



Gaziantep Üniversitesi

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ PR.

BEAB410	BASKETBOL UZMANLIK SPOR DALI VE TEORİSİ -III-			T+U	Kredi	AKTS
Yarıyıl	Kodu	Adı				
8	BEAB410	BASKETBOL UZMANLIK SPOR DALI VE TEORİSİ -III-		3	3	7

Öğrenim Türü	Dersin Dili	Dersin Düzeyi	Dersin Staj Durumu	Dersin Türü
Örgün Öğretim	Türkçe	Fakülte	Yok	Seçmeli

Bölümü/Programı	Ön Koşul	Dersin Koordinatörü	Dersi Veren	Dersin Yardımcıları
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ PR.	(BEAB411)	Yok	Öğr.Gör. Bülent Erdoğan berdogan@gantep.edu.tr	Yok

Dersin Amacı :

Basketbolde hızlı hücum, hücum, basketbola dönük özel antrenman bilgisinin oluşturulması

Öğretim Yöntem ve Teknikleri :

1.Basketbolda Hücum Kavramı ve Temel Prensipler 2. Hızlı Hücum (Fast Break) Kavramı ve Önemi 3. Hızlı Hücum ve Hücum Taktikleri 4. Basketbola Özgü Özel Antrenman Bilgisinin Oluşturulması 5. Bireysel ve Takım Performansına Yönelik Antrenman Planlaması 6. Örnek Antrenman İçerikleri ve Uygulama Örnekleri 7. Antrenör ve Oyuncu İletişimi

Dersin Kaynakları

Kaynakları

- 1-ERDOĞAN, B. Seçmeli Uzmanlık Ders Notları. Gaziantep Üniversitesi/ Besyo. Gaziantep.2019
- 2-ERDOĞAN, B. Basketbolda Hızlı Hücum. Bedray Yayıncılık. İstanbul. 2012
- 3-ERDOĞAN, B. Fundamentals Of Basketbol. Ergun Yayın Evi. İstanbul 2016
- 4-ERDOĞAN, B. Basketbolda Hücum. Akademisyen Yayın Evi. Ankara.2022
- 5-ERDOĞAN, B. Tempolu Basketbol. Akademisyen Yayın Evi. Ankara.2023
- 6-ERDOĞAN, B., DERECELİ,Ç. Serbest ve Sonsuz Hücum Sistemleri. Ergün Basın Yayın Evi. İzmir.2017
- 7-SEVİM, Y. Basketbol Teknik, Taktik Antrenman. Fil Yayıncılık. Ankara.2010
- 8-ERDOĞAN, B. Basketbola dönük özel antrenman bilgisi ders notları.Gaziantep.2019
- 1-ERDOĞAN, B. Seçmeli Uzmanlık Ders Notları. Gaziantep Üniversitesi/ Besyo. Gaziantep.2019
- 2-ERDOĞAN, B. Basketbolda Hızlı Hücum. Bedray Yayıncılık. İstanbul. 2012
- 3-ERDOĞAN, B. Basketbolda Savunma. Pelin Ofset. Ankara.2012
- 4-ERDOĞAN, B. Fundamentals Of Basketbol. Ergun Yayın Evi. İstanbul 2016
- 5-ERDOĞAN, B. Basketbolda Hücum. Akademisyen Yayın Evi. Ankara.2022
- 6-ERDOĞAN, B. Tempolu Basketbol. Akademisyen Yayın Evi. Ankara.2023
- 7-ERDOĞAN, B., DERECELİ,Ç. Serbest ve Sonsuz Hücum Sistemleri. Ergün Basın Yayın Evi. İzmir. 2019
- 9-SEVİM, Y. Basketbol Teknik, Taktik Antrenman. Fil Yayıncılık. Ankara.2010
- 10- ERDOĞAN, B. Basketbola dönük özel antrenman bilgisi ders notları.Gaziantep.2019
- 1-ERDOĞAN, B. Seçmeli Uzmanlık Ders Notları. Gaziantep Üniversitesi/ Besyo. Gaziantep.2019
- 2-ERDOĞAN, B. Basketbolda Hızlı Hücum. Bedray Yayıncılık. İstanbul. 2012
- 3-ERDOĞAN, B. Basketbolda Savunma. Pelin Ofset. Ankara.2012
- 4-ERDOĞAN, B. Fundamentals Of Basketbol. Ergun Yayın Evi. İstanbul 2016
- 5-ERDOĞAN, B. Basketbolda Hücum. Akademisyen Yayın Evi. Ankara.2022
- 6-ERDOĞAN, B. Tempolu Basketbol. Akademisyen Yayın Evi. Ankara.2023
- 7-ERDOĞAN, B., DERECELİ,Ç. Serbest ve Sonsuz Hücum Sistemleri.

Ders Yapısı

Matematik ve Temel Bilimler	:	Eğitim Bilimleri	:	10
Mühendislik Bilimleri	:	Fen Bilimleri	:	
Mühendislik Tasarımı	:	Sağlık Bilimleri	:	10
Sosyal Bilimler	:	Alan Bilgisi	:	80

Ders Konuları

Hafta	Konu	Ön Hazırlık	Dökümanlar
1	Ders Tanıtımı ve Basketbolda Hızlı Hücumun Temelleri	Dersin amacı ve öğrenme çıktılarının açıklanması	
2	2. Hafta: Hızlı Hücumun Aşamaları	Top kazanımı ve ilk pas alma	Geçiş koşulları ve pozisyon Sonlandırma teknikleri
3	Hızlı Hücum Çeşitleri	2'ye 1, 3'e 2, 4'e 3 gibi farklı hızlı hücum senaryoları	Hızlı hücumda karar verme ve reaksiyon süresi
4	Bireysel Hücum Becerileri	Dribbling, şut ve birebirde hücum teknikleri	Bireysel hücumda karar verme süreçleri
5	Grup Hücumu Stratejileri	İkili oyunlar (pick and roll, pick and pop)	Üçlü oyunlar ve alan yaratma
6	Takım Hücumu Organizasyonları	Set hücumları ve oyun kurma	Alan paylaşımı ve paslaşma üzerine çalışmalar
7	Temel Antrenman Kavramları	Isınma, soğuma, esneme teknikleri	Basketbola özel kondisyon ve dayanıklılık antrenmanları
8	Temel Antrenman İlkeleri	Yüklenme, dinlenme ve toparlanma prensipleri	Bireysel gelişim için antrenman planlaması
9	Basketbol Antrenmanında Geliştirilmek İstenen Temel Özellikler	Hız, çeviklik ve koordinasyon geliştirme	Teknik ve taktiksel becerilerin artırılması
10	Antrenmanı Etkileyen Dış Faktörler	Beslenme, uyku ve psikolojik faktörler	Çevresel koşulların performansa etkisi
11	Antrenman Planlamasında Temel Ölçütler ve Kurallar	Sezonluk, aylık ve haftalık planlama teknikleri	Planlamada dikkat edilmesi gereken temel noktalar
12	Ölçüm ve Testler	Fiziksel performans ölçümleri (kuvvet, hız, dayanıklılık)	Teknik ve taktik testler
13	Kuvvet Antrenmanlarında Temel Kurallar	Kuvvet türleri ve geliştirme yöntemleri	Basketbolcular için uygun kuvvet antrenman programları
14	Yıl Boyu Antrenman Programları ve Genel Değerlendirme	Sezon öncesi, sezon içi ve sezon sonrası antrenman planları	Tüm konuların tekrarı ve genel değerlendirme oturumu

Ders İçin Önerilen Diğer Dersler

BEAB308 BASKETBOL SEÇMELİ UZMANLIK SPOR DALI VE TEORİSİ I

GEFT222 ETKİLİ İLETİŞİM BECERİLERİ

BEAB401 SPORDA PERFORMANS ÖLÇÜMÜ VE TESTLER

BEAB201 ANTRENMAN BİLGİSİ - I

BEAB305 SPORDA YETENEK SEÇİMİ VE İLKELERİ

BEAB304 KONDİSYON ANTRENMANI VE YÖNTEMLERİ

BEAB207 SPOR FİZYOLOJİSİ - I

BEAB210 SPOR FİZYOLOJİSİ-II

BEAB309 SPOR BİYOMEKANİĞİ

BEAB202 ANTRENMAN BİLGİSİ -II-

BEAB205 PSİKOMOTOR GELİŞİM

Dersin Öğrenme Çıktıları

Sıra No	Açıklama
Ö01	1. Hızlı Hücum Stratejilerini Anlama ve Uygulama
Ö02	2. Takım Hücumu Planlama ve Koordine Etme
Ö03	3. Basketbola Özel Antrenman Programı Tasarlama

Ö04	4.	Oyun İçi Karar Verme Becerilerini Geliştirme
Ö05	5.	Antrenmanlarda Performans Analizi Yapma
Ö06	6.	Farklı Hücum Sistemlerini Karşılaştırma ve Uyum Sağlama

Programın Öğrenme Çıktıları

Sıra No Açıklama

P08	Antrenörlük mesleği ile ilgili alanlarda (spor masörlüğü, kondisyoner, teknik direktör, maç analizi uzmanı, performans ölçümü, spor psikolojisi, spor beslenmesi, vb) uzmanlaşır.
P09	Antrenman programında temel olan bilim dallarını (Antrenman bilgisi, Spor Fizyolojisi, Sporcu Beslenmesi, biyomekanik ve müsabaka analizi vb) ve yenilikleri takip eder.
P02	Antrenörlük mesleği ile ilgili ulusal ve uluslararası düzeyde gerçekleşen bilimsel gelişmeleri takip eder.
P05	Sporun altyapısının gelişimine katkı sağlar, ulusal ve uluslararası düzeyde sporcu yetiştirilmesinde gerekli olan bilgileri edinir.
P10	Yaşam boyu spor bilincine sahip olur ve bunu meslek hayatı boyunca uygular.
P06	Sporun toplumun her kesimine yaygınlaştırılmasında gerekli olan faaliyetleri planlar, organize eder, uygular ve geliştirir
P07	Sporcuları, takımı ve diğer bireylerle etkili iletişim becerisine sahip olur.
P03	Farklı yaş, cinsiyet ve özel gruplara (çocuklar, yaşlılar ve engelli bireyler) uygun antrenman programı geliştirebilir.
P04	Antrenörlük eğitimi alanında multidisipliner alanlardan edindiği bilgi ve donanımı kullanır.
P01	Antrenörlük eğitimi alanında edinilmesi gereken temel bilgi, beceri ile mesleki ve bilimsel etik bilincine sahip olur.

