

T.C.
GENÇLİK VE SPOR BAKANLIĞI
Spor Genel Müdürlüğü

Ek-2

SAYI : B.02.1.GSM.0.72.00.01-010.04- 2115

16.7.2011

KONU: Spor Kondisyonerliği
Eğitim Yönergesi

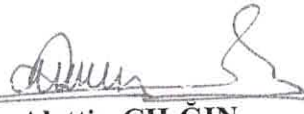
GENEL MÜDÜRLÜK MAKAMINA

İlgi: a) 16.12.2010 tarihli ve 3770 sayılı Makam Onayı.
b) 10.5.2011 tarihli ve 1433 sayılı Makam Onayı.

Spor Kondisyoneri Yetiştirme Yönergesi'nin eğitim programında yer alan derslerin içeriklerini belirlemek amacıyla Düzce Akçakoca Milli Takımlar Kamp Eğitim Merkezi'nde 9-11 Haziran 2011 tarihleri arasında ilgi (b) onay doğrultusunda Spor Eğitimi ve Bilim Kurulu üyeleri ile alanlarında uzmanlaşmış kişilerin katılımıyla toplantı yapılmıştır.

Yapılan toplantı sonucunda söz konusu Yönerge'de yer alan hükümler de değerlendirilmeye alınmış olup yeni değişen şekliyle yürürlüğe girmesinin daha uygun olacağı öngörülmüştür.

Makamlarınızca uygun görüldüğü takdirde ilgi (a) onayla yürürlükte bulunan Spor Kondisyonerliği Eğitim Yönergesi'nin iptal edilerek yeni haliyle ekte sunulan Spor Kondisyonerliği Eğitim Yönergesi'nin yürürlüğe girmesini olurlarınıza arz ederim.


Alettin ÇILGIN
Spor Eğitimi Dairesi Başkanı

Uygun görüşle arz ederim.
17.7.2011


Mehmet Ali BABACAN
Genel Müdür Yardımcısı

OLUR
13.7.2011

Yunus AKGÜL
Genel Müdür

SPOR GENEL MÜDÜRLÜĞÜ SPOR KONDİSYONERLİĞİ EĞİTİM YÖNERGESİ

BİRİNCİ BÖLÜM

Amaç, Kapsam, Dayanak ve Tanımlar

Amaç

MADDE 1- (1) Bu Yönergenin amacı sporcuların performans ve biyomotor yetilerinin geliştirilmesi ve takip edilmesi konusunda görev alacak kondisyonerlerin eğitimleri ile ilgili esas ve usulleri belirlemektir.

Kapsam

MADDE 2- (1) Bu Yönerge; milli takımları, spor kulüplerini ve ferdi sporcuları çalıştıracak kondisyonerlerin eğitimleri ile bu eğitimlerin esas ve usullerini kapsar.

Dayanak

MADDE 3- (1) Bu Yönerge, 3289 sayılı Spor Genel Müdürlüğünün Teşkilat ve Görevleri Hakkında Kanunun 2 ve 10 uncu maddesine dayanılarak hazırlanmıştır.

Tanımlar

MADDE 4- (1) Bu Yönergede geçen;

a-Daire Başkanlığı : Spor Eğitimi Dairesi Başkanlığını,

b-Daire Başkanı : Spor Eğitim Dairesi Başkanını,

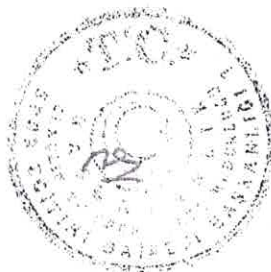
c-Eğitim Programı : Spor kondisyoneri yetiştirme kursları ve seminerleri ile bu programdaki dersleri,

ç-Genel Müdürlük : Spor Genel Müdürlüğünü,

d-Genel Müdür : Spor Genel Müdürünü,

e-Spor Eğitim ve Bilim Kurulu : Spor Genel Müdürlüğü Spor Eğitim ve Bilim Kurulunu,

f-Spor Kondisyoneri : Spor Kondisyonerliği programını başarı ile tamamlayarak Genel Müdürlükten belge alan, sporcuları veya spor takımlarını ulusal ve uluslararası müsabakalara hazırlamak amacı ile performans ve biyomotor yetilerini geliştirip takip etmek görev ve yetkisine haiz olan kişiyi, ifade eder.



