



ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ ve İLKELERİ

Dr. Deniz ÜNVER



ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ VE İLKELERİ

Dr. Deniz ÜNVER



Antrenörlük Eğitimi ve İlkeleri
Dr. Deniz ÜNVER

Genel Yayın Yönetmeni: Berkan Balpetek

Kapak ve Sayfa Tasarım: Duvar Design

Yayın Tarihi: Ekim 2022

Yayıncı Sertifika No: 49837

ISBN: 978-625-8261-00-4

© **Duvar Yayınları**

853 Sokak No:13 P.10 Kemeraltı-Konak/İzmir

Tel.: 0 232 484 88 68

www.duvar yayinlari.com

duvarkitabevi@gmail.com

ÖNSÖZ

Antrenörlük deneyimine 25 yıl önce oyuncu –antrenör olarak başladığımda antrenörlük ile ilgili bilimsel konular oldukça azdı. Federasyonlar, uluslararası spor örgütleri, spor kulüpleri ve antrenör eğitim programları ile 25 yıldır iç içeyim. Bu süre içerisinde zaman zaman kursiyerlik, zaman zaman da eğiticilik yapma fırsatı buldum. 15 sene kulüplerde, UEFA Elit A, Atletik Performans, Analiz antrenörü ve sportif direktör olarak çalıştım. Günümüze gelindiğinde halen bilim insanları ve spor insanları antrenörlüğü daha iyi noktaya getirecek eğitim programları üzerinde çalışmaktadır. Verilen eğitimler içerisinde her zaman teorik ve pratik uygulamalar harmanlanmaktadır. Eğitim süreleri bir antrenörün aldığı teorik bilgileri pratiğe uygulamaları için oldukça kısıtlıdır. Antrenörler için yeni öğrendikleri bilgileri pratiğe geçirmek her zaman zor olacaktır. Bizlerin de zamanında yaşadığı gibi öğrenilen teorik bilgilerin pratiğe çevrilmesi basit olmayacaktır. Bunun gerçekleşmesi için antrenörlerin daha çok zamana ve çalışmaya ihtiyaçları vardır. Antrenör olarak sahada zaman geçirdikçe teorinin pratikteki faydalarını görmeye başlayacaklardır. Antrenörlük Eğitimi derin bir mağara gibidir. Derinlere indikçe yeni keşifler, yeni bilgiler, uygulamalar görürsünüz Keşfetmenin mutluluğu ve gelişmenin verdiği özgüven ile antrenörlük yaşantısında doğruları bulmaya devam edersiniz. Eğitim ve gelişim asla tamamlanamaz, yıllar geçtikçe bilimsel çalışmalar yeni keşifler pratikteki gelişmenizi sağlar. Umarım bu kitap size yardımcı olacaktır. Ben de antrenörlük yolculuğumda birçok kişiden örnekler ve yardım aldım. Özlediğim ve bana destek veren herkese minnettarım. Burada yazan bilgileri başka antrenörler ile tartışmanızı isterim. Sadece buradaki bilgileri değil saha içi tüm uygulamaları başkaları ile konuşup, tartışın. Bu sizin gelişiminiz için oldukça önemlidir. Antrenörlüğünüzün her aşamasında sahip olduğunuz tüm belgeleri bir kenara bırakarak, spor bilimcilerin ve diğer antrenörlerin söylediklerini dinleyin. Kitabın içerisinde emek vererek hazırlanan makale ve kitaplardan alıntılar yaparak sizlerle paylaşmak istedim. Bunu, değer verdiğim bilim insanlarına ait bilgilere bu konu altında ulaşmanız için yaptım. Kitabı öncelikle Antrenörlük Eğitimi alan spor bilimleri öğrencileri ve yeni başlamış antrenörler için hazırladım.

Kitap altı bölüme ayrılmıştır. Birinci bölümde antrenörlük kavramı incelenmiştir. Antrenörlüğün tarihi, tanımı ile antrenörlük felsefesini oluşturmak için gereken özellikler, antrenörlük mesleğine ait ahlaki ve etik değerler ile Fair Play ruhu açıklanmaya çalışılmıştır. İkinci bölümde Antrenörlük İlkeleri başlığı altında, iyi bir antrenörün etik davranışları, rolü, çalışma alanları, liderliği, iletişim becerileri ve antrenörlük stillerine yer verilmiştir. Üçüncü bölümde ülkemizde ve

Avrupa’da antrenör yetiştiren kurumlar ve programları tartişılarak okuyucuya bilgiler sunulmuştur. Dördüncü bölümde, antrenörlük ile eğitimin ilişkisi tartişılmış, sporcunun öğrenmesi ve antrenörün öğretmesi ile ilgili teorik bilgilere yer verilmiştir. Beşinci bölümde ise etkili antrenör olmak için geliştirilmesi gereken, planlama ve yönetme, antrenman bilimi kullanımı, etkili iletişim beceriler ve strateji geliştirme özellikleri tartişılmıştır. Son bölüm olan altıncı bölümde çocuk spor ortamlarında görev yapan veya yapacak olan antrenörlerin özellikleri ve çalışma prensipleri antrenörlere sunulmuştur. Hazırladığım bu kitabın, spor bilimi alanında öğrenim gören öğrencilere, araştırmacılara, akademisyenlere ve özelliklede antrenörlere faydalı bir kılavuz olmasını ümit ediyorum.

Deniz ÜNVER

*Ömrünü sporcuların kariyerlerine adayan,
sadece birkaçının fotoğrafını kitabın içerisine
koyabildiğim, dünyanın tüm değerli
antrenörlerine ithafen...*

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	III
ÜNİTE 1 ANTRENÖRLÜK KAVRAMI	1
1. Antrenörlüğün Tarihi	3
2. Antrenörlüğün Tanımı	4
3. Antrenörlük Felsefesi	5
3.1. Antrenörlük Felsefesinde Değer Kavramı	6
3.2. Antrenörlük Felsefesinde Ahlak ve Etik Kavramı	9
3.2.1. Faydacılık Teorisi	11
3.2.2. Erdem Etiği Teorisi	12
3.2.3. Görev Etiği Teorisi	12
4. Antrenörlük Mesleğinde Etik ve Ahlak	13
4.1. CIFP Gençler için Fair Play Sözleşmesi	13
5. Antrenörlük Felsefesi Geliştirme	17
ÜNİTE 2 ANTRENÖRLÜK İLKELERİ	23
1. İyi Bir Antrenörün Davranış Kodları	27
2. İyi Bir Antrenörün Genel Özellikleri	32
3. İyi Bir Antrenörün Nitelikleri Becerileri Rolü ve Sorumlulukları	34
4. Antrenörün Çalışma Alanları	35
5. Antrenörlük ve Liderlik	39
6. Lider Antrenör ve Başarı “Wooden Başarı Piramidinin İncelenmesi”	45
7. Lider Antrenör ve Etkili İletişim	50
8. Antrenörlük Stilleri	52
ÜNİTE 3 ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ	55
1. Üniversitelerdeki Antrenörlük Eğitimi	57
2. Gençlik ve Spor Bakanlığınca Verilen Antrenörlük Eğitimi	64
2.1. Antrenör Eğitim Yönetmeliği	69
3. Türkiye Futbol Federasyonu Antrenörlük Eğitimi	77
4. Avrupa’da Antrenörlük Sistemi ve Eğitim	78
4.1. Avrupa’daki Üniversitelerde Antrenörlük Eğitimi	82
4.2. Avrupa’da Antrenörlük Eğitimi ve Gelişimi Üzerine Faaliyetler	84
ÜNİTE 4 ANTRENÖR VE EĞİTİM İLİŞKİSİ	87
1. Sporcunun Öğrenmesi (Öğrenme Kuramları	91
2. Antrenörün Öğretmesi	96
2.1. Beden Eğitimi ve Sporda Öğretim Modelleri	96
2.2. Beden Eğitimi ve Sporda Öğretim İlkeleri	101
2.3. Beden Eğitimi ve Sporda Öğretim Yöntemleri	102

ÜNİTE 5 ETKİLİ ANTRENÖR OLMAK İÇİN GELİŞTİRİLMESİ	
GEREKEN ÖNEMLİ ÖZELLİKLER	113
1. Planlama ve Yönetme	115
2. Antrenman Bilimine Olan İnanç	117
3. Etkili İletişim Becerileri	118
4. Strateji Geliştirme	122
ÜNİTE 6 ÇOCUK ORTAMI ANTRENÖRLÜĞÜ	125
1. Çocuk ve Genç Spor Ortamlarında Antrenörlük	127
2. Spor Ortamında Çocuk Koruma	135
2.1. İstismar ve İhmal Kavramları	138
2.2. Çocuk Koruma Programı Geliştirme	141
2.3. Çocuk Koruma Programı Birimi Temsilciliği	145
2.4. Çocuk Koruma Programındaki Önemli Konular	145
2.4.1. Fotoğraf Çekimi	145
2.4.2. Bedensel Yakınlık	146
2.4.3. Ulaşım	147
2.4.4. Konaklama	147
2.4.5. Veli İlişkileri	148
SONSÖZ	149
KAYNAKLAR	150



20 ALTIN MADALYALI VOLEYBOLUN DEĞERLİ ANTRENÖRÜ

BERNARDO ROCHA DE REZENDE

 N TEL ANTRENÖRLÜK KAVRAMI

ÜNİTE I

ANTRENÖRLÜK KAVRAMI

Spora yatırımlar arttıkça, gençleri eğitecek veya yarışmacı takımları hazırlayacak iyi eğitilmiş, teorik ve pratikte iyi seviyelere gelmiş antrenörlere olan ihtiyaç da artmaktadır. Antrenörlük, sporun artan popülerliği ile devamlı geliştirilmesi gereken bir kavramdır. Bilim insanları ve spor insanları yıllar geçtikçe antrenöre, “sporcuyla antrenman yaptıran kimse” tanımlamasından çok daha detaylı anlamlar yüklemişlerdir. Günümüzde antrenörlük halen gelişen bir kavramdır.

Antrenörlüğün tanımını yaparken, antrenörün birden fazla özelliğe sahip olmasından ve bu özellikleri kullanabilmesinden bahsetmek zorunda olduğumuzu belirtmek isterim. Aslında sporcuların hayallerini gerçekleştireceği yolda inandığı saygı duyduğu, ailelerin hocam diye seslendiği, saygı duyduğu bu üniformayı giymek bir belge işi midir? Bu bağlamda antrenörlük nedir? Antrenör kimdir? sorularının cevaplarını aramak daha anlamlı olacaktır.

1. Antrenörlüğün Tarihi

Tarihin derinliklerinde sportif faaliyetlerin çoğu askeri veya ekonomik amaçlı faaliyetler olarak görülmektedir. Bu düşünce yapısı boş zaman faaliyetlerini değerlendirmek ve eğlence amaçlı değişmeye başladığı yer İngiltere olarak belirtilmektedir. 17. yüzyıldan itibaren kriket, at yarışları, boks, golf gibi spor branşları değişimin ilk dalgaları olarak adada görülmeye başlanmıştır. Teknik olarak zor ve karmaşık yapıdaki bu etkinlikleri öğrenmek ve geliştirmek için belli bir prosedür geliştirme fikri de bununla beraber doğmuştur. Sportif faaliyetlerin izlenmesi ve takip edilmesi, seyircileri, bahisleri oluşturmaya başladı. Böylece yeni bir ekonomi de doğuyordu. Finansal kazançları belirleyen sportif sonuçlar, antrenörlük gerektiren performansların önemini göstermeye başlarken, kısmi zamanlı veya saat ücretli ödemelerle antrenörlük mesleğini doğurdu. Bu koşullar, antrenörün yarı vasıflı bir zanaatkârdan biraz daha fazlası olarak algılanmasına neden oldu (5). Çeşitli devlet okullarındaki erkek öğrencilerin sportif faaliyetlerindeki rekabetçi etkinlikler ortaya çıktıkça antrenörler için yeni bir ortam oluşmuştur (6).

İngiltere’de 1830’lu yılların ortasında ortaya çıkan tutor, coach gibi terimlere özel eğitim veren kişi, sporculara belirlenen hedefler için yol gösterici, zihinsel ve fiziksel performanslarını geliştiren kişi gibi anlamlar yüklenmiştir (1).

Yirminci yüzyılın son çeyreğindeki gelişmeler, antrenör eğitim sistemleri, ulusal ve kulüpler bazındaki yüksek performans talepleriyle bağlantılıdır. Sporun uluslararası rekabete dayalı olmaya başlaması ile birlikte, sportif başarısızlıklar, ticarileştirilmiş spor branşları, elit sporun karmaşasındaki başarısızlıklar antrenörleri suçlamaya başlamıştır. Gelişmeler, antrenörlerin daha iyi eğitilmiş birer meslek erbabı

olmaları yönünde zorlamaya başlamıştır. Böylelikle tanımlara uyan ilk antrenörler ulusal kimlik kazanarak tüm dünyada tanınan ilk antrenörler olmuşlardır.

1. Antrenörlüğün Tanımı

Antrenör, spor branşına özgü olarak sporcuyu eğiten ve çalıştıran kimsedir (2). Antrenör bir spor eğitimcisidir. Antrenörler ilk aşamada sporcunun karakteristik özelliklerini keşfeden, geliştiren, güçlendiren bir eğitimi uygularken ikinci aşamada uygulamalarda sporcuların gerçekleştirmek zorunda olduğu işleri yöneten ve yol gösteren eğitimcilerdir (3). Antrenör, gelişim çağındaki çocukların branşa özgü olarak fiziksel ve psikolojik olarak gelişimlerini sağlayan profesyonellerdir.

Antrenör, gelişimi tamamlanmış profesyonel sporcuların fiziksel ve psikolojik seviyelerini yukarıda tutmaya çalışan ve onları yarışmalara hazırlayan kişidir. Antrenör, çalıştığı sporcuların fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal kapasitelerini spor bilimlerinin gerektirdiği biçimde geliştirmeye yardımcı olan, bu alanda özel eğitim-öğretim almış bir kişidir (4).

Antrenör, çocuk ve gençlerin spor aktivitelerinde ilk karşılaştıkları kişidir. Çocuk veya gencin bir branşı sevmesinde ve eğitime devam etmesindeki en büyük etmendir. Çocuğun yeteneklerinin keşfi ile becerilerinin gelişmesi için antrenmanı planlayan ve uygulatan kişidir, 200 yıla yakındır sporcuların gelişimi ve başarısı için planlı ve programlı bir şekilde çalışan profesyonellerin bir başka deyişle antrenörlerin önemi ve değeri anlaşılmıştır. Büyük yatırımlarla kurulan takımlar veya zor yetiştirilen olimpiik sporcuların gelişimi ve başarısı için yetenekli, bilgili, eğitimli hem zihinsel hem fiziksel olarak sporcuyu destekleyebilecek antrenörlere ihtiyaç duyulmaktadır.

Antrenörlük kavramı, bireysel sporlarda ve takım sporlarındaki sporcuların gelişimi ve hazır olmaları ile ilgilidir. Bireysel sporlarda antrenör, öncelikle tek bir sporcunun performansına odaklanır. Takım sporlarında işler biraz daha karmaşık görülebilir. Bu yüzden sorumlu antrenör, takımındaki oyuncuların yapısına göre veya çalışma prensiplerine göre performansları sınıflayabilir. Kendisi hepsine odaklanamaz. Ayrıca takımın birlikte hareket edebilmesine de odaklanmak zorundadır. Bu yüzden yardımcı antrenörlerin odaklanacağı sınıfları da belirler. Antrenör ister bireysel sporda olsun ister takım sporlarında olsun öncelikle sporcunun performansına, teknik taktik öğretime, disipline ve uygulamadaki başarıya odaklanır. Bunun yanında antrenöre günümüzde psikolojik görevlerde yüklenmektedir. Sporcunun veya sporcularının duygu durumlarını analiz ederek, kaygı özgüven, korku, motivasyon gibi kavramları pozitif yöne çevirebilme yetenekleri antrenörlerde aranan özellikler olarak görülmektedir. Bu da antrenörlerin psiko-sosyal alanlarda da gelişmeleri gerektiğini gösteriyor.

Antrenör içinde bulunduğu takımda veya çalıştığı bireysel sporcuda karşılaştığı problemleri çözebilmek için görev yapar. İyi kulüpler veya olimpiik sporcular, yol

gösteren, iletişimi kuvvetli, antrenman pratiği iyi, olası problemleri çözerek sporcunun performansına yönelik olumlu katkı yapabilen, antrenör ile çalışmak isterler.

İster yarışmacı sporcular veya takımlar olsun, isterse de gelişim yaş kategorilerindeki sporcular olsun her iki kategoriye özgü antrenörlük özeldir. Bu bilinçle antrenör kendini yetiştirilmelidir. 10 günde alınan bir belge veya eksik bilgilerle genç bir sporcuya zarar verilebileceği gibi yarışmak için geren yüksek performans arayışındaki takım veya sporculara da eksik bir antrenör zarar verebilir. Bu anlamda antrenörün eğitimi kadar gelişiminin de önemi ortaya çıkmaktadır.

Antrenörlük kavramı birçok kavram ve meslek ile karıştırılabilir. Antrenörlük ve Öğretmenlik, Antrenörlük ve Psikologluk günümüzde beraber anılsa da farklı alanları ile ayrılmaktadır. Ancak her iki alanın da antrenörlük ile ilişkisi vardır. Antrenör genelde elde ettiği tecrübeleri, bilgiler ile harmanlayarak sporcusuna aktarır ve bu bilgiler doğrultusunda davranışlar bekler. Antrenörler oluşturdıkları felsefe ile sporcuları ile kurdukları iletişim sayesinde onların performansını olumsuz etkileyen unsurlar ile başa çıkmaya çalışırlar.

Antrenörler sporun içerisinde var olan filozoflardır. Ürettikleri felsefi düşünceler ile başarıya ışık tutarlar. Bu yolda elbette ki akademik ve bilimsel gerçeklikleri kabul edenler, hangi amaçla neyi hedeflediklerini diğerlerinden daha iyi bilirler. Uzun vadeli planlarının hangi safhasında neyle karşılaşacaklarını, sporcularının seviyelerinin nerede olacağını bilerek yürürler.

3. Antrenörlük Felsefesi

Günlük hayatta kullandığımız “hayat felsefemdir” cümlesini düşündüğümüzde hepimizin bu hayatı yaşayabilmek için belirlediğimiz doğru davranışlar ve uygulamalara sahip olduğumuzu söyleyebiliriz. Felsefe kelimesini gerek günlük yaşantımıza gerek sportif alanda antrenörün düşünce yapısına atıf yapabilecek şekilde kullanabiliriz. Bu yaşam biçimi birkaç kelime ile antrenörün görüşü, çalışma biçimi, olaylara yaklaşımı veya ideolojisi olarak ifade edilebilir. Bu ifadeler, antrenör dünyasının içinde sıkça karşılaşacağımız “antrenörlük felsefesi” kelimesinin temelini oluşturabilir.

Felsefe genellikle netlik aramak ve ayrıntıları belirlemek ile ilgilidir. Bir antrenörün içinde olduğu branş ile ilgili yeteri kadar bilgi beceri ve donanımına sahip olduktan sonra bunu çocuklara, gençlere veya yarışmacı sporculara aktarabilecek, onları düzelterek performanslarına yön verebilecek seviyede olması gerekmektedir. Bu özellikler antrenörün hedefleri doğrultusunda net olmasını ve detayları tespit ederek üzerine yoğunlaşmasını sağlayacaktır. Bu özelliklerin gelişmesiyle antrenör kendi felsefesini oluşturmaya başlayacaktır. Öyleyse bir antrenörün kendine ait bir

felsefesini oluşturabilmesi için öncelikle iyi bir eğitimden geçmesi gerektiği, teorigi pratiğe dökme yeteneğine sahip olması gerektiğini söyleyebiliriz.

Antrenör ile çalışan sporcunun veya takımın başarısı antrenörün felsefesine bağlıdır. Antrenörün karakteri, teknik taktik analizi, yönetici özellikleri, liderliği ve bilime inanmışlığı başarıyı getirebildiği gibi, bu konulardaki yetersiz gelişimi başarısızlığa da neden olabilir. Antrenörün kendine özgü bir felsefe oluşturması, aslında kendini iyi tanımakla hayata bakış açısıyla ve kişilerle olan iletişimi ile oluşmaktadır. Antrenör kendi zihin durumuna göre felsefesini oluşturur. Kendisinin içinde olmayan ve inanmadığı değerlerden asla bir felsefe oluşması mümkün değildir.

Felsefeyi, geniş anlamı ile “bilgelik” olarak tanımlayabiliriz. Felsefe uzun ve seçkin bir tarihe sahiptir. Bakıldığı zaman en eski akademik disiplinlerden biridir. Hatta birçok bilim dalının atası olarak kabul edilir. Eski Yunan tarihinden günümüze kadar yaşamın anlamını ifade etmeye çalışan felsefe, yaptığımız işlerdeki tecrübe ve erdemlikleri ifade eder. Antrenör geliştikçe felsefesi olgunlaşır.

Bir antrenör, bu nedenle, daha tutarlı bir yaklaşım geliştirmek için felsefi araçları kullanmaya teşvik edilmelidir. Antrenör geliştikçe görev ve sorumluluklarının ne anlama geldiğine dair sofistیک bir yaklaşımda bulunmalı ve antrenörlüğe bir anlam yüklemelidir. Antrenörlüğün temel değerlerini, ilkelerini ve etik değerliğini anlamlandırmalıdır. Antrenörlük bir ürün müdür yoksa gelişimi devam eden bir kavram mıdır; bu soruların cevaplarını devamlı aramalıdır. Antrenör hızla olgunlaşmalı mıdır yoksa ilerleyen bir süreçte mi uzmanlaşmalıdır. Antrenör eğitimi veren kurumların bu soruların cevaplarını arayarak program dizayn etmeleri daha değerli olabilir. Bu soruların hazır bir cevabı yok. Antrenörlük felsefesinin net bir tanımı yoktur. Antrenörler felsefelerini uzmanlıklarını ve hayatlarını sorgulayarak oluşturabildikleri en güncel yaklaşım olarak görülmektedir. Felsefenin, bu bağlamda antrenöre bu soruların cevaplarını arama konusunda yardımcı olabileceği belirtilmektedir (7,8).

Felsefe antrenörlük pratiğine katkı sağlayacak bir bilim dalıdır. Antrenörlük, mantıklı, ilkeli, bütünsel bir eğitim olarak belirtilmektedir. Bir dizi felsefi kavram antrenör için öz-farkındalığa ulaşmayı teşvik eder. Bu kavramlardan biri, “değerlerdir”.

3.1. Antrenörlük Felsefesinde Değer Kavramı

“Değer” kavramı hem antrenörlük kariyerinde hem de hayat içerisinde büyük önem taşımaktadır. Değerler antrenörlük felsefesine anlam katar, antrenörlük duruşunun ayaklarını oluştururlar. Antrenörlük için kişisel değerler yaptığı işlerde onları motive eder, var oluş sebebi olarak çalışmalarında farkındalık

sağlar. Değerler antrenör için neyin iyi ve değerli olduğunu gösterir. Tüm antrenörler için değerler aynı olsa da davranışlarda farklılıklar görülebilir (8).

Değerler, insani bir durumdur. Bir insan olarak antrenörün tutum ve davranışlarını etkiler; tutum ve davranışları belirleme, biçimlendirme ve yönlendirmede önemli rol oynarlar. Değerler, antrenörün hayatına saygı ve değer katar. İşini şeffaf ve dürüst yapması konusunda destek olur. Antrenörün değerleri, kişilerarası ilişkilerde doğrudan doğruya veya dolaylı ortaya çıkan sevgi, dürüst olma, bağlılık, saygı, adil olma, sorumluluk, denge, empati gibi kişisel değerlerdir (9).

Kulaksızoğlu ve Dilmaç (2000) çalışmasında, insani değerleri beş ana değer ve alt değerler olarak sıralamışlardır. Bunlar; Hakikat, Sevgi, İç Huzur, Doğru Davranış ve Şiddetten Kaçınmadır. Bu değerleri açıklayıcı alt değerler de şöyle şekillendirilmiştir. Hakikat değeri; evrensel sevgi, ulusal bilinç, merak, ayırt etmek, kendini analiz etmek, tüm hayata ilgi duymaktan oluşmaktadır.

Sevgi değerinin alt değerleri ise; merhamet, bağlılık, dostluk, cömertlik, iç mutluluk, şefkat, hoşgörü, doğayı sevme olarak belirtilmiştir. İç Huzur değerinin alt değerleri olarak; kanaatkârlık, mutluluk, sabır, kendini kontrol altına almak, kendisine ve çevresine saygı duymak, sağlıklı yaşam, yaşama sevinci, sebatkârlık olarak belirtilmiştir. Doğru davranış değerinin alt değerleri; dürüstlük, temizlik, cesaret, görev, zamanı iyi kullanmak, birlik, minnettarlık olarak belirtilmiştir. Şiddetten Kaçınma değerinin alt değeri olarak; bağışlayıcılık, kardeşlik, vatandaşlık, başkalarına hizmet etmek, iyimserlik olarak belirtilmiştir.

Bir insan olarak antrenörlerin ortak değerlerinden bazıları aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 1: Antrenörler için bazı ortak değerler

<i>Mesleki Değerleri</i>	<i>İnsani Değerler</i>
Vizyon	Evrensel Sevgi
Liderlik	Ulusal Bilinç
Profesyonellik	Merak
Yaratıcılık	Ayırt Edebilme
Adil olma	Kendini Analiz Edebilme
Denge	Merhamet
Empati	Dostluk
Eşitlik	Cömertlik
Ustalık	Mutluluk
Disiplin	Şefkat
Öz-güven	Hoşgörü
Güvenilirlik	Sevgi
Stratejik	İç Huzur

Takım Çalışması	Sorumluluk
Zindelik	Doğruluk
Liyakat	Fedakârlık
Rekabet	Merhamet
Kararlılık	Sevgi
Beceriklilik	Titizlik
Uygulanabilirlik	Zamanı iyi kullanmak
Düzen	Cesaret
Saygı	Özgürlük
Dürüstlük	Onur
İstikrar	Sadakat
Kontrol	Bağımsızlık
Başarı	Cömertlik
Sağduyu	Hoşgörü

Yukarıdaki tabloda verilen bazı örnek değerleri mesleki ve insani olarak ayırmış olsak da bireyin değerlerini kapsamaktadır. Ancak antrenörlük mesleğini yapan bireylerde mesleki değerler kısmında belirtilen değerlerin doğru yorumlanarak felsefe haline getirilmesi önerilmektedir. Terekli, 2021 yılında yayınladığı eserinde tüm değerleri tek bir tabloda verdikten sonra antrenör için ideal bir değerler kümesinin olmadığını belirtmiştir. Terekli'nin oluşturduğu tablodan yola çıkarak yukarıdaki tablo oluşturulmuştur. Değerler, antrenörlerin düşünce yapısını belirler, verdikleri kararları şekillendirirler. Kulübe, sporcuya, basına ve seyirciye karşı sergiledikleri davranışlarını biçimlendirirler. Değerler ve günlük hayat tarzı arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu belirtilmektedir. Değerlerin antrenörlük felsefesi üzerine etkisinin önemi keşfedildikçe antrenör eğitimi programları içerisinde “değerler eğitimi” konularının tartışılması gereken kavramlar olarak konulması gerektiği düşünülmektedir.

Tarih boyunca, eğitimin iki temel amacı olmuştur. Bireyin daha zeki ve akıllı olması ile birlikte iyi bir insan ve vatandaş olması hedeflenmiştir. Bu yüzden değerler eğitimi, İnsanların daha akıllı olmalarını; ikincisi de bireylerin daha iyi insanlar ve vatandaşlar olmalarını sağlamaktır. Bu yüzden, değerler eğitimi ile ilgili düşüncelerin büyük dinlerde ve eski Yunan filozoflarının çalışmalarında olduğu belirtilmektedir.

Antrenörler için “Değerler Eğitiminin” amacı, bütün antrenörlerin sahip olduğu ortak değerlere vurgu yapmak ve iyi örnek sergileyen antrenörleri sahaya çıkarmaktır. Sonuç olarak, geleceğin antrenörleri, kendi değerlerini oluşturarak iyi birer örnek olmalıdırlar. Ayrıca buluştukları küçük yaştaki sporculara değerler eğitimini verebilmek için pedagojik formasyon eğitim almaları gerekmektedir (10).

3.2. Antrenörlük Felsefesinde Ahlak ve Etik Kavramı

Etik, ahlak ile ilişkili bir durumdur. Burada bizim inceleyeceğimiz elbette ki antrenörün mesleki hayatındaki etik davranışları olacaktır. Ancak bir çocuğu yetiştirmek için yola çıkmış aday antrenörlerde sadece yapacakları işteki davranışları incelemek yeterli olmayacaktır. Antrenör aynı zamanda örnek alınacak kişidir. Yol göstericidir. Çocuklar için önemli bir karakterdir. Bu nedenle antrenörün eylemleri, etik, ahlak, iyilik, ödevler gibi kavramlarla ilişkilidir.

Etik ve Ahlak birbiri ile ilişkilidir. Alınan görevler, yaşanılan toplumun ahlaki değerlerine göre değerlendirilmeli ve etik değerler ile çevrilmelidir. Böylece ahlak ve etik kavramları değerlendirilerek oluşturulacak felsefi yapı, hem mesleki anlamda hem de toplum için örnek teşkil edebilecek sosyal yaşantıda doğruyu bulmak için anlamlı olacaktır.

Ahlak, Arapça “huluk” kelimesinden dilimize geçmiş, bireyin tabiatı, huyu karakteri tutum ve davranışları anlamına gelmektedir. Ahlak, toplu içinde zorunlu ve değişmeyen hal ve hareketleri ifade eden kurallardır. Bireyin yaşantısı boyunca sergilediği davranışların, ortaya koyduğu fikirler ve kullandığı sözlerin arkasında ahlaki kodlar yatmaktadır (19). Ahlak, yıllar boyunca hakikati ve temiz düşünceyi yansıtan felsefenin ilgilendiği kavramlardan biridir. Ahlak toplulukların ve toplumların kendi inanışlarına göre toplumun içinde yetişen, inanç sistemine göre din görevlileri, aile ve öğretmenler tarafından verilmeye çalışan davranışlar olarak belirtilmiştir (12).

Son zamanlarda hayatın her alanında, siyasette, iletişimde, iktisatta, tıpta ve sporda, ortaya çıkan insani zaaf lar yüzünden yine insanoğlunun zarar gördüğü düşünülmektedir. Bu insani zaaf ların neler olduğuna dair herkesin mutlaka bir fikri vardır. İşte bu zarar verici davranışların neler olduğunu tespit edebilen bireylere, felsefe bir amaç yüklemektedir. “Ahlak ve Etik” kavramları burada devreye girmektedir. Ahlakın temelinde “töre”, “gelenek”, “alışkanlık” gibi anlamlar yatmaktadır. Etik ise, doğru ve değerli olan eylemin ne olduğudur. Ancak ikisinde de kültürel izler vardır (13).

Türkçede ahlak ve etik kelimelerinin kullanımları, alanları ve felsefeleri anlamca farklılıklar gösterse de literatürde etik-ahlâk ayrımı bile tam anlamıyla benimsenmemiştir. Ancak felsefi olarak ikiye de ayrılabilir. Kitapta antrenör adaylarının kişisel ve mesleki davranışlarında bu kavramlar birlikte kullanılmıştır. Bu bölümün sonunda hedefimiz, antrenör adaylarının meslek hayatında ve sosyal yaşantısında, kısacası hayatının her anında doğru ve iyi davranışlar gösterebilecek rehber e ulaşmasıdır. Literatürde etik ile ahlâk arası farklılıklar çok fazla gözetilmemiştir. Literatürde etik veya ahlâk terimleri arasındaki tercihlerin en belirleyici olan şeylerden birinin kullanım kolaylığı

olduğu şeklindeki tespitlerin yapılması bu iki kelimenin zaman zaman birlikte kullanıldığını göstermektedir (20).

Etik ve Ahlaki kurallar yazılı olmamakla beraber toplumsal yaşantımızda zaman içerisinde oluşan bir dizi kurallardır. Etik, doğru ve yanlış, iyi veya kötü, haklı veya haksızın ne olduğuna karar vermek demektir. Etik kelime anlamı ile Yunan Dilindeki “Ethos” kelimesinden türemiş, “Karakter” anlamına gelmektedir. Ethics (Etik) Kavramı da toplumda ortaya çıkan ahlak kurallarının felsefesi olarak tanımlanmaktadır. Etiğin alanı, bireyin mesleki hayatında ve günlük yaşantısındaki bütün davranışları ve eylemleridir (11).

Etik, bireyin, diğer bireylerle, toplumun içindeki bir bölümüyle, onların oluşturduğu örgütsel yapılarla doğru ilişkiler kurması için gösterdiği eylemleri araştıran bir daldır (14). Etik, bireyin göstermiş olduğu tutum ve davranışlarındaki ahlaki değerlerin tümü olarak ifade edilmektedir. Bir başka deyişle bir işin yapılması için gerekli doğru davranışı belirlemede yol gösteren ilkeler ve değerlerdir (15).

Etik, neyin iyi neyin kötü olduğunu belirleyen ahlaki ilkelerdir. Doru, yanlış, iyi, kötü gibi kavramları inceler (16). Yunan filozof, Aristoteles, etik davranışları incelediği “Nikomakhosa” isimli kitabında, etik kuralların, bireyin ahlaki karakterine dönüştüğünü, ahlaki davranışların etik davranışlarının kapsamında olduğunu belirtmiştir (17). Aristoteles; Nikomakhosa adlı etik kitabında etik davranışların ahlak kurallarını da kapsadığını vurgulamıştır. Aristo’ya göre insanlar etik davranışları bir zorunlulukla ve belli kural çerçevesinde uygulasalar da; zamanla bu etik kurallar kişinin ahlaki karakteri haline dönüşür. Ahlak bu açıdan etik davranışların içinde yer alır (Ocak 2011, 90).

Etik, antrenörlük felsefesinin bir parçasıdır. Felsefi açıdan etik, insanın eylemlerini konu alan bir kavramdır. Etik, özellikle belirli değerlere, yani ahlaki değerlere odaklanır. Ahlaki değerler özünde kendimize ve başkalarına nasıl davrandığımızla ilgilidir. Bu bağlamda neyin iyi ve kötü, doğru ve yanlış olarak sayıldığı konusu tartışılır. Etik kavramı, antrenörün karakterini güçlendirir, başarının temelindeki güçlü karakter tutumları dürüstlük, adalet, çalışkanlık, sabır, alçakgönüllülük, cesaret olarak ön plana çıkmaktadır. Bunlara karakter etiği de diyebiliriz. Karakter etiği, etkili yaşamının temel ilkeleridir, antrenörler bunları öğrendikçe ve uyguladıkça gerçek başarıya ve kalıcı mutluluğa ulaşabilirler. Başarı için gereken bu temel karakter ilkelerini teorik ve pratik olarak antrenörlere entegre etmek gerekir. Literatürde bu kısım karakteri, başarının bir bileşimi olarak kabul edebilir.

Literatür incelendiğin Etiğin tür bakımından 3 başlık altında incelendiği görülmektedir.

- 1- Tanımlayıcı (Betimleyici Etik): İnsanın herhangi bir eylemini, hangi amaç doğrultusunda yaptığını gözlemler ve daha önceden ortaya konulmuş ahlaki kurallara göre eleştirerek doğruya ulaşmaya çalışır. Etiğin, betimleyici bir şekilde değerlendirilmesi için, bazı normların varlığı gerekmektedir. Bir başka deyişle, eylemlerin sonucunda ortaya çıkan etik değerlerin varlığı için belirli bir otoriteye (toplumun içinde var olan etik değerler) ihtiyaç vardır.
- 2- Normatif Etik: Betimleyici Etiğin aksine var olan toplumda var olan etik değerlerin aksine hayat içerisinde yeni kurallar koyar, disiplin oluşturur.
- 3- Meta Etik: Analitik ve eleştirel olarak, analizler yapar. Meta Etik, felsefecilerin görevinin insanlara normatif etik ilkeler sağlamak değil, ahlaki değerleri analiz etmek, ahlaki davranışların ölçütlerini tartışmak, bu kavramların anlamlarını açığa kavuşturmadır (13).

Tanımlayıcı etik, kültürel ve mekânsal farklılıklarla tarih içerisindeki yıllara göre değişen değerleri ve davranışları inceleyerek tartışmakta iken bir diğer etik türü olan normatif etik ise “ne olması gerektiği” ile ilgilenmektedir. Normatif etik, kuralcıdır. Ahlaki açıdan değerleri iyi kötü doğru yanlış gibi kavramları kurallar koyarak tartışır. Aralarındaki farklılığı şu örnek ile tanımlayabiliriz. Betimleyici etik türünde bir yayının tirajını artırmak için toplumca tanınan birinin mahremiyeti ile ilgili gizli bir haber yapılması sorun teşkil etmez iken, normatif etik türüne göre bu haberin iyi veya kötü, doru ya da yanlış olup olmadığı tartışılır (18). Etik, içinde bulunulan zamanın filozofları tarafından farklı teoriler ile şekillenmiştir.

3.2.1. Faydacılık Teorisi

Yukarıda az önce örneklediğimiz normatif etik türü, sonuççuluk ve faydacılık adı altında iki teori tarafından şekillenir. Sonuççuluk, bireyin tutum ve davranışlarının iyi veya kötü sonuçlarına göre açıklanırken, faydacılık ise ahlaki açıdan doğruyu/iyiyi gerçekleştiren davranışın sağladığı faydayı açıklamaktadır. Faydacılıkla ilgili de iki farklı teori geliştirilmiştir. Bunlar, “Hedonistik Analiz” ve “Stuart Mill Faydacılık Teorisidir”. Hedonistik analizin geliştiricisi Jeremy Bentham’a göre davranış sonucunun bireye verdiği haz ve acıyı ölçerek, daha fazla haz veren davranışlar iyi davranışlar olarak nitelendirilir.

John Stuart Mill’in geliştirdiği faydacılık teorisine göre haz veren davranışların ölçüsü kadar kalitesinin de önemli olduğu savunulmaktadır. Mill, geliştirdiği bu teorisinin sonucunda sergilenen davranışlarla sağlanan mutluluğun niteliği ve kalitesi üzerine yoğunlaşmıştır. Mill’in teorisine göre, bireyin mutluluğu ile toplumun iyiliği arasında sağlam bir birliktelik kurmak için

eğitimin önemli olduğu ve toplumun birlikte çalışması gerektiği ifade edilmemektedir. (18)

3.2.2. Erdem Etiği Teorisi

Erdem etiği Antik Yunan filozofları Sokrates, Platon ve Aristo'nun düşünceleri ile şekillenmiştir. Sokrates'in Delphs Tapınağındaki "Gnothi Seauton" "Kendini Bil" etik teori üzerine söylenen anlamlı bir söz olarak kabul edilir. Erdem etiği, eski Yunan şehirlerinde yaşayan halkın iyi davranışlar sergilemesi için konulan kurallara dayandırılır. Platon'un öğrencisi Aristoteles'in etik anlayışının temelinde de toplum vardır. Aristo'nun "Zoon Politikon" "İnsan Toplumsal Varlık'tır" sözü de erdem etiği teorisi için önemlidir. Bireyin karakterine odaklanan erdem etiğine göre birey "erdemli bir karakter" geliştirmek için çabalamalıdır (18).

3.2.3. Görev (Ödev) Etiği Teorisi

Görev etiğinin bir ismi de Deontoloji'dir. Deontoloji teorisinin önemli savunucularından birisi Imanuel Kant'tır. Kant'ın etik teorisinde üç temel ahlaki görev vardır. Birincisi, toplumun taleplerine göre gelişen bir kurala göre hareket edilmesidir. İkincisi, toplumda herkesin haklarını koruyup kollayacak biçimde davranılmasıdır. Üçüncüsü, insanlığın bir araç olarak değil, amaç olarak kullanılmasıdır. Bu teoriye göre evrensel ilkeler oluşmaktadır. Kant, bireyin her zaman ve her koşulda doğru kabul edilen bir kurala göre davranması gerektiğini belirtir. Bu kurallar bireye hırsızlık yapma!, dürüst ol!, yalan söyleme! gibi olumlu kurallar yüklemektedir. (12,18).

Değerler, Etik ve Ahlak kavramları incelendiğinde bir insanın topluma yararlı bir birey olması ve işinde başarılı olması için gereken karakteristik özelliklerin bütününe görmekteyiz. Bu özellikleri doğru anlayıp, uygulamada en az hata yapan bireylerin başarılı olabileceği ön görülmektedir. Felsefenin ilgilendiği bu üç kavram, insanın hayat felsefesini oluşturmaktadır. Öyleyse bir antrenörün, antrenörlüğe başlarken ve gelişen zaman içerisinde oluşturacağı antrenörlük felsefesi için bu üç kavram önem taşımaktadır. Bu kavramları antrenörlük mesleğine uyarladığımızda bir antrenörde olması gerek iyi vasıfları ve mesleğindeki etik ve ahlaki davranışları tanımlayabiliriz.

Sporun evrenselliğini ve paydaşlarını göz önüne alırsak, antrenörlük bu sistemin içerisindeki bir parça olarak görülebilir. Ancak etkileşim içinde olduğu spor yöneticileri, oyuncular, medya ve seyirciler ile spora yön veren bir parçadır. Antrenör öncelikle her ne kadar performans artıran bir beden eğitmeni olarak görünse de bir çocuğun sporun içinde karşılaştığı rol modelidir. Yapılan

araştırmalarda antrenörlere, gençlere karşı sorumlulukları ve rollerinin sadece fiziksel eğitim olmadığını, onlara,

- Zihinsel dayanıklılık, problemlerle başa çıkabilmek
- Müsabaka sonuçlarını sindirebilme ve ders çıkarabilmek
- Müsabakaya psikolojik olarak hazırlanmak
- Fair Play ve Respect (Saygı) kavramlarını öğrenmek ve uygulamak
- İletişim, liderlik becerileri kazanmak
- hedef belirlemek

gibi kavramları öğretmenin antrenörün sorumluluğu ve rolleri arasında olduğu belirtilmiştir. Antrenörlük mesleğinden beklentiler her geçen gün daha da artmaktadır. Bugüne kadar karşılaştığımız antrenörlerin, hangi şartlarda, nasıl çalıştıklarını ve sporcunun gelişimine nasıl, ne kadar katkıda bulunduğunu düşürsek, birçoğunun ilgilendiği sporu sevdiğinden gönüllülük esasına dayalı eğitim vermeye çalıştığını gözlemleyebiliriz.

Bu kitapta tanımlamaya çalıştığımız antrenörler, mevcut antrenörlerden daha modern, eğitilmiş ve profesyonel olarak çalışacak antrenörlerdir. Antrenörlük kavramı, kulüpten kulübe, şehirden şehire ülkeden ülkeye değişmemelidir. Gelişmekte olan toplumlarda branşın içinde sporculuk yaşamış, etik ve ahlaki değerlere sahip olmadığı için, spor hayatı erken bitmiş, eğitim almamış, yıllar önce bir antrenörlük belgesine sahip olmuş, günümüze kadar hiçbir gelişim eğitimi almamış antrenörlere rastlanabilir. Bu tip antrenörler arasında eğitilmiş meslek etiğine iş ahlakına ulaşmış kendini geliştiren antrenörlerin yükselmesi oldukça zor olacaktır. Bu tipte karma antrenör yapılarını ortadan kaldırmak için uluslararası çerçevede antrenörlük mesleğinin tanımı yapılmaya başlanmıştır. Bunlardan biri de ikinci bölümde inceleyeceğimiz Avrupa Spor Antrenörlüğü (Koçluğu) Çerçevesidir.

İyi bir antrenör olmak için güçlü bir felsefe geliştirmeliyiz ve hedeflerimize doğru yürümeliyiz. Uzmanlaştığımız alanda, alt yapıda veya yarışmacı ekipte fark yaratabilir pratik ve yaratıcı olan antrenörler etkili antrenör olarak öne çıkmaktadır. Bu antrenörlerinin hepsinin farkında olduğu bir felsefesi mevcuttur. O halde “antrenörlük felsefesini oluşturmak için felsefenin temel taşlarından etiği, mesleğin içerisine uyarlamak gerektir.

4. Antrenörlük Mesleğinde Etik ve Ahlak

Bu noktada etik kavramı antrenörün meslek yaşantısındaki temel insan ilişkileri ile ilgilendir. Antrenörlük mesleği içerisinde oluşturulacak etik ilkeler, antrenörün iyi ve doğru davranışları yani bir bakıma iş ahlakı için de bir ışık olacaktır. Yeryüzünde var olan tüm mesleklerin üyeleri işlerini iyi bir şekilde yürütebilme, mesleklerine saygı duyulmasını sağlayacak davranışlar geliştirmişlerdir. Bu nedenle meslek

erbabları, bilgi ve becerilerin meslek hayatında yeterli olduğunu düşünmezler, meslekteki tutum ve davranışlarında bilgi ve beceri kadar önemli olduğunu düşünürler. Antrenörlükte, geçmişten günümüze kadar bu görevi yapan ustaların şekillendirdiği, bilgi ve becerilerin yanında sergilenen tutum ve davranışlarla saygı duyulan bir meslek haline gelmiştir.

Bu nedenle zaman içerisinde “antrenörlük mesleki etiği” kavramı tartışılır hale gelmiştir. Yeni antrenörlerin eğitimlerinin başında bu mesleki etik ilkelerini bilmeleri ve ona göre davranışlarını modellemeleri başarıya giden yolda önemli bir adım olacaktır. Antrenör olarak, sporculara, yöneticilere ve diğer meslektaşlarına karşı görev ve sorumluluklarını yerine getirirken, kişisel duygu ve dürtülerini sınırlayarak doğru ve iyi davranışlarla idealleri doğrultusunda mesleğini icra edebilmeyi ve rekabete devam edebilmeyi amaçlayan ilkelerin tümü olarak tanımlanabilir. Antrenörlük, özellikle de çocuk ve gençlerle çalışılan alanda onurlu bir görevdir. Bu onurlu görevin kurallarını çiğneyen bir antrenör sadece kendine zarar vermediği gibi tüm meslek grubuna da zarar verebilir. Bu yüzden antrenörler, bir mesleki grubun parçası olduklarını unutmamaları gerekmektedir. Aday antrenörlerin iş, meslek ve mesleki etik kavramlarını iyi öğrenmeleri gerekmektedir.

Literatürde iş (occupation) kavramına ; 'üretmek, ortaya çıkarmak, emek ve performans harcayarak bir ürünü yapabilmek gibi anlamlar yüklenirken, meslek (profession) kavramına, kaliteli ve uzun bir eğitim sonucunda bir kimseye yasal hak ve kurallar ile verilmiş, geçim sağlanan bir uğraş anlamı yüklenmiştir.(21)

Meslek, bireyin zorunlu geçim kaynağı için toplum için bir hizmete yönelik gösterdiği emek ve uğraştır. Günümüzde antrenörlüğün bir meslek olup olmadığı halen tartışılmaktadır. Bunun çokça nedeni vardır, bazı kurumlar tam zamanlı antrenör istihdam ederken bazı antrenörler saat karşılığı antrenörlük yaparak başka meslek gruplarında çalışmaktadır. Yine bazı antrenörler lisans ve lisansüstü eğitimler alarak antrenör olurken bazıları 7-15 günde aldıkları kursla antrenör olabiliyorlar. Bunun bir standartı olmadığı için de halen antrenörlüğün bir meslek olup olmadığı tartışılmaktadır. Literatürde, bir uğraşın meslek sayılabilmesi için aşağıdaki özellikleri barındırması gerektiği belirtilmiştir (22). Aşağıdaki maddeleri incelerken günümüzdeki antrenörlerin çalışma biçimleriyle tartışarak antrenörlük-meslek ilişkisi hakkında daha net fikir sahibi olabilir.

• bir meslek dalı toplumun kaçınılmaz olan bir gereksinimi karşılar.

Bu cümleden yola çıkarak, antrenörlüğün toplumun kaçınılmaz olan bir gereksinimi karşılayıp karşılamadığını tartışsak, antrenörlerin, çocukluk döneminden başlayarak ileri yaşlara kadar, gerek profesyonel sporcuların yetişmesinde gerekse genel sağlık için fiziksel aktivite yapan bireylerin ihtiyaçlarını karşılamak için var olduklarını söyleyebiliriz

• **meslek kişinin salt kendi doyumu için değil aynı zamanda başkalarının yararı içindir.**

Bu cümle incelendiğinde antrenörlerin, kendini gerçekleştirmek veya sadece kendine menfaat sağlayacak bir tutumda olup olmadıkları tartışılırsa antrenörlerin yetiştirici, eğitici ve yol gösterici özellikleriyle başkalarının yararına çalıştıkları söylenebilir.

• **meslek sistemli bir eğitimle kazanılmış özel bilgi ve becerilere dayalıdır.**

Yukarıda da bahsettiğimiz gibi antrenörlük eğitimi, antrenörlüğün bir meslek olması için önem arz ediyor. Sistem, bir miktar ücret ile bir haftalık kurs ile antrenör olan bireyler ile senelerce lisans ve lisansüstü tahsil yaparak, üst kademe antrenörlük belgelerine sahip bireyleri ayıramadığında ortaya olumsuz bir tablo çıkmaktadır. Bu da antrenörlüğün bir meslek olmak için gerekli olan özelliklerden birine sahip olamamasına yol açmaktadır.

• **meslek dalları araştırma ve deneylerle geliştirilerek zamanla kendine özgü tekniklere sahip olurlar.**

Bu özellik antrenörlük açısından incelendiğinde antrenörlüğün devamlı araştırma ve geliştirme içinde olduğunu, antrenörlüğün kendine özgü tekniğe ve eğitim öğretime sahip olduğudur. Böylelikle bu mesleki özelliğin antrenörlük ile uyumlu olduğu söylenebilir.

• **meslekler kazanç elde etmek için yapılan uğraşlardır.**

Antrenörlük günümüzde meslek gruplarının kazançlarına bakıldığında ve profesyonel düzeyde incelendiğinde geliri yüksek uğraşlardan birisidir. Bu nedenle antrenörlüğün kazanç elde etmek için yapılan bir uğraş olduğunun söyleyebiliriz.

• **meslek olarak kabul edilecek bütün uğraş alanlarının kendine özgü değer ve etik ilkeleri vardır ve bu mesleğin üyeleri bu değer ve ilkeler doğrultusunda davranırlar.**

Antrenörlüğün de kendine özgü değer ve etik ilkeleri gelişmiştir. Bunlara antrenörlük meslek etiği veya antrenör ilkeleri denilebilir. Zaman içerisinde kendiliğinden gelişen ve eğitimlerle antrenörlere kazandırılmaya çalışılan bu değer ve etikler her meslek grubunda olduğu gibi antrenörlükte de vardır.

Görüldüğü üzere bir uğraşın meslek olabilmesi için literatürde belirtilen maddelerin neredeyse tamamı ile antrenörlük uğraşı örtüşmektedir. Buradan yola çıkarak, antrenörlüğün bir meslek olduğu söylenebilir. Öyle ki örtüşmeyen tek madde, antrenörlük kimliğine kiminin uzun eğitimler ve çalışmalar sonucunda ulaşması, kiminin de çok kısa süreli bir kurs ile ulaşmasıyla ilgili olan antrenörlüğün meslek olabilmesi için iyi ve uzun bir eğitimden geçmesi maddesidir.

Bazı toplumlarda antrenörlüğün her ne kadar meslek olup olmadığı tartışmaları devam etse de uluslararası alanda antrenörlük eğitim alanında kaliteli ve seçkin bir meslek olarak ortaya çıkmıştır. Antrenörlük meslek etiği, doğru ve yanlış davranışları

inceleyerek, antrenörlerin sağduyulu seçimler yapmalarında onlara yol gösteren ilke ve değerlerdir.

Her meslekte olduğu gibi antrenörlük meslek etiği ilişkilerdeki iyi ve doğru davranışların sergilenmesini ister. Antrenörlük mesleği etik kuralları evrenseldir ve tüm antrenörlerin uyması beklenir. Antrenörlükteki mesleki etik davranışlar, mesleği uygulamada doğru ve dürüst davranışlardır. Bu davranışların amacı, mesleki uygulamaların niteliğini artırır (22).

Literatür, mesleki etiğin üç amacını açıklamaktadır (23).

- 1- Yetersiz ve ilkesiz üyeleri ayırmak
- 2- Meslek içi rekabeti düzenlemek
- 3- Hizmet ideallerini korumak

Amerika Birleşik Devletleri olimpiyat komitesi, İngiltere Antrenör Stratejisi Birliği gibi önemli kurumlar antrenörlerin başlıca rollerini ve davranışlarının çerçevelerini belirlemişlerdir. Antrenör, sporcusu ile iyi iletişim içinde olan, onların olumlu yönde ilerlemesini sağlayan, örnek eğitimci olarak nitelendirmişlerdir. Bir bakıma bu açıklamalar ile antrenörlerin doğru davranış sergilemelerini istemişlerdir. Bu doğru davranışlar da ancak etik ilkeler doğrultusunda şekillenebileceği belirtilmektedir (22).

Bu konu ile ilgili olarak, Uluslararası Fair Play Komitesine’de bir paragraf açmak gerekiyor. Spor ortamındaki tüm paydaşların etik ve ahlaki değerlere göre katılım sağlamalarını hedefleyen bu komite tüm spor organizasyonları tarafından destek görmektedir. Aslında tüm antrenörler bence bu komitenin birer üyesi konumundadır. 1963 yılında kurulan Uluslararası Fair Play Komitesi (CIFP), spor için gerekli olan adil oyun ilkelerinin uygulanmasını teşvik etmeyi amaçlamaktadır. Uluslararası Olimpiyat Komitesi “Fair Play” ile ilgili sitesinde, olimpiik antlaşmada belirtildiği gibi olimpiik hareketin amacı, sporun "dostluk, dayanışma ve adil oyun ruhu" içinde uygulanmasını teşvik etmek ve katkıda bulunmaktır. Fair play ruhu, kurallara riayet etmeyi, rakibe saygı göstermeyi ve şiddet ve haksız davranışlarla mücadele etmeyi içerir. Fair Play kavramını en iyi anlatan söz eski olimpiyat sporcusu ve eski olimpiyat komitesi başkanı Jacques Rogge şu sözleridir: “...bir şampiyon olmak için bitiş çizgisini geçmekten fazlası gerekir. Bir şampiyon bir kazananadan daha fazlasıdır. Şampiyon, kurallara saygı duyan, dopingi reddeden ve adil oyun ruhuyla yarışan kişidir. Fair Play, uzun yıllardır tüm spor paydaşlarının kabul ettiği yazılı olmayan etik ve ahlaki kurallardır. Saygı göster; Kendine, rakibine, takım arkadaşlarına, hakemlere, seyirci ve kamuoyuna. Fair play kazanmak için her şey yapılabilir görüşünü reddeder.

Ülkelerin olimpiyat komiteleri Fair Play’in dünya çapında yayılması için her yıl ciddi plan ve projeler hazırlamaktadır. Fair Play ödülleri ile farkındalık yaratarak,

dikkat çekmeye çalışılır. CİFP, gençlerin Fair Play eğitimi ile aşağıdaki sözleşmeyi hazırlayarak gençleri teşvik etmektedir.

4.1. CİFP Gençler için Fair Play Sözleşmesi

- Fair Play tek yoldur.
- Fiziksel entelektüel ve ahlaki yeteneklerimin tamamını, hem antrenmana hem de rekabete adayacağım.
- Sporunun yazılı ve yazılı olmayan kurallarına uyacağım.
- Rakiplerime de bana nasıl davranılmasını istiyorsam aynı şekilde davranacağım.
- Müsabaka sırasında amacım rakiplerimi yenmek, onları incitmek veya küçük düşürmek değil.
- Hakemlerin kararlarını saygıyla kabul edeceğim.
- Hem zafere hem de yenilgiye onurlu bir şekilde katlanacağım.
- En büyük minnettarlığım aileme, öğretmenlerime ve eğitimlerime. Onlar olmasaydı burada olmazdım.
- Bunu yaparak kendi zaferimi riske atsam bile ihtiyacı olan birine yardım etmeye hazırım.
- Vatanımı büyük bir tevazu ve tevazu ile temsil ediyorum.
+ 1. Ülkemdeki ve sporumdaki gençlere rol model olmak istiyorum.

‘Fair Play Üniversiteler Kervanı’ Proje Kapsamı

Ülkemizde de Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi, Fair Play kavramı ve ruhunun ülke genelinde yaygınlaştırılması amaçlı faaliyetler düzenlemektedir. “Fair Play Üniversiteler Kervanı”, “Türkiye ve Dünya Fair Play Karikatür Yarışması”, “Türkiye Fair Play Ödülleri”, gibi etkinliklerle farklı spor ortamlarında binlerce kişiye ulaşmak için projeler yürütmekte, olimpiyatın ruhundaki etik ve ahlaki değerleri spor ortamlarının paydaşlarına hatırlatarak, spor kültürü oluşturmaya çalışmaktadır. Olimpiyat Komitesi içerisinde bu faaliyetleri yöneten Türkiye Fair Play Komisyonu’nun amblemi (Sana kırmızı kart göstermiyorum kalbimi veriyorum) anlamını taşıyan, içinde ay yıldız olan bir kart gösteren eldir.

5. Antrenörlük Felsefesi Geliştirme

Bu bölümde sizlerle antrenörlük felsefesi üzerine tartışacağız. Antrenör olarak başka antrenörlerden etkilenmeniz örnek almanız gayet doğal bir davranıştır. Ancak bir antrenör olarak başarılı olmanız başka bir antrenörün felsefesi ile değil, sizin felsefenizle mümkün olacaktır. Burada söz konusu olan felsefe, değerleriniz ve

ilkelerinizden oluşmaktadır. Değer ve ilkelerinizi sağlam bir temele koyarsanız, spor bilimi başta olmak üzere, teknik taktik becerileriniz, deneyimleriniz, gelenek ve görenekleriniz, aileniz, kulüp ve oyuncular size rehberlik edeceklerdir. Antrenörlük felsefesi geliştirmek, kolay bir iş değildir. Geliştireceğiniz felsefe aslında yaşam üzerine kurduğunuz dünya görüşünüzün spor ortamına yansımadır. Bir insan ortamdan ortama felsefe değiştiremez. Bu yüzden nasıl bir antrenör olmak istediğimiz üzerine yoğunlaşmak daha doğru olacaktır. Çünkü antrenörlük felsefesi spor ortamındaki dünyayı da dışındaki dünyayı da yorumlayarak size rehberlik edecektir. Epiktetos “ Felsefenin ilk adımı, kişinin kendi zihninin durumunu bilmesidir.” diyerek felsefenin tamamen sizin tarafınızdan üretilen ve zihniniz kadar bakış açısı sağlayabileceğini belirtmiştir. O nedenle felsefe geliştirmenin başlangıç noktası antrenörün ilk önce kendinin farkında olmasıdır.

Antrenör adayının veya antrenörlükteki ilk yıllarını geçiren antrenörün, hayata bir bakış açısına sahiptir. Bir hayat felsefesi oluşmuştur. Muhtemelen antrenörlük eğitimi aldığı için bu mesleğe dair bir felsefe de vardır. Bunlar tam gelişmiş veya halen gelişmekte olan felsefeler olabilir. Kariyer boyunca ve hayattaki deneyimlerle birlikte yaşam felsefesi ile antrenörlük felsefesinde değişimler olur, bu değişimlerle felsefe daha da derinleşerek gelişir. Kendimden örnek verdiğimde oyuncularına güven, takım ruhu, iletişim, saygı, strateji benim antrenörlük felsefemdeki önemli kavramlardır. Bu yüzden felsefe oluştururken hangi kavramların size daha çok etki yaptığını bulmalısınız. Çünkü bir felsefe sizin elde etmek istediğiniz hedeflerden oluşur.

Oluşturmaya çalıştığınız felsefe sizin değerleriniz dışında özellikler taşımamalıdır. Tamamen sizin spora bakış açınızı ve kişiliğinizi yansıtmalıdır. Antrenörlüğün sizden taleplerini karşılamalıdır. Bu kitabın içinde antrenör olmanın ne kadar güzel ama zor olduğunu okuyacaksınız. Oluşturmaya çalıştığınız felsefe spor ortamı ve içinde bulunduğunuz toplumun değer yargılarıyla örtüşmelidir. Aksi takdirde sizi zor duruma düşürecektir. Kariyerin başında bir felsefe oluşturmak çok önemlidir ancak bahsettiğim gibi kolay bir iş değildir.

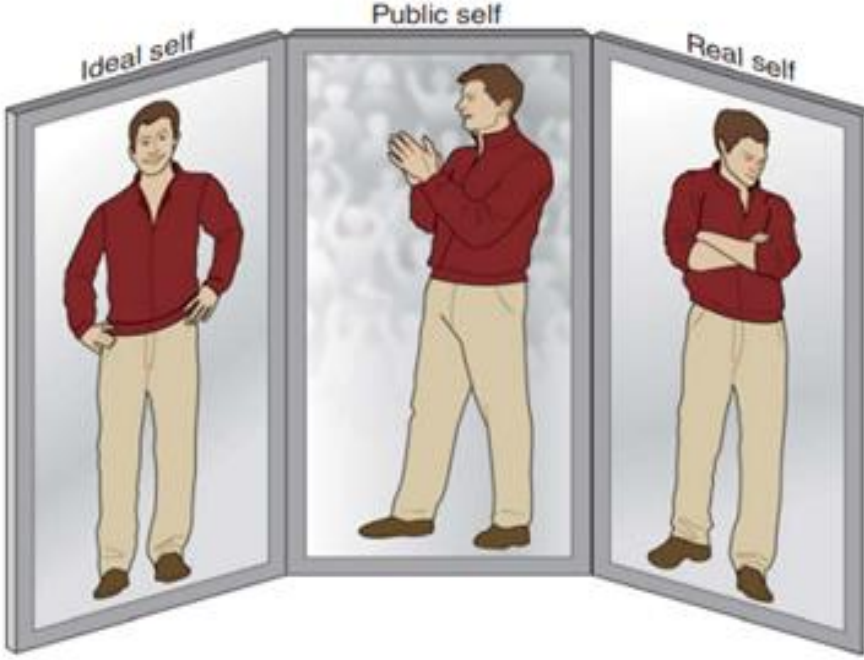
İnsanın kendini tanıması mümkündür ancak bir anda kendini tanımlamak oldukça zor gelir. Öz farkındalık kavramını psikolojinin içinde duymaktayız. Antrenör olarak, kim olduğumuzu bilmek anlamına gelmektedir. Kendinle barışık bir yapın varsa çok stres altına girmeden iyi kötü doğru yanlış birçok özelliğinin farkında olarak kendini tanımlayabilirsin. Bu şekilde sporcularınıza öz farkındalığı öğreterek, aranızda güçlü bir bağ kurabilirsiniz. Gençler aralarında güçlü bir bağ olan öğretmen veya antrenörlerini idol alabilirler. Onlar gibi olmak isteyebilirler. Bir eğitimci olarak, küçük bir bilgeliğin gençlerin önünü açtığına şahit oldum.

“Bazen ne öğretmenler ne de bir kütüphane gençlere ne olmaları gerektiğini öğretemez. Öz farkındalık sayesinde gençler olması gerektiğini kendi öğrenebilir”.

Antrenör olmaya karar verdiğiniz ana dönün, yapmak istedikleriniz, hayalleriniz. Aldığınız eğitimleri sahaya dökmek için, sporcularınıza eğitim verebilmek için can attığınız zamanı düşünün. Antrenör olarak aldığınız sorumluluğu düşünün. Sizin felsefenizle eğitim gören sporcularınızın sonunu düşünün. Kendinize dürüst olun. Kişinin kendini fark etmesi, tanınması ve hayata ve işine doğru şekillendirmesi aydınlanmadır. Kendini tanımanın iki yolu vardır, kendi inançlarınızı gözden geçirerek içsel bir sunum, diğeri de objektif bakış açısıyla sizi tanımlayabilecek insanların, söylediklerinden aldıklarınızdır. İnsanın kendini kendisine tarif etmesi çok zordur. Antrenör öz farkındalığını araştırmaya ve ortaya çıkarmaya karar verdiğinde şu sorularla kendini tanımaya başlayabilir.

- Yaşadığım hayattan beklentim nedir?
- Ben kimim, karakterimde beğendiğim veya beğenmediğim yönlerim neler?
- Topluma uygun mu davranıyorum?
- Yaşadığım hayattan utaniyor muyum yoksa gurur mu duyuyorum?
- Neden antrenörlük mesleğini seçtim?
- Antrenör olarak hedeflerim nedir?
- Yeterli ve iyi bir antrenör müyüm?
- Antrenörlükte eksik yönlerim neler?

Daha sonra benzer özellikte sayısız sorular üreterek kendini tanımaya devam etmelidir. Bunları bir deftere not ederek, daha sonra kendisini anlatacak insanlardan aldıkları doneler ile karşılaştırıp, öz farkındalığında bildiği bilmediği birçok özelliği konusunda aydınlanma yaşayacaktır.



Şekil 1: 3 benlik

Yukarıdaki şekilde benlik kavramı üç farklı biçimde verilmiştir. İdeal, genel ve gerçek benlik. Bu benliklerden ideal benlik, kişiyi ifade etmektedir. Yukarıda öz farkındalık çalışmasında hatırlarsanız bir antrenör olarak beklentilerinizi sormuştunuz. İşte tam buradaki beklentilerinizi yansıtan bir benliktir. Genel benliğiniz ise kamusaldır ve başkalarının seni görmek istedikleri görüntünüzdür. Bu benliğinizle insanların size saygı duymasını, hakkınızda yanlış düşünmemelerini sağlamayı hedeflersiniz,

Gerçek benlik ise, bu iki benlikteki öznel öğelerin toplamıdır. Gerçek sizi tanımlar. Başkalarıyla ilişki kurmak, kendini tanıtmak ve tanımak, deneyimlemek durumlarında gerçek benlik devreye girer. Bazen benlikler arasında çatışmalar yaşanabilir, kendinden nefret etmeye kadar gidebilecek bu çatışmalarda genelde kaygı ve suçluluk hisleri vardır. İyi bir ruh sağlığını korumak için, genel ve ideal benliklerinizi korumaya çalışmak ve gerçek benliğinizle uyumlu olmalarını sağlamak gerektiği belirtilmektedir (84).

Antrenörlük felsefesi ve yaşam felsefenizin kalitesi sizin başarınızın anahtarı olacaktır. Felsefe oturulup bir günde bir kitap yardımı, bir rehber ve danışman yardımı ile oluşturulacak bir kavram değildir Kariyeriniz boyunca öğrenerek geliştirebileceğiniz bir durumdur. Felsefe geliştirmek gerçekten önemlidir. Kendinizi spor ortamında herkese açıklamanıza yardımcı olur. Usta antrenörler,

güven veren biri olmanın başarılı bir kariyer için anahtar faktör olduğunu belirtirler. Ayrıca iyi iletişimci de olmak başarıyı etkileyen bir faktördür derler.

Antrenör için başarı üç faktörlüdür. Birincisi kazanmak başarıdır, ikincisi yetiştirmek başarıdır, üçüncüsü spor ortamında eğlenceli bir katılım yaptırabilmek başarıdır. Başarılı antrenörler bunların arasındaki farklılıkları bilerek çalışırlar. Ancak antrenörlük felsefesinin içinde bu üç başarıyı da barındırmak çok önemlidir. Sporcular sizinle çalışırken hem kazanmalı, hem gelişmeli hem de eğlenmelidir. Bu başarıları yakalamanın ve antrenörlük felsefesini geliştirmenin bir diğer anahtar faktörü de sporcuyla tanımadır. Spor ortamında birlikte olduğunuz sporcuların sizinle neden birlikte olduğunu hem hedef yönünden bilmeli hem de kişiliklerini iyi tanımalısınız. Sporcularının kişiliklerini, yeteneklerini, amaçlarını ve neden sizin takımınızda olduklarını anlamalısınız. Antrenörlük felsefesi oluştururken veya geliştirirken sporcuları tek tek tanımak ve kendi değerlerinizin içinde yargılamak için vakit harcamalısınız.

Antrenörlük Felsefesi geliştirirken, kendinizde gelişmiş bir diğer özelliği devreye sokmanız gerecektir. Bu özellik Öngörüdür. Kulübünüzde bulunan sporcuların karakterlerinden başka gelişmesi gereken fiziksel ve zihinsel özellikler için ne kadar bir zamana ihtiyacınız olduğunu öngörmek gerekir (85). Hazırladığınız gelişim ve sezon programları bu sporculara uygun mu plan tutacak mı? Gelişim liglerinde çalışıyorsanız ebeveynler ile ilgili sorunları öngörmelisiniz. Öngörü bir antrenörün en önemli özelliklerinden biridir. Bütün olasılıkları hazırlayarak sezona girmeyi hedefleyen antrenörler hazırlıklı olarak ilerlerler. Karşılaşacağınız sorunlar ile ilgili önceden tedbirler alarak ilerlemek hızınızı artıracaktır. Kendi felsefesini geliştirmeye başladığında, hedeflediği başarıya nasıl yürüyeceğini düşünen antrenör, stratejiler geliştirmeye başlar.

Sonsöz, nasıl yürürsen yürü *“Kendin Olarak Yürü”*



BİR OLİMPİYATTA 8 KEZ BİRİNCİLİK KÜRSÜSÜNDE ALTIN
MADALYA ALAN YÜZÜCÜ MICHAEL PHELPS'İN DEĞERLİ
ANTRENÖRÜ BOB BOWMAN

ÜNİTE2

ANTRENÖRLÜK İLKELERİ

ÜNİTE II

ANTRENÖRLÜK İLKELERİ

Kurduğunuz hayalleri gerçekleştirmek için bedel ödemeye hazır olan bir Antrenör olmak ne güzel şey...

İyi bir antrenörün rolü sadece performans geliştirmek midir? Modern futbolun antrenörden beklentilerinin arttığını birinci bölümde belirtmiştik. Sporcu-antrenör-spor branşı üçgeninde antrenöre büyük görevler düşmektedir. Antrenörlerin eğitim boyunca onlara bu görevlerin sorumluluklarını ve göstermek zorunda olduğu davranışları göstermek gerekmektedir.

İyi eğitim almış, kendini devamlı geliştirerek, bilimin ışığında sporcu yetiştirmeye çalışan veya profesyonel sporcuların kariyerlerine katkı sağlayan antrenörlerin yolunda ilerleyen, bu uğurda çaba sarf ederek gelişmeye çalışan antrenör olmak önemlidir. Bu uğraşlar neticesinde iyi antrenör olmak için, bazı düşünce ve davranışların da birlikte gelişmesi gerekiyor.

Antrenörlüğü meslek edinmek için yola çıkmış bir adayın, eğitimin ve gelişimin sürekli olduğunun farkına varması gerekmektedir. Öğrenilen teorik bilgilerin saha pratiğindeki uygulamalara geçişi ve doğruyu bulma bir süreçtir. Bu süreç içerisinde antrenörün çocuk, genç veya yarışmacılara karşı, çalıştığı kulübe karşı, ailelere ve sporun diğer paydaşlarına karşı sorumlulukları vardır.

Antrenörlük mesleği içerisinde görev alan bireylerin, mesleğin sorumlulukları ve davranışlarını belirleyen etik ilkleri benimseyerek uygulamaları gerekmektedir. Birinci bölümde tartıştığımız antrenörlük mesleği ve felsefe ile olan ilişkisinin anlaşılabilirliğinden sonra, ortak ilke ve değerlerin belirlenmesi gerekmektedir. Antrenörlerin meslek etiği açısından doğru ve iyi işler yapabilmesi için ne gibi tutum ve davranışlar sergilemesi gerekir? Toplum içerisinde ahlaki ve etik ilkelerin harmanlayarak bir antrenörün uluslararası tutum ve davranışları neler olmalı sorularını tartışalım.

Araştırmalar, antrenörlerin mesleklerini icra ederken zaman zaman dikkatlerini dağıtacak başka noktalara odaklanacak baskılara maruz kaldıklarını göstermektedir. İyi antrenörler, bu baskılarda tutarlı ve sağlam bir değerler felsefesi ile hareket ederler. Bu değerler antrenörlere etik kararlar alma noktasında bir referans oluştururlar. Bu durumda uluslararası, modern bir antrenörün iyi, doğru ve ahlaki felsefesine ait vasıfları aşağıdaki gibi olmalıdır. Bu maddelerdeki düşüncelere ulaşmaları için antrenörlerin devamlı ve doğru yönde desteklenmesi gerekmektedir. Antrenörler mesleğe girdikleri andan itibaren bu değerleri ve öz inançlarını keşfetmeleri için desteklenmelidir.

- Modern bir antrenörlük öğrenme-öğretme tabanlı bir meslektir.
- Modern bir antrenörlüğün ön koşulu olumlu düşünceye bağlılıktır.
- Modern bir antrenör, sporcudan asla çıkar sağlanmaz, her sporcunun spor deneyimini ve gelişimini korur ve saygı gösterir.
- Modern antrenörler, çocukları ve gençleri korumakla yükümlüdür
- Modern antrenörün, elit seviyeye doğru yükselen sporcusunun kariyerine yön verme, destekleme gibi sorumlulukları vardır.
- Modern antrenör, ulusal ve uluslararası kurallara uyarak sporcuları yetiştirir ve yarıştıır.
- Modern antrenör, başarıya giden kısa yol düşüncesinin tehdit ettiğı sporcularını WADA'nın tanımladığı biçimde dopinge mücadele ederek korur.
- Modern antrenörler, sporun bütünlüğünü koruyarak, oyunu her zamana kuralına göre oynar.

İyi bir antrenör yukarıdaki vasıfları taşımanın yanında özel olarak, bir öğretme-öğrenme yani bir eğitimi tasvir eder. Modern antrenörün olduğı yerde bir eğitim vardır. Sonucunda bir öğrenme vardır. Sporcunun bilişsel ve duyuşsal anlamda gelişim vardır.

Modern antrenör bir profesyoneldir. Modern antrenörlükte mesleki gelişim, yaşam boyu sürecek bir süreçtir. Günümüzde eğitim koçu, personel trainer, yaşam koçu gibi unvanlarla ortada diğer insanlara yardım etme dürtüsü içinde olan günlük sertifikalar edinerek unvan sahibi olan insanlar çoğalmaktadır. İyi bir antrenörü bu kişilerden ayıran en büyük özelliğı eğitimleri ve uzmanlıklarıdır.

Bu kitabı antrenör olmak için okuyorsanız, size iyi bir antrenör olmanız için öncelikli önerim kaliteli bir eğitim almanızdır. Eğitimden kastım tekrar belirtmeliyim ki üç beş birime satılan günlük haftalık sertifikalar ve diplomalar değildir. Bu belge ve sertifikalarla iş bulabilirsiniz ama iyi bir antrenör olamayabilirsiniz. İyi antrenör olmak için bir diğer önerim ise bu işe uygun olup olmadığınızı kontrol edin. Her meslekte olduğı gibi antrenörlükte de tutku çok önemlidir.

Bu işe tutkunuz olup olmadığınızı iyi ölçmelisiniz. Kendinizde bu işi yapacak tutkuyu gördüyseniz, iyi antrenörlüğün mesleki sırlarını nerede ve nasıl öğrenmeniz gerektiğini araştırınız. Kendinizde hissettiğiniz becerilerin yeterli olup olmadığını ölçmenin en doğru yeri, ilgili spor federasyonlarının veya uluslararası geçerliliğı olan antrenör eğitim programlarındaki yeterliliğinizdir. Daha da önemlisi bir çocuğı yetiştirme bilgisini öğrenmenin en önemli yeri pedagoji eğitimi veren kurumlardan alabileceğiniz eğitimlerdir. İnsanın fiziksel

ve psikolojik performansını artıracak akademik eğitimler almak antrenörleri bilimin ışığında çalışmaya zorlar.

Sonuç olarak, uzun ve kaliteli bir eğitim sizi iyi bir antrenör yapabilir. Antrenörlükte, nereye gittiğini bilmiyorsanız, nasıl ve hangi hızda gittiğinizin hiçbir anlamı yoktur. İyi bir antrenör nereye gittiğini iyi bilmek zorundadır. Yapılan araştırmalarda, iyi antrenörlerin ortak özellikleri şu şekilde belirtilmiştir (24). Anında düşünebilirler, derin dinleme becerileri vardır, farklı yapıda birçok insanla iletişim içindedir, ön yargısızdırlar, güçlü sorular sorarak problem çözmeye çalışırlar, harika gözlemler yaparlar, doğruyu söylerler, dürüsttürler, empati kurarak farklı bakış açılarına sahiptirler, mükemmel iletişim becerileri vardır. Aldığınız iyi eğitiminizle, teoriği iyi bir şekilde sahada pratiğe çevirebilerseniz ve bunlarla birlikte yukarıda sıraladığımız özelliklerinizi geliştirerek antrenörlük felsefenizi oluşturabilirsiniz Neden iyi antrenör olmayasınız?

1. İyi Bir Antrenörün Davranış Kodları

Uluslararası Spor koçluğunda mükemmelliği sağlamak için çalışmalar yapan ICCE “international council for coaching excellence” dünyanın her yerinden. davranış ve etik kodları toplayarak, mükemmel spor antrenörlüğüne ışık tutmaya çalışmaktadır. Bu kodlar, antrenörün bir profesyonel olarak davranmasını sağlayan bir öneri olarak belirtilmektedir. Kodlar oluşturularak iyi ve profesyonel bir antrenörlüğün standartlarını belirleyerek iyi antrenörlüğü güvence altına almak hedeflenmiştir. Oluşturulan bu kodlarla antrenörlük görevinin sadece atletik performansı geliştirmek olmadığı, sorumluluklarının belirlenerek aynı zamanda iyi bireyler yetiştirmek olduğunun da çerçevesi çizilmiştir. Antrenör tarafından sporculara yönelik yasa dışı, kanunsuz ve zararlı davranışlara müsamaha gösterilmemelidir. Bu kodlara, davranış kuralları, iyi antrenör özellikleri, etik değerler gibi isimlerin verilebileceği, antrenör yetiştiren kurumların hangisini tercih ederse etsin bunun iyi bir antrenörün genel davranışının ilgilendiren bir çerçevenin içinde kalacağı belirtilmiştir. ICCE. Davranış kurallarını kodlayarak yaptığı çalışmada antrenör adaylarına ve antrenör yetiştiricilerine ışık tutmaktadır. ICEE, aşağıdaki tabloda belirtilen kodların kapsadığı temel ilkeleri, yetkinlik, güvenilirlik, saygı, adalet, önemseme, dürüstlük ve sorumluluk olarak açıklamaktadır. Aşağıda verilen tabloda solda belirtilen bu kodların ortaya konulabilmesi için antrenörün öncelikle odaklanması gereken davranışları sağda verilmiştir.

Tablo 2: ICCE Davranış kurallarının ilkeleri ve ana odak noktaları

İlkeler(Kodlar)	Ana Odak Noktaları
Yetkinlik	Antrenörlük Eğitimi
Güvenirlilik	Gizlilik kurallarını koyun, sporcularınıza güven aşılayın
Saygı	Sporcular, kararlar, kurallar, vaatler, taahhütler, gizlilik
Adalet	Fair-play; her sporcu için aynı fırsatlar; yasa dışı madde ve yöntemlerin kullanılmaması
Önemseme	Fiziksel refah ve sporcuların duygusal durumlarını önemse
Dürüstlük	Kendi değerlerine ve eylemlerine sadık ol,
Sorumluluk	Sporcunun gelişimi ve bir antrenör olarak kendinin gelişiminden sorumludur

Yetkinlik: Antrenörler, çalıştıkları seviyenin taleplerini karşılayabilecek yöntem ve teknik eğitimler almak zorundadır. Sporcunun sağlığı ve güvenliği için bu eğitime odaklanmalıdır. İyi antrenör, devamlı kişisel gelişim arayışı içerisinde. Son gelişmeleri takip ederek yetkinlik durumunu güncellemelidir. Antrenörlüğe yeni başlayacak olan adaylar, kendilerini bekleyen zorlu görevlere karşı devamlı eğitime ve gelişime açık olmalıdırlar.

"Açıkçası futbolda yaşadıklarım bir ön hazırlık oldu. Ancak ben dürüst olmak gerekirse kendimi teknik direktör olmak için hazır hissetmiyorum. Takım yönetmek, problem çözmek, yeni çözümler yaratmak demek. Şu anda ben buna hazır değilim"

Alex De Souza

Güvenirlilik: Antrenör, sporcularına güvenirliliği aşılamalıdır. Antrenör, kurallara uyar, sporcunun gizliliğini korur. Sporcu ile arasında iş bağlamında sağlam bir köprü oluşturur. Kendi menfaatleri için sporcunun özelini kimseyle paylaşmaz.

Saygı: Bugün dünyada spor alanlarında en çok ihtiyaç duyulan kavram saygıdır. Antrenör, mesleğini icra ederken sporun tüm paydaşlarına karşı saygı göstermelidir. Özellikle rakibe, hakemlere, seyirciye saygı gösteren antrenör, iyi bir örnektir. Başkalarına karşı hoşgörü göstermek ve cinsiyet, yaş, ırk, dil,

sosyoekonomik statü, etnik köken, engellilik veya din ve onların haklarına ve haysiyetine saygı duymak erdemli davranıştır.

Adalet: Adaletli olmak bir antrenörü başarıya götüren ilkedir. Antrenör bireysel olsun takım sporları olsun tüm oyuncularına eşit şekilde adil olmalıdır. Her sporcunun hakkı eşittir ve antrenör, her sporcuya eşit fırsat vermelidir. Adalet ilkesi antrenör tarafından, kesinlikle iyi benimsenmiş olmalıdır. Antrenörü adaletten uzaklaştırmaya çalışan, doping rüşvet gibi kavramların getireceği sorunlar iyi bilinmelidir.

Önemseme: Antrenör, sporcusunu önemsemelidir. Bu konuda geribildirim yapmalıdır. Ancak olumsuz geri bildirimlerden kaçınılması önerilmektedir. Sporcuların iyiliği devamlı önemsenmelidir. Ancak bu sporcu ile yakın temas kurmak anlamına gelmez. Antrenör yakın temastan kaçınmalıdır. Antrenör, sporcuya sağlıklı bir yaşam tarzını öğretir ve sporun yaşam boyu faydalarını anlatır. Sporcuların eğitim süresince istek ve görüşlerini dikkate almalıdır.

Dürüstlük: Antrenör dürüst bir kişilik olmalıdır. Sözlerinde tutum ve davranışlarında, yaptığı eylemlerde kişisel değerlerine sadık kalmalı ve ortaya doğru bir karakter koymalıdır.

Sorumluluk: Antrenör sporcularının gelişmesi ve sağlıklı bir şekilde yarışmasından sorumludur. Sporcunun esenliğinden ve fitness durumundan sorumludurlar. Antrenör her zaman rol modelidir. Onu takip eden sporcu gözlemleri onu devamlı analiz ederler. Onun dürüst tavırları sporcuyu ve çalışanları dürüst davranmaya teşvik eder.

Alt yapıda eğitici roldeki antrenörlerin sorumluluklarından bir de küçük sporcuların ebeveynlerle veya yasal vasilerle düzenli olarak iletişim halinde olmasıdır. Sporcunun sportmenlik denilen kavramı özümsemesinden sorumludur. Sporcunun dürüst, doğru ilkelerle eğitilmesi ve yarıştırılması ile alakalı bir kavramdır. Sportmen kişilik özelliklerinin başında dürüstlük gelir.

Yukarıdaki etik kodlar, birçok ülkenin etik ve olimpiik kurullarından toplanarak ICCE tarafından ortaya konulmuştur. Antrenörlük kolay bir iş değildir. Kodların gerekliliklerini benimseyerek çalışmak gerekir. Antrenörlerin katılımı ile yapılan araştırmada Antrenörlerin Mesleki Etik İlkelerinin çerçevesini çizerek mesleğe girecek veya giren antrenörlere yönelik etik ilkeler belirlenmiştir. Bu çalışmadan ortaya çıkan ilkeler aşağıda maddeler halinde belirtilmiştir (25).

Tablo 3: Mesleki antrenörlük etik ilkeleri (Dolaşır Tuncel ve Büyüköztürk,2009)

No	Mesleki Antrenörlük Etik İlkeleri
1	Toplum nazarında kazandığı saygıyı kaybetmekten kaçınmalıdır. Antrenörlük saygın bir meslektir. Bu mesleğe sporcular, aileleri, sporun paydaşları kadar toplumun tüm fertleri saygı duyarlar. Antrenörler bu saygıyı yıpratacak, azaltacak tutum ve davranışlardan uzak durmalıdır.
2	Sahip olduğu yeterlilikleri abartmaz, Antrenör bir yol göstericidir. Çocuk genç ve ya elit sporcu performansı ve hedefleri açısından geliştirmekle görevlidir. Bunun dışında yetkinliği ve yeterliliği olmayan tutum ve davranışlardan uzak durmalıdır.
3	Sportmen davranışı teşvik eder. Fair Play'in gerektirdiği davranışları sergilediği gibi içinde olduğu takıma, sporcusuna da sergilemeleri konusunda olumlu destek olur. Yazılı kurallara olduğu kadar yazılı olmayan kurallara da (fair play) sadık kalır,
4	Yasalarca herhangi bir zorunluluk olmadıkça bağlı bulunduğu kurumla (finansal, transfer politikası v.b.) ve sporcuları ile ilgili bilgileri (kişisel problemleri, ailevi bilgileri v.b.) gizli tutar. Sporcuya bu konuda güven verir.
5	Rekabette dürüstlüğe önem verir
6	Yarışma kurallarına saygılıdır, Yarışma sırasında hakemlerin verdikleri kararlara saygılıdır. Sporcularını ve seyircilerini hakemlere karşı kışkırtmaz, oyunun kurallarına göre oynanmasını sağlar. Hakemlere karşı daima kontrollü ve seviyeli davranır,
7	Paydaşları eleştirirken küçültücü ifadeler kullanmaz,
8	Sporu koruma ve geliştirme sorumluluğuna sahiptir,
9	Sporcularına bahane bulmaz, toplum önünde olumsuz eleştirmez, küçük düşürmez,
10	Yarışma ve antrenmanlarda güvenli bir çevre sağlar, Sporcunun refahı ve esenliğini önemser.
11	Mesleğini iyi bir şekilde yerine getirebilmek için kendini sürekli geliştirir,
12	Basın toplantısı ya da toplum önündeki konuşmalarda doğru bilgi verir,
13	Sakat sporcusunun tedavi sürecini takip eder, katkı sağlar. Doktorun önerilerine göre planlama yapar.

14	Sporcularının gizliliğini korur, kişisel-ailevi problemlerde sporcuyu olumlu yönlendirir,
15	Kendi sporcuları dışındaki sporculara da ihtiyaçları olduğu durumda destek verir,
16	Her bir sporcunun varlığına saygı duyar,
17	Sporcularının, gelişimine katkı sağlayacak, diğer alan uzmanları ile işbirliği içinde bulunur,
No	Mesleki Antrenörlük Etik İlkeleri
18	Sporcuların kişisel gelişimleri başta olmak üzere, sosyal medya, röportaj gibi durumlarda nasıl konuşma ve davranmaları gerektiği konusunda eğitim verir,
19	Sporcu güvenliğini yüksek tutan malzemeleri antrenman ve müsabakalarda kullanılması için çaba sarf eder,
20	Antrenman programları ve drill seçimlerinde sporcu sağlığını ve sakatlık riskini gözetmelidir
21	Kazanmak için her şey yapılabilir zihniyetinden uzak durur, Müsabaka içerisinde sakatlanmış bir oyuncunun devam etmesi veya bırakması konusunda önceliği skor yerine sağlık olarak verir.
22	Sporcusuna dopingin zararlarını öğretir ve yasal olmayan ilaç ve madde kullanımından uzak durur
23	Amatör ve sağlık için spor alanında çalışan antrenörler, genç sporcularının akademik eğitimlerine ayırdıkları zaman yerine boş zamanlarını antrenman olarak planlarlar
24	Ebeveyn ilişkilerin önemser, sporcunun gelişimi için onlarla iletişim kurar
25	Sporcularına sporun yanı sıra eğitimin önemini de vurgular,
26	Sporcularına kazanmanın iyi bir takım çalışmasının sonucu olduğunu benimsetir,
27	Sporcularına antrenmanın amaçlarını açıklar,
28	Sporcularına karşı standart, adil ve eşit bir ceza ve ödül tarzı vardır. Sporcusunun kişiliğine veya diğer sporculara asla zarar vermez
29	Sporcularına kuralların uygulanma amaçlarını açıklar,

Bir antrenörlük felsefesi için bu 29 ilke bir ışık tutacaktır. Ancak asla antrenörün felsefesi bu çerçeve ile sınırlını kalmayacaktır. Yine antrenörler aldıkları eğitimlerinde bu temel etik ilkeler ile bilgilendirilmelidir. Bu değerleri iyi davranışlar haline getiren antrenör, hazırladığı doğru antrenman programları ile sporcuları hedeflerine götürebilirler. Bu yüzden antrenörlerin aldıkları kişilik eğitimleri kadar, antrenman planlaması ve uygulamalarındaki yeterliliği de çok önemlidir.



Resim 1: NBA 75.yılı tarihinin en iyi 15 koçu www.nba.com (26).

2. İyi Bir Antrenörün Genel Özellikleri

Yukarıdaki konu başlıkları altında anlatılan konuların ışığı altında, iyi bir antrenörün genel özelliklerini başlıklar altında toparlayacak olursak aşağıdaki tabloyu oluşturabiliriz.

Tablo 4: İyi antrenörlerin genel özellikleri

Alan bilgisine hâkimdirler	İyi bir antrenör, branşının fizyolojik taleplerini bilir. Bu taleplere cevap verebilmesi için sporcularına hangi dönemde hangi antrenmanları yaptıracağını bilir.
Antrenörlük ilkelerine uyarlar	Yukarıda işlediğimiz tüm ilkelere bağlı ve mesleki davranışları uygular.
Ekip çalışmasını iyi yaparlar	Antrenör ekibi, sağlık ekibi ile ortak akıl yürüterek takımlarını veya sporcusunu sevk ve idare ederler

Spor yönetimine ilgilidirler	Yönetici-Antrenör ilişkilerini iyi yönetirler, Kargaşa durumunda yönetim ile birlikte doğru kararlar alarak en az hasar ile kargaşa ortamından çıkmak için uğraşırlar
Çalışma alanlarının dışına çıkmazlar	Yetki ve sorumluklarını iyi bilirler, sporcuları için güvenli bir ortam yaratmaya çalışırlar, Yetki ve sorumluluk alanlarının dışına çıkmazlar, kimsenin yetki alanına müdahale etmezler.
Liderlik Özellikleri Vardır	İyi antrenörler, liderlik özellikleri gelişmiş, sporcularına etkili liderlik yapan antrenörlerdir.
İletişime önem verirler	Sporun içindeki tüm paydaşlarla, yöneticileriyle, sporcuları ile alt yapıda görev yapıyorsa aileler ile etkili ve doğru bir iletişim kurarlar

İyi antrenörlerin genel özelliklerini incelediğimizde, alan bilgisine hâkim olma özelliği öne çıkmaktadır. En önemli özelliklerden biri alan bilgisine hâkimiyet iyi ve uzun bir eğitim döneminden geçmektedir. Alan bilgine hakim olmayan bir antrenör ne çalıştığını bilmez, başkalarının çalışmaları ile sporcularını hazırlamaya çalışırlar. Antrenörün kurduğu veya içinde bulunduğu ekip, kendisinin yansıtır. Antrenör ne kadar alan bilgisine hâkimse, ekibinin de aynı ölçüde değerli olmasını ister. İyi antrenörün, davranış ve ilkelerinden bahsetmiştik. Doğru tutum ve davranış sergilemek, ilkeli davranmak sizi iyi bir antrenör yapma yolunda ilerletir. Yönetim anlayışını bilmek, çalışma alanlarını belirlemek, iyi antrenörün önemli özelliklerinden biridir. İyi antrenörün özelliklerinden olan liderlik ve iletişim becerileri kavramları çok önemlidir. Bu iki özelliğini ortaya çıkaran ve geliştiren antrenörler, iyi antrenör olabilirler. Bu nedenle ikinci bölümde Antrenörlük ve Liderlik ilişkisini ve Antrenörlükte etkili iletişimi konularını inceleyerek, antrenörlerimiz de farkındalık yaratmayı hedeflemekteyiz. İyi bir antrenörün saha içi ve saha dışı rol ve görevlerini belirleyerek bir çerçeve oluşturmaya çalışalım.

Tablo 5: İyi antrenörün saha içi ve saha dışı rol ve görevleri (34).

Saha içi teknik görevleri	Saha dışı yönetimsel görevleri
Yetenek tespiti yapar, takımına yönlendirir, gelişimini takip ederek, geleceği planlar	Sporcu seçimi, teknik ekip belirleme, sağlık ekibi belirleme gibi seçimler yapar
Çalıştığı sporcuların teknik becerilerinin gelişimi için çalışır	İnsanları ve durumları değerlendirir
Takım oyunlarında takımını tasarlar, bireysel sporlarda, sporcularını seçer	Hedefleri belirler, standart oluşturur, kılavuzluk eder
Antrenmanları planlar, müsabakalara çıkar	
Branşı ile ilgili, oyunu, rakip takımı, oyuncuyu sürekli analiz eder	Çevreyi kontrol eder, güvenli ortam oluşturur, ortamı düzenler
Sporcularının yaratıcılığı ile ilgilenir, stratejiler geliştirir	Sporcunun sorunlarını çözer
Oyuncuların performansını değerlendirir	Yaptığı planların işleme için organizasyon yapar

3. İyi bir antrenörün nitelikleri, becerileri, rolü ve sorumlulukları

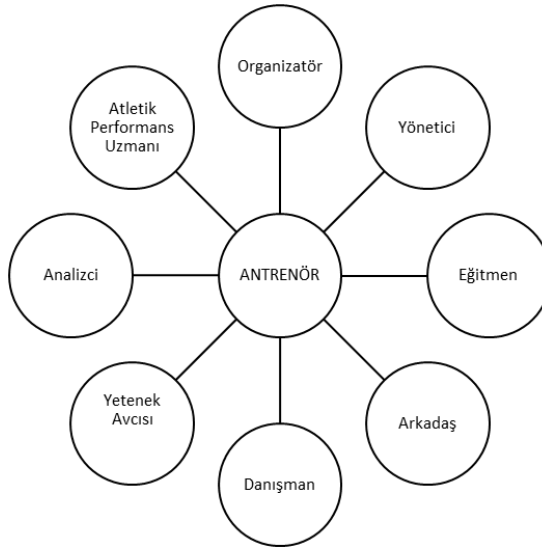
İyi bir antrenör kariyeri boyunca birçok nitelikli iş gerçekleştirecektir. Kariyeri süresince birçok beceri öğrenecektir. İyi bir antrenörlük kariyerini destekleyen nitelikler ve beceriler olabilir;

- Dinlemeyi de içeren etkili iletişim kurma becerisine sahip olmak
- Tarafsız, zamanında ve yapıcı geri bildirim sağlama yeteneğine sahip olmak
- İyi bir planlayıcı olma yeteneğine sahip olmak
- Analitik olma yeteneğine sahip olmak
- Güvenli bir spor ortamı ve öğretim ortamı yaratma ve sürdürme becerisine sahip olmak
- Antrenörlük uygulamalarında taklitçi değil, sorgulayıcı bir zihne sahip olmak
- Spor ortamındaki anlaşmazlıkları çözebilme becerisine sahip olmak
- Atletik olmalıdır. Sporcusuna bir taktik beceriyi gösterebilmelidir.
- Ülkemizde fazla olmasa da bir servisi kullanabilme becerisi olmalıdır.
- Sağlık ve güvenlik ile ilgili becerilere ve niteliklere sahip olmalıdır
- Sporcunun isteklerini belirlemek ve yerine getirmekle sorumludur
- Performansı artırmak, eğitim ve yarışma programından sorumludur
- Antrenmanda ve müsabakada olumlu bir motivasyon ortamı yaratmak

Antrenör yukarıdaki beceriler, nitelikleri ve sorumlulukları yerine getirirken, şu rollere girer;

- Sezonluk saha uygulamalarını oluşturan ve sporcularına sunan eğitmen,
- Sporcularının motivasyonunu devamlı pozitif tutmaya çalışan bir mentör,
- Sporcusunu olumlu yönde destekleyen bir lider
- Spor ortamındaki anlaşmazlıklar için arabuluculukta bazen iyi bir arkadaş,
- Spor ortamının daha iyi şartlara ulaşması için iyi bir idareci
- İyi bir organizatör
- İyi bir danışman (79,80).

Yukarıdaki bilgiler ışığında bir antrenörün spor ortamında girdiği bazı roller aşağıdaki şekilde verilmeye çalışılmıştır. Antrenör adayları aşağıdaki rolleri çoğaltabilirler.



Şekil 2: Antrenörlükte bazı roller

4. Antrenörün Çalışma Alanları

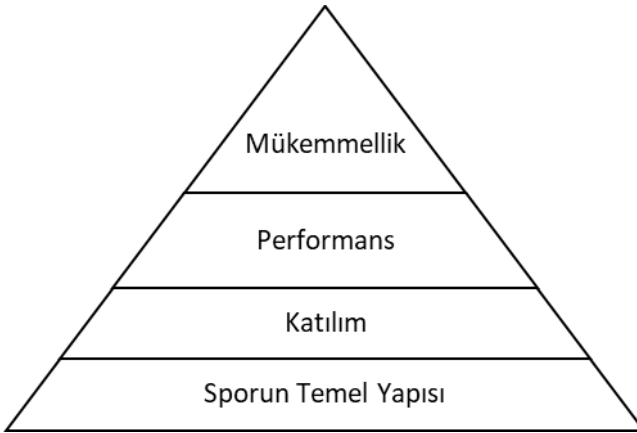
Antrenörlerin çalışma alanlarını belirlerken iki kriterden bahsetmek gerekmektedir. Bunlardan biri spor ortamındaki performans düzeyi diğer spor ortamının katılımcılarıdır. Spor ortamının performans talebi ve katılımcılarının durumuna göre antrenörün çalışma alanı şekillenmektedir. Bu nedenle spor ortamının iyi anlaşılması ve antrenörün bu alanda donanımlı hale getirilmesi gerekmektedir. Bir başka deyişle spor ortamındaki değişiklikler, antrenörler arasındaki farklılıkları belirlemektedir. Performans beklentileri ve spora katılan sporcu veya bireyin rolleri değiştikçe, antrenörün rolü de değişmektedir. Spor

ortamının özelliklerini ve gerekliliklerini algılayan ve bu anlamda kendini yetiştiren antrenörler, spora katılı artıracak ve üst düzey fayda sağlayacaktır. Peki spor ortamındaki değişkenler nelerdir? Antrenörler hangi kriterlere göre kendini hazırlamalıdır? Spor Ortamı, temel bir hizmet anlayışıyla incelendiğinde, seyretmeye dönük spor hizmetleri ve fiziksel aktivitelere katılıma dayalı spor hizmetleri olarak belirtilmiştir. Ve aşağıdaki piramit oluşturularak açıklanmıştır (27)



Şekil 3. Spor ve fiziksel etkinlikler piramidi

Spor ve fiziksel etkinlikler piramidinin en alt bölümü kitle sporu olarak tanımlanan, seyir olmayan, fiziksel aktivitelere katılım olarak, spor ve fiziksel etkinlikler oluşturturken, orta ve üst katmanı, elit spor adı altındaki seyretmeye dönük olarak tanımlanan amatör ve profesyonel sporlar oluşturmaktadır (27). Casey'in 1988 yılında geliştirdiği spor gelişim piramidi, spor gelişim sürekliliğini ve sportif organizasyonlarının temelini oluşturduğu gibi bu organizasyonlara katılanların belirlenmesinde önemli rol oynamıştır, tıpkı spor ve fiziksel etkinlikler piramidindeki gibi spor gelişim piramit modelinde de bazı sınıflar ortaya konulmuştur.



Şekil 4. Spor geliştirme piramidi (28)

Piramit incelendiğinde oyunun tabanda başladığını görmekteyiz, zirvedeki mükemmel yapının zengin kaynağının bu tabanda olduğu düşünülmektedir. Piramidin en altında geniş bir spor katılımının olduğu taleplere göre alt tarafın yukarıya sporcu çıkardığı bir sistem olduğu ileri sürülmektedir. Piramitte zaman kavramı belirtilmese de oyunun tabanda başladığı ve yakın vadede ve uzun vadede yatırımlarla piramidin diğer bölümlerine kaynak sağlandığı düşünülmektedir.

Antrenörün bu piramitteki pozisyonu ve rolünü anlayabilmek için bu katmanlardaki spor ortamını incelemek gerekmektedir. Piramidin en alt kısmındaki katman alt yapı adını verdiğimiz, çocukların sporla ilk defa buluştukları ortamlardır. Okul öncesi ve ilkökul dönemi aldığı spor okulu faaliyetleri, beden eğitim dersleri buna örnek olarak gösterilebilir. Spora başlayan bir çocuk başarı gösterdikçe, piramitte bir üst katmanlara çıkabilir.

Piramidin alt kısımları daha kalabalıktır. Zirveye doğru çıkıldıkça sporcu sayısı azalır. Bunun birçok nedeni olabilir. Bizim ilgilendiğimiz husus, piramidin katmanlarındaki spor ortamının durumu ve mevcut sporcuların antrenörlerden beklentileridir.

Piramidin tabanındaki sporun temel yapısındaki hedef kitle çocuklardır. Ancak burası o kadar kalabalıktır ki, rekreasyon ve sağlık açısından spor yapmak isteyen gençler ve yetişkinlerde de vardır. Bu ortamda görev yapacak antrenörlerin sınıflandırılması, rolleri ve görevleri farklıdır.

Piramidin tabanındaki sporun temel yapısı ortamındaki antrenörlerin sınıflandırılması;

Çok küçük yaş ve çocuk gruplar ile çalışan antrenörleri: Bu antrenörler cimnastik gibi küçük yaş ve çocuk gruplarının sportif eğitimi ile ilgilenirler.

- Deneyimli ve yetkinliği iyi seviyede olmalıdırlar
- Antrenörlük kademesi çocuklarla çalışacak seviyede olmalıdır
- Pedagojiyi bilmeleri, çocuklarla iletişimi iyi olmalıdır
- Çocukların sporu bırakması veya sakatlanması gibi durumları en az seviyeye indirerek güvenli çalışırlar
- Çocuğun sağlığını ön planda tutarlar,
- Eğlence ve mutluluğu, performanstan önde tutarlar,

Boş zaman ve sağlık açısından spor yapanlarla çalışan antrenörler: Bu grupla çalışan antrenörler, ortamın içindeki sporcuların doğru şekilde spor yapmalarına odaklanırlar.

- En az 1.kademe veya herkes için spor antrenörlük belgesine sahiptirler.
- Performans yerine etkili zor olmayan eğlenceli antrenman modelleri seçerler
- Yarışmak yerine sağlık için gerekli fiziksel aktiviteler planlar ve uygular.

- Genelde belediyelerde, gençlik ve spor il müdürlüklerinde görev yaparlar. Öncelikli amaçları sporu her yaşa sevdirmek ve her yaşta spor yapma imkânı yaratmaktır

Katılım spor ortamında artık yarışmak ve kazanmak kavramları görülmektedir. Yerelde yapılan yarışmalara katılımlar örnek olabilir. Ancak bunun için yüksek bir performans antrenmanı yoğunluğu yoktur, antrenman sayısı azdır. Bu katmandaki bireyler tabanda aldıkları eğitim, becerileri ve yetenekler doğrultusunda bir üst katmana çıkarak performans sporcusu olma yolunda çalışırlar. Katılım spor ortamında çocuk ve genç sporcu ağırlıklıdır. Yetişkin sporcuda bu katmanda görülmektedir. Bu katmanda çalışan antrenörlerde farklı özelliklere sahip olmalıdır.

Piramidin ikinci katındaki katılım ortamındaki antrenörlerin sınıflandırılması;

Çocuk ve gençler için katılım ortamı antrenörleri:

- Antrenör yarışmaya yönelik çalışır ancak yarışma performansına odaklanmaz.
- Antrenmanları uzun dönemlik planlama yerine kısa ve memnuniyete göre planlar
- Çocuğun gelişimini iyi takip eder, gelişim ihtiyaçlarına destek olur,
- En az 2.kademe antrenör olmalıdır.
- Katılım gösterilen branşın teknik taktik öğretimini bilmeli öğretme yetkinliği olmalıdır.

Yetişkinler için katılım ortamı antrenörleri:

- Antrenör yetişkinlerin eskiden kazanımlarını kazandırdıktan sonra yarışmalara teşvik eder,
- Öncelik sağlıktır, ancak yarışma ve kazanma duygularını destekler

Piramidin üçüncü katı, performans ortamıdır. Bölgesel ve ulusal yarışmalardaki performanslara örnek verilebilir. Bu kısımda sporun fizyolojik taleplerine cevap verebilen, teknik taktik anlamda gelişime açık veya gelişmiş sporcular bulunmaktadır. Bu ortamdaki sporcuları gelişim sporcuları ve performans sporcuları olarak ikiye ayırabiliriz. Buraya gelmiş olan gelişim sporcularda performanslarına, oyun bilgilerine ve kişiliğine yönelik bütüncül bir gelişim söz konusudur.

Piramidin üçüncü katındaki performans ortamındaki antrenörlerin sınıflandırılması;

Gelişim sporcuları için performans ortamı antrenörleri:

- Gelişim sporcuları adı üzerinde gelişmekte olan bireylerdir. Genelde çocuk ve ergendirler. Bu seviyede çalışan antrenörler çalıştıkları çocukların farkındadır onlar için bütünsel bir gelişim gözetirler,

- Kesinlikle iyi ve uzun bir eğitim almışlardır,
- Üst kademe antrenör belgesine sahiptirler,
- İlkeli ve disiplinli bir çalışma metotları vardır
- Eğitim konusunda tecrübe ve yetkinlik sahibidir
- Becerilerin öğrenilmesi ve geliştirilmesi için eğlenceli ve keyifli antrenman planlar,
- Sporcularının elit ve profesyonel hayata ulaşması için destekler

Performans sporcuları için performans ortamı antrenörleri:

- Teknik-Taktik ve Kondisyon üzerine yoğunlaşmıştır
- Sporcusunun kapasitesini ölçmesini bilir
- İyi eğitilidir ve antrenman programlarına hâkimdir
- Hedef yarışmak ve kazanmaktır
- Üst kademe antrenörlük belgesine yetkinliğine sahiptir.

Piramidin zirvesi mükemmeliyetçiliktir. Elit sporculardan ve elit yarışmalardan bahsedilir. Sporcuların performansları yüksek seviyededir. Sporcuların spora olan bağlılıkları profesyonel düzeydedir. Uluslararası başarılar almak için uzun vadeli antrenman programlarına ihtiyaç duyarlar ve öncelikleri bu antrenman programlarına uyarak çalışmaktır.

Piramidin zirvesi mükemmel ortamdaki antrenörlerin sınıflandırılması;

- En üst seviyedeki antrenörlerdir.
- Performansın bileşenlerini bilir ve ne zaman neyin geliştirilmesi gerektiğini bilir,
- Sporcularının fiziksel ve zihinsel hazırlıklarını destekler
- Sporcusunun sosyal ve kişisel aktivitelerini düzenler,
- Uluslararası yarışma için geçerli antrenman planlamasını yapar,
- Sporcu ile iletişimi iyidir.
- İyi liderlerdir.

5. Antrenörlük ve Liderlik

Lider, çevresine yarar sağlayan, insanlara fayda sağlamak için bazen düzeni değiştiren bulunduğu grubu veya ortamı yönetmek için sorumluluk alan zekası, bilgisi ve sezgileri kuvvetli olan önderdir. Bireylerin içlerinde bulunduğu durumlardaki ihtiyaçlarını karşılamada destek veren ve ileriye dönük hedeflerine yol gösterici kişiye lider denir. Sporcular içinde bulundukları spor ortamındaki ihtiyaçlarını ve isteklerini karşılamak, hedef beklentilerine giden süreçte yönlendirilmek isterler. Sporcuların bu ihtiyaç ve beklentilerini karşılamak ve hedeflerine ulaşmak için yönlendiren kişi antrenördür. Antrenör için liderlik kavramını en güzel açıklayan tanımlardan biri, sporcuyu etkileyebilme ve istediği eyleme yönlendire kişi liderdir tanımıdır (29).

Çoğu spordan geçen antrenörlere tavsiyem, spor yapmayı sevdikleri için ve karizmaları için spor yapmaya devam etmelidir. Zaten branşınızla ilgili becerilere sahipsiniz. O zaman sahip olmadığınız eğitimlere yönelin, ihtiyacınız olan en önemli beceri liderlik olabilir. Mükemmel antrenörler liderdir ve takımlarına veya sporcularına ne olabileceğine dair vizyon sahibi kişilikleri ile yön verirler. Kullandıkları dil bile farklıdır. Antrenörlük insanla uğraşan bir iştir. Bu işte insanları toparlamak, beraber hareket etmek, motivasyon, oyun içi yardımlaşma, birlikte sevinme, birlikte üzülmeye gibi insani olan her şey vardır.

Başarılı bir antrenör olmak istiyorsanız, diğerlerinden farklı işler yapan lider antrenörlerden biri olmalısınız. Bazı eylemler lideri diğerlerinden ayırır. Ancak bu eylemlerde lider antrenörleri eylemin kalitesine göre ayırır. Eylemler şu şekilde açıklanabilir,

- ▶ Lider antrenör etrafına yön verir; gelecek ile ilgili hedefler koyarlar.
- ▶ Lider antrenör bulundukları yere bir kültür getirirler. Antrenör iki farklı kültür geliştirir ama yöntem aynıdır birisi ekip kültürüdür birisi takım kültürüdür. Antrenörün ekibi için hazır bir vizyonu vardır. Birlikte hareket edebilecek bir vizyon, bir makinenin parçaları gibi kusursuz bir ekip çalışmasını oluşturmaktan bahsedilmektedir. Takım kültürü, işlerin bir takımda yapılma şeklidir. Takım içinde tüm üyelerin birbiri ile iletişimini sağlarlar. Takımı kazanarak güçleneceklerine ikna ederler. Takım ruhunu oluştururlar. Böylelikle takım olaylara olumlu veya olumsuz aynı tepkiyi verir.
- ▶ Lider antrenör sporcusuna hayata dair değerleri verir, onların hayat felsefesinin oluşmasına destek olur
- ▶ Lider antrenör etrafındaki herkesi takımın hedefe ulaşması için motive eder
- ▶ Lider antrenör, çıkan sorunlarla, çatışmalarla yüzleşir ve çözmek için uğraşır.
- ▶ Liderler iletişim kurar. Bu iletişim her alanda başarılı bir iletişimdir.

Literatürde, antrenör bilgi, beceri ve tecrübelerini sporculara aktararak onları hedefe yönlendiren, yarışmalara hazırlayan, antrenman yaptıran ve liderlik yapan bir spor insanı olarak tanımlanmaktadır (30) Lider bir bireysel, antrenörü lider, liderlik bir süreçse, antrenörlüğün bir süreci ifade etmektedir. Literatürde liderlik yaklaşımları incelenmiş olup, liderlikte dört farklı yaklaşım modeli belirtilmiştir (31). Bunlar,

- Özellikler yaklaşımı (1940 ve öncesi)
- Davranışsal yaklaşım (1940-1960 yılları)

-Durumsallık yaklaşım (1960-1980 yılları)

-Modern yaklaşımlardır. (1980 ve sonrası)

Bu dört yaklaşım teorisi de liderliğin tüm boyutlarını incelerken temelde lider kişilerin liderlik davranışlarını incelerken iki önemli boyuta odaklanmıştır. Liderler, liderlik yaptıkları ortamda ya görevlerine yönelik odaklanmışlardır, ya da insana yönelik odaklanmışlardır. Göreve odaklanan liderle, iş odaklı liderlerdir. (32). Onlar işin teknik ve iş kısımlarına odaklanarak yapılacak işin başarıyla gerçekleşmesine odaklanırlar. İnsan odaklı liderler ise, bulunduğu grubun içerisindeki insanların istek ve ihtiyaçlarına odaklanarak onların refah ve huzurlarını tatmin etmeye odaklanır. İnsan odaklı liderler etrafındakilerden performans beklerken, onların ihtiyaçlarını da önemseyerek hareket eder.

Liderlik kavramı antrenörlük mesleği açısından incelendiğinde, antrenörün bilgilerini ve becerilerini sporcusunun teknik gelişimi için şekillendirip strateji geliştiren stratejisi uzmanı, iyi bir organizatör iyi bir yönetici, mentör ve eğitimci olarak liderlik yapması beklenir. Liderlik kavramı, spor ortamında etkili bir antrenörlük için önemlidir. Liderlik özellikleri olmayan antrenörlerin, spor ortamında başarılı olmaları zordur. Ne yaptığını bile oyuncuların bazılarında liderlik özelliği bulunsada spor ortamında liderler antrenörleridir.

Lider bir antrenör, amaçların ve vizyonun gerçekleştirebilmesi için takımını ve sporcularını etkileyebilme becerisine sahip olan antrenördür (33). Antrenörün yaptığı liderlik, sporcularını veya takımını belirlenen hedefe yönlendiren davranışsal bir süreçtir (34). Liderliğin en büyük özelliği etkidir.

Liderlikte etki, birçok psikolojik tutum ve davranışı değiştirebilir. Başarılı lider antrenörlerin temel özellikleri vardır. Aşağıdaki tabloda bu özellikler belirtilmiştir, sizler spor dalına özgü bu liderlik özelliklerinin içini doldurarak, antrenörlük kariyerinizi şekillendirebilirsiniz.

Tablo 6: Antrenörün genel liderlik özellikleri ve davranış kodları

Genel liderlik özellikleri	1- Vizyon sahibidirler, 2- Etkileyici ve inandırıcıdırlar, 3- Akıl ve bilgi sahibidirler 4- Enerjileri yüksektir, 5- Sorumluluk verirler, 6- Alçak gönüllüdürler, 7- İletişim becerileri yüksektir
Sporcularına karşı	1- Açık iletişim kurar 2- Sporcularına ilham verir 3- Sporculardan yeni liderler geliştirir 4- Yeteneklerin gelişimi için ortam oluşturur 5- Başarıyı sporcusu ile paylaşır, başarısızlıkta sorumluluk alır. Sporcusunu asla suçlamaz 6- Takım sporlarında takımdaşlık oluşturur, asla oyuncuları gruplaştırmaz, oyuncunun önemini vurgular.
Kulüp ve Seyircilere karşı	1- Değişimi tetikler, değişim için herkesi ikna eder 2- Hedef için vizyon oluşturur, vizyonu kulübüne ve seyircisine anlatmak için yollar bulur. 3- Hedef için gereken sonuç üretir. 4- Olumsuzluklara karşı duruş sergiler, direnç gösterir 5- Başarı için kulüp stratejileri belirler, uygulanması için ısrarcı olur. 6- Seyirci ve taraftarın isteklerini, kulüp tarihini, kültürünü önemser, yerine getirmek için çözüm arar

Tablonun ilk satırında işlediğimiz genel özellikler, lider bir antrenörün ön plana çıkan en önemli özellikleridir. Lider antrenörlerin vizyonları vardır. Vizyon, genel bir ifade ile arzu edilen bir geleceğin imajı olarak tanımlanmaktadır (36). Lider antrenörlerin bu bağlamda bulundukları spor ortamına ait geniş bir düşünce yapısına sahiptirler. Başarı için ihtiyacı olan stratejileri uygulama için geleceğe dönük planlamalar yapar. Birkaç ay, belki birkaç yıl ilerisini hayal eder, bu bir final veya madalya koşusu olabilir. Bu noktada hayalideki kurguları gerçeğe çevirmek için stratejik çalışmalar yapar, hepsini gerçek verilere dayandırır. Sezgilerle işin sonunu görebilme özelliğidir.

Lider antrenörlerin genel özelliklerinde biri de çevresindekileri etkilemek ve inandırmaktır. Dr. Uğur Tandoğan liderin etkileme gücünü şu şekilde kaleme almıştır. “Lideri, yöneticiden ayıran en belirgin özellik “Etkilemek” sözcüğü ile tanımlanır. Lider, takipçilerini etkileyen kişidir. Neden etkilemek zorundadır? Her şeyden önce takipçilerini gidilecek hedefe inandırması gerekir. Lider, yol gösterir.

Ama organizasyonu hedefe taşıyacak olan, liderin yönettiği ekiptir. Bazen mevcut koşullar altında konulan hedef imkânsız bile görülebilir. İşte lider, ekibini etkileyerek hedefe koşturur. Hedefe giden yol her zaman günlük güneşlik de değildir. Yolda zorluklarla karşılaşıldığında yine lider devreye girer ve takipçilerini etkiler, onların hedefe ve kendilerine inançlarını tazeler” (38). İnsanlarda spor ortamında oluşan düşünce yapısını değiştirmek ve onları ikna etmek oldukça zordur.

Dünyaca ünlü teknik direktör Arsène Wenger “Talep eden bir rolden git gide daha ikna eden bir insana dönüşüyoruz” açıklaması ile spor ortamındaki kalıplaşmış düşünceleri değiştirme yolunda antrenör olarak ne kadar zorlandığını ifade etmektedir. Alışılmış ve kalıplaşmış düşünceleri değiştirmek zordur. Lider antrenör, bu zor işleri etkileyicilik ve inandırıcılık özellikleri ve davranışları ile başarabilir. Bu tip durumlarda aşağıdaki ikna prensipleri kullanılması belirtilmiştir (35).

- Etkilemek ve ikna etmek için net ve anlaşılır bir dil kullanılmalıdır. Kullanılan dil duygulara hitap etmelidir.
- İkna etmek istediğiniz kişilere yönelik mesajlar verilmelidir (Bu konuda sen şöyle davranırsan... gibi). Spor ortamında ikna etmek için asla ortaya konuşmayınız.
- Karşıdakinin ihtiyaçlarını bilerek ve dünyasına anlayış göstererek mesajlar ifade edilmelidir.
- İkna ederken, karşıdakinin egosunu biraz pohpohlamak işi kolaylaştırır.
- İkna sürecinde sürekli olarak sorular sorarak ilerlemek mesajın algılanmasını kolaylaştırır. ("sence bu iş neden böyle oldu ?" "sence neyi değiştirirsek bu işte ilerleme kaydederiz?" vb.)
- İyimser olmak ve bunu davranışlara, konuşmalara yansıtmak ikna etmeyi hızlandırıcı faktörlerdir.

Lider bir antrenörde modern bilgi ve onu kullanma aklı çok önemli bir özelliktir. Yapacağı işlere dair bilgi sahibi olan antrenörler, sürekli yenilenerek, çağdaş yaklaşımlarla sporcularını sevk ve idare ederler. Lider bir antrenör bilgi bakımından sürekli kendisini geliştirir, farklı konulara merakı vardır, problem çözme becerisi, hafızası olması ve bu farklı unsurları mesleğinde kullanabilme becerisini geliştirmek ister.

Lider antrenörün enerjisi çok önemlidir. Bulunduğu ortamdaki insanların enerjisi inişli çıkışlı grafikler gösterebilir, antrenörün yüksek enerjisi, ihtiyacı olan diğer bireylere ilham verir. Bu bazen bir sakatlık sonrası, bazen de bir mağlubiyet sonrası olabilir. Lider antrenör asla enerjisini kaybetmez, çevresindeki enerjisi düşük kişilere karşı olumlu tavır sergileyerek, onlara te özgüven, hırs ve azim gibi duyguları aşılayarak enerjilerini yükseltmeye gayret eder.

Lider antrenörlerin önemli özelliklerinden biri de sorumluluk almak ve sorumluluk vermektir. Spor ortamında sorumlu olduğu oyuncular, takım, kulüp gibi unsurlar içinde aniden gelişen olumsuz durumlarda sorumluluk alırlar. Genelde lider antrenörler “başarısızlık benim, başarı sizlerin” diyerek oyuncuları üzerindeki baskıyı alırlar. Bu durumda sorumluluk alırken, hesap verme stili de çok önemlidir. Başarısızlığın nedenleri doğru, net ve anlaşılır biçimde yetkililere anlatılmalıdır. Bu gerçek bir sorumluluk mantığıdır. Sorumluluk bir başka mantıkla, önceden inisiyatif almaktır. Liderler önceden inisiyatif alırlar, başarı ve başarısızlığın sorumluluğunu da önceden almış olurlar.

Lider antrenörler başarıya giden yolda paylaşımcıdır. Spor ortamında seçtiği, fikirlerine ve tecrübelerine önem verdiği sporcularına sorumluluk verir. Lider, çevresindeki sorumluluk vereceği doğru kişileri tanır. Çevresinde sorumluluk vereceği kişi bulamadığında, tüm işleri kendi yapmak isteyebilir. Bu durum liderin en güçlü olması gereken işlere yeterince zaman ayıramamasına neden olabilir. Bu yüzden lider antrenörler ekip kurarken, saha içi ve dışında kendisine yardım edebilecek oyuncu ve antrenör seçerler.

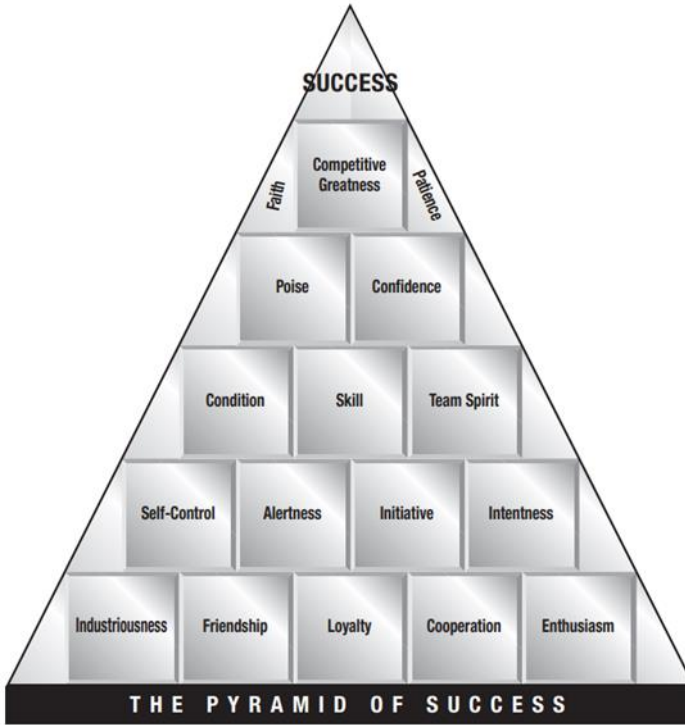
Lider antrenörler, alçak gönüllüdür. Liderler, bilgilerini ve yeterliliklerini asla anlatmazlar. Spor ortamında herkesin farkındadırlar ve herkesin yaptıkları kadar övgü ve takdir gösterirler. Spor ortamında herkesin iyi ve kötü anlarında yanlarındadır. Acıyı da mutluluğu da görür ve paylaşırlar. Mutlu anlarda başarıyı elde eden sporcusunu veya sporcusunu ön plana çıkarır. Seyircisi önünde daima sporcularını ön plana çıkarır. Bu davranışlarla kendisini anlatmaya ihtiyaç duymazlar.

Bugün elit spor ortamında fark yaratan antrenörün liderlik becerileridir. Bu beceriler antrenörlere genetik değil, çalışarak geliştirilebilecek yetkinliklerdir (35). Lider antrenörlerin genel özelliklerinden biride etkili iletişim becerilerine sahip olmalıdır. Bu özellik onları başarıya götürecek en önemli faktörlerden birisidir. Özellikle başarılı performansların temelinde sporcu-antrenör iletişimi veya takım-antrenör iletişim bulunur. Sporcular ile antrenörün iletişim gücü, fiziksel ve zihinsel performansla birlikte takımın gelişimi için çok önemlidir (38). Yine bu gelişimin sağlanarak, müsabaka ortamına taşınması ve oradaki hedefi yakalama becerileri de antrenörün etkili iletişimi ile gerçekleşir.

Sporcu- Antrenör arasındaki iletişim bozuklukları sporcuların duygu durumlarını ve performanslarını olumsuz etkilemektedir, Bu yüzden antrenörler için gelişimleri ve eğitimlerinde etkili iletişim becerilerine yönelik eğitimler alması gerektiği önerilmektedir. (39).

Bu nedenle tam da bu noktada, lider antrenörün en önemli özelliklerinde biri olan iletişim konusu için küçük bir başlık açmak istiyorum. Zira iletişim eğitimle geliştirilebilir. Nasıl geliştirilir? Sorusunun cevaplarını 2. Bölümde Antrenör eğitiminde inceleyeceğiz.

6. Lider Antrenörlük ve Başarı “Wooden Başarı Piramidinin İncelenmesi”



Resim 2: John Robert Wooden başarının piramidi orijinal haliyle (94).

Bölüme bu resim ile başlamamın en büyük sebebi, başarısının tesadüf olamadığına inandığım, öğretmenlik mesleğinin yanına usta bir oyuncu ve mükemmel bir basketbol koçu olarak adını basketbol tarihine yazdıran bir antrenör'ün başarıyı böyle anlaşılır ve kaliteli bir şekilde anlatmasıdır. Ünlü koç hayat felsefesini salona yansıtarak başarıyı getirecek kritik yapıları üst üste koyarak bu piramidi oluşturmuştur. Bir antrenör olarak, başarıya giden yolu

piramitteki parçaların bütünün işlemesi ile geldiğini ve bunu yapan bireylerden takıma giden yolu tanımlamıştır. Piramit'in en altından başlayarak başarıya giden yolu inceleyelim,

Industriousness- Çalışkanlık: İfade etmek istediği sıkı çalışmadır. Başarı söz konusu olduğunda çok çalışmanın yerini hiçbir şey tutamaz. Çok fazla çalışmadan gerçek başarıya ulaşan herhangi bir kişi hakkında hiçbir şey bilmiyorum, duymadım veya okumadım. Aslında, hepimizin bildiği büyük başarılar, neredeyse her zaman rakiplerinden çok daha fazla çalışan kişilerdir. Başarının çoğu alıştırmaya geri kalanı da çalışmaktır (95).

Friendship-Dostluk: Dostluğun çok önemli olan iki özelliği saygı ve dostluktur. Bana göre bunlar, liderlikle ilgili olduğu için gerçek dostluğun en dikkate değer özellikleridir. Saygı duyduğunuz ve dostluk paylaştığınız biri sizden bunu istediğinde ne kadar vereceğinizi düşünün. Sahip olduğun her şeyi fazlasıyla vereceksin. Böylece, UCLA erkek basketbol takımındaki bireylerle olan ilişkimde dostluğun bu iki özel niteliğini aradım ve buna değer verdim. Onların sevgisini aramadım ya da arkadaş olmayı istemedim. Karşılıklı saygı ve dostluk ekibinizi güçlendirir. Dostluğun olduğu yerde, zorlu bir organizasyonun kazanımlarını bulacaksınız. Bu yüzden Piramidimin temelinde bu var (95).

Loyalty-Bağlılık: Sadakat, yüksek doğamızın bir parçasıdır ve aynı zamanda daha yüksek hedeflere ulaşan liderlerin doğasının bir parçasıdır. Sadakatin gücü, onu Piramidin temelinin merkezine yerleştirmemin sebebidir Sadakat sahibi bir lider, ekibin bir parçası olması istenilen liderdir. Bu hemen hemen her yerde geçerlidir. Tepeden gelen sadakat, aşağıdan gelen Sadakat'a ilham verir. En değerli ve güçlü bir metadır ve liderle başlar. (96).

Cooperation-İşbirliği: Fikirleri, bilgileri, sorumlulukları, yaratıcılığı ve görevleri paylaşmak, iyi liderliğin ve harika ekiplerin önceliğidir. Güçlü liderler başarısızlığı ve kötü şeylerin sorumluluğunu alır, oyuncularıyla paylaşmaz pay etmez, Zayıf liderler suçu sporcularına atabilir. Kendine güvenen güçlü liderler başarıyı paylaşır. Antrenör olarak iyi fikirleri olan tek kişi sen değilsin. Diğerlerinin de beyni var. Takımınızın tam potansiyeline ulaşmak için işbirliği olmalıdır. İki güçlü kır at, farklı yöne giderlerse boş bir bebek arabasını çekemezler. İşbirliği olmadıkça vagon yerinden kımıldamaz (96).

Enthusiasm-Coşku: Başarı Piramidimin iki temel taşı olan Çalışkanlık ve Coşku, bireysel olarak güç sağlar, ancak birleştirildiğinde çok daha fazla güç sağlar. Çalışkanlık çok sıkı çalışmaydı, ancak çok çalışmak yeterli değildir. Onu, başarı için gereken olağanüstü düzeye çıkaracak bir şeyle tutuşturmalı, ateşe vermelidir. Bu şey, tüm büyük rakiplerin sahip olduğu ilham verici güçle sıkı çalışmayı besleyen coşkunuzdur. Kalbiniz işinizde olmalı. Enerjiniz ve coşkunuz, birlikte çalıştığınız kişileri teşvik eder. Çalışkanlığı büyük bir şeye dönüştüren

bileşendir. Piramidin tüm bloklarına güç veren motordur. Bu yüzden başarı piramidimin temel taşları olarak “Çalışkanlık” ve “Coşkuyu” seçtim. Her şeyin başladığı yerdir (95).

Self-control- İrade: Zirveye çıkmak ve orada kalmak (biraz farklı görevlerdir) benzersiz ve zorluklar sunar. Her ikisini de yapmak için büyük bir Öz Kontrol gerekir. Başarı piramidindeki bu özellik, kendinizi her alanda kontrol etmenin önemine işaret eder. Baştan çıkarmalardan kaçınmak, duygusallıktan kaçınmak, çabanın zirvelerinden ve vadilerinden kaçınmak gerekir. UCLA'daki yıllarım boyunca hem kişisel hem de ekibimiz tarafından Self-Control'ü sahadaki altıncı oyuncu olarak gördüm. Bu görünmez altıncı oyuncu, görünen oyuncularından herhangi biri kadar önemliydi. Benim gözetimim altındakilere hatırlatmak isterim: "Kendinizi kontrol edin ki başkaları sizin için yapmak zorunda kalmasın." (96).

Alertness-Uyanıklık: Uyanıklığımız varsa, çevremizde her zaman bilgi edinebileceğimiz bir faaliyet vardır. Çoğu zaman tünel görüşü alırız ve mevcut şeyleri öğrenmeyi engelleyen resmin tamamını görmeyiz. Basketbol, sahada çizgiler arasında olduğu kadar kulaklar arasında - Uyanıklık - oynanır. Bu hayatta ve iş hayatında geçerlidir. Uyanıklık, sizi uyanık ve kavrayışlı tutan ve beceriyi artıran bir varlıktır (96).

Initiative-Girişim: Harekete geçmemek çoğu zaman en büyük başarısızlıktır. İnisiyatif, harekete geçme yeteneğidir. Hareket bu kadar basittir. Her yönden iyice hazırlanmanız gerekir. Bunu yaptıysanız, Girişimi uygulamak için gerekli belgeleri toplamanız gerekir. Başarısızlık olabilir, hiçbirimiz mükemmel değiliz ama başarısızlıktan korkmamak için kendinizi eğitmelisiniz. Harekete geçme zamanı geldiğinde hareketsizlikten korkun. Bu hayatın her alanında geçerlidir. Girişim ile birlikte uygun hazırlık izlenmelidir. Kendime ve başkalarına sık sık hatırlattığım gibi: "Çabuk ol ama acele etme." Bu, Girişim için iyi bir slogandır (97).

Intentness-Niyet: Bu kişisel niteliklerdir. Piramit içindeki herhangi biri kadar önemli olabilir. En zor olduğunda ve engeller aşılmaz gibi görüldüğünde bile rotada kalabilme yeteneğidir. Bırakmazsınız. İşte bu niyetinizi gösterir. Kalıcı ol. Kararlı ol. İnatçı ol. Acımasız ol. Başarıya giden yol kayalık, çetin ve uzundur. Kolayca elde edilen şeyler nadiren uzun ömürlü veya önemlidir. Niyetiniz varsa ve yeteneğiniz bunu garanti ediyorsa, sonunda Piramidin tepesine ulaşacaksınız (97).

Condition-Şart: Atletik performansınız iyi olmalı ancak zihinsel ve ahlaki performansında olması şart. Üçü de Piramidin bu bloğunun bileşenleridir çünkü biri olmadan diğerleri olamaz. Zayıf zihinsel veya ahlaki durum, en iyi fiziksel performansı engeller. Başarıya giden yolda bazı gözlemciler, oyuncularımızın

yüksek fizik kondisyon durumunu gördüler. Bu sadece bir parçasıydı. Ayrıca üst düzey zihinsel ve ahlaki duruma da sahiptiler (95,96).

Skill- Beceri: Başarı Piramidinin tam merkezinde Beceri vardır. Becerilerini bilmek zorundasın ve bu, ayrıntılarda ustalığı içerir. Tüm görevlerinizi düzgün ve hızlı bir şekilde yürütebilmek beceri gerektirir. Deneyime değer verdiğim kadar ve buna büyük değer veriyorum, tam tersi daha çok beceri ve daha az deneyime sahip olmayı tercih ederim. İşinizde ihtiyaç duyduğunuz becerilere hakim olmak, öğrenmeyi gerektirir ve bu nedenle liderler ve yüksek başarı gösterenler yaşam boyu öğrenen kişilerdir. Uzun yıllar ofisimin duvarına şu sloganı yapıştırdım: "Önemli olan her şeyi öğrendikten sonra öğrendiğin şeydir." Beceri, devam eden ve yaşam boyu devam eden bir süreçtir (96).

Team Spirit-Takım Ruhu: Piramidin bu bloğu çok önemli bir özelliğe hitap ediyor: bencilliğin zıddı olan bencillik. Bununla kastettiğim, kişisel şanınızı feda etmeye ya da daha büyük bir iyilik, yani kuruluşunuzun, ekibinizin, grubunuzun refahı ve başarısı için kazanç elde etmeye istekli olmanızdır. Benim için bu, sadece 'harika bir oyuncu' olan birinden ziyade, takımımızı 'harika' yapacak bir oyuncuyu sürekli aradığım anlamına geliyordu. Büyük bir fark var ve bu fark Takım Ruhunu oluşturan şeydir. Takımın iyiliği için fedakarlık yapmak istemeyen birini takımımızda istemedim. Ortak iyiliğimiz için fedakârlık yapmaya istekli olan bireye değer verirdim (95).

Poise-Denge: Sadece kendin ol. Olmadığınızı biri gibi davranmayın. Durum ne olursa olsun sarsılmayın, fırlamayın veya dengesiz olmayın. Dengeli liderler baskı altında panik yapmazlar. Denge, durum ne kadar kötü (veya iyi) olursa olsun, ilkelerinize ve inançlarınıza sıkı sıkıya bağlı kalmak ve bunlara göre hareket etmek anlamına gelir. Kim olduğunuzu bilin ve kendinize karşı dürüst olun. Dengeye sahip olanlar her koşulda cesur bir kalbe sahiptir. Denge, altındaki destekleyici katmanlarda Piramidin niteliklerini edindiğinizde kendinize verdiğiniz güçlü bir hediyedir (96).

Confidence-Kendinden Emin: Kendinize olan sağlam inançtan daha güçlü bir çelik yoktur; Kendinden emin olmak hazırlığınızın tamamen tamamlandığı ve yarışmaya hazır olduğunuz bilgisidir. Güven yapay olarak aşılanamaz. Gerçek kalıcı güven, kendi yetkinlik seviyenize ulaşmanıza izin veren varlıkları inatla takip ederek ve elde ederek kazanılır; yani mükemmelliktir. Güveni izlemelisiniz, çünkü kolayca kibire dönüşebilir ve bu da daha önce elde edilen başarının, ilk etapta ortaya çıkan aynı sıkı çaba olmadan tekrarlanacağına dair yanlış ve yıkıcı bir inanca yol açabilir (96).

Competitive Greatness- Rekabetçi Büyüklük: Elinizden gelenin en iyisini yapma fırsatı sunulduğunu, bu zorlu savaşa gerçek bir sevgi duyarak katılmak ve en iyisini yapmaktır. Yanında ve karşısında oynadığım, öğrettiğim ve hayran

olduğum büyük yarışmacılar, mücadelenin kendisinde - yolculukta, yarışmada ve rekabette - bir sevinç paylaştılar. Savaş ne kadar zorsa, o kadar iyi sonuçlar gördüm. Bir lider, liderlik ettiğiniz kişilere şunu iletmelidir: Zorlu bir mücadele, rekabetçi büyüklüğü ortaya çıkarabilir. Zorlu savaş, büyük bir rakibe derinlere inmek için ilham verir ve motive eder. Bu yüzden değerli bir rakibin sunduğu meydan okumadan zevk alıyorum (96).

Wooden oyuncuları tarafından bir bilge olarak tanımlanmıştır. Wooden, başarılı bir antrenör olarak kariyeri boyunca oyuncularında iz bırakan felsefesini şu cümleleri sarf ederek yansıtmıştır.

"İşler, işlerin yolundan en iyi şekilde yararlanan insanlar için en iyi şekilde sonuçlanır."

"Asla aktiviteyi başarı ile karıştırmayın."

"Sıkıntı, insanın kendisini en kolay tanıdığı, özellikle de o zamanlar hayranlarından arınmış olduğu durumdur."

"İtibarınızdan çok karakterinizle ilgilenin, çünkü karakteriniz gerçekte olduğunuz şeydir, itibarınız ise sadece başkalarının sizin olduğunuzu düşündüğü şeydir."

"Hazır ol ve dürüst ol." "Çabuk ol ama acele etme."

"Övgü veya eleştirinin sizi ele geçirmesine izin veremezsiniz. İkisinden birine kapılmak zayıflıktır."

"Sana asla borcunu ödeyemeyecek biri için bir şeyler yapmadan mükemmel bir gün yaşayamazsın."

"Bir insan olarak ne olduğunuz, bir basketbolcu olarak ne olduğunuzdan çok daha önemlidir."

"Kazanmak yetenek ister, tekrarlamak karakter ister."

"Antrenör, küskünlüğe neden olmadan düzeltme yapabilen kişidir."

"Çok fazla deneyim ve biraz yetenekli olmaktansa, çok yetenekli ve az deneyime sahip olmayı tercih ederim."

"Doğru yapmak için zamanın yoksa, ne zaman yeniden yapmak için zamanın olacak?"

"Hata yapmıyorsan, hiçbir şey yapmıyorsun demektir. Hata yapanın hata yapacağından eminim."

"Ne yaptığın değil, nasıl yaptığın önemlidir." "Yetenek, fakir bir adamın servetidir."

"Başarısızlık ölümcül değildir, ancak değişmedeki başarısızlık ölümcül olabilir."

"Başkalarının haklarını kendi duygularınızdan ve başkalarının duygularını kendi haklarınızdan önce düşünün."

"Yapamayacaklarınızın yapabileceklerinizi engellemesine izin vermeyin."

"Kendini başardıklarınla değil, yeteneğinle başarmış olman gerekenlerle ölç."

"Oyunu kimin başlattığı değil, kimin bitirdiği çok önemlidir."

"Önemli olan her şeyi öğrendikten sonra öğrendiklerinizdir."

"Önemli olan küçük ayrıntılardır. Küçük şeyler büyük şeyleri gerçekleştir."

"Yetenek Tanrı vergisidir. Alçakgönüllü olun. Şöhret insanlara verilir. Minnettar olun. Kibir kendiliğinden verilir. Dikkatli olun."

"Yıldızlığın ana bileşeni takımın geri kalanıdır."

"Başarı, olabileceğinin en iyisi olmak için elinden gelenin en iyisini yaptığını bilmekten gelir."

"Başarı asla nihai değildir; başarısızlık asla ölümcül değildir. Önemli olan cesarettir."(95, 96, 97)

7. Lider Antrenör ve Etkili İletişim

Spor ortamının içindeki tüm bireylerin ortamdaki diğer bireylerle ilişkilerinin sürdürmesi gerekmektedir. Spor ortamındaki faaliyetleri sürdürebilmek ve ihtiyaçları karşılayabilmek için iletişim becerileri olarak belirtilen davranışlar kullanılmaktadır. İletişim becerileri doğduğumuz günden itibaren aile çevre okul spor gibi değişik ortamlarda gelişmiş olmasına rağmen doğal olarak geliştiği için iletişime ait farkındalığımız azdır.

Bu nedenle antrenörlerin, etkili iletişim ile ilgili farkındalığının gelişmesi ve uygulamalarla kendini geliştirmesi gerekmektedir. Farkındalık yüz yüze konuştuğumuz bireylerdeki etkilerini gördükçe artar. İletişim kurmak, başkalarını anlamak veya başkalarının bizi anlamasıdır. Bu süreç derin kültürümüzün ve bulunduğumuz ortamın hatta aldığımız eğitimin bir parçası olarak otomatik işler. Antrenör iletişim konusunda kendisini geliştirmeye karar verirse, benlik duygusu da gelişir. Günlük konuşmalarımızın düzeyi, sertliği veya yumuşaklığının seçimini birey yapar ve bu seçimler iletişimde kullanılan konuşma biçimini etkiler. Nerede nasıl konuşulması gerektiğini bilmek, iletişim becerilerinin gelişmişliği ile ilgilidir ve temelde ahlaki bir tutumdur. Lider antrenörlerin iletişim becerilerinin iyi olmasının nedenlerinden biri karşısındakini anlamasıdır. Konuşmak yerine dinlemeyi tercih ederek, soruna odaklanır. Bazen antrenörün sporcusu ile sadece beden dilini konuşarak sessiz kalması bile olumlu sonuçlara yol açabilir. Antrenörün oyuncuları ile etkili iletişim yöntemleri, bilgi paylaşımı, övgü, beklentileri karşılamak, teknik taktik taleplerin anlaşılabilirliğini sağlamak, sessizlik, eleştiri olarak belirtilmiştir (35). Sporun o sürekli değişken ve belirsizliklerle dolu olan dünyasında etkin liderlik için antrenörün dirençli olması çok önemlidir. Dirençli bir tavır için öncelikle cesaretli olmak gereklidir. Cesaret, eleştirilerle rahatça yüzleşmeyi, karar verebilmeyi ve verilen kararların arkasında durabilmeyi gerektirir. Sporda Lider antrenörlerin görevleri vardır. Bulunduğu

ortamda lider bir antrenör asla sadece çalıştırıcı değildir. Bir spor ortamının veya takımının lideri olarak antrenör (41);

Eğiticidir: Teknik taktik görevleri öğretir,

Bilgilidir ve Paylaşımcıdır: Modern bilgilerle antrenman yaptırır ve sporcusunu hazırlar, planlarını sporcusu ile paylaşır

Danışmandır: Saha içi ve dışı konularda sporcuların danıştıkları bilir ve güvenli kişiliktir.

Arkadaştır: İletişimi son derece nettir. Sporcusu ile daima iletişi dostça ve arkadaşçadır.

Destekleyicidir: Sporcularını sportif hedefler başta olmak üzere her konuda olumlu destekler.

Güdüleyicidir: Sporcularını gelişim ve başarı konularında güdüler.

Planlayıcıdır: Sporcuların fiziksel ve zihinsel gelişimleri ve devamlılıkları için gereken planlamaları yaparlar.

Organizatördür: Sporcusunun veya takımının bir sezon boyunca ihtiyacı olan konaklama, yemek, müsabaka, antrenman gibi konuların organizasyonunun yapar.

Halkla ilişkileri yönetir: Yöneticiler, sporun diğer paydaşları, basın, taraftar gibi ilişkilerin seviyelerini belirleyerek, sporcularına rahat bir ortam hazırlar.

Liderlik ve Antrenörlük ilişkisinin öneminden bahsettik. Antrenör neden lider olmalıdır? Bunun en kolay cevabı kime liderlik yapacağını bilmekle gelir. Antrenör sporcularının lideridir. Sporcuların hedefe giderken bir lidere ihtiyaçları vardır. Buradaki lider kavramı çok hassas bir yapıdadır. Bu yüzden antrenör sporcusu ilişkisini bilmek gerekir.

Güçlü bir antrenör sporcusu ilişkisi sporcunun yüksek performansı ve memnuniyeti ile paralel olduğunu söyleyebiliriz. Sporcunun performans düzeyini artırabiliyorsanız, sizden memnun olacaktır. Ancak ilişkiler bilindiği üzere böyle dizayn edilmiyor. Antrenör sporcusu ilişkileri dizayn edilirken bilmesi gereken küçük nüanslar mevcuttur. Bunlardan en önemlileri sporcusu bireysel farklılıkları, antrenörün sporcusu algısı ve duruma özel değişkenlerdir.

Birçok lider iletişimini başarının anahtarı olduğunu söyler. Lider olarak bir antrenörün iletişimi kuvvetli olmak zorundadır. Ancak iletişim asla tek taraflı düşünülmemelidir. Sporcusu bakımından da irdelemek gerekir. Sporcusu açısından yapılacak en doğru davranışın, antrenörün kariyerini, yeteneklerini gözlemleyerek ona bir antrenör olarak saygı göstermektir. Bunu gencin anlayabilmesi için Antrenörün sporcularıyla ilk karşılaştığındaki iletişimde bunu referans alabilir.

Usta veya gelişmekte olan oyuncular olarak size saygım var, benimde kariyerim gereği aynı saygıyı görmeye hakkım var. Bu antrenör için iyi bir

başlangıç olabilir. Antrenör ve sporcu arasındaki açık diyalog aralarındaki ilişkinin yüksek seviyelerini belirler. Lider antrenör yüksek performansları överek, sporcusunu takdir eder. Diğer performanslara da yapıcı eleştiriler kullanarak motivasyonu sağlamaya çalışır.

Lider antrenörlerin davranış özellikleri ve görevleri ortak olsa da stilleri başka olabilir. Kitabın bu bölümünde lider antrenörlerin literatürde belirtilen stilleri üzerinde duracağız.

8. Antrenörlük Stilleri

Antrenör stillerinde başarılı olmak için tek tip bir stil var mıdır? Bu konuda stilleri anlatmaya başladığımızda genelde antrenör adaylarının yaptığı en büyük hatalardan birisi tek bir stile odaklanarak o stilin kalıbına girmeleridir. Antrenörlerin gözden kaçırmaması gereken nokta, özünde olan davranışın ve duygunun karşılaşılan durumda reaksiyon olarak birden ortaya çıkma ihtimalidir.

Bu ihtimal oldukça kuvvetli bir ihtimaldir. O anda antrenör düşünerek stilin gerektiği gibi davranmaya çalışsa da başarılı olamaz. Liderlik geliştirilebilir ve antrenör stilini oluşturabilir. Ancak bu gelişim sırasında doğasındaki karakteri ile asla tezat oluşturmamalıdır. Spor ortamında oluşacak liderlik stilleri şu şekilde sınıflandırılabilir. Emredici olabilir, dinleyen antrenör olabilir, öğretici antrenör olabilir, paylaşımcı antrenör olabilir, sporcu odaklı antrenör olabilir, Antrenörün stili olarak belirlediğimiz bu ölçütlere yenileri eklenebilir veya bunların alt boyutları tartışılabilir.

Ancak bizim odaklanmamız gereken farklı stilde lider antrenörlerin varlığıdır. Dolayısıyla yukarıda da belirttiğimiz gibi antrenör olarak tek tip bir stilin içine girmeye çalışmak doğru olmayabilir. Başarılı antrenörlük için taklitten kaçınmak gerekir. Kendi karakterine yakın stilleri özümsemek en doğru davranış olacaktır. Lider antrenörlerin aldıkları kararlarda, geliştirdikleri stratejilerde, yarışmalara hazırlanmada, yarışma esnasında ve yarışma sonundaki organizasyonları sevk ve idarede bir stili vardır. Bu stil, antrenörden antrenöre değişebilir. Literatürde antrenörlük stilleri üç başlık altında incelenmiştir.

- Otoriter stil,
- Liberal stil,
- Demokratik stil.

Otoriter Stil: Stili emirlere dayalıdır. Bir bakıma emirler veren antrenörden bahsediyoruz. Bu stil antrenörler, kararların tamamını kendi almak isterler. Sporcuların rolü, antrenörlerin aldığı kararların kendilerine iletilmesindeki emir komuta zincirinde emirleri yerine getirmektir. Kontrol tamamen antrenördedir. Sporcular fazla sorumluluk almadan söyleneni yaparlar, itaatkar davranırlar. Sporcunun görevi dinlemek, algılamak ve yerine getirmektir (40).

Antrenör-sporcu ilişkisinde güven yoktur. Antrenör, sporcuların yapmasını gerekenleri çerçeve içine alır ve sporculardan bu davranışları yapmalarını bekler. Otoriter stilde odak nokta kazanmaktır. Eğitimlerde esnek bir yapı yoktur. Bu stil, oyuncuların karakter yapısına göre takım sporlarında daha verimli işleyebilir. Kadın takım sporcuların, erkek otoriter stildeki erkek antrenöre, kadın antrenörden daha olumlu yanıtlar verdiği belirtilmektedir. Yaşı küçük olan sporcuların, otoriter stile olumlu tepki vermektedir. Olumsuz bir stil gibi görünse de gençlerin beceri ve fiziksel gelişiminde etkili bir stil olabilir. Bu dönemde genç sporcu antrenörlerinin her dediğini yapma eğilimindedirler. Ancak bu stilin etkili olabilmesi için antrenörün bilgi ve yetkinlik düzeyinin yeterli olması gerekmektedir.

Liberal Stil: Bu stildeki antrenörler, az karar almayı tercih ederler. Spor ortamında çok az talimat verirler. Organizasyonlarda kural koymayı tercih ederler ya da çok az kural koyarak çalışmaya devam ederler. Disiplin kurallarında çok zorlayıcı durumlarla karşılaşmadıkça, olaylara karışmazlar. Çok kuralcı değil, hoşgörülüdür. “Takım mutlu olursa, başarılı da olur” teorisini yansıtan bu stilde antrenörler sporcularının rahat etmesini ister ve bunun için çalışırlar.

Liberal stildeki antrenörler, sporcusuna veya çalıştığı takıma gündemi belirlemede yetki verirler. Otoriter hareket etmezler. Bu stil, yaratıcılığı ve öz-farkındalığı gelişmiş antrenörler için uygundur. Bu stildeki antrenörlerin tüm sporcuları ile sporcu ve insan olarak ayrı ayrı ilişki kurabilecek bir iletişim becerisi olması gerekmektedir.

Demokratik Stil: Bu stildeki antrenörler, kararları alırken, spor ortamındaki güvendiği inandığı sporcularla ve teknik ekiple paylaşarak alırlar. Hedefi beraber belirlemek ve beraber ilerlemek adına bu şekilde davranış sergilerler. Sporcu merkezli bir stildir. Sporcu antrenörün dış çerçeveyi belirlediği tabloda içeriği şekillendirmede sorumluluk alır. Antrenörler, oyuncularına ve ekibe sorumluluk verirken takım ortamını oluşturlar.

Başarıya herkes sorumluluk alarak yürür. Bireysel sporlarda etkili bir stil olabilir. Demokrat stilde antrenör sporcusu ile iletişim kurarak aldığı kararları paylaşır. Bu stilde eğitim ve öğretim hâkimdir. Antrenörler sporcusuna sorumluluk verdikçe ilerleyen zamanda kontrolü sporcusuna doğru kaydırır. Sporcular antrenörlerine sorar ve cevap alırlar. Bu stildeki antrenörler, ön plana çıkmazlar, başarısını sporcusunun çalışmasına bağlarlar. Sporcularda karar alma mekanizmaları gelişir, kazanmak için sorumluluk alırlar. Antrenörlerin bu üç stilden birini benimsemeleri normal olabileceği gibi kendi karakterlerine uygun olarak farklı stillerden karma bir stilde oluşturabilirler. Ancak daha önce dediğimiz gibi, öncelikli olan antrenörün kendi karakterine uygun stili benimsemesi ve geliştirmesidir.



9 NBA ŞAMPİYONLUĞU, JORDAN, PİPPEN, SHAQ VE
KOBENİN DEĞERLİ ANTRENÖRÜ PHİL JACKSON

ÜNİTE3

ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ

ÜNİTE III ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ

Ülkelerde spor ortamının içerisindeki beklentiler arttıkça antrenörlerin eğitimleri ve yetkinliği tartışılmaya başlanmıştır. Uluslararası spor ortamında ülkemizin de içinde bulunduğu Avrupa başta olmak üzere antrenörlük eğitimlerinin düzenlenmesi ve teşvik edilmesi amacıyla son 20 yılda ciddi çalışmalar yapılmaktadır. Ortaya çıkan ciddi dokümanlar ile hükümetler, federasyonlar ve diğer kuruluşlar ciddi olarak antrenörlük eğitimine yatırım yapmaya başlamıştır. Ülkemizde ve Avrupa’da bu yönde geliştirilen antrenör eğitim programları ile bir standart yakalanamaya çalışılmakta, kaliteli ve yetkin antrenör yetiştirmek için yeni eğitim programları geliştirilmektedir.

Kitabın bu bölümünde antrenör yetiştirmek için planlanan eğitimlere yer vererek aranan bir antrenör olmak için hangi eğitimleri almak gerektiğinden bahsedeceğiz. Antrenör ne kadar kaliteli bir eğitim alırsa, sporcusunun verimliliği, başarısı o kadar artar. Yetenek tespiti, saha performans testleri, analiz, teknik taktik gibi konular geliştikçe antrenörün eğitimi daha önemli hale gelmiştir.

Antrenörlük kavramı içerisinde antrenörlüğün yavaş yavaş olgunlaşan uzunca bir süre eğitimden geçerek bilgi ve tecrübe kazanılan bir meslek olduğunu ifade etmiştik. Antrenörler, ülkemizde üniversitelerin spor bilimleri fakültelerine bağlı antrenörlük eğitimi programlarında, Gençlik ve Spor Bakanlığınca yürütülen programlarda, özerk federasyonların antrenörlük programlarında eğitim alarak antrenör olmaktadır.

1. Üniversitelerdeki Antrenörlük Eğitimi

Spor bilimleri fakültelerine bağlı antrenörlük eğitimi bölümlerinin öncelikli hedefi spor ortamlarının ihtiyacı olan spor eğitimcileri yetiştirmektir. Bölüm mezunları, uzmanlık alanlarına göre çeşitli kulüplerde amatör ve profesyonel olarak tam zamanlı veya yarı zamanlı çalışma imkânları bulmaktadır. Bazı özel kolejler, pedagojik formasyon alan antrenörlük bölümü mezunlarını spor eğitimcisi olarak istihdam etmektedirler. Gençlik ve Spor Bakanlığına bağlı teşkilatlarda, antrenörlük bölümü öğrencileri spor eğitimcisi olarak görev yapmaktadır. Bu bölümdeki eğitimi tamamlayarak antrenör olmayı hak kazananlardan bazıları özel girişimleri sayesinde spor salonu işletmeleri açarak spor ortamları oluşturmaktadır. 4 yıl 8 dönem spor bilimine ait önemli konuları ders olarak gören antrenörler, eğitimin son dönemlerinde uzmanlaşarak branşlarına özgü derinlemesine bir eğitimi alırlar. Ülkemizdeki en uzun süreli ve belirli bir standartta verilen antrenörlük eğitimi şu an spor bilimleri

fakültelerindeki antrenörlük bölümlerinde verilen eğitimidir diyebiliriz. Eğitimin kalitesi, olanakları, eğiticilerin eğitimini üstlenen akademik personelin yeterliliğinde farklılıklar gözlense de antrenörlük eğitim bölümlerinin ortak amacı ülkemizin spor alanında ihtiyacı olan spor eğitimcileri yetiştirmektir.

Bu bölümler, spor ortamlarında karşılaştığı sporculardan yetenekli olanları ayırabilen, yaş gruplarına göre plan program yaparak çalışabilen, çalıştığı branşa özgü teknik ve taktik gelişimi sağlayacak modern uygulamaları yapan uzman eğitimcileri yetiştirebilmek için eğitim vermeyi hedeflemektedir.

Aşağıdaki tablolarda spor bilimleri fakültesi antrenörlük eğitimi bölümlerinde verilen eğitimlerden bazılarını paylaşmak istedim. Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi program örnek alınarak, dersleri ve içerikleri aşağıda tablolar halinde belirtilmiştir.

Tablo 7: 1.sınıfta 14 hafta süre ile 1. dönemde verilen eğitim programına örnekler

Dersin Adı	Dersin İçeriği
Anatomi	İnsan anatomisini ve hareket sisteminin temellerini öğretme
Fizyoloji	Hücreden başlayarak organlara kadar uzanan beden sistemlerinin bütüncül çalışma ilkelerini öğretmek
Genel Jimnastik	Temel Cimnastik hareketlerinin grup oluşturarak öğretimi
Spor Bilimlerine Giriş	Spor bilimlerinin tarihçesini incelemek
Yabancı Dil	Yabancı bir dili dinleme, okuma, anlama, konuşma ve yazma yeteneklerinin geliştirilmesine yardımcı olmak.
Uzmanlık I Teknik/Taktik	Uzmanlaşacağı branşın antrenörlük eğitimi başlar, ilk periyot en az 14 hafta sürmektedir. Teknik ve taktikleri öğretmek

Tablo 8: 1.sınıfta 14 hafta süre ile 2. dönemde verilen eğitim programına örnekler

Dersin Adı	Dersin İçeriği
Kinesiyoloji	İnsan anatomisini ve hareket sisteminin temellerini öğretmek
Egzersiz Fizyoloji	Fizyolojik sistemlerin egzersize verdiği yanıtı öğrenmek
Atletizm	Bedensel beceri kazandırmak, atletizm sporuna gerekli olan teknik ve taktik öğretmek
İlk Yardım	Hayatı tehdit eden acil durumlarda gerekli müdahaleleri yapma becerisini kazanmak, kardio-pulmoner canlandırmayı uygulayabilmek
Yüzme	Yüzme bilmeyen öğrencilere yüzmeyi ve suda durabilmeyi öğretmek. Yüzmenin temel prensipleri hakkında bilgi vermek, crawl, sırtüstü, kurbağalama ve kelebek tekniklerinin öğretim basamaklamalarını çalıştırarak yüzme gelişimlerini sağlamak.
Seçmeli Takım Sporları	İlgili branşa ait temel becerilerin eğitimi
Uzmanlık II Teknik/Taktik	Teknik ve taktiklerinin öğretilmesi ve uzmanlaşmaya yönelik yetiştirilmesi

Tablo 7 ve 8, antrenörlük eğitim alan bir öğrencinin birinci sınıfta aldığı eğitimlerin bazılarını göstermektedir. Özellikle antrenör adaylarının uzmanlık branşına özgü aldığı 14+14 haftalık eğitim dikkat çekmektedir. Diğer antrenörlük kurslarına baktığımız zaman bu kadar uzun periyotta bir eğitim bulunmamaktadır. Bunun yanında antrenman biliminin temelini oluşturan anatomi ve fizyoloji bilimi ile ilgili bilgi ve beceri sahibi olmuştur.

Tablo 9: 2.sınıfta 14 hafta süre ile 3. dönemde verilen eğitim programına örnekler

Dersin Adı	Dersin İçeriği
Antrenman Bilgisi I	Bireysel ve takım sporlarında performans geliştirme antrenmanlarını hazırlayabilecek antrenörlük bilgi ve becerilerini kazandırma
Spor Biyomekaniği	Spor Biyomekaniğinin uygulama alanlarını ve kullanılan hareketleri fizik kuralları çerçevesinde (kinetik – kinematik) açıklamak; farklı sporlarda

Uluslararası Mesleki İletişim (Almanca-İngilizce-Fransızca-Japonca)	Yabancı bir dili dinleme, okuma, anlama, konuşma ve yazma yeteneklerinin geliştirilmesine yardımcı olmak
Hareket Gelişimi	Hareket Gelişiminin uygulama alanlarını açıklamak; çocukların tüm yönleriyle gelişim özelliklerini incelemek ve uygulama yaparak hareket eğitiminin prensiplerini öğrencilere aktarmak.
Spor Psikolojisi	Tanımı, temel kavramları, amacı, gelişimi ve günümüzdeki çalışma alanları, sporda performansı etkileyen bilişsel, duyuşsal ve kişilik faktörleri, psikolojik antrenman, yarışma, sporda grup dinamiği
Antropometri	Antropometrik ölçüm yöntemlerinin ve değerlendirilmesinin öğretilmesi, beden yapısı, tipi ve kompozisyonu ile performans arasındaki ilişkilerin incelenmesi
Spor Fizyolojisi	Fizyolojik sistemlerin egzersize ve özgül spor aktivitelerine verdiği yanıtı öğrenmek
Uzmanlık III Teknik/Taktik	Teknik ve taktiklerinin öğretilmesi ve uzmanlaşmaya yönelik yetiştirilmesi

Tablo 9’da antrenör adayına 14 hafta süre ile uzmanlık eğitimi verilmeye devam etmektedir. Bununla beraber, uluslararası alanlar hakkında farkındalık yaratmak için mesleki yabancı dil eğitiminin verilmesi dikkat çekmektedir. Bu eğitimlerle beraber, fizyoloji, biyomekanik, antropometri ve hareket gelişimi gibi insan iskeletinin ve kaslarının çalışmasına yönelik bilgiler 14 hafta süre ile adaya verilmektedir.

İlk yılını tamamlamış öğrenci ikinci yılında antrenman bilimi ve spor biliminin diğer çalışma alanları ile ilgili bilgi sahibi olmaya başlamaktadır. Üniversitedeki akademisyenler yeni araştırmalardan verdikleri örnekler ile adayların günceli yakalamalarını sağlamaktadır. Bu yarıyılta fiziksel performansın yanında bir sporcunun psikolojisinde meydana gelen olaylar hakkında farkındalık eğitimi verilmektedir. Verilen her eğitimin 14 hafta sürmesi konuların derinlemesine ve detaylı öğretilmesinde etkilidir.

Tablo 10: 2.sınıfta 14 hafta süre ile 4. dönemde verilen eğitim programına örnekler

Dersin Adı	Dersin İçeriği
Antrenman Bilgisi II	Antrenmanın biomotor özelliklerinin prensiplerinin öğrenilmesi
Antrenörlük Metodolojisi	Ülkemizde altyapı programlarındaki farklılıkların, eksiklik ve yanlışlıkları inceleyerek doğru ve standart bir programlar sayesinde antrenman-eğitim süreçlerini düzenlemek
Uzmanlık Dalı Temel Eğitim Devresi Çalışmaları	Branşa yönelik temel spor becerilerinin uygulama ve antrenmanda kullanıma yönelik öğretim ve danışmanlık yapabilecek eğitimcilik bilgi ve becerilerini kazandırma.
Sporda Beceri Öğrenimi	Spor becerilerinin öğrenilmesinin temel doğasını, hareket öğrenim ve stratejisini, beceri analiz, öğrenme ve öğretim durumlarını, becerilerin öğrenim ve performansında kişisel farklılıkları anlama değerlendirme.
Spor Travmatolojisi	Sporda karşılaşılan kas-iskelet sistemi rahatsızlıklarını kavramak; tedavi basamaklarını değerlendirmek
Uzmanlık IV Teknik/Taktik	Teknik ve taktiklerinin öğretilmesi ve uzmanlaşmaya yönelik yetiştirilmesi

Tablo 11: 3.sınıfta 14 hafta süre ile 5. dönemde verilen eğitim programına örnekler

Dersin Adı	Dersin İçeriği
Spor Pedagojisi	Antrenör adaylarına spor becerilerinin öğretim ve antrenmanın yapıldığı her durumda öğretim ve danışmanlık yapabilecek eğitimcilik bilgi ve becerilerini kazandırma amaçlanmıştır
Antrenman Bilgisi III	Antrenman periyotlaması ve çocuk antrenmanlarında performans geliştirme antrenmanlarını hazırlayabilecek antrenörlük bilgi ve becerilerini kazandırma.

Sportif Rehabilitasyon	Sportif Rehabilitasyonun önemini ve spora dönüş kriterlerinin oluşması için yapılacak tedavi yöntemlerini öğretmek
Uzmanlık Dalı Özel Antrenman Teknikleri II	Branşa yönelik spor becerilerinin uygulama ve antrenmanda kullanıma yönelik öğretim ve danışmanlık yapabilecek eğitimcilik bilgi ve becerilerini kazandırma.
Uzmanlık Dalı Antrenman Uygulamaları ve Gözlemi	Branşa özgü antrenman periyotlaması hazırlayabilecek antrenörlük bilgi ve becerilerini kazandırma.
Uzmanlık V Teknik/Taktik	Teknik ve taktiklerinin öğretilmesi ve uzmanlaşmaya yönelik yetiştirilmesi

Tablo 12: 3.sınıfta 14 hafta süre ile 6. dönemde verilen eğitim programına örnekler

Dersin Adı	Dersin İçeriği
Bilgi Destekli Araştırma Yöntemleri	Araştırma yöntem ve istatistik yöntemleri öğrenmek
Performans Fizyolojisi	Elite spor performansının fizyolojik öğelerini anlamak ve ölçebilmek
Dayanıklılık Antrenmanı	Farklı yaş gruplarında fizyolojik, biyolojik ve psikolojik özelliklere göre dayanıklılık niteliğini geliştirme özellikleri
Kuvvet Antrenmanı	Kuvvet antrenmanının teori ve uygulamalarını öğretmek
Sürat Çabukluk ve Çeviklik Antrenmanı	Sürat, Çabukluk ve Çeviklik Antrenmanı ile ilgili temel bilgilerin aktarılması
Uzmanlık Dalı Özel Antrenman Teknikleri	Branşa yönelik spor becerilerinin uygulama ve antrenmanda kullanıma yönelik öğretim ve danışmanlık yapabilecek eğitimcilik bilgi ve becerilerini kazandırma.
Uzmanlık VI Teknik/Taktik	Teknik ve taktiklerinin öğretilmesi ve uzmanlaşmaya yönelik yetiştirilmesi

Üçüncü sınıfta antrenör adayı, branşına özgü antrenman hazırlamaya ve antrenman uygulamalarına yoğunlaşmıştır. Öyle ki üçüncü sınıfın ikinci döneminde antrenör adayı sürat antrenmanı dersini 14 hafta boyunca alarak bu

alandan uzmanlaşmaktadır. Diğer dersler içinde aynı özellikler geçerlidir. Antrenör adayı 3. Sınıfın sonunda antrenörlük belgesi alacağı branşa özgü antrenörlük eğitiminde ise, 6 x 14 haftalık eğitim tamamlamış olmaktadır.

Tablo 13: 4.sınıfta 14 hafta süre ile 7. dönemde verilen eğitim programına örnekler

Dersin Adı	Dersin İçeriği
Spor Bilimlerinde Araştırma	Spor bilimleri bilgi üretimi için yöntemleri öğrenmek ve uygulamak için bir hipotez formüle etme ve bu alandaki bilgi oluşturmak için ilgili araştırma yapmak.
Uzmanlık Dalı Antrenörlük Uygulaması	Spor kulüplerinde antrenörlük yapabilmek için gerekli beceri ve gözlemlerin yapılması
Uzmanlık Dalı Özel Antrenman Teknikleri	Branşa yönelik spor becerilerinin uygulama ve antrenmanda kullanıma yönelik öğretim ve danışmanlık yapabilecek eğitimcilik bilgi ve becerilerini kazandırma.
Uzmanlık VII Teknik/Taktik	Teknik ve taktiklerinin öğretilmesi ve uzmanlaşmaya yönelik yetiştirilmesi

Tablo 14: 4.sınıfta 14 hafta süre ile 8. dönemde verilen eğitim programına örnekler

Dersin Adı	Dersin İçeriği
Spor Bilimlerinde Araştırma Uygulaması	Spor bilimleri bilgi üretimi için yöntemleri öğrenmek ve uygulamak için, bir hipotez formüle etme ve bu alandaki bilgi oluşturmak için ilgili araştırma yapmak.
Spor Masajı	Öğrencilere genel masaj bilgilerini uygulamalı olarak öğretmek ve spor alanında kullanmak
Sporda Yönetim Organizasyonu	Bu dersin amacı spor yönetimi kavramını tanımlayarak, spor organizasyonlarına farklı açılardan yaklaşımları gözden geçirmek ve etkili bir spor yönetimi için gerekli olan beceri fonksiyon ve vasıfları belirlemektir.
Uzmanlık Dalı Gözlem Ölçme ve Değerlendirme	Ölçme gözlem yoluyla spor branşının hareket ve teknik analizi yapılarak performans gelişimini sağlayacak programların geliştirilmesi

Uzmanlık Dalı Antrenörlük Uygulaması	Spor kulüplerinde antrenörlük yapabilmek için gerekli beceri ve gözlemlerin yapılması
Uzmanlık Dalı Özel Antrenman Teknikleri	Branşa yönelik spor becerilerinin uygulama ve antrenmanda kullanıma yönelik öğretim ve danışmanlık yapabilecek eğitimcilik bilgi ve becerilerini kazandırma.
Uzmanlık VIII Teknik/Taktik	Teknik ve taktiklerinin öğretilmesi ve uzmanlaşmaya yönelik yetiştirilmesi

4 yılın sonunda uzun bir eğitimden geçen antrenör adayları mezun olarak antrenörlük yapmaya hak kazanırlar. Birinci bölümde elit ve lider antrenörlükten bahsederken eğitimlerinin kalitesinden bahsettik. Tablolardaki koyu ile yazılan dersler antrenörlük branşındaki uzmanlık alan dersleridir ve her dönemde 14 hafta süre ile verilir. Derslerin her biri haftada 2-8 saat arası değişmektedir.

Ülkemizdeki spor bilimleri alanındaki öncü üniversitemizden birisi olan Marmara Üniversitesindeki eğitime bakıldığında teorik ve pratik uygulamaların harmanlanarak kademe kademe dönemlere yayılarak antrenör adaylarına eğitim verildiği görülmektedir. Ülkemizde spor bilimleri fakültesi adı altındaki ciddi yapılanmalar ve müfredat yenilikleri uluslararası akreditasyonlar üniversitelerde verilen antrenörlük eğitimi bir adım öne çıkarmaktadır.

Spor bilimleri fakülteleri antrenörlük eğitimi bölümü dışında kalan, beden eğitimi ve spor öğretmenliği, spor yöneticiliği, rekreasyon bölümlerinden mezun olanlara en az bir yarıyıl dersini almış olmak koşulu ile bir branşta 1.kademe (yardımcı antrenör) antrenörlük belgesi alma hakkı verilmiştir.

Antrenörlük eğitimi lisans mezunu aday antrenörler ise uzmanlaştıkları alanda III. Kademe (Kıdemli Antrenör) Antrenörlük belgesi almaya hak kazanırlar Antrenörlük Yönetmeliğine göre de belirli bir süre ve gelişim seminerlerini takip ettikçe kademe yükselme hakkı verilir. En yüksek kademedeki antrenörlük 5.kademe antrenörlüktür.

2. Gençlik ve Spor Bakanlığınca Verilen Antrenörlük Eğitimi

Gençlik ve Spor Bakanlığı alt birimlerinden “Spor Eğitimi ve Araştırmaları Daire Başkanlığı” tarafından antrenörlük, spor kondisyonerliği, spor masörlüğü eğitimleri verilmektedir. Antrenörlük Kurslarına katılım, verilecek eğitim 4 Aralık 2019 cumartesi günü 30978 sayı ile resmi gazetede yayınlanarak yürürlüğe giren ve halen geçerliliği olan “Antrenör Eğitim Yönetmeliği” çerçevesinde belirlenmiştir.

2.1. Antrenör Eğitim Yönetmeliği

Resmî Gazetede yayımlanan bu yönetmelik 4 Aralık 2019 Cumartesi günü 30978 sayı ile yürürlüğe girmiştir. Yönetmelik dört ana bölümden oluşmaktadır. Her bölümde maddeler halinde açıklamalar yapılmıştır. Aşağıda yönetmeliği bölümleri ve açıklamaları belirtilmiştir.

Birinci Bölüm: Amaç, kapsam dayanak ve tanımlardan oluşmaktadır.

MADDE 1 – (1) Bu Yönetmeliğin amacı, ilgili spor dalına performans ve/veya rekreatif amaçlı katılan her yaştaki bireylerin eğitiminde görev alacak antrenörlerin eğitimi ve görev alanları ile ilgili usul ve esasları belirlemektir.

MADDE 2 – (1) Bu Yönetmelik, spor federasyonlarının antrenör eğitim programları ile bu programların uygulanmasına ilişkin usul ve esasları kapsar.

MADDE 3 – (1) Bu Yönetmelik, 21/05/1986 tarihli ve 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 9 uncu maddesinin onyedinci fıkrası ile 1 sayılı Cumhurbaşkanlığı Teşkilatı Hakkında Cumhurbaşkanlığı Kararnamesinin 189 uncu maddesinin birinci fıkrasının (i) bendine dayanılarak hazırlanmıştır.

MADDE 4 – (1) Bu Yönetmelikte geçen;

a) Antrenör: Gençlik ve Spor Bakanlığı ve ilgili spor federasyonlarından alınan antrenörlük belgesine sahip kişiyi,

b) Antrenörlük belgesi: İlgili spor dalında kademeler itibarıyla verilen belgeyi,

c) Antrenör eğitim programı: Kademeler itibarıyla temel eğitim ve uygulama eğitiminden oluşan programı,

ç) Antrenör eğitim talimatı: Bu Yönetmelikte belirlenen usul ve esasların uygulanmasına ilişkin uluslararası federasyonların belirlediği eğitim kriterleri de dikkate alınmak suretiyle, ilgili federasyon tarafından hazırlanıp Bakanlık tarafından onaylanarak yürürlüğe giren talimatı,

d) Bakan: Gençlik ve Spor Bakanını,

e) Bakanlık: Gençlik ve Spor Bakanlığını,

f) Eğitici: Antrenör eğitim programında görev yapmak üzere Bakanlık tarafından görevlendirilen kişiyi,

g) Eğitim kurumu: Antrenör eğitim programında görev yapmak üzere Bakanlık tarafından yetkilendirilen kurum veya kuruluşu,

ğ) Federasyon: 3289 sayılı Kanun kapsamında kurulan spor federasyonlarını,

h) Gelişim semineri: Antrenörlerin bilimsel ve teknik kapasitelerini artırmaya yönelik eğitim faaliyetlerini,

ı) Modül: Temel eğitimde derslerin oluşturduğu program birimini,

i) Protokol: Antrenör eğitim programı kapsamında yetkilendirilecek kurum ve kuruluş ile yapılacak sözleşmeyi,

j) Sezon: İlgili federasyon talimatlarında spor dalı faaliyetleri için belirlenen tarih aralığını,

k) Sınav komisyonu/komisyonları: Sınav Kurulu tarafından antrenör eğitim programı sınavlarına ilişkin iş ve işlemleri yerine getirmekle görevlendirilen komisyon/komisyonları,

l) Sınav Kurulu: Temel eğitim ve uygulama eğitimi sınavını yürütmekle görevli kurulu,

m) Temel eğitim: Kademeler itibarıyla antrenör eğitim programı kapsamında yapılan teorik eğitimi,

n) Temel eğitim sınavı: Kademeler itibarıyla antrenör eğitim programı kapsamında yapılan temel eğitim sınavını,

o) Uygulama eğitimi: Kademeler itibarıyla antrenör eğitim programı kapsamında yapılan uygulama eğitimi,

ö) Uygulama eğitimi sınavı: Kademeler itibarıyla antrenör eğitim programı kapsamında yapılan uygulama eğitim sınavını,

p) Yaygın eğitim: Uzaktan eğitim, özel amaçlı kurslar ve sertifika programlarını kapsayan eğitim türünü, ifade eder.

İkinci Bölüm: Antrenör Eğitim Programı ve Sınavlara İlişkin Esaslar belirtilmiştir.

Antrenör Eğitim Programı Duyurusu

MADDE 5 – (1) Antrenör eğitim programına katılacak aday sayısı, adayların talepleri de dikkate alınarak ilgili federasyonun görüşü doğrultusunda Bakanlık tarafından belirlenir.

(2) Antrenör eğitim programına katılacak aday sayısı ile şartları, başvuru yeri, süresi ve diğer hususlar, Bakanlık ve ilgili federasyonun internet sitesinde duyurulur.

Antrenör Eğitim Programı Başvurusu

MADDE 6 – (1) Antrenör eğitim programına katılacak adaylar, duyuruda belirtilen usule göre başvuruda bulunur.

Antrenör Eğitim Programına Katılacak Adaylarda Aranılacak Şartlar

MADDE 7 – (1) Antrenör eğitim programına katılacak adaylarda aşağıdaki şartlar aranır:

a) Türkiye Cumhuriyeti vatandaşı olmak.

b) En az lise veya dengi okul mezunu olmak.

c) Spor dallarının özelliğine göre ilgili federasyon tarafından hazırlanan antrenör eğitim talimatında belirlenen sağlık şartlarını taşımak.

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 bitirmek şartıyla spor dalının özelliğine göre ilgili federasyon tarafından belirlenen yaş sınırlamasına uygun olmak.

e) 13/7/2019 tarihli ve 30830 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Disiplin Yönetmeliği ile federasyonların disiplin veya ceza talimatlarına göre son üç yıl içinde olmak şartıyla bir defada altı aydan fazla veya toplamda bir yıldan fazla ceza almamış 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 Yönetmelik kapsamında yapılacak antrenör eğitim programlarına katılamama şeklinde uygulanır.

(3) Başvurunun ilan edilen kontenjandan fazla olması halinde, antrenör eğitim programı uygulama eğitimine katılacak olanlar, ilgili federasyonun antrenör eğitim talimatında belirleyeceği şartlar doğrultusunda sıralanır.

Antrenör Eğitim Programı

MADDE 8 – (1) Antrenör eğitim programı, federasyonların, gençlik ve spor il müdürlükleri ile sporla ilgili diğer kurum ve kuruluşların ihtiyaçları esas alınarak temel eğitim ve uygulama eğitimi olarak düzenlenir.

Temel Eğitim

MADDE 9 (1) Temel eğitim beş kademe olarak düzenlenir.

a) Bakanlık tarafından düzenlenmesi halinde eğitim ve sınavların usulü ile diğer hususlar Bakanlık tarafından,

b) Eğitim kurumu tarafından düzenlenmesi halinde, eğitim ve sınavların usulü ile diğer hususlar protokolle, belirlenir.

Uygulama Eğitimi

MADDE 10 – (1) Uygulama eğitimi, antrenörlük kademeleri arasındaki geçiş süreleri ve başvurular da dikkate alınarak her kademe için yılda en az bir kez resen veya Bakanlık talimatı üzerine ilgili federasyon, gerekli hallerde ise Bakanlık tarafından düzenlenir.

(2) Uygulama eğitimine ilişkin dersler, derslerin içerikleri, süreleri, sınavların usulü ve diğer hususlar uluslararası federasyonların belirlediği eğitim kriterleri de dikkate alınarak hazırlanan, ilgili federasyonun teklifi Bakanlığın onayı ile yürürlüğe giren antrenör eğitim talimatı ile düzenlenir.

(3) Uygulama eğitimine ilişkin başvuru, kayıt, ücret ve diğer hususlar; ilgili federasyonun teklifi ve Bakanlık onayı ile belirlenerek Bakanlık ve ilgili federasyonun internet sitesinde duyurulur.

(4) Bakanlık talimatı üzerine uygulama eğitimi düzenlemeyen federasyonların başkanı, yönetim kurulu üyeleri ve diğer kişiler hakkında ilgili mevzuat hükümleri uygulanır.

Uygulama Eğitimi Eğiticilerinin Niteliği

MADDE 11 – (1) İlgili spor dalı 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 kademe 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 12 – (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 13 – (1) Sınav Kurulu; Bakan tarafından, Bakanlık personeli arasından görevlendirilecek bir başkan, dört asıl ve aynı sayıda yedek üyeden oluşur. Sınav Kurulu, başkan ve üyelerinin tamamının katılımı ile toplanır ve kararlar oy çokluğu ile alınır. Asıl üyelerin herhangi bir nedenle katılamamaları halinde yedek üyeler tespit sırasına göre Sınav Kuruluna katılır. Sınav Kurulunun sekretarya hizmetleri Bakanlık tarafından yürütülür.

(2) Kurul, sınavlara ilişkin hususların tespit edilmesi, sınavların yapılması, yaptırılması, sonuçlarının değerlendirilmesi, ilan edilmesi, itirazların sonuçlandırılması ve sınavla ilgili diğer işlemlerin komisyon/komisyonlar marifetiyle yürütülmesinden sorumludur.

(3) 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.

(4) 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.

(5) Sınav komisyonunun sekretarya hizmetleri, ilgili federasyon tarafından yürütülür.

Sınav ve Değerlendirme

MADDE 14 – (1) Temel eğitim sınavına ilişkin hususlar aşağıda belirtilmiştir:

a) Temel eğitime ait modüllerin sınav sonuçları, yüz tam puan üzerinden ayrı ayrı değerlendirilir. Sınavlarda temel eğitim modüllerinden en az altmış ve üzeri puan alanlar, o modül için başarılı sayılır.

b) Adaylar, temel eğitim sınavında başarısız oldukları modüllerden, ilk kayıt tarihinden itibaren iki yıl içerisinde yapılacak sınavlara tekrar girebilir. Bu sürede de başarısız olan adayların temel eğitim ile ilişkisi kesilir.

c) Temel eğitim sınavına katılanlara, eğitimi düzenleyen kurum tarafından temel eğitim sınav sonuç belgesi düzenlenir.

ç) 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, tekrar uygulama eğitimi almadan sınava giremez.

c) Uygulama eğitimini tamamlayarak yapılacak sınavda başarılı olanlar, bu Yönetmelikte aranan diğer şartları taşımaları halinde ilgili kademede antrenörlük belgesi almaya hak kazanır.

Sınav Sonuçlarına İtiraz

MADDE 15 – (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 16 – (1) Bakanlık veya ilgili federasyon, her kademedeki antrenörlere yönelik ulusal veya uluslararası antrenör gelişim semineri düzenleyebilir.

(2) Ulusal veya uluslararası kurum ve kuruluşlar tarafından düzenlenen seminerler, Bakanlık tarafından bu Yönetmelik kapsamında antrenör gelişim semineri olarak kabul edilebilir.

Müsabakası Yapılmayan Spor Dalları

MADDE 17 – (1) Müsabakası yapılmayan ve antrenörlük kapsamı dışında kalan her türlü rekreatif amaçlı fiziksel ve zihinsel egzersizleri içeren eğitim programlarının uygulanmasında görev alan kişilerin eğitimleri ve görev alanları ile ilgili usul ve esaslar, ilgili federasyonun teklifi ve Bakanlığın uygun görüşü doğrultusunda eğitim talimatı ile düzenlenir.

Üçüncü Bölüm: Antrenör Eğitim Programı ve Sınavlara İlişkin Esaslar belirtilmiştir.

Bu bölümde antrenörlük belgesi kademeleri, belgelerin görev tanımları, geçiş işlemleri, hak ve muafiyetler, belgenin verilmesi ve iptaline ilişkin maddeler belirtilmiştir.

Antrenörlük Kademeleri ve Görev Tanımları

MADDE 18 – (1) İlgili spor dalında antrenörlük belgesine sahip olanların kademe ve görev tanımları aşağıda belirtilmiştir:

a) Yardımcı antrenör (birinci kademe): Üst kademe antrenör nezaretinde spor faaliyetine katılanlara yardımcı olmak.

b) Temel antrenör (ikinci kademe): Minikler ve yıldızlar kategorisinde antrenmanı planlamak, uygulamak ve değerlendirmek.

c) Kıdemli antrenör (üçüncü kademe): Tüm yaş kategorilerinde ve milli takımlarda antrenmanı planlamak, uygulamak, değerlendirmek ve sporcunun kariyer planlamasına yardımcı olmak.

ç) Başantrenör (dördüncü kademe): Tüm yaş kategorilerinde ve milli takımlarda orta vadeli antrenman programlarını planlamak, uygulamak,

değerlendirmek, analiz etmek, güncellemek ve sporcuların kariyer planlanmasında yardımcı olmak.

d) Teknik direktör (beşinci kademe): Tüm yaş kategorilerinde ve milli takımlarda koordinatörlük yapmak, orta ve uzun vadeli antrenman programları planlamak, uygulanmasını sağlamak, denetlemek, değerlendirmek, analiz etmek ve stratejiler geliştirmek, istenildiğinde Bakanlığa ve ilgili federasyona rapor hazırlamak ve sporcuların kariyer planlamasına yardımcı olmak.

Antrenör Eğitim Programı Kademeleri Arasında Geçiş İşlemleri

MADDE 19 – (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) Baş antrenör (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; baş antrenörlük belgesine sahip, belge tarihi üzerinden en az iki yıl geçen ve baş antrenörlük belgesine sahip olduktan sonra en az iki gelişim seminerine katıldığını belgeleyen antrenörlere, yönelik düzenlenen eğitimidir.

Üniversitelerin Spor Bilimleri Alanı Lisans Eğitimi Mezunları Hak ve Muafiyetleri

MADDE 20 – (1) Üniversitelerin spor bilimleri alanında lisans eğitimi veren fakülte veya yüksekokullarının antrenörlük eğitimi bölümü/programı mezunlarının hak ve muafiyetleri aşağıdaki gibidir:

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

b) İhtisas/uzmanlık spor dalı haricinde en az bir dönem eğitim alanlar, tercih edeceği yalnızca bir spor dalında yardımcı antrenörlük belgesi almaya hak kazanır.

c) Bu fıkra kapsamındakiler, mezuniyet tarihinden itibaren dört yıl boyunca kıdemli antrenörlük ve temel antrenörlük kademelerindeki temel eğitim ve sınavlarından muaftır.

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

a) İlgili spor dalında en az iki dönem eğitim aldığını belgeleyenler, temel eğitim ve sınavından muaf olup, tercih edeceği yalnızca bir spor dalında ilgili federasyon tarafından açılan uygulama eğitimi ve sınavına katılarak başarılı olmaları halinde temel antrenörlük belgesi almaya hak kazanır.

b) İlgili spor dalında en az bir dönem eğitim alanlar, tercih edeceği yalnızca bir spor dalında yardımcı antrenörlük belgesi almaya hak kazanır.

c) Bu fıkra kapsamındakiler, mezuniyet tarihinden itibaren dört yıl boyunca 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 ilgili federasyon tarafından açılan uygulama eğitimi ve sınavlarına katılarak başarılı olmaları halinde, durumlarına uygun antrenörlük belgesi almaya hak kazanır.

(6) Spor akademisinden mezun olanlar, ihtisas/uzmanlık dalında eğitim enstitülerinin beden eğitimi bölümlerinden mezun olanlara ise ağırlıklı olarak

eğitim gördükleri basketbol, voleybol, hentbol, cimnastik ve atletizm spor dallarından sadece bir spor dalında temel antrenörlük belgesi almaya hak kazanır.

MADDE 21 (1) Üniversitelerin Türk musikisi Devlet konservatuvarı, Devlet konservatuvarı Türk halk oyunları bölümü ile modern dans bölümü lisans mezunları eğitim gördükleri spor dalında temel antrenörlük belgesi almaya hak kazanır.

Başarılı sporcu ve antrenörlerinin hak ve muafiyetleri

MADDE 22 – (1) Sporculardan;

- a) Olimpiyat, paralimpik ve deaflimpik oyunlarında birinci olanlar,
- b) Olimpiyat, paralimpik ve deaflimpik oyunlarında en az iki madalya alanlar,
- c) Olimpiyat, paralimpik ve deaflimpik oyunlarında bir madalya alan ve büyükler Dünya şampiyonasında birinci olanlar,
- ç) Olimpik spor dallarında en az iki defa büyükler Dünya şampiyonasında birinci olanlar, başarılı oldukları spor dalında teknik direktörlük kademesinde antrenör eğitim programına katılmaya hak kazanır.

(2) Sporculardan;

- a) Olimpiyat, paralimpik ve deaflimpik oyunlarında ikinci veya üçüncü olanlar,
- b) Olimpik spor dallarında büyükler Dünya şampiyonalarında en az iki madalya alanlar, başarılı oldukları spor dalında baş antrenörlük kademesinde antrenör eğitim programına katılmaya hak kazanır.

(3) Sporculardan;

- a) Olimpik spor dallarında büyükler dünya şampiyonalarında ve büyükler Avrupa şampiyonalarında en az birer madalya alanlar,
- b) Olimpik spor dallarında büyükler Avrupa şampiyonalarında en az bir birincilik şartıyla iki madalya alanlar,
- c) Avrupa Oyunlarında en az iki madalya alanlar, başarılı oldukları spor dalında kıdemli antrenörlük kademesinde antrenör eğitim programına katılmaya hak kazanır.

(4) Sporculardan;

- a) Olimpik spor dallarında büyükler Avrupa şampiyonalarında en az iki madalya almak,
- b) Akdeniz oyunları veya Universiade oyunlarında en az iki madalya almak,
- c) Paralimpik, deaflimpik ve uluslararası olimpiyat komitesinin tanıdığı branşlardan dünya şampiyonalarında sıkletinde veya branşında farklı en az yedi ülke sporcusunun katılması şartıyla iki madalya almış olmak, şartıyla başarılı oldukları spor dalında temel antrenörlük kademesinde antrenör eğitim programına katılmaya hak kazanır.

(5) Yukarıda sayılan başarılı sporcuların, başarı kazanılan müsabakada fiilen görev alan milli takım antrenörleri de bu madde kapsamındaki hak ve muafiyetlerden yararlanır.

(6) Uluslararası spor organizasyonları (A) sınıfı milli sporcu kategorilerinde mücadele eden sporcular ile antrenörlerinin millilik sayılarına göre muafiyet işlemleri, ilgili federasyonun teklifi, Sportif Değerlendirme ve Geliştirme Kurulunun uygun görüşü ve Bakan onayı ile düzenlenir.

(7) Paralimpik ve deaflimpik oyunlarında madalya alan sporculara ve antrenörlerine yalnızca kendi spor dallarında açılacak antrenör eğitim programlarında muafiyet sağlanır.

Ortaöğretim Mezunlarının Hak ve Muafiyetleri

MADDE 23 – (1) Spor liselerinden mezun olanlara eğitim gördüğü yalnızca bir spor dalında, diğer ortaöğretim kurumlarından mezun olanlara ise ders müfredatlarının temel eğitim derslerine uygunluğu halinde yalnızca eğitim gördüğü bir spor dalında yardımcı antrenörlük belgesi almaya hak kazanır.

Antrenörlük belgesi

MADDE 24 – (1) Antrenörlük belgesi;

a) Antrenörlük eğitim programını tamamlayarak yapılacak sınavlarda başarılı olanlara,

b) Üniversitelerin spor bilimleri alanında lisans eğitimi veren fakülte veya yüksekokullarından mezun olanlara,

c) Üniversitelerin Türk Musikisi Devlet Konservatuvarı, Devlet Konservatuvarı Türk Halk Oyunları Bölümü ve Modern Dans Bölümü lisans mezunu olanlara,

ç) 23 üncü maddedeki şartları sağlayanlara, ilgili federasyona başvurmaları ve 7 nci maddede yer alan şartları taşımaları kaydıyla Bakanlık onayı ile verilir.

Antrenörlük belgesi denklik işlemleri

MADDE 25 – (1) Yurtdışından alınan antrenörlük belgelerinin denklik işlemleri; ilgili federasyonun bağlı olduğu uluslararası federasyon veya federasyonlar birliği tarafından tanınan uluslararası kurum ve kuruluşlardan alınan antrenörlük belgelerinin denklik işlemleri; federasyon eğitim kurulunun gerekçeli teