

**1. KADEME (E) ANTRENÖR KURSU UYGULAMA EĞİTİMİ DERSLERİ**

#	Ders Adı	Ders Saati	Sınav Yöntemi	Geçme Notu
1	TEKNİK VE TAKTİK	24	Yazılı: % 30 Uygulama: % 70	70
2	BASKETBOLDA ÖZEL ANTRENMAN BİLGİSİ	6	Yazılı	70
3	BASKETBOLDA EĞİTSEL OYUNLAR	3	Yazılı	70
4	BASKETBOLDA İSTATİSTİK	2	Yazılı	70
5	BASKETBOLA ÖZGÜ KUVVET, GÜÇ VE DAYANIKLILIK GELİŞİMİ	2	-	-
6	PERFORMANSTA ZİHİNSEL BECERİLER	3	-	-
<b>Toplam Ders Saati</b>		<b>40</b>		

**1. KADEME (E) ANTRENÖR KURSU UYGULAMA EĞİTİMİ MÜFREDATI**
**1. TEKNİK VE TAKTİK (24 saat)**

A. BİREYSEL SAVUNMA

B. TAKIM SAVUNMASI

C. BİREYSEL HÜCUM

Ç. TAKIM HÜCUMU

**2. BASKETBOLDA ÖZEL ANTRENMAN BİLGİSİ (6 saat)**

A. ANTRENMAN BİLİMİ TEMEL TERİM VE TERMİNOLOJİLER

B. ANTRENMAN KAVRAMI, AMAÇLARI VE BİLEŞENLERİ

C. ANTRENMAN BÖLÜMLERİ (ISINMA, ANA EVRE VE SOĞUMA)

Ç. DAYANIKLILIK KAVRAMI VE ANTRENMAN YÖNTEMLERİ

D. KUVVET KAVRAMI, TÜRLERİ VE ANTRENMAN YÖNTEMLERİ

E. HIZ, ÇEVİKLİK VE ÇABUKLUK KAVRAMLARI VE ANTRENMAN YÖNTEMLERİ

**3. BASKETBOLDA İSTATİSTİK (2 saat)**

A. İSTATİSTİK TANIMI, BASKETBOLDA İSTATİSTİK VE KULLANILDIĞI YERLER

B. BASKETBOLDA İSTATİSTİK TERİMLERİNİN ANLAMLARI

C. BASKETBOLDA İSTATİSTİK TUTMA VE RAPORLAMA

Ç. BASKETBOLDA CANLI İSTATİSTİK TUTMA VE RAPORLAMA

**4. BASKETBOLDA EĞİTSEL OYUNLAR (3 saat)**

A. OYUN TANIMI VE SINIFLANDIRILMASI

B. OYUN VE OYUNUN ÇOCUK GELİŞİMİ ÜZERİNE ETKİLERİ

C. MİNİK TAKIMLARDA EĞİTSEL OYUN SEÇİMİ VE ÖNEMİ

Ç. OYUN FORMLARI

**5. BASKETBOLA ÖZGÜ KUVVET, GÜÇ VE DAYANIKLILIK GELİŞİMİ (2 saat)**

A. KOŞU MEKANİĞİ ALIŞTIRMALARI

B. STABİLİTE-MOBİLİTE GELİŞİM ALIŞTIRMALARI

C. ÇOCUKLARDA (8-12 YAŞ) GENEL KUVVET GELİŞİM PRATİKLERİ
Ç. ÇOCUKLARDA (8-12 YAŞ) GENEL DAYANIKLILIK GELİŞİM PRATİKLERİ
D. CORE (MERKEZİ SÜTUN) DAYANIKLILIĞI-KUVVETİ GELİŞİM ALIŞTIRMALARI
<b>6. PERFORMANSTA ZİHİNSEL BECERİLER (3 saat)</b>
A. PERFORMANSTA ZİHİNSEL BECERİLERİN VE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞUN ÖNEMİ
B. GENÇ SPORCULARLA DOĞRU İLETİŞİM
C. MOTİVASYON VE DOĞRU HEDEF BELİRLEME
Ç. ÖZGÜVEN
D. YARIŞMA VE REKABET PSİKOLOJİSİNİ YÖNETME
E. SPORDA DUYGU DÜZENLEME
F. ZİHİNSEL ANTRENMAN
G. KONSANTRASYON VE ODAKLANMA