İKİNCİ BÖLÜM

Esas Hükümler

Kurs düzenleme

MADDE 5- (1) Spor Kondisyoneri eğitim kursları, federasyonlar, spor il müdürlükleri, spor kulüpleri ile sporla ilgili kurum ve kuruluşların ihtiyaçları esas alınarak Daire Başkanlığınca düzenlenir.

Kondisyoner eğitim kursuna katılacaklarda aranılacak şartlar

MADDE 6- (1) Spor Kondisyoneri eğitim kurslarına katılacaklarda aşağıdaki şartlar aranır:

- a) Üniversitelerin beden eğitimi ve spor eğitimi veren yükseköğrenim kurumlarından mezun olmak veya dört yıllık yükseköğrenim kurumlarından mezun olmak şartıyla milli sporcu veya federasyonların en üst kategorisi/liginde sporcu olarak yarışmalara katılmış veya 3. kademe kıdemli antrenör belgesine sahip olmak.
- b) Görevini devamlı yapmasına engel olabilecek vücut veya akıl hastalığı ile malül olmamak.
- c) Taksirli suçlar ile kısa süreli hapis cezasına seçenек yaptırımlara çevrilmiş veya aşağıda sayılan suçlar dışında tecil edilmiş hükümler hariç olmak üzere, 6 aydan fazla hapis veyahut affa uğramış olsalar bile devletin güvenliğine karşı suçlar, Anayasal düzene ve bu düzenin işleyişine karşı suçlar, devlet sırlarına karşı suçlar ve casusluk, zimmet, irtikap, rüşvet, hırsızlık, yağma, dolandırıcılık, gibi yüz kızartıcı veya cinsel dokunulmazlığa karşı suçlar, fuhuş, uyuşturucu ve uyarıcı madde imal ve ticareti, kullanımı, kullanımını kolaylaştırma, kullanmak için satın alma, kabul etmek veya bulundurmak veya şeref ve haysiyeti kırıcı suçtan veya ihaleye fesat karıştırma, edimin ifasına fesat karıştırma, suçtan kaynaklanan mal varlığı değerlerini aklama, kaçakçılık, vergi kaçakçılığı ve haksız mal edinme suçlarından hükümlü bulunmamak.
- ç) 7/1/1993 tarihli ve 21458 sayılı Resmi Gazete’de yayımlanan Spor Genel Müdürlüğü Amatör Spor Dalları Ceza Yönetmeliği ile özerk spor federasyonlarının disiplin veya ceza talimatlarına göre son üç yıl içinde olmak kaydıyla; bir defada 6 aydan daha fazla veya bu süre içerisinde toplamda 1 yıldan fazla ceza almamış olmak.



Görev alanları

MADDE 7- (1) Kondisyonerler; Genel Müdürlük, spor federasyonları ve milli takımlar, spor kulüpleri ve sporla ilgili diğer kurum, kuruluş ve özel spor tesislerinde görev alabilirler.

(2) Spor Kondisyonerinin görevleri şunlardır:

- a. Sporcuların biyomotor özelliklerinin (kuvvet, esneklik, sürat, çeviklik, dayanıklılık, koordinasyon, denge vb) geliştirilmesine yönelik antrenman programlarını planlar ve uygular.
- b. Sporcuların biyomotor yeteneklerini ve performanslarını ölçer, değerlendirir, raporlandırır ve takibini yapar.
- c. Antrenman programlarını (günlük, haftalık, aylık, yıllık, olimpik) planlar, takip eder ve raporlandırır.
- ç. Antrenmanın ısınma ve soğuma evrelerini planlar ve uygular.
- d. Spor yaralanması ve/veya hastalıktan iyileşme sonrası performansın kazandırılmasına yönelik antrenman planlar ve uygular.
- e. Sporcuların toparlanma dönemlerine yönelik antrenman programlarını planlar ve uygular.
- f. Alanları ile ilgili benzer çalışmaları planlar ve uygular.

Spor kondisyoneri eğitim programı

MADDE 8-(1) Eğitim programlarında uygulanacak ders ve saatleri aşağıda belirtilmiştir. Gerekli hallerde Daire Başkanlığınca Genel Müdürlük Makamından alınacak onay çerçevesinde; ders saatleri, kurs süresi ve alınan derslerde değişiklik yapılabilir.

