

**BAZI YABANCI ÜLKELERDE
UYGULANAN ANTRENÖR EĞİTİM
PROGRAMLARI İLE TÜRKİYEDE
UYGULANAN PROGRAMLARIN
KARŞILAŞTIRMALI OLARAK
İNCELENMESİ**

(13)

DOÇ.DR.HAKAN SUNAY

A.Ü.Spor Bilimleri Fakültesi

ANTRENÖR EĞİTİMİ

- Spor ve spora ilişkin çalışmaların başlamasından günümüze, çalıştırıcı ya da başka bir deyişle “antrenör” ve “antrenör eğitimi” bu alanın en önemli konularından biri haline gelmiştir.
- Sporcular hangi branşta olursa olsun kendi yetenek ve yeterlilikleri ancak bir yere kadar ulaşabilmelerini sağlamakta bu düzeyden sonra performansın artırılması için “antrenörlere” bağlı kalınmaktadır.
- Antrenörün aldığı kaliteli eğitim sonucu, sporcunun başarı ve verimliliği daha üst düzeye çıkarılmaktadır.
- Kaliteli sporcuların seçimi, yönlendirilmesi, elit düzeye erişmeleri, çeşitli testlerin uygulanması, antrenman ve malzemelerin analiz edilmesi, yarışmalara katılım artan bir hızla devam ederken, bu işleri yapması beklenen “antrenörün eğitimi” önemli araştırma konusu ve alanı olmuştur.

Bazı Yabancı Ülkelerde “Antrenör Eğitiminin” Görünümü

- Antrenörlerin katıldıkları kurslar ve çeşitli seminerler sonrası sınıflandırılmalarında her Avrupa ülkesinde farklı görünmektedir; Bunlar;
- **A, B, C** şeklinde sıralanan lisanslı antrenörler,
- **Teknik Direktör veya Baş Antrenör** gibi isimler sıkça kullanılmaktadır.
- Bu lisanslara ve belgelere sahip olup görev açısından bakıldığında; ise, Milli Takım Antrenörü, Milli Takımlar Teknik Direktörü, Uluslar arası Antrenör terimleri ile de karşılaşılmaktadır.

Gerçekleştirdiği Görev İtibariyle Antrenörlerin Aldıkları isimler;

- Bazı ülkelerde; çok yönlü gelişim sağlayıcı alıştırmaları çocuk ve gençlere aktaran, “**temel çalıştırıcı**”, “**monitör**”, “**temel antrenör**” olarak ta görev yapmaktadırlar.
- Özellikle; “Almanya”, “İsviçre” ve “Hollanda’da” bu sistem, Atletizm, jimnastik ve yüzme branşlarında aktif olarak uygulanmaktadır.
- Sağlık ve Biyolojik bilgiler, Antrenman bilimi, Hareket bilgisi, Spor pedagojisi, Spor psikolojisi, Spor sosyolojisi, Spor organizasyonu ve yönetimi konularında eğitim almış olması istenen “**monitörlük sistemi**” içinde yer alan “C,B,A” antrenör ve diplomalı antrenör sınıflar için temel bir kademe oluşturmaktadır.
- **B antrenörlük lisansı için** eğitim özellikle 1980’li yıllarda, 120 saatlik temel monitörlük eğitiminden sonra 30 saat veriliyordu. Yerel federasyonların verdiği eğitim en üst düzeydeki kurum **Federal Spor Teşkilatı** tarafından planlanıyor, kurslara katılacaklar ismen davet ediliyordu.
- **A Antrenör ve Diplomalı Antrenör (Teknik Direktör) eğitimi konusu** en üst düzeydeki eğitim kademesini oluşturuyordu. A antrenör lisansı için 90 saatlik bir eğitim gerekiyordu.
- Böylece A antrenör kademesine ulaşan bir teknik adam bu süre içinde toplam **240 saate** varan bir yoğun eğitimden geçmiş olmaktadır.

Bir çok Avrupa ülkesinin de uyguladığı sistem olan “Monitörlükten Teknik Direktörlüğe” uzanan bir sürecin ayrıntılarına bakıldığında;

<u>Ders Saati</u>	<u>Dersler</u>
• 9	Biyoloji ve Tıp Bilimleri
• 13	Genel Temel Eğitim
• 16	Spor Pedagojisi-Psikolojisi
• 14	Antrenman ve Hareket Bilimi
• 10	Spor Organizasyonu
• 10	Sıçramalar
• 13	Çoklu Yarışmalar
• 10	Sprint çalışmaları
• 10	Atmalar
• 10	Testler

Avrupa'nın Antrenör Eğitime Yönelik Çalışmalar

- Özellikle 1990'lı yıllara gelindiğinde, A ve B Antrenör kademesi için içeriğin ön plana alındığı yeni şekiller geliştirildi.
- Antrenörlük kademesinde sıralama C, B, A olarak şekillenirken, Antrenör eğitimi “içeriklerinde” belli ölçütlere bakılmaya başlandı.
- Antrenör eğitiminin B kademesinde tartışılan en önemli konu, yaptırılan sporun özelliklerinin antrenör tarafından asgari ölçülerde bilinip bilinmediği oldu. Bu görüşe karşılık, tüm antrenörler için antrenörlük yapacakları spora yatkın ve o spordaki her türlü egzersizi yapabilen bir profil beklenmiştir.
- Antrenörlerin eğitimi sırasında ; öğretme teknikleri ve öğretim yöntemleri, planlanmış eğitimin en önemli bölümlerinden birisidir.
- Elit sporun gelişmesi sonucu, kaçınılmaz biçimde profesyonelleşme gelince bu defa antrenör sınıflamalarında farklı terimler ortaya çıkmaya başladı, C ve B antrenör eğitimi alan teknik adamlara, “Antrenör” ya da **Coach** ve daha çok da İngiliz sisteminde yer alan ve teknik direktör anlamına gelen “**Menecer**” terimi yerleşmiştir.

Avrupa Birliđine Bağlı Ülkelerde Antrenör Eđitimini Kimler Organize Ediyor ?

- Avrupa Birliđine üye ülkelerde antrenörü eğiten kurum ve kuruluşlar ülkeden ülkeye farklılıklar göstermektedir. Buna göre;
- Antrenör eğitimi ülke içinde;
- resmi, özel ve yöresel spor kulüpleri,
- spor dernekleri,
- enstitüler,
- yerel yönetim kuruluşları ve
- üniversiteler tarafından verilmektedir.

Bazı Ülkelerde Antrenör Eğitimi Modelleri

- Dünyada sporda ileri gitmiş olan ülkeler, spor bilimlerine dayalı olarak gerçekleştirdikleri eğitim programlarıyla antrenör eğitimine de önem vermişlerdir.
- Bunlardan, Almanya, Avusturya, İrlanda, İspanya, Belçika ve Fransa gibi bazı Avrupa ülkeleri ile Kanada ve İsrail gibi son 10 yılda spor alanında gelişme kaydeden ülkelerde antrenör eğitimi **kurs sürelerinin** kategorilere göre değiştiği gözlenmektedir.
- Buna göre; Fransa, İrlanda ve Belçika'da uygulanan antrenör eğitimi 4 kategoride gerçekleştirilirken, Avusturya, Kanada ve İsviçre'de 5, İsrail ve İskoçya'da 7 kategoride gerçekleştirilmektedir.

Yedi Ülkenin Antrenör Eğitimindeki En Son Kademeye Ait Süre ve Uygulamaları

Ülkeler	Süre	Antrenör Eğitimindeki en son kademeye ait süre ve uygulamaları
Fransa	2 yıl	Federasyon+Üniversite
Almanya	1-1.5 yıl	Federasyon+Köln Ant.Akademisi
Avusturya	1 yıl	Federasyon+Üniversite
İrlanda	1 yıl tam gün	Federasyon+Üniversite
Kanada	2 yıl yarım gün	Federasyon+Üniversite
İsrail	1 yıl	Wingate Enstitüsü
Belçika	1 yıl	Federasyon+Üniversite

ÖRNEK OLARAK İNCELENEN; FRANSA,
ALMANYA, AVUSTURYA, İRLANDA,
KANADA, İSRAİL VE BELÇİKA GİBİ
ÜLKELERİN ANTRENÖR EĞİTİM
KURSLARINA İLİŞKİN ÖNEMLİ
UYGULAMALARINDAN BİRİDE ANTRENÖR
EĞİTİM KURSLARININ YÜRÜTÜLMESİNDE
ÜNİVERSİTELERDEN ETKİN BİÇİMDE
YARARLANIYOR OLMALARIDIR.

