

**TÜRKİYE BUZ PATENİ FEDERASYONU
ANTRENÖR EĞİTİM TALİMATI**

BİRİNCİ BÖLÜM

Amaç, Kapsam, Dayanak ve Tanımlar

Amaç

MADDE 1 - (1) Bu Talimatın amacı, buz pateni spor dallarına performans ve/veya rekreatif amaçlı katılan her yaştaki bireylerin eğitiminde görev alacak antrenörlerin eğitimi ve görev alanları ile ilgili usul ve esasları belirlemektir.

Kapsam

MADDE 2 - (1) Bu Talimat, Türkiye Buz Pateni Federasyonu bünyesindeki antrenör eğitim programları ile bu programların uygulanmasına ilişkin usul ve esasları kapsar.

Dayanak

MADDE 3 - (1) Bu Talimat 14/12/2019 tarihli ve 30978 sayılı Resmi Gazete’de yayımlanarak yürürlüğe giren Antrenör Eğitimi Yönetmeliğine dayanılarak hazırlanmıştır.

Tanımlar

MADDE 4 - (1) Bu Talimatta geçen;

- a) Antrenör: Gençlik ve Spor Bakanlığı ve Türkiye Buz Pateni Federasyonundan alınan antrenörlük belgesine sahip kişiyi,
- b) Antrenörlük belgesi: Türkiye Buz Pateni Federasyonu bünyesindeki spor dallarında kademeler itibarıyla verilen belgeyi,
- c) Antrenör eğitim programı: Kademeler itibarıyla temel eğitim ve uygulama eğitiminden oluşan programı,
- ç) Bakan: Gençlik ve Spor Bakanını,
- d) Bakanlık: Gençlik ve Spor Bakanlığını,
- e) Eğitici: Antrenör eğitim programında görev yapmak üzere Bakanlık tarafından görevlendirilen kişiyi,
- f) Eğitim kurulu: Türkiye Buz Pateni Federasyonu Eğitim Kurulunu,
- g) Eğitim kurumu: Antrenör eğitim programında görev yapmak üzere Bakanlık tarafından yetkilendirilen kurum veya kuruluşu,
- ğ) Eğitim yöneticisi: Uygulama eğitimini sevk ve idare etmek üzere Federasyon tarafından görevlendirilen kişiyi,
- h) Federasyon: Türkiye Buz Pateni Federasyonu Başkanlığını,
- ı) Gelişim semineri: Antrenörlerin bilimsel ve teknik kapasitelerini artırmaya yönelik eğitim faaliyetlerini,
- i) Sınav komisyonu/komisyonları: Sınav Kurulu tarafından antrenör eğitim programı sınavlarına ilişkin iş ve işlemleri yerine getirmekle görevlendirilen komisyon/komisyonları,
- j) Sınav kurulu: 14/12/2019 tarihli ve 30978 sayılı Resmi Gazete’de yayımlanan Antrenör Eğitimi Yönetmeliği’nin 13 üncü maddesine göre kurulan, temel eğitim ve uygulama eğitimi sınavını yürütmekle görevli kurulu,
- k) Talimat: Türkiye Buz Pateni Federasyonu Antrenör Eğitimi Talimatını,
- l) Temel eğitim: Kademeler itibarıyla antrenör eğitim programı kapsamında yapılan teorik eğitimi,
- m) Temel eğitim sınavı: Kademeler itibarıyla antrenör eğitim programı kapsamında yapılan temel eğitim sınavını,
- n) Uygulama eğitimi: Kademeler itibarıyla antrenör eğitim programı kapsamında yapılan uygulama eğitimini,
- o) Uygulama eğitimi sınavı: Kademeler itibarıyla antrenör eğitim programı kapsamında yapılan uygulama eğitim sınavını,



- ö) Yönetim kurulu: Türkiye Buz Pateni Federasyonu Yönetim Kurulunu,
p) Yönetmelik: 14/12/2019 tarihli ve 30978 sayılı Resmi Gazete’de yayımlanan Antrenör Eğitimi Yönetmeliğini,
ifade eder.

İKİNCİ BÖLÜM

Antrenör Eğitim Programı ve Sınavlara İlişkin Esaslar

Antrenör eğitim programı

MADDE 5 - (1) Antrenör eğitim programı, gençlik ve spor il müdürlükleri ile sporla ilgili diğer kurum ve kuruluşların ihtiyaçları esas alınarak temel eğitim ve uygulama eğitimi olarak düzenlenir.

(2) Temel eğitim, Bakanlık veya yetkilendireceği eğitim kurumu tarafından beş kademe olarak düzenlenir.

(3) Uygulama eğitimi, antrenörlük kademeleri arasındaki geçiş süreleri ve başvurular da dikkate alınarak her kademe için yılda en az bir kez düzenlenir.

Uygulama eğitimi, sınav duyurusu ve başvurusu

MADDE 6 - (1) Uygulama eğitimine katılacak aday sayısı, başvuru sayısı dikkate alınmak suretiyle Federasyonun teklifi Bakanlığın onayı ile belirlenir.

(2) Uygulama eğitim ve sınavına katılacak aday sayısı ile şartları, başvuru yeri, süresi, usulü ve diğer hususlar Bakanlık ve Federasyonun internet sitesinde duyurulur.

Uygulama eğitimine katılacak adaylarda aranılacak şartlar

MADDE 7 - (1) Uygulama eğitimine katılacak adaylarda aşağıdaki şartlar aranır:

- Türkiye Cumhuriyeti vatandaşı olmak.
- En az lise veya dengi okul mezunu olmak.
- Görevini devamlı yapmasına engel olabilecek vücut veya akıl hastalığı ile malûl bulunmamak

ç) Taksirli suçlar ile kısa süreli hapis cezasına seçenек yaptırımlara çevrilmiş veya aşağıda sayılan suçlar dışında tecil edilmiş hükümler hariç olmak üzere, kasten işlenen bir suçtan dolayı bir yıl veya daha fazla süreyle hapis cezasına ya da affa uğramış olsa bile Devletin güvenliğine karşı suçlar, anayasal düzene ve bu düzenin işleyişine karşı suçlar, zimmet, irtikâp, rüşvet, hırsızlık, dolandırıcılık, sahtecilik, güveni kötüye kullanma, hileli iflas, ihaleye fesat karıştırma, edimin ifasına fesat karıştırma, suçtan kaynaklanan malvarlığı değerlerini aklama, kaçakçılık veya cinsel dokunulmazlığa karşı suçlar, fuhuş, uyuşturucu ve uyarıcı madde imal ve ticareti, kullanımı, kullanımını kolaylaştırma, kullanmak için satın alma, kabul etme veya bulundurma, haksız mal edinme, şike ve teşvik primi suçlarından mahkûm olmamak.

d) En az on sekiz yaşını bitirmiş olmak.

e) 13/7/2019 tarihli ve 30830 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Disiplin Yönetmeliği ile Federasyonun Disiplin Talimatına göre son üç yıl içinde olmak şartıyla bir defada altı aydan fazla veya toplamda bir yıldan fazla ceza almamış olmak.

f) Bu Talimatın 17 nci madde hükümleri saklı kalmak kaydıyla aynı veya daha üst kademedeki temel eğitim sınavından başarılı olmak.

(2) Birinci fıkranın (e) bendinde yer alan hüküm; dopingle mücadele kural ihlali sebebiyle iki yıl ve üzeri hak mahrumiyeti cezası alanlar yönünden ceza alınan süre boyunca bu Talimat kapsamında yapılacak antrenör eğitim programlarına katılamama şeklinde uygulanır.

(3) Uygulama eğitimine başvuran aday sayısının ilan edilen kontenjandan fazla olması halinde yukarıda yer alan koşulların yanında sırasıyla:

- Buz pateni branşında milli sporcu olmak,



- b) Buz pateni branşında lisanslı sporcu olmak,
- c) Buz pateni branşında ulusal ve uluslararası müsabakalarda almış olduğu dereceleri belgelemek,
- ç) Üniversitelerin beden eğitimi ve spor eğitimi veren yükseköğretim kurumlarında buz pateni dersi almış olmak,
- d) Üniversite ve yüksekokullardan mezun olmak,
- e) Yabancı dil bildiğini belgelemek, eğitime alınmada tercih sebebidir.

Uygulama eğitimi

MADDE 8 - (1) Uygulama eğitimi beş kademe olarak düzenlenir. Kademelere göre uygulama eğitimine ilişkin dersler, derslerin saatleri ve derslerin içerikleri ekte düzenlenmiştir.

(2) Uygulama eğitimine ilişkin başvuru, kayıt, ücret ve diğer hususlar; Federasyonun teklifi ve Bakanlık onayı ile belirlenerek Bakanlık ve Federasyonun internet sitesinden duyurulur ve duyuruda belirtilen usule göre yürütülür.

Uygulama eğitimi eğiticilerinin niteliği

MADDE 9 - (1) Uygulama eğitiminde görev alan eğiticilerin aynı spor dalında en az bir üst kademe antrenörlük belgesine sahip olması gerekir. Üst kademe antrenörlük belgesine sahip eğitici bulunmaması halinde aynı kademede belgeye sahip eğitici görevlendirilebilir.

(2) Bakanlık tarafından uygun görülmesi halinde antrenör uygulama eğitiminde spor uzmanı, yabancı spor uzmanı veya yabancı antrenör görevlendirilebilir.

Devam zorunluluğu

MADDE 10 - (1) Uygulama eğitiminde devamsızlık süresi, her ne sebeple olursa olsun toplam ders saatinin yüzde onunu geçemez.

(2) Birinci fıkrada belirlenen sürenin üzerinde devamsızlık yapan antrenör adaylarının uygulama eğitimiyle ilişkileri kesilir.

Uygulama eğitimi sınav kurulu ve komisyonları

MADDE 11 - (1) Sınav Kurulu, sınavlara ilişkin hususların tespit edilmesi, sınavların yapılması, yaptırılması, sonuçlarının değerlendirilmesi, ilan edilmesi, itirazların sonuçlandırılması ve sınavla ilgili diğer işlemlerin komisyon/komisyonlar marifetiyle yürütülmesinden sorumludur.

(2) Sınav komisyonu/komisyonları; Sınav Kurulu tarafından Federasyonun teklifi üzerine görevlendirilecek bir başkan, en az iki asıl ve aynı sayıda yedek üyeden oluşur. Sınav Kurulu tarafından gerek görülmesi halinde ayrıca Bakanlık personeli arasından bir veya birden fazla üye görevlendirilebilir.

(3) Sınav komisyonu/komisyonları başkan ve üyeleri; boşanmış olsalar dahi eşlerinin, üçüncü dereceye kadar (bu derece dâhil) kan ve kayın hısımlarının ve evlatlık ilişkisi içinde bulunanların katıldıkları sınavlarda görev alamazlar. Bu durumda olanların yerlerine sırasıyla yedek üyeler katılır.

(4) Sınav komisyonunun sekretarya hizmetleri, Federasyon tarafından yürütülür.

Uygulama eğitimi ve sınavının değerlendirilmesi

MADDE 12 - (1) Temel eğitimi başarı ile tamamlayan adaylar, Bakanlık bilişim sistemi aracılığıyla uygulama eğitimine başvurabilir.

(2) Uygulama eğitimi sınavına ilişkin hususlar aşağıda belirtilmiştir:

a) Uygulama eğitiminin sonunda derslerin özelliklerine göre ayrı ayrı yapılacak uygulama sınavının yanı sıra, yazılı ve/veya sözlü sınav yapılabilir.

b) Her ders için sınav sonuçları yüz tam puan üzerinden ayrı ayrı değerlendirilir. Sınavlarda uygulama eğitim derslerinden en az yetmiş ve üzeri puan alanlar o ders için başarılı sayılır. Başarısız olan adaylar, o dersten tekrar uygulama eğitimi almadan sınava giremez.

9



c) Kademeler itibarıyla uygulama eğitiminde yer alan derslerin sınavlarından başarısız olanlar daha sonra açılacak aynı kademedeki uygulama eğitiminde başarısız olduğu dersin eğitimine ve sınavına, ilk uygulama eğitimi kayıt tarihinden itibaren dört yıl içerisinde en fazla dört defa katılabilir. Bu süre sonunda başarısız olanlar ile uygulama eğitiminde yer alan derslerin tümünden başarısız olanlar ilgili kademedeki uygulama eğitimini tekrarlamak zorundadır.

ç) Uygulama eğitimini tamamlayarak yapılacak sınavda başarılı olanlar, mevzuatında aranan diğer şartları taşımaları halinde ilgili kademedeki antrenörlük belgesi almaya hak kazanır.

Sınav sonuçlarına itiraz

MADDE 13 - (1) Adaylar, sınav sonuçlarının ilan edilmesinden itibaren beş iş günü içerisinde, duyuruda belirtilen usulde itiraz edebilir. İtirazlar, on beş iş günü içerisinde incelenerek karara bağlanır.

Antrenör gelişim semineri

MADDE 14 - (1) Bakanlık veya Federasyon, her kademedeki antrenörlere yönelik ulusal veya uluslararası antrenör gelişim semineri düzenleyebilir.

(2) Ulusal veya uluslararası kurum ve kuruluşlar tarafından düzenlenen seminerler, Yönetmeliğin 16 ncı maddesinin ikinci fıkrası kapsamında yürütülür.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

Antrenörlük Kademeleri, Kademelerin Görev Tanımları, Geçiş İşlemleri, Hak ve Muafiyetler, Belge Verilmesi ve İptali

Antrenörlük kademeleri ve görev tanımları

MADDE 15 - (1) Antrenörlük kademeleri ve görev tanımlarında Yönetmeliğin 18 inci maddesi esas alınır.

Antrenör eğitim programı kademeleri arasında geçiş işlemleri

MADDE 16 - (1) Temel eğitim sınavına katılıp başarılı olan adaylar için temel eğitim sınav sonuçlarının geçerlilik süresi dört yıldır. Adaylar, temel eğitim sınav sonuçları geçerlilik süresi boyunca aynı kademedeki uygulama eğitimine ve daha alt kademedeki uygulama eğitimine katılabilir.

(2) Adayların herhangi bir kademedeki uygulama eğitimine katılabilmeleri için ilgili kademe veya daha üst kademedeki temel eğitimi tamamlayarak yapılacak sınavda başarılı olmaları gerekir.

(3) Uygulama eğitimi;

a) Yardımcı antrenör (birinci kademe) uygulama eğitimi; birinci kademe temel eğitimi tamamlayarak yapılacak sınavda başarılı olup antrenörlüğe başlayacaklara,

b) Temel antrenör (ikinci kademe) uygulama eğitimi; yardımcı antrenörlük belgesine sahip, belge tarihi üzerinden en az bir yıl geçen antrenörlere,

c) Kıdemli antrenör (üçüncü kademe) uygulama eğitimi; temel antrenörlük belgesine sahip, belge tarihi üzerinden en az iki yıl geçen ve temel antrenörlük belgesine sahip olduktan sonra en az iki gelişim seminerine katıldığını belgeleyen antrenörlere,

ç) Başantrenör (dördüncü kademe) uygulama eğitimi; kıdemli antrenörlük belgesine sahip, belge tarihi üzerinden en az iki yıl geçen ve kıdemli antrenörlük belgesine sahip olduktan sonra en az iki gelişim seminerine katıldığını belgeleyen antrenörlere,

d) Teknik direktör (beşinci kademe) uygulama eğitimi; başantrenörlük belgesine sahip, belge tarihi üzerinden en az iki yıl geçen ve başantrenörlük belgesine sahip olduktan sonra en az iki gelişim seminerine katıldığını belgeleyen antrenörlere, yönelik düzenlenen eğitimdir.



Üniversitelerin spor bilimleri alanı lisans eğitimi mezunları hak ve muafiyetleri

MADDE 17 - (1) Üniversitelerin spor bilimleri alanında lisans eğitimi veren fakülte veya yüksekokullarının antrenörlük eğitimi bölümü/programı mezunlarının hak ve muafiyetleri aşağıdaki gibidir:

a) Federasyona bağlı bir spor dalını ihtisas/uzmanlık olarak aldığı belgeleyenler, temel eğitim ve sınavından muaf olup, kıdemli antrenörlük uygulama eğitimi ve sınavına katılarak başarılı olmaları halinde kıdemli antrenörlük belgesi almaya hak kazanır.

b) İhtisas/uzmanlık spor dalı Federasyona bağlı bir spor dalı olmayıp en az bir dönem Federasyona bağlı bir spor dalında eğitim aldığı belgeleyenler Federasyona bağlı bir spor dalında yardımcı antrenörlük belgesi almaya hak kazanır. Bu bent kapsamında daha önce farklı bir spor dalını tercih ederek ilgili spor dalından yardımcı antrenörlük belgesi aldığı tespit edilen ilgilinin, Federasyona bağlı spor dalı yardımcı antrenörlük belgesi iptal edilir.

c) Antrenörlük eğitimi bölümü/programı mezunu olanlar; mezuniyet tarihinden itibaren dört yıl boyunca Federasyona bağlı spor dallarında, kıdemli antrenörlük ve temel antrenörlük temel eğitimi ve sınavından muaftır.

(2) Üniversitelerin spor bilimleri alanında lisans eğitimi veren fakülte veya yüksekokullarının antrenörlük eğitimi bölümü dışında kalan mezunlardan;

a) Federasyona bağlı bir spor dalında en az iki dönem eğitim aldığı belgeleyenler, temel eğitim ve sınavından muaf olup Federasyona bağlı bir spor dalını tercih etmeleri ve uygulama eğitimi ve sınavına katılarak başarılı olmaları halinde temel antrenörlük belgesi almaya hak kazanır. Bu bent kapsamında daha önce farklı bir spor dalını tercih ederek ilgili spor dalından temel antrenörlük belgesi aldığı tespit edilen ilgilinin, Federasyona bağlı spor dalı temel antrenörlük belgesi iptal edilir.

b) En az bir dönem Federasyona bağlı bir spor dalında eğitim aldığı belgeleyenler Federasyona bağlı bir spor dalında yardımcı antrenörlük belgesi almaya hak kazanır. Bu bent kapsamında daha önce farklı bir spor dalını tercih ederek ilgili spor dalından yardımcı antrenörlük belgesi aldığı tespit edilen ilgilinin, Federasyona bağlı spor dalı yardımcı antrenörlük belgesi iptal edilir.

c) Antrenörlük eğitimi bölümü dışında kalan mezunlar, mezuniyet tarihinden itibaren dört yıl boyunca Federasyona bağlı spor dallarında temel antrenörlük temel eğitimi ve sınavından muaftır.

(3) Üniversitelerin spor bilimleri alanında lisans eğitimi veren fakülte veya yüksekokullarından lisans mezunu olanlar, tüm spor dallarında yardımcı antrenörlük temel eğitim ve sınavından muaftır.

(4) Üniversitelerin spor bilimleri alanında lisans eğitimi veren fakülte veya yüksekokullarından çift ana dal mezunu olanlar, bu maddenin birinci ve ikinci fıkraları hükümlerine istinaden, her bir ana dal için ayrı ayrı olmak üzere ilgili spor dalında durumlarına uygun antrenörlük belgesi almaya hak kazanır.

(5) Yurt dışındaki üniversitelerin spor bilimleri alanında eğitim veren fakülte veya yüksekokul lisans mezunu olanlardan, Yükseköğretim Kurulu tarafından kabul edilen öğrenim denkliğini ve spor dalındaki ihtisaslarını belgeleyenler, temel eğitim ve sınavından muaf olup, Bakanlık veya Federasyon tarafından açılan uygulama eğitimi ve sınavlarına katılarak başarılı olmaları halinde, durumlarına uygun antrenörlük belgesi almaya hak kazanır.

Başarılı sporcu ve antrenörlerinin hak ve muafiyetleri

MADDE 18 - (1) Başarılı sporcu ve antrenörlerinin hak ve muafiyet işlemleri Yönetmeliğin 22 nci maddesinde belirtilen usul ve esaslara göre gerçekleştirilir.

Ortaöğretim mezunlarının hak ve muafiyetleri

MADDE 19 - (1) Ortaöğretim mezunlarının hak ve muafiyet işlemleri Yönetmeliğin 23 üncü maddesinde belirtilen usul ve esaslara göre gerçekleştirilir.



Antrenörlük belgesi

MADDE 20 - (1) Antrenörlük belgesi, Yönetmeliğin 24 üncü maddesinde belirtilen esaslara ve bu Talimata uygun şekilde Federasyona başvuru üzerine Bakanlık onayı ile verilir.

Antrenörlük belgesi denklik işlemleri

MADDE 21 - (1) Antrenörlük belgesi denklik işlemlerinde Yönetmeliğin 25 inci maddesi esas alınır.

Antrenörlük belgesinin iptali

MADDE 22 - (1) Antrenörlük belgesinin iptali, Yönetmeliğin 26 ncı maddesinde belirtilen usul ve esaslara göre gerçekleştirilir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM
Çeşitli ve Son Hükümler

Talimatta yer almayan hususlar

MADDE 23 - (1) Bu Talimatta yer almayan hususlar hakkında Yönetmelik hükümleri uygulanır.

Öğretim üyeleri ile öğretmenlerin hak ve muafiyetleri

MADDE 24 - (1) Öğretim üyeleri ile öğretmenlerin hak ve muafiyet işlemleri Yönetmeliğin geçici 2 nci maddesinde belirtilen usul ve esaslara göre gerçekleştirilir.

Yürürlük

MADDE 25 - (1) Bu Talimat, Bakanlığın internet sitesinde yayımlandığı tarihte yürürlüğe girer.

Yürütme

MADDE 26 - (1) Bu Talimat hükümlerini Türkiye Buz Pateni Federasyonu Başkanı yürütür.

