oyuncuların Yeni Pozisyona Geçiş Gereksinimleri İçin İdman Planlanması -Müsabaka İçi Strateji Belirlenmesi -Videodan Rakip Analizi -Videodan Kendi Takımın Analizi -Video Dersin Uygulama Yöntemleri -Hata Düzeltme Yöntemleri -Hata Önleyici İdman Geliştirme -Oyuncu Değişikliklerinin Planlanması -Anında Taktiksel Müdahale İçin Yöntemler -Müsabaka İçi Öndeyken Teknik-Taktik Yaklaşım -Müsabaka İçi Mağlupken Teknik-Taktik Yaklaşım -Antrenör Yönetimi -Özel Takım Kurulması ve Müsabaka İçi Rotasyonunun Planlanması	-Oyun Kurallarının Gözden Geçirilmesi -Ülkede ve Dünyadaki Branş Yapılanması -Saha ve Müsabaka Ekipmanlarının İrdelenmesi -Müsabaka Türleri -Saha İçi Pozisyon Dağılımı -Pozisyonların İrdelenmesi -Özel Takım Pozisyonlarının İrdelenmesi -Pozisyonlara Göre Sezon, İdman, Özel İdman Programlanması -Pozisyonlara Göre Temel İdman Akışı -Saha İçi Rotasyon Belirleme -Öncelikli Taktik Strateji Belirlenmesi -Rakibe Göre Taktiksel Oluşum -Sezona Göre Taktiksel Gelişim -Sezon İçinde İstenen Seviyelerde Kalabilmek İçin Antrenman ve Çalışma Teknikleri Geliştirilmesi -Sezon İçi Oyuncuların Yeni Pozisyona Geçiş Gereksinimleri İçin İdman Planlanması -Müsabaka İçi Strateji Belirlenmesi -Videodan Rakip Analizi -Videodan Kendi Takımın Analizi -Video Dersin Uygulama Yöntemleri -Hata Düzeltme Yöntemleri -Hata Önleyici İdman Geliştirme -Oyuncu Değişikliklerinin Planlanması -Anında Taktiksel Müdahale İçin Yöntemler -Müsabaka İçi Öndeyken Teknik-Taktik Yaklaşım -Müsabaka İçi Mağlupken Teknik-Taktik Yaklaşım -Antrenör Yönetimi -Özel Takım Kurulması ve Müsabaka İçi Rotasyonunun Planlanması	34 Saat
	26 Saat	34 Saat	34 Saat	



Bransa Özgü Üst Düzey Teknik Antrenman	-	-	-	-	-	-Pozisyonlara Göre Sezon, İdman, Özel İdman Programlanması -Teknik Düzeltme Antrenmanları -Teknik Gelişim Antrenmanları -Hata Düzeltme Yöntemleri -Hata Önleyici İdman Geliştirme -Teknik Gelişimdeki Anahat Noktalarını Belirlemesi ve Uygulanması -Bireysel Teknik Çalışması -Takım Oyunu Geliştirilmesi -Pozisyonlara Göre Bireysel Antrenman Uygulamaları -Pozisyon Görev ve Karakter Anlatımı	10 Saat
Bransa Özgü Üst Düzey Teknik Antrenman	-	-	-	-	-	-Pozisyonlara Göre Sezon, İdman, Özel İdman Programlanması -Teknik Düzeltme Antrenmanları -Müsabaka İçerikli Mağlupken Teknik-Taktik Yaklaşım -Antrenör Yönetimi -Özel Takım Kurulması ve Müsabaka İçerikli Rotasyonunun Planlanması -Sezon İçerikli Oyuncuların Yeni Pozisyona Geçiş Gereksinimleri İçin İdman Planlanması -Müsabaka İçerikli Strateji Belirlenmesi -Müsabaka İçerikli Öndeşken Teknik-Taktik Yaklaşım	12 Saat
Bransa Özgü Üst Düzey Teknik Taktik	-	-	-	-	-	-Bireysel Teknik Çalışması -Takım Oyunu Geliştirilmesi -Pozisyonlara Göre Bireysel Antrenman Uygulamaları -Pozisyon Görev ve Karakter Anlatımı -Oyun Kurallarının Tekrarı -Ülkede ve Dünyadaki Branş Yapılanması -Saha ve Müsabaka Ekipmanlarının İrdelenmesi -Müsabaka Türleri -Saha İçerikli Pozisyon Dağılımı -Pozisyonların İrdelenmesi -Özel Takım Pozisyonlarının İrdelenmesi -Pozisyonlara Göre Sezon, İdman, Özel İdman Programlanması -Özel İdman Programlanması -Pozisyonlara Göre Temel İdman Akışı -Saha İçerikli Rotasyon Belirleme	-



Branşa Özgü Üst Düzey Teknik Taktik				-Öncelikli Taktik Strateji Belirlenmesi -Teknik Gelişim Antrenmanları -Hata Düzeltme Yöntemleri -Hata Önleyici İdman Geliştirme -Teknik Gelişimdeki Anahtar Noktaların Belirlenmesi ve Uygulanması -Rakibe Göre Taktiksel Oluşum -Sezona Göre Taktiksel Oluşum -Sezon İçinde İstenen Seviyelerde Kalabilmek İçin Antrenman ve Çalışma Teknikleri Geliştirilmesi -Sezon İçi Oyuncuların Yeni Pozisyona Geçiş Gereksinimleri İçin İdman Planlaması -Müşabaka İç Strateji Belirlenmesi -Video dan Rakip Analizi -Video dan Kendi Takımın Analizi -Video Dersin Uygulama Yöntemleri -Hata Düzeltme Yöntemleri -Hata Önleyici İdman Geliştirme -Oyuncu Değişikliklerinin Planlanması -Anında Taktiksel Müdahale İçin Yöntemler -Müşabaka İç Öndeleyen Teknik-Taktik Yaklaşım	24 saat
Branşa Özgü Spor Dalı Gözlem Değerlendirme	-Serbest Gözlem -Yazılı Gözlem -Teknik Araçlarla Gözlem -Aksiyon Yoluyla Gözlem -Sportif Analiz -Sportif Analiz Uygulamalarında Meydana Gelen Sorunlar -Anında Değerlendirme -Devre Arasında Değerlendirme -Turnuva ve Sezon Değerlendirmesi	-Serbest Gözlem -Yazılı Gözlem -Teknik Araçlarla Gözlem -Aksiyon Yoluyla Gözlem -Sportif Analiz -Sportif Analiz Uygulamalarında Meydana Gelen Sorunlar -Anında Değerlendirme -Devre Arasında Değerlendirme -Turnuva ve Sezon Değerlendirmesi	2 saat		



Branşa Özgü Spor Dalı Oyun Kuralları	-Ulusal ve Uluslararası Kuralların Anlatılması Ve Karşılaştırılması, Kural Kitabının Ve Kuralların Tanınması, Hakem, Antrenör, Sporcu Vb. Tüm Oyun Katılımcısı Kişilerin Görev Ve Sorumluluk Sınırlarının İfade Edilmesi	2 saat	Branşın Genel İhtiyaçlarının Belirlenmesi -Kas Grupları İçin İdman Modellerinin Anlatımı -Farklı Pozisyonlar İçin Antrenman Bilgisi -Farklı Vücut Tipleri İçin Antrenman Bilgisi -Sezon Öncesi, İçi ve Sonrası İçin Antrenmanlar -Sürat Antrenmanı Temel Kavramları ve İlkeleri -Kas Lif Tipleri ve Enerji Kaynakları -Sürat Antrenman Yöntemleri -Süratin Organizma Üzerine Etkileri -Hareketlilik (Esneklik) Antrenmanı Temel Kavramları ve İlkeleri -Hareketlilik Antrenman Yöntemleri	Branşın Genel İhtiyaçlarının Belirlenmesi -Kas Grupları İçin İdman Modellerinin Anlatımı -Farklı Pozisyonlar İçin Antrenman Bilgisi -Farklı Vücut Tipleri İçin Antrenman Bilgisi -Sezon Öncesi, İçi ve Sonrası İçin Antrenmanlar -Sürat Antrenmanı Temel Kavramları ve İlkeleri -Kas Lif Tipleri ve Enerji Kaynakları -Sürat Antrenman Yöntemleri -Süratin Organizma Üzerine Etkileri -Hareketlilik (Esneklik) Antrenmanı Temel Kavramları ve İlkeleri -Hareketlilik Antrenman Yöntemleri	Branşın Genel İhtiyaçlarının Belirlenmesi -Kas Grupları İçin İdman Modellerinin Anlatımı -Farklı Pozisyonlar İçin Antrenman Bilgisi -Farklı Vücut Tipleri İçin Antrenman Bilgisi -Sezon Öncesi, İçi ve Sonrası İçin Antrenmanlar -Sürat Antrenmanı Temel Kavramları ve İlkeleri -Kas Lif Tipleri ve Enerji Kaynakları -Sürat Antrenman Yöntemleri -Süratin Organizma Üzerine Etkileri -Hareketlilik (Esneklik) Antrenmanı Temel Kavramları ve İlkeleri -Hareketlilik Antrenman Yöntemleri -Kordinasyon Antrenmanı Temel Kavramları ve İlkeleri -Kordinasyon Antrenman Yöntemleri -Hızlılık Müsabaka Dönemi Sürat, Hareketlilik ve Kordinasyon -Farklı Ortamlarda Antrenman Uygulamalarının Adaptasyonu -Form, Tepe ve Üstün Performans Antrenman Teknikleri -Toparlanma ve Toparlanma Türleri
Branşa Özgü Özel Antrenman Bilgisi	8 saat	8 saat	8 saat	16 saat	16 saat
Toplam Ders Saati	36 SAAT	44 SAAT	44 SAAT	44 SAAT	44 SAAT