Avustralya'da Antrenör eğitimi

- Avustralya'da antrenörlük, öğrenilen ve uygulamalı olarak yapılan bir meslektir.
- **Avustralya'da elit düzeyde gerçekleştirilen antrenörlük kursları;**
- **Avustralya Antrenörlük Konseyi (Australian Coaching Council-ACC) tarafından 1989 günümüze 2 diploma programıyla gerçekleştirilmektedir. Bunlar;**
- **1. Avustralya Antrenör Konseyi tarafından gerçekleştirilen Spor Antrenörlüğü Diploması (ACC Graduate Diploma of Sports Coaching)**
- **2. Milli Antrenörlük Bursları tarafından gerçekleştirilen (National Coaching Scholar-ships NCS) Yüksek performans kursu elit düzeyde yetiştirilen antrenörlerin gelişimini belirlemeye ve desteklemeye hizmet eder.**

1. Avustralya Antrenör Konseyi-Spor Antrenörlüğü Diploması (ACC)

- Bu kurs programı, antrenörlere en son gelişmiş antrenörlük teorilerini sağlamaya yöneliktir. Kurs programı yüksek performans antrenörlüğü ile bağlantılı olan **23 farklı alanı içerir. Bu alanlar;**
- 1.Fonksiyonel anatomi ve Fizyolojisi
- 2.Sporda Enerji sistemleri
- 3.Dayanıklılık antrenmanı
- 4.Esneklik antrenmanı
- 5.Sportif Özel performans faktörleri
- 6.Beslenme
- 7.Çevre faktörleri
- 8.İyileştirme programı
- 9.Zihinsel antrenman
- 10.Yarışmaya zihinsel hazırlık
- 11.Beceri antrenman programı
- 12.Beceri analizi
- 13.Performans faktörleri analizi
- 14.Periyodik antrenman programları
- 15.Antrenman kampları ne seminerleri
- 16.Yarışma turları
- 17.Yetenek belirleme ve uzun dönemde gel.
- 18.Kişisel yönetim/Liderlik becerisi
- 19.Spor sistemleri ve yönetimi
- 20.Milli takım programı
- 21.İnsan kaynakları yönetimi
- 22.Spor bilimi ve dayanışma servisleri kul.
- 23.Medya ile ilişkiler
- Bu kurs, 2 aylık part time (yarı zamanlı) çalışma programı ile hizmet vermekte olup, 2 şekilde yapılmaktadır; 1.Uzaktan Eğitim Yoluyla 2.Sınıfta yapılan Eğitim Yoluyla

2. Milli Antrenörlük Bursları (NCS)

- Avustralya antrenörlük birliği aracılığı ile Avustralya spor komisyonu potansiyel yüksek performans gösteren antrenörlerini eğitmek ve geliştirmek için antrenörlük bursları sağlar.
- Bu burslara aynı zamanda, ACC'nin Spor Antrenörlüğü Diploması da dahildir.
- Burslu antrenör, eğitime tam zamanlı katılmak zorundadır. Ancak istisnai durumlarda burs, iki yıllık bir döneme yayılabilir.
- Burslu antrenörler, Avustralya Spor Kurumu veya uygun yerel kurum / Spor Akademisinin spor programlarına yerleştirileceklerdir. Antrenörlük bursları her ayın Temmuz veya Ağustos ayında ulusal basında ilan verilir. Bu ilanlar ayrıca, Milli Spor Organizasyonları, Avustralya Spor Kurumu ve Yerel kurum/ Spor Akademisi aracılığı ile duyurulur.

Kanada'da Antrenör Eğitimi

- Kanada'da 5 Kademeli Antrenör Eğitimi programı uygulanmaktadır;
- 1, 2 ve 3. Kademe için söz konusu dersler;

1.Spor Fizyolojisi

2.Sporcu beslenmesi

3.Spor sosyolojisi

4.Spor psikolojisi

5.Antrenman bilgisi

6.Sporcu sağlığı

7.Biyomekanik

8.Spor anatomisi

9.Kanada Spor eğitimi sistemi

10.Ulusal takım programları

11.Spor dalı strateji-taktik

12.Antrenman planlaması

13.Beceri eğitimi

Kanada'da Antrenör Eğitimi 4 ve 5. kademe

- 4 ve 5. Kademe antrenör sertifikası **20 ayrı başlıkta eğitim** verilmektedir. Bu dersler Milli Spor Federasyonları tarafından organize edilmiş ve bu seviyede sertifika almayı planlayan antrenör adayları için zorunludur.
- 4 kademe için bu derslerden en az 12 'si , 5. Kademe için ise 20 dersin tamamı gereklidir.
- 4 ve 5 kademe için söz konusu dersler;
 - 1.Enerji sistemleri
 - 2.Elit sporcularda kuvvet gelişimi
 - 3.Spora özel performans öğeleri
 - 4.Beslenme
 - 5.Çevresel öğelerin performansa etkisi
 - 6.Regenerasyon ilkeleri ve metotları
 - 7.Antrenörler için psikolojik hazırlık
 - 8.Sporcular için psikolojik hazırlık
 - 9.İleri düzey becerilerin biyomekanik analizi
 - 10.Antrenör uygulaması-strateji,taktik
 - 11.Antrenör uyg.beceri eğitimi
 - 12.Planlama ve periyotlama
 - 13.Performans öğelerinin analizi
 - 14.Antrenör uyg.yarışma gezileri
 - 15.Antrenör uyg.Antrenman kampları
 - 16.Sporcuların uzun süreçli gelişimi
 - 17.Liderlik becerileri
 - 18.Antrenörlük performansının geliştir.
 - 19.Kanada spor sistemi
 - 20.Ulusal takım programı

Türkiye’de Üniversitelerde Uygulanan Antrenör Eğitimi Programları Ankara Üniversitesi Örneği

Dersin adı	Top.saat	3.yıl	Top.saat
1.yıl			
Atatürk ilkeleri T.	2,2	Mesleki İngilizce V, VI	3,3
Türk Dili I,II	2,2	Egzersiz fizyolojisi	3
Mesleki İngilizce I,II	3,3	Psiko motor gelişim	3
İnsan Anatomisi ve Kinesiyoloji	4	Özel alan teknik taktik eğitimi I	3
Antrenörlük mesleğine giriş	2	Güreş/Sportif ritmik jimnastik	5
Spor organizasyonu ve yönetimi	3	Seçmeli III, IV, V	2,2,2
BES’e giriş	3	Spor sosyolojisi	3
Genel jimnastik	5	Sporcu sağlığı	2
Fizyoloji	3	Sporda beceri öğrenimi	3
Biyomekanik	2	Antrenman uygulaması ve alan testleri	3
Genel psikoloji	2	Antrenör eğitimi ve ilkeleri	2
Yüzme	5	Özel alan teknik taktik eğitimi II	3
Atletizm I	5		
2.yıl		4.yıl	
Mesleki İngilizce III, IV	3,3	Mesleki İngilizce VII, VIII	3,3
Araştırma teknikleri ve istatistik	3	Rekreasyon	3
Spor psikolojisi	2	Egzersiz fizyolojisi II	3
Sporcu beslenmesi	3	Sporda kondisyon	2
Atletizm II, Basketbol, Futbol	5,5,5	Antrenörlük eğitimi uygulaması I,II	5,5
Hentbol, Voleybol	5,5	Antrenman planlaması	2
Seçmeli dersler I, II	2,2	Karşılaştırmalı antrenör eğitim programları	2
		Antrenörlük eğitimi semineri	2
		Yetenek seçimi ve yönlendirme	2
		Kronik hastalıklar ve egzersiz	4
		Seçmeli dersler VI, VII, VIII	2,2,2

Ankara Üniversitesi BESYO Antrenörlük Bölümü Programının İçerik Kategorilerinin Analizi

- **Alan Bilgisi Dersleri ;**
- Spor Sağlık Alanı; 25 saat - %13.5
- Hareket-Antrenman; 71 saat - %38.4
- Sporda Psiko sosyal Alanlar; 13 saat - %7.0
- Spor Yönetimi ; 6 saat - %3.2
- Spor Öğretimi ; 11 saat - %5.9
- **TOPLAM** ; 126 saat - %68.1
- **Genel Kültür Dersleri ; 41 saat - %22.2**
- **Antrenörlük Meslek Bilgisi Dersleri ; 18 saat - %9.7**
- **GENEL TOPLAM ; 185 SAAT - %100.0**

Gazi Üniversitesi BESYO Antrenörlük Bölümü Programının İçerik Kategorilerinin Analizi

- **Alan Bilgisi Dersleri ;**
- Spor Sağlık Alanı; 22 saat - %11.9
- Hareket-Antrenman; 61 saat - %33.0
- Sporda Psiko sosyal Alanlar; 8 saat - %4.3
- Spor Yönetimi ; 6 saat - %3.2
- Spor Öğretimi ; 55 saat - %29.7
- **TOPLAM** ; 152 saat - %82.2
- **Genel Kültür Dersleri ; 16 saat - %8.6**
- **Antrenörlük Meslek Bilgisi Dersleri ; 17 saat - %9.2**
- **GENEL TOPLAM ; 185 SAAT - %100.0**

BAŞARILAR DİLERİM

DOÇ.DR.HAKAN SUNAY