KONDISYONER EĞİTİM PROGRAMI

Temel Eğitim Dersleri	
DERSİN ADI	SAAT
Spor Anatomisi ve Kineziyoloji	16
Egzersiz Fizyolojisi	18
Spor Yaralanmaları	6
Beslenme ve Ergojenik Yardım	6
Biyomekanik	4
Beceri Öğrenimi	4
Sporda Davranış Düzenleme ve Güdülenme	3
Sporda İletişim Becerileri	4
Psikomotor Gelişim	4
T O P L A M	65

Özel Eğitim Programı	
Teorik	
Antrenman Bilimi	13
Kuvvet Antrenmanı Teorisi	13
Dayanıklılık Antrenmanı Teorisi	8
Sürat Antrenmanı Teorisi	6
Çeviklik ve Çabukluk Antrenmanı Teorisi	4
Esneklik Antrenmanı Teorisi	4
Koordinasyon Antrenmanı Teorisi	3
İstatistik ve Raporlandırma	2
Sporda Laboratuar Testleri	2
Uygulama	
Kuvvet Antrenmanı Uygulaması	28
Dayanıklılık Antrenmanı Uygulaması	10
Sürat Antrenmanı Uygulaması	6
Çeviklik ve Çabukluk Antrenman Uygulaması	4
Esneklik Antrenman Uygulaması	4
Koordinasyon Antrenman Uygulaması	3
Periyotlama Uygulaması	2
Sporda Isınma	3
T O P L A M	115
GENEL TOPLAM	180

Öğretim elemanlarının görevlendirilmeleri

MADDE 9- (1) Spor kondisyonerliği eğitim programında eğiticiler yüksek öğrenim görmüş, alanında deneyimli ve/veya akademik kariyere sahip kişiler arasından gerektiğinde kurumlarından izin alınmak kaydı ile Daire Başkanlığının teklifi ve Genel Müdürlük Makamının onayı ile görevlendirilir.

Gelişim semineri

MADDE 10- (1) Spor kondisyonerlerine yönelik, Daire Başkanlığınca gelişim seminerleri düzenlenebilir.

Belge ve lisans verilmesi

MADDE 11- (1) Spor kondisyoneri eğitim kurslarını başarı ile bitirenlere, Daire Başkanı ve Genel Müdürün imzasını taşıyan Spor Kondisyoneri Belgesi verilir. Spor Kondisyoneri Belgesini almış olanlara ayrıca spor kondisyoneri olduğuna dair lisans verilir. Daire Başkanlığının belirlediği yıl içerisinde açılacak seminere katıldığını belgeleyenlerin veya ilgili üniversitelerin kondisyonerlik eğitimine



yönelik içerik ve programları Daire Başkanlığınca uygun görülen seminerlere katıldıklarını belgeleyenlerin lisansları vize edilir.

Spor kondisyonerliği belge ve lisansının geçersiz sayılması

MADDE 12- (1) 7/1/1993 tarihli ve 21458 sayılı Resmi Gazete’de yayınlanan Spor Genel Müdürlüğü Amatör Spor Dalları Ceza Yönetmeliği ile özerk spor federasyonlarının disiplin veya ceza talimatlarına göre son üç yıl içinde olmak kaydıyla; bir defada 6 aydan daha fazla veya bu süre içerisinde toplamda bir yıldan fazla ceza alan Spor Kondisyonerlerinin lisansları Genel Müdürlük onayı ile üç yıla kadar geçersiz sayılır. Bu sürenin sonunda talepte bulunan spor kondisyonerlerine Genel Müdürlükçe düzenlenecek seminere katılmak kaydıyla yeniden lisans verilebilir.

(2) Bu Yönergenin 6. maddesinde belirtilen spor kondisyonerliği kurslarına katılacaklarda aranan şartlardan herhangi birini belgesini aldıktan sonra kaybeden veya bu şartlardan herhangi birini taşımadığı daha sonra anlaşılan spor kondisyonerlerinin belge ve lisansları Genel Müdürlük onayı ile geçersiz sayılır.

Sınav ve değerlendirme

MADDE 13- (1) Spor kondisyonerliği eğitim kurslarının sonunda kursiyerler, eğitim programında yer alan bütün derslerden sınava tabi tutulurlar. Sınavlar aşağıdaki şekilde yapılır;

- a- Sınavlar derslerin özelliklerine göre yazılı, test, sözlü, uygulamalı veya hem yazılı hem de sözlü yapılır. Derslerin sınavları ilgili dersin öğretim elemanı tarafından değerlendirilir.
- b- Eğitim programlarına ait derslerin sınav sonuçları 100 puan üzerinden değerlendirilir. Başarılı olunabilmesi için eğitim programında yer alan derslerin sınavlarından en az 60 puan alınması zorunludur.
- c- Eğitim programında yer alan derslerin sınavlarından en fazla 3 dersten başarısız olanlar daha sonra açılacak olan spor kondisyonerlik kurslarına devam etmeksizin başarısız olduğu derslerden 3 yıl içerisinde aynı dersten 3 kez doğrudan sınavlara katılma hakkına sahip olup, başarısız olanlar kursu tekrarlamak zorundadırlar.

Muafiyet

MADDE14- Üniversitelerin beden eğitimi ve spor eğitimi veren yüksekokullarından mezun olanlar durumlarını belgelemeleri şartıyla temel eğitim programında yer alan derslerin sınavlarına katılıp başarılı olmaları halinde ilgili derslerden muaf tutulurlar.



Sınav sonuçlarına itiraz hakkı

MADDE 15- (1) Spor kondisyonerliği eğitim kurslarının yazılı ve sözlü sınavlarının değerlendirme sonuçlarına kursiyerler kurs bitim tarihinden itibaren 30 gün içinde Daire Başkanlığına itiraz edebilir. Daire Başkanlığınca yapılacak incelemenin sonucu ilgili kişiye bildirilir.

Devam zorunluluğu

MADDE 16- (1) Kursu en fazla bir tam günden fazla mazeretsiz katılmayan veya bu sureyi raporla aşan kursiyerlerin kursla ilişkileri kesilir.

Yurt dışından alınan spor kondisyonerliği belgelerinin denkliği

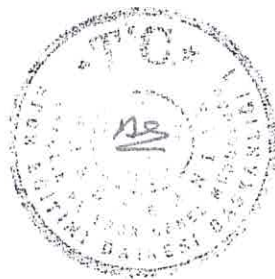
MADDE 17- (1) Türkiye Cumhuriyeti vatandaşı veya yabancı uyrukluların, yurt dışından aldıkları belgelerin denkliği, Spor Eğitimi ve Bilim Kurulunun olumlu görüşü alınarak Daire Başkanlığınca değerlendirilir. Daire Başkanlığınca açılacak gelişim seminerlerine katılmak kaydıyla durumu uygun görülenlerin belgelerinin denkliği yapılır.

Yürürlük

MADDE 18 – (1) Bu yönerge Genel Müdürlük Makamının onayı ile yürürlüğe girer.

Yürütme

MADDE 19- (1) Bu Yönerge hükümlerini Spor Genel Müdürü yürütür.



SPOR KONDİSYONERLİĞİ YETİŞTİRME KURLARI DEĞERLENDİRME FORM

ADAYIN ADI SOYADI :

İli :

İMZASI :

ADAY TARAFINDAN DOLDURULACAK VE BELGELENDİRİLECEK		
S.n	DEĞERLENDİRME KONULARI	Puan
1	Milli takımlarda kondisyonerlik yaptığını federasyonca belgelendirenler	14
2	Milli takımlarda teknikdirektör olarak görev yaptığını federasyonca belgelendirenler	8
3	Milli takımlarda antrenörlük yaptığını federasyonca belgelendirenler	7
4	Milli Sporcu belgesi olanlar	5
5	Kulüp takımlarında kondisyonerlik yaptığını belgelendirenler	10
6	Kulüp takımlarında teknikdirektör olarak görev yaptığını belgelendirenler	6
7	Kulüp takımlarında antrenörlük yaptığını belgelendirenler	5
8	Spor hekimi olduğunu belgelendirenler	8
9	Beden eğitimi ve spor alanında doktora mezunu olduğunu belgelendirenler	8
10	Beden eğitimi ve spor alanında yüksek lisans mezunu olduğunu belgelendirenler	6
11	Yabancı dil bildiğini (KPTS, ÜDS ve TOFL en az elli puan) aldığını belgelendirenler veya yabancı dil öğretmeni – öğretim görevlisi olduğunu belgelendirenler	7
12	Dördüncü kademe antrenörlük belgesi sahibi olmak	5
13	Spor alanında kitap v.b. yayını olmak	4
14	Spor kondisyonerliği alanında seminer gördüğünü belgelendirenler	3
15	Spor masörü belgesine sahip olanlar	2
16	Spor dalları itibariyle hakemlik belgesine sahip olanlar	2
ADAY TARAFINDAN ALINAN TOPLAM PUAN		
ADAYIN GENEL SIRALAMASI		

SPOR KONDİSYONERLİK KURSU YÖNETİCİSİ

ADI SOYADI:

İMZA: