



Gaziantep Üniversitesi

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ PR.

BEAB302	SPORDA BECERİ ÖĞRENİMİ			T+U	Kredi	AKTS
Yarıyıl	Kodu	Adı				
6	BEAB302	SPORDA BECERİ ÖĞRENİMİ		3	3	4

Öğretim Türü	Dersin Dili	Dersin Düzeyi	Dersin Staj Durumu	Dersin Türü
Örgün Öğretim	Türkçe	Fakülte	Yok	Zorunlu

Bölümü/Programı	Ön Koşul	Dersin Koordinatörü	Dersi Veren	Dersin Yardımcıları
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ PR.		Yok	Öğr.Gör. Öğ. Grv. Bülent ERDOĞAN berdogan@gantep.edu.tr	Yok

Dersin Amacı :

Beceri ve öğrenmenin tanımı, süreci ve modelleri, beceri öğrenme aşamaları, beceri türleri, beceri öğrenimini etkileyen bireysel ve sosyo-kültürel faktörler ile becerilerin ölçülmesi.

Öğretim Yöntem ve Teknikleri :

1. Beceri ve Öğrenmenin Tanımı ve Kavramsal Çerçeve 2. Beceri Öğrenme Süreci 3. Beceri Öğrenme Modelleri 4. Beceri Öğrenme Aşamaları 5. Beceri Türleri ve Sınıflandırılması 6. Beceri Öğrenimini Etkileyen Faktörler 7. Becerilerin Ölçülmesi ve Değerlendirilmesi

Dersin Kaynakları

Kaynakları

1-)ERDOĞAN, B. Seçmeli Uzmanlık Ders Notları. Gaziantep Üniversitesi/ Besyo. Gaziantep.2019. 2-SEVİM, Y. Antrenman Bilgisi. Pelin Ofset.Ankara.ekim.2010 3-MURATLI,S. Çocuk ve Spor. Bağırhan Yayinevi.Ankara.1998 4-Bompa, T.O. Dönemeleme-Antrenman Kuramı ve Yöntemi. Bağırhan Yayinevi.Ankara.2003 5-A.SCHMİDT, R., A. WRİSBERG.C. Motor Öğrenme ve Performans. Anı Yayıncılık Ankara.2012
1-)ERDOĞAN, B. Seçmeli Uzmanlık Ders Notları. Gaziantep Üniversitesi/ Besyo. Gaziantep.2019. 2-SEVİM, Y. Antrenman Bilgisi. Pelin Ofset.Ankara.ekim.2010 3-MURATLI,S. Çocuk ve Spor. Bağırhan Yayinevi.Ankara.1998 4-Bompa, T.O. Dönemeleme-Antrenman Kuramı ve Yöntemi. Bağırhan Yayinevi.Ankara.2003 5-A.SCHMİDT, R., A. WRİSBERG.C. Motor Öğrenme ve Performans. Anı Yayıncılık Ankara.2012
1-)ERDOĞAN, B. Seçmeli Uzmanlık Ders Notları. Gaziantep Üniversitesi/ Besyo. Gaziantep.2019. 2-SEVİM, Y. Antrenman Bilgisi. Pelin Ofset.Ankara.ekim.2010 3-MURATLI,S. Çocuk ve Spor. Bağırhan Yayinevi.Ankara.1998 4-Bompa, T.O. Dönemeleme-Antrenman Kuramı ve Yöntemi. Bağırhan Yayinevi.Ankara.2003 5-A.SCHMİDT, R., A. WRİSBERG.C. Motor Öğrenme ve Performans. Anı Yayıncılık Ankara.2012

Ders Yapısı

Matematik ve Temel Bilimler	:	Eğitim Bilimleri	:	10
Mühendislik Bilimleri	:	Fen Bilimleri	:	
Mühendislik Tasarımı	:	Sağlık Bilimleri	:	10
Sosyal Bilimler	:	Alan Bilgisi	:	70

Ders Konuları

Hafta	Konu	Ön Hazırlık	Dökümanlar
1	1. Hafta: Giriş ve Temel Kavramlar• Sporda beceri öğreniminin tanımı ve önemi• İnsan hareketinin anlamı ve bileşenleri• Sportif hareket ve spor kavramları		
2	2. Hafta: Hareket ve Hareketin Özellikleri• İnsan hareketinin yapısı• Sportif hareketin toplumsal boyutları• Hareket aktiviteleri ve hareketin oluşumu		
3	3. Hafta: Hareketin Yapısal Özellikleri• Hareketin nitel ve nicel özellikleri• Hareketin formu ve ritmi• Hareketin bağlanması ve kapsamı		
4	4. Hafta: Hareketin Kinematik ve Dinamik Özellikleri• Translasyonik ve rotasyonik hareketler• Hareketin temposu, kuvveti ve akışı• Hareketin tamlığı, kalitesi ve elastisitesi		
5	5. Hafta: Motor Becerilere Giriş• Beceri ve davranış kavramları• Bilişsel, algısal ve motor beceriler• Genel ve özel beceri türleri		
6	6. Hafta: Motor Becerilerin Sınıflandırılması• Kesintili, seri ve devamlı beceriler• Görev organizasyonuna göre motor beceriler• Zaman yaklaşımı ve baskılı beceriler		
7	7. Hafta: Motor Becerilerde Performans ve Öğrenme• Performans yeterliliği: kesinlik, enerji kullanımı ve zaman• Yüksek ve düşük motor beceriler• Motor becerilerde öğrenme ve performans ilişkisi		
8	8. Hafta: Öğrenme ve Bilgi İşleme Süreçleri• Öğrenmenin tanımı ve aşamaları• Bilgi işleme sürecinin üç aşaması• Reaksiyon zamanı ve karar verme süreçleri		
9	9. Hafta: Karar Verme ve Psikolojik Etkiler• Karar vermeyi etkileyen faktörler• Önsezi türleri ve reaksiyon zamanı• Psikolojik tepkisizlik devresi ve sporda aldatma		
10	10. Hafta: Bellek ve Bilgi İşleme• Bellek türleri (kısa süreli, uzun süreli)• Duyusal bilgi kaynakları ve bilgi işleme modelleri• Kontrollü ve otomatik işleme süreçleri		
11	11. Hafta: Hareket Kontrolü ve Refleksler• Kapalı ve açık döngü kontrol sistemleri• Refleks türleri ve refleksif düzeltmeler• Hareket kontrolünde görsel sistemlerin rolü		
12	12. Hafta: Motor Öğrenme Kuramları• Pekleştiric kuramları ve Thorndike kanunları• Skinner'ın edimsel koşullama kavramı• Welford ve Whiting modelleri		
13	13. Hafta: Motor Performans ve Yetenekler• Motor performansı etkileyen bireysel ayrılıklar• Yetenek ve beceri ilişkisi• Motor becerilerin performansa katkıları		
14	14. Hafta: Sporda Fiziksel Özellikler ve Antrenman• Kuvvet, sürat ve dayanıklılık kavramları• Kas türleri ve kas kasılma biçimleri• Sürat, çabukluk ve dayanıklılıkta antrenman yaklaşımları		

Ders İçin Önerilen Diğer Dersler

BEAB346 ÇOCUK VE SPOR
GEFT222 ETKİLİ İLETİŞİM BECERİLERİ
BEAB201 ANTRENMAN BİLGİSİ - I
BEAB311 ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ VE İLKELERİ
BEAB305 SPORDA YETENEK SEÇİMİ VE İLKELERİ
BEAB304 KONDİSYON ANTRENMANI VE YÖNTEMLERİ
GEFT322 ANLATMA TEKNİKLERİ - I :KONUŞMA EĞİTİMİ

Dersin Öğrenme Çıktıları

Sıra No	Açıklama
Ö01	Sporda beceri öğrenimi, motor öğrenme ve insan hareketi ile ilgili temel kavramları tanımlayabilecek ve açıklayabilecektir.
Ö02	Hareketin yapısal, kinematik ve dinamik özelliklerini analiz ederek bu bilgileri spor performansına uygulayabilecektir.
Ö03	Motor becerilerin türlerini ve sınıflandırmalarını görev organizasyonu ve performans gereksinimlerine göre ayırt edebilecektir.
Ö04	Motor performans ve öğrenme arasındaki ilişkiyi değerlendirebilecek; kesinlik, zamanlama ve enerji verimliliği gibi performans ölçütlerini analiz edebilecektir.
Ö05	Karar verme süreçlerini etkileyen psikolojik faktörleri yorumlayabilecek ve sporda önsezi, reaksiyon süresi ile aldatma tekniklerini analiz edebilecektir.
Ö06	Bilgi işleme ve öğrenme teorilerini (bellek sistemleri, bilişsel işleme süreçleri) spor performansı bağlamında uygulayabilecektir.
Ö07	Motor kontrol sistemlerini ve reflekslerin hareket üzerindeki rolünü açıklayabilecek ve duyuşal girdilerin hareket kontrolüne katkısını değerlendirebilecektir.
Ö08	Motor öğrenme kuramlarını (pekiştiric modelleri, edimsel koşullama, Welford ve Whiting modelleri) kullanarak beceri öğrenimini ve performans gelişimini optimize edebilecektir.
Ö09	Motor performansı etkileyen bireysel farklılıkları değerlendirebilecek ve yetenek-beceri ilişkisini analiz edebilecektir.
Ö10	Kuvvet, sürat ve dayanıklılığı geliştirmeye yönelik antrenman programları tasarlayarak, kas türleri ve kasılma biçimlerine uygun yaklaşımlar geliştirebilecektir

Programın Öğrenme Çıktıları

Sıra No	Açıklama
P08	Antrenörlük mesleği ile ilgili alanlarda (spor masörülüğü, 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.