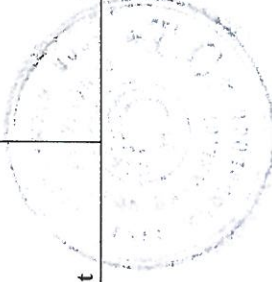


Ek:

TÜRKİYE BUZ PATENİ FEDERASYONU ANTRENÖR EĞİTİMİ TALİMATI UYGULAMA EĞİTİM PROGRAMI

Federasyon Bünyesinde Bulunan ve Müsabakası Yapılan Artistik Buz Pateni Branşı Antrenör Eğitimi Müfredatı

Dersin Adı	1 inci Kademe Ders İçeriği ve Saati	2 nci Kademe Ders İçeriği ve Saati	3 üncü Kademe Ders İçeriği ve Saati	4 üncü Kademe Ders İçeriği ve Saati	5 inci Kademe Ders İçeriği ve Saati
Artistik Buz Patenine Giriş	Artistik Buz Patenine Giriş -Kullanılan Ekipmanlar -Buz Pateninde Güvenliğin Sağlanması, -Buza Hazırlık Ve Giriş Süreci, -Hareketlerin Tanımı Ve Sembolleri, -Branşlar, (Tekler,Çiftler,Buz Dansı, Senkronize)	Teknik Elementler 1 -Stepler Ve Zor Dönüşler -Single Jumplar Ve 2'li Jumpların Öğrenim Şekilleri -Kombinasyon Ve Bağlantılı Single Jumplar Spin,Kombinasyon -Level 2 Düzeyde Step Dizisi Oluşturma,Koreografik Dizisi	Teknik Elementler 2 -Stepler Ve Zor Dönüşler -2'li,3'lü Ve 4'lü Jumpların Öğrenim Şekilleri Ve Egzersizler -Kombinasyon Ve Bağlantılı 2'li,3'lü Ve 4'lü Jumpların Öğrenim Şekilleri Ve Egzersizleri -Flying Spin, Layback Spin,Spinlerde Zor Girişler Tanımı -Level 3-4 Düzeyde Step Dizisi Oluşturma,Koreografik Dizisi	Teknik Elementler 3 -Stepler Ve Zor Dönüşler -2'li,3'lü Ve 4'lü Jumpların Öğrenim Şekilleri Ve Egzersizler -Kombinasyon Ve Bağlantılı 2'li,3'lü Ve 4'lü Jumpların Öğrenim Şekilleri Ve Egzersizler -Kombinasyon Spin, Layback Spin,Flying Spin, Tek Pozisyonlu Spin -Level 3-4 Düzeyde Step Dizisi Oluşturma,Koreografik Dizisi	Teknik Elementler 4 -Stepler Ve Zor Dönüşler -2'li,3'lü Ve 4'lü Jumpların Öğrenim Şekilleri Ve Egzersizler -Kombinasyon Ve Bağlantılı 2'li,3'lü Ve 4'lü Jumpların Öğrenim Şekilleri Ve Egzersizler -Kombinasyon Spin, Layback Spin,Flying Spin, Tek Pozisyonlu Spin -Level 3-4 Düzeyde Step Dizisi Oluşturma,Koreografik Dizisi
Teknik Elementler (1-2-3-4)	8 saat	8 saat	8 saat	8 saat	8 saat
Buz İçi Temel Hareketler	Buz İçi Temel Hareketler -Adımlama,Postür, İtiş, Çift-Tek Ayak Kayış, Limon -Çift Ayak Oturma,Slalomlar,Pivotlar,Fren,G eri Kayış,İç-Dış Kenar -Chasse,Cross, 4 Temel Pozisyon,Mohawk, Waltz Üç -Zıplama,Zıplayarak Yön Değiştirme,Trtulin Kullanım Şekilleri,Planörler -Pivot, Çift Ayak Dönüş,Çıkış -Hareketi,Hareketlerde Çeliğin Doğru Noktasında Olmak	Program Bileşenleri 1 -Program Bileşenleri Tanımı -Kayış Becerileri -Performans	Program Bileşenleri 2 -Kayış Becerileri -Geçişler -Performans -Kompozisyon -Yorumlama	Program Bileşenleri 3 -Kayış Becerileri -Geçişler -Performans -Kompozisyon -Yorumlama	Program Bileşenleri 4 -Kayış Becerileri -Geçişler -Performans -Kompozisyon -Yorumlama
Buz İçi Temel Hareketler Program Bileşenleri (1-2-3-4)	8 saat	8 saat	8 saat	8 saat	8 saat



<p>Atlayışlar</p> <p>-Waltz Jump, Salchow, Toeloop, Loop, Flip, Lutz</p> <p>-Kombinasyon Jumplar</p> <p>-Bağlantılı Jumplar</p> <p>-Euler (Half Loop Jump)</p> <p>-Axel Basamaklamaları</p> <p>8 saat</p>	<p>Atlayışlar</p> <p>-Waltz Jump, Salchow, Toeloop, Loop, Flip, Lutz</p> <p>-Kombinasyon Jumplar</p> <p>-Bağlantılı Jumplar</p> <p>-Euler (Half Loop Jump)</p> <p>-Axel Basamaklamaları</p> <p>8 saat</p>	<p>Koreografi Programı 1</p> <p>-Waltz Jump, Salchow, Toeloop, Loop, Flip, Lutz</p> <p>-Kombinasyon Jumplar</p> <p>-Bağlantılı Jumplar</p> <p>-Euler (Half Loop Jump)</p> <p>-Axel Basamaklamaları</p> <p>8 saat</p>	<p>Koreografi Programı 2</p> <p>-Basic Novice Kategorileri Serbest Program</p> <p>-Intermediate Novice Kategorileri Serbest Program</p> <p>-Advanced Novice Kategorileri Kısa Program</p> <p>-Advanced Novice Kategorileri Serbest Program</p> <p>-Junior Senior Kategorileri Kısa Ve Serbest Programları</p> <p>8 saat</p>	<p>Koreografi Programı 3</p> <p>-Junior Kategorileri Kısa Program</p> <p>-Junior Kategorileri Serbest Program</p> <p>-Senior Kategorileri Kısa Program</p> <p>-Senior Kategorileri Serbest Program</p> <p>-Unlisted Jumps, Spread Eagles, Ina Bauers</p> <p>8 saat</p>	<p>Koreografi Programı 4</p> <p>-Junior Kategorileri Kısa Program</p> <p>-Junior Kategorileri Serbest Program</p> <p>-Senior Kategorileri Kısa Program</p> <p>-Senior Kategorileri Serbest Program</p> <p>8 saat</p>
<p>Stepler, Dönüşler Ve Zor Dönüşler</p> <p>Test Sistemi 1</p> <p>-D Ve C Kategorileri Kayış Hareketleri Testleri</p> <p>-D Ve C Kategorileri Serbest Kayış Hareketleri Testleri</p> <p>-B Ve A Kategorileri Kayış Hareketleri Testleri</p> <p>-B Ve A Kategorileri Serbest Kayış Hareketleri Testleri</p> <p>8 saat</p>	<p>Stepler, Dönüşler Ve Zor Dönüşler</p> <p>-Three Turn</p> <p>-Mohawk Ve Çeşitleri</p> <p>-Toe Step, Chasse, Choctaw, Cross Roll, Change Of Edge</p> <p>-Zor Dönüşlerin Tanımı Ve Şekilleri</p> <p>8 saat</p>	<p>Test Sistemi 1</p> <p>-D Ve C Kategorileri Kayış Hareketleri Testleri</p> <p>-D Ve C Kategorileri Serbest Kayış Hareketleri Testleri</p> <p>-B Ve A Kategorileri Kayış Hareketleri Testleri</p> <p>-B Ve A Kategorileri Serbest Kayış Hareketleri Testleri</p> <p>8 saat</p>	<p>Buz Dışı Özel Antrenman 1</p> <p>-Buz Dışı Jump Egzersizleri</p> <p>-Spinner Çalışmaları</p> <p>-Rotasyona Yönelik Özel Aletlerin Kullanımı</p> <p>-Antrenman Lastikleri</p> <p>Egzersizleri</p> <p>-Denge, Çıkış Ve Buza Esneklik Çalışmaları</p> <p>8 saat</p>	<p>Buz Dışı özel Antrenman 1</p> <p>-Buz Dışı Jump Egzersizleri</p> <p>-Spinner Çalışmaları</p> <p>-Rotasyona Yönelik Özel Aletlerin Kullanımı</p> <p>-Antrenman Lastikleri</p> <p>Egzersizleri</p> <p>-Denge, Çıkış Ve Buza Yönelik Esneklik Çalışmaları</p> <p>8 saat</p>	<p>Buz Dışı Özel Antrenman 2</p> <p>-Buz Dışı Jump Egzersizleri</p> <p>-Spinner Çalışmaları</p> <p>-Rotasyona Yönelik Özel Aletlerin Kullanımı</p> <p>-Antrenman Lastikleri</p> <p>Egzersizleri</p> <p>-Denge, Çıkış Ve Buza Yönelik Esneklik Çalışmaları</p> <p>8 saat</p>
<p>Spinler, Puanlama Sistemi 1</p> <p>Isu Genel, Özel Düzenlemeler Ve Puanlama Sistemi 1</p> <p>Isu Genel, Özel Düzenlemeler Ve Puanlama Sistemi 2</p> <p>Isu Genel, Özel Düzenlemeler Ve Puanlama Sistemi 3</p> <p>8 saat</p>	<p>Spinler</p> <p>-Upright Spin</p> <p>-Sit Spin Tanımı Ve Basamaklamaları</p> <p>-Camel Spin Tanımı Ve Basamaklamaları</p> <p>-Kombinasyon Spin Tanımı</p> <p>8 saat</p>	<p>Puanlama Sistemi 1</p> <p>-Genel Yarışma Kuralları, D Ve C Kategorileri Düzeyinde Sporcu - Yarıştırmak İçin Bilinmesi Gerekenler</p> <p>-Teknik Panel Kitabı</p> <p>-Ceza Ve Bonus Puanları, Level Ve Geo Kavramları</p> <p>-Element Puanları Program Bileşenleri</p> <p>8 saat</p>	<p>Isu Genel, Özel Düzenlemeler Ve Puanlama Sistemi 1</p> <p>-Isu Anayasası, Genel Ve Özel Düzenlemeler</p> <p>-Teknik Panel Kitabı</p> <p>-Ceza Ve Bonus Puanları</p> <p>-Program Bileşenleri</p> <p>-Element Puanları, Protokol Okuma</p> <p>8 saat</p>	<p>Isu Genel, Özel Düzenlemeler Ve Puanlama Sistemi 2</p> <p>-Isu Anayasası, Genel Ve Özel Düzenlemeler</p> <p>-Teknik Panel Kitabı</p> <p>-Ceza Ve Bonus Puanları</p> <p>-Program Bileşenleri</p> <p>-Element Puanları, Protokol Okuma</p> <p>8 saat</p>	<p>Isu Genel, Özel Düzenlemeler Ve Puanlama Sistemi 3</p> <p>-Isu Anayasası, Genel Ve Özel Düzenlemeler</p> <p>-Teknik Panel Kitabı</p> <p>-Ceza Ve Bonus Puanları</p> <p>-Program Bileşenleri</p> <p>-Element Puanları, Protokol Okuma</p> <p>8 saat</p>



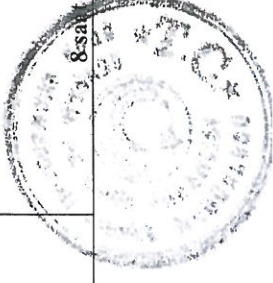
<p>Yarışmalar Ve Test Sistemi Giriş</p> <p>-Test Sisteminin Amacı</p> <p>-Genel Yarışma Kuralları</p> <p>-Test Sistemi Genel Bilgilendirme</p> <p>-D Kategorisi Test Programlarının Oluşturulması</p> <p>-C Kategorisi Test Programlarının Oluşturulması</p>	<p>Yarışmalar Ve Test Sistemi Giriş</p> <p>-Test Sisteminin Amacı</p> <p>-Genel Yarışma Kuralları</p> <p>-Test Sistemi Genel Bilgilendirme</p> <p>-D Kategorisi Test Programlarının Oluşturulması</p> <p>-C Kategorisi Test Programlarının Oluşturulması</p>		<p>Test Sistemi 2</p> <p>-Basic Novice Kategorileri Test Programı Oluşturma</p> <p>-Intermediate Novice Kategorileri Test Programı Oluşturma</p> <p>-Advanced Novice Kategorileri Test Programı Oluşturma</p> <p>-Junior-Senior Kategorileri Test Programı Oluşturma</p>	<p>Antrenman Periyodizasyonu 1</p> <p>-Advance Novice Kategorileri Yıllık Antrenman Programlaması</p> <p>-Junior Kategorileri Yıllık Antrenman Programlaması</p> <p>-Senior Kategorileri Yıllık Antrenman Programlaması</p> <p>-Sporcu Analizi</p> <p>-Antrenman Ve Yarışma Analizi</p>	<p>Antrenman Periyodizasyonu 2</p> <p>-Junior Kategorileri Yıllık Antrenman Programlaması</p> <p>-Senior Kategorileri Yıllık Antrenman Programlaması</p> <p>-Sporcu Analizi</p> <p>-Antrenman Analizi</p> <p>-Yarışma Analizi</p>
<p>Toplam Ders Saati</p>	<p>48 SAAT</p>	<p>40 SAAT</p>	<p>48 SAAT</p>	<p>48 SAAT</p>	<p>48 SAAT</p>



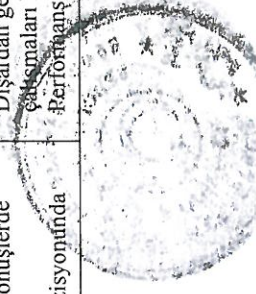
[Handwritten signature]

Federasyon Bünyesinde Bulunan ve Müsabakası Yapılan Short Track Antrenör Eğitimi Müfredatı

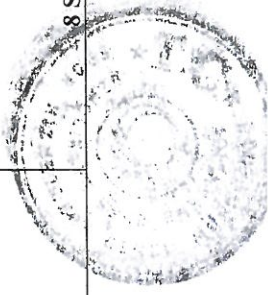
Dersin Adı	1 inci Kademe Ders İçeriği ve Saati	2 nci Kademe Ders İçeriği ve Saati	3 üncü Kademe Ders İçeriği ve Saati	4 üncü Kademe Ders İçeriği ve Saati	5 inci Kademe Ders İçeriği ve Saati
Temel Kayış Bilgisi Yarışma Sistemleri	<p>Temel Kayış Bilgisi</p> <ul style="list-style-type: none"> -Buzda dengede durma, Ayağına dokunma. Tek ayakta dengede durma, Buzda düşüp yerden kalkma İleriye ve geriye adım atma Yana adım atma -Olduğu yerde adım atma. Buzda 1 tur atma Fren yapma Tek ayakla ayak savurma -Ayakta sıçrama Dizler kırılı bir şekilde ayaklara dokunma Tek ayakta yarıdmsız durma Kayarken çizgilerden sıçrama Patenle kar çıkarma İleriye doğru kayma Tek ayakla itiş -İki ayak köşe dönüşü Temel Teknik Hareketi sabit Temel Teknik Hareketi Hareketli Temel Teknik pozisyonunda tek ayak itiş Geri kayma Geri kayarken v freni Hareket halinde yere düşüp kalkmak -Çıkış pozisyonu Çıkış koşusu Temel teknik pozisyonunda sabit ayağını yanlara açmak Zıplayarak 90 derece dönüş Köşeler tek ayak itiş dönüşü(saat yönü) Köşeler tek ayak itiş dönüşü(saat yönü tersi) <p>8 saat</p>	<p>Yarışma Sistemleri</p> <ul style="list-style-type: none"> -Danubia Cup -Dünya Kupası -Avrupa şampiyonası -Dünya Şampiyonası -Olimpiyatlar <p>8 saat</p>	<p>Yarışma Sistemleri</p> <ul style="list-style-type: none"> -Danubia Cup -Dünya Kupası -Avrupa şampiyonası -Dünya Şampiyonası -Olimpiyatlar <p>8 saat</p>	<p>Yarışma Sistemleri</p> <ul style="list-style-type: none"> -Danubia Cup -Dünya Kupası -Avrupa şampiyonası -Dünya Şampiyonası -Olimpiyatlar <p>8 saat</p>	<p>Yarışma Sistemleri</p> <ul style="list-style-type: none"> -Danubia Cup -Dünya Kupası -Avrupa şampiyonası -Dünya Şampiyonası -Olimpiyatlar <p>8 saat</p>



<p>Antrenman Uygulaması 1</p> <p>-Yeni Başlayan Sporculara kayma becerisinin aktarılması -Yeni Başlayan Sporcular için drill hazırlanması -Yaş Grubuna Göre eğitimin sağlanması</p> <p>8 saat</p>	<p>Antrenman Uygulaması 2</p> <p>-Antrenman programının sporcu grubuna göre hazırlanması -Antrenman programının nasıl uygulanacağı belirlenmesi -Sporcuların ihtiyaçlarının belirlenmesi</p> <p>8 saat</p>	<p>Antrenman Uygulaması 3</p> <p>-Antrenman programının sporcu grubuna göre hazırlanması -Antrenman programının Nasıl Uygulanacağı -Sporcuların ihtiyaçlarının belirlenmesi</p> <p>8 saat</p>	<p>Antrenman Uygulaması 4</p> <p>-Antrenman programının sporcu grubuna göre hazırlanması -Antrenman programının Nasıl Uygulanacağı -Sporcuların ihtiyaçlarının belirlenmesi</p> <p>8 saat</p>	<p>Antrenman Uygulaması 5</p> <p>-Antrenman programının sporcu grubuna göre hazırlanması -Antrenman programının Nasıl Uygulanacağı -Sporcuların ihtiyaçlarının belirlenmesi</p> <p>8 saat</p>
<p>Teknik Taktik /Yarışma Kuralları</p>	<p>Teknik Taktik</p> <p>-Short track müsabakalarının analizi -Teknik düzeltmelerde geribildirimlerin kullanımı -Taktiksel ve stratejik yaklaşım prensipleri</p> <p>8 saat</p>	<p>Teknik Taktik</p> <p>-Yarışmalarda Genel Yapılan Genel Hatalar -Sporcuların yaptığı taktiklerin incelenmesi -Mesafelere ve Sporculara Göre Taktik belirlenmesi</p> <p>8 saat</p>	<p>Teknik Taktik / Yarışma kuralları 1</p> <p>Yarışma Analizi -Sporcu Analizi -Antrenman Analizi -Yarışma Kuralları -Sporcu Test Sonucu Analizi</p> <p>8 saat</p>	<p>Teknik Taktik / Yarışma kuralları 2</p> <p>Yarışma Analizi -Sporcu Analizi -Antrenman Analizi -Yarışma Kuralları -Sporcu Test Sonucu Analizi</p> <p>8 saat</p>
<p>Short Track Tarihi</p> <p>-Short track'ın ortaya çıkış -süreci -Short Track Olimpiyat tarihi -Short Track'ın tarihsel gelişiminde dönüm noktaları</p>	<p>Orta Düzey Kayış Bilgisi</p> <p>-Cross-over (saat yönü tersine) Bayrak itiş 1 tur Tek ayakta hareketsiz bekleme Kayarken tek ayak ayakta bekleme İleri ve geri limon -Paten atma alıştırmaları destekli Temel teknik pozisyonunda tek ayak</p>	<p>Kayış Bilgisi</p> <p>-Ağırlık transferi ayaklar arasında Temel teknik pozisyonunda paten atma Geri kayarken köşeyi dönmek -Temel Teknik Pozisyonunda tek ayağı kaldırmak Düzlüklerde ve dönüşlerde el savurmak Temel teknik pozisyonunda</p>	<p>İleri Kayış Bilgisi 1</p> <p>-Kayarken ağırlık transferi bütün vücutla Dönüş çalışmaları Dizlere dokunarak kayma Düzlüklerde hızlı paten atma -Reaksiyon çalışmaları -Dışardan geçme çalışmaları Hedef belirleme -Perforanşı analizlemek</p>	<p>İleri Kayış Bilgisi 2</p> <p>-Dönüş girişte 1 cross çıkışta 2 cross over Dönüşte girişte ve çıkışta 2 cross over Dönüş girişinde içeten geçme Geniş kaymak -Dönüş çıkışında içten geçme Dönüş geniş girip içerden çıkma</p>



<p>Short Track Tarihi Orta Düzey Kayış Bilgisi Kayış Bilgisi İleri Kayış Bilgisi</p>	<p>uzatma(sabit) Temel teknik pozisyonunda tek ayak uzatma(Hareketli) Ağırlık değişimi (sabit)Track te Cross-over -Temel teknik pozisyonunda ileri giderken slalom Temel teknik pozisyonunda tek ayak kayma Paralel fren -Hızlı blocklarda dönüşler Geri kayarken slalom Çizgiler arasında temel teknik pozisyonunda kalma Düz kayarken geriye dönme Düşüp kalkıp 360 derece dönüş Bayrak yarış bilgisi Bayrak itiş -Düzlüklerde el savurma Yarışma bilgisi 8 saat</p>	<p>slalom Zıplama Rakip geçiş çalışması Yarışma Freni Bayrak bilgisi 4 kişi bayrak -Ağırlık transferi kayarken Dönüşlerde paten atma Dönüşlerde sağ ayak uzatılması Cross-over çalışması -Düzlüklerde tek ayak sıçrama Geri kayarken tek ayak çalışması -Güç ve hızlanma bilgisi Kayarken tempo ayarlamak</p>	<p>-Dönüş tek cross over Dönüş 2 cross over Saat yönünde kaymak -Geri tek ayakta kaymak Tek ayak slalom Track içi hızlanma Trackte hızlanıp hunilerin içine dönmek -Dönüşlerde hızlanma tekniği Dinleme ve Odaklanma</p>	<p>Düşme tekniği dönüşte -Düşme tekniği düzlükte Oluk açma tekniği Çıkış 1 tur -Dönüşte girişte 2 çıkışta 3 cross over Defans teknikleri Dönüşte tek ayak Geri slalom -360 derece zıplama Bitirir ayak uzatma Bayrak Teknikleri Yarışma taktikleri</p>	<p>Yarışma Analizi - Yarışmayı etkileyen teknik parametrelerin belirlenmesi - Yarışmanın evrelerine göre analistinin yapılması - Yarışma stratejileri oluşturma</p>
<p>Kural Bilgisi Yarışma Analizi</p>	<p>Kural Bilgisi - Yarışma Mesafeleri ve Saha ölçüleri - Bayrak yarış kuralları - Çıkış Kuralları - Hakemin Yetkileri ve Görevi - Antrenörlerin sınırları</p>	<p>Kural Bilgisi - Yarışma Mesafeleri ve Saha ölçüleri - Bayrak yarış kuralları - Çıkış Kuralları - Hakemin Yetkileri ve Görevi - Antrenörlerin sınırları</p>	<p>Kural Bilgisi - Yarışma Mesafeleri ve Saha ölçüleri - Bayrak yarış kuralları - Çıkış Kuralları - Hakemin Yetkileri ve Görevi - Antrenörlerin sınırları</p>	<p>Kural Bilgisi - Yarışma Mesafeleri ve Saha ölçüleri - Bayrak yarış kuralları - Çıkış Kuralları - Hakemin Yetkileri ve Görevi - Antrenörlerin sınırları</p>	<p>Yarışma Analizi - Yarışmayı etkileyen teknik parametrelerin belirlenmesi - Yarışmanın evrelerine göre analistinin yapılması - Yarışma stratejileri oluşturma</p>

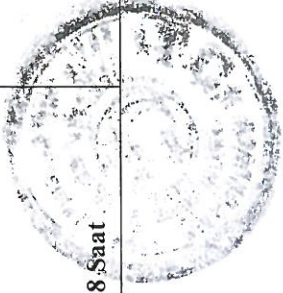


Malzeme Bilgisi	Malzeme Bilgisi -Gauge Kullanımı -Rocker Makinası Kullanımı -Bending Kullanımı	Malzeme Bilgisi -Gauge Kullanımı -Rocker Makinası Kullanımı -Bending Kullanımı	Malzeme Bilgisi -Gauge Kullanımı -Rocker Makinası Kullanımı -Bending Kullanımı	Malzeme Bilgisi -Gauge Kullanımı -Rocker Makinası Kullanımı -Bending Kullanımı	Malzeme Bilgisi -Gauge Kullanımı -Rocker Makinası Kullanımı -Bending Aletlerinin Kullanımı
	8 Saat	8 Saat	8 Saat	8 Saat	8 Saat
Temel Short Track Malzeme Bilgisi	Temel Short Track Malzeme Bilgisi -Paten, Çelik, Kask, Kesilmez tulum, eldiven -Oluk Makinası oluğun nasıl açılması gerektiği -Paten, Çelik Bakımı	Temel Short Track Malzeme Bilgisi -Paten, Çelik, Kask, Tulum, Kesilmez tulum, eldiven -Oluk Makinası oluğun nasıl açılması gerektiği -Paten, Çelik Bakımı	Temel Short Track Malzeme Bilgisi -Paten, Çelik, Kask, Tulum, Kesilmez tulum, eldiven -Oluk Makinası oluğun nasıl açılması gerektiği -Paten, Çelik Bakımı	Temel Short Track Malzeme Bilgisi -Paten, Çelik, Kask, Tulum, Kesilmez tulum, eldiven -Oluk Makinası oluğun nasıl açılması gerektiği -Paten, Çelik Bakımı	
	8 Saat	8 Saat	8 Saat	8 Saat	
Toplam Ders Saati	48 SAAT	48 SAAT	48 SAAT	48 SAAT	48 SAAT



Federasyon Bünyesinde Bulunan ve Müsabakası Yapılan Senkronize Buz Pateni Branşı Antrenör Eğitimi Müfredatı

Dersin Adı	1 inci Kademe Ders İçeriği ve Saati	2 nci Kademe Ders İçeriği ve Saati	3 üncü Kademe Ders İçeriği ve Saati	4 üncü Kademe Ders İçeriği ve Saati	5 inci Kademe Ders İçeriği ve Saati
Artistik Buz Patenine Giriş	Artistik Buz Patenine Giriş -Kullanılan Ekipmanlar -Buz Pateninde Güvenliğin Sağlanması -Buza Hazırlık Ve Giriş Süreci Hareketlerin Tanımı Ve Sembolleri -Branşlar (Tekler,Çiftler,Buz Dansı,Senkronize)	Teknik Elementler 1 -Stepler Ve Zor Dönüşler -Single Jumpların Öğrenim Şekilleri -Kombinasyon Ve Bağlantılı- Single Jumplar -Tek Pozisyonlu Spin,Kombinasyon Spin -Senkronize Elementlerinin Zorluk Dereceleri	Teknik Elementler 2 -Stepler Ve Zor Dönüşler -Senkronize Elementlerinin Öğrenim Şekilleri Ve Egzersizler I -Senkronize Elementlerinin Öğrenim Şekilleri Ve Egzersizler II -Senkronize Elementlerinin Zorluk Dereceleri	Teknik Elementler 3 -Stepler Ve Zor Dönüşler -Senkronize Elementlerinin Öğrenim Şekilleri Ve Egzersizler I -Senkronize Elementleri Transition Öğrenim Şekilleri Ve Egzersizler II -Kombinasyon Spin, Layback Spin,Flying Spin, Tek Pozisyonlu Spin -Level 3-4 Düzeyde Step Dizisi Oluşturma, NHE	Teknik Elementler 4 -Stepler Ve Zor Dönüşler -Senkronize Elementlerinin Öğrenim Şekilleri Ve Egzersizler III -Senkronize Elementlerinin Öğrenim Şekilleri Ve Egzersizler IV -Kombinasyon Spin, Layback Spin,Flying Spin, Tek Pozisyonlu Spin -Level 3-4 Düzeyde Step Dizisi Oluşturma, NHE
Artistik Buz Patenine Giriş	8 saat	8 saat	8 saat	8 saat	8 saat
Teknik Elementler					
Buz İçi Temel Hareketler	Buz İçi Temel Hareketler -Adımlama,Postür, İtiş, Çift-Tek Ayak Kayış, Limon -Çift Ayak Oturma,Slalomlar,Pivotlar,Fren,Geri Kayış,İç-Dış Kenar -Chasse,Cross, 4 Temel Pozisyon,Mohawk, Waltz Üç -Zıplama,Zıplayarak Yön Değiştirme,Tırtılın Kullanım Şekilleri,Planörler -Pivot, Çift Ayak Dönüş,Çıkış Hareketi,Hareketlerde Çeliğin Doğru Noktasında Olmak	Program Bileşenleri 1 -Program Bileşenleri Tanımı -Kayış Beceriler -Transitionlar -Element İci Transitionlar -Elementler Arası Transitionlar	Program Bileşenleri 2 -Kayış Becerileri -Geçişler -Performans -Kompozisyon -Yorumlama	Program Bileşenleri 3 -Kayış Becerileri -Geçişler -Performans -Kompozisyon -Yorumlama	Program Bileşenleri 4 -Kayış Becerileri -Geçişler -Performans -Kompozisyon -Yorumlama
Buz İçi Temel Hareketler	8 Saat	8 Saat	8 Saat	8 Saat	8 Saat
Program Bileşenleri					



(Handwritten signature)

<p>Atlayışlar</p> <p>Program ve Kareografi Hazırlama</p>	<p>Atlayışlar</p> <p>-Waltz Jump, Salchow, Toeloop, Loop, Flip, Lutz</p> <p>-Kombinasyon Jumplar</p> <p>-Bağlantılı Jumplar</p> <p>-Euler (Half Loop Jump)</p> <p>-AxeL Basamaklamaları</p> <p>8 Saat</p>	<p>Program ve Kareografi Hazırlama 1</p> <p>-Isınma</p> <p>-Kısa Program</p> <p>-Uzun Program</p> <p>-Müzik Ve Karakter Seçimi</p> <p>-Program Zorluk Derecelerinin - Ayarlanması/ Leveller</p> <p>8 Saat</p>	<p>Program ve Kareografi Hazırlama 2</p> <p>-Juvenile Kategorileri Serbest Program</p> <p>-Novice Kategorileri Serbest Program</p> <p>-Mixed Age Kategorileri Serbest Program</p> <p>-Adult Kategorileri Serbest Program</p> <p>-Junior Senior Kategorileri Kısa Ve Serbest Programları</p> <p>8 Saat</p>	<p>Program ve Kareografi Hazırlama 3</p> <p>-Junior Kategorileri Kısa Program</p> <p>-Junior Kategorileri Serbest Program</p> <p>-Senior Kategorileri Kısa Program</p> <p>-Senior Kategorileri Serbest Program</p> <p>-Unlisted Jumps, Spread Eagles, Ina Bauers</p> <p>8 Saat</p>	<p>Program ve Kareografi Hazırlama 4</p> <p>-Junior Kategorileri Kısa Program</p> <p>-Junior Kategorileri Serbest Program</p> <p>-Senior Kategorileri Kısa Program</p> <p>-Senior Kategorileri Serbest Program</p> <p>8 Saat</p>
<p>Stepler, Dönüşler Ve Zor Dönüşler</p> <p>Stepler, Dönüşler Ve Zor Dönüşler</p> <p>Program Bileşenleri 2</p> <p>Buz Dışı Özel Antrenman 2</p>	<p>Stepler, Dönüşler Ve Zor Dönüşler</p> <p>-Three Turn</p> <p>-Mohawk Ve Çeşitleri</p> <p>-Toe Step, Chasse, - Choctaw, Cross Roll, Change Of Edge</p> <p>-Zor Dönüşlerin Tanımı Ve Şekilleri</p> <p>8 Saat</p>	<p>Program Bileşenleri 2</p> <p>-Kompozisyon</p> <p>-Yorumlama</p> <p>8 Saat</p>	<p>Buz Dışı Özel Antrenman 1</p> <p>-Buz Dışı Egzersizleri</p> <p>-Kol Bacak Koordinasyonu</p> <p>Geliştirme ve Dans Çalışmaları I</p> <p>-Kol Bacak Koordinasyonu</p> <p>Geliştirme ve Dans Çalışmaları II</p> <p>-Kuvvet Egzersizleri</p> <p>-Denge, Kaldırma /Lift Çalışmaları ve Buza Yönelik Esneklik Çalışmaları</p> <p>8 Saat</p>	<p>Buz Dışı Özel Antrenman 2</p> <p>-Buz Dışı Jump Egzersizleri</p> <p>-Spinner Çalışmaları</p> <p>-Rotasyona Yönelik Özel - Aletlerin Kullanımı</p> <p>-Kuvvet Egzersizleri</p> <p>-Denge, Lift Ve Buza Yönelik Esneklik Çalışmaları</p> <p>8 Saat</p>	<p>Buz Dışı Özel Antrenman 3</p> <p>-Buz Dışı Jump Egzersizleri</p> <p>-Spinner Çalışmaları</p> <p>-Rotasyona Yönelik Özel - Aletlerin Kullanımı</p> <p>-Kuvvet Egzersizleri</p> <p>-Denge, Lift Ve Buza Yönelik Esneklik Çalışmaları</p> <p>8 Saat</p>
<p>Spinler</p>	<p>Spinler</p> <p>-Upright Spin</p> <p>-Sit Spin Tanımı Ve Basamaklamaları</p> <p>-Camel Spin Tanımı Ve Basamaklamaları</p>	<p>Genel Olarak Artistik Buz Pateninde Diğer Branşlar Patenize Branşı Temel Bilgiler</p> <p>-Buz Dansı Branşı Temel Bilgiler</p>	<p>Isu Genel,Özel Düzenlemeler Ve Puanlama Sistemi 1</p> <p>-Isu Anayasası, Genel Ve Özel Düzenlemeler</p> <p>-Teknik Panel Kitabı</p>	<p>Isu Genel,Özel Düzenlemeler Ve Puanlama Sistemi 2</p> <p>-Isu Anayasası, Genel Ve Özel Düzenlemeler</p> <p>-Teknik Panel Kitabı</p>	<p>Isu Genel,Özel Düzenlemeler Ve Puanlama Sistemi 3</p> <p>-Isu Anayasası, Genel Ve Özel Düzenlemeler</p> <p>-Teknik Panel Kitabı</p>

Genel Olarak Artistik Buz Pateninde Diğer Branşlar	-Kombinasyon Spin Tanımı	-Çiftler Branşı Temel Bilgiler	-Ceza Ve Bonus Puanları -Program Bileşenleri -Element Puanları,Protokol Okuma	-Ceza Ve Bonus Puanları -Program Bileşenleri -Element Puanları,Protokol Okuma	-Ceza Ve Bonus Puanları -Program Bileşenleri -Element Puanları,Protokol Okuma
Isu Genel,Özel Düzenlemeler Ve Puanlama Sistemi 1	8 Saat	8 Saat	8 Saat	8 Saat	8 Saat
Senkronize Buz Patenine Giriş	Senkronize Buz Patenine Giriş	Puanlama Sistemi 1	Buz Dışı Özel Antrenman ve Yarışma Hazırlığı	Antrenman Periyodizasyonu 1	Antrenman Periyodizasyonu 2
-Senkronize Buz Pateni Elementleri	-Senkronize Buz Pateni Elementleri	-Genel Yarışma Kuralları, Sporcu Yarıştırmak İçin Bilinmesi Gerekenler	-Spiral Egzersizleri -Lift Egzersizleri -Karada Koreografi Çalışmaları -Yarışma Öncesi Kara Çalışmaları	-Advance Novice Kategorileri Yıllık Antrenman Programlaması -Junior Kategorileri Yıllık Antrenman Programlaması -Senior Kategorileri Yıllık Antrenman Programlaması	-Junior Kategorileri Yıllık Antrenman Programlaması -Senior Kategorileri Yıllık Antrenman Programlaması
-Genel Yarışma Kuralları	-Genel Yarışma Kuralları	-Teknik Panel Kitabı			
-Senkronize Buz Pateni Antrenman Teknikleri	-Senkronize Buz Pateni Antrenman Teknikleri	-Ceza Ve Bonus Puanları, Level Ve GOE Kavramları			
-Senkronize Buz Pateninde Program Hazırlanması	-Senkronize Buz Pateninde Teknik ve Program Bileşenleri Puanlaması	-Element Puanları -Program Bileşenleri			
8 Saat	8 Saat	8 Saat	8 Saat	8 Saat	8 Saat
48 SAAT	48 SAAT	48 SAAT	48 SAAT	48 SAAT	48 SAAT
Toplam Ders Saati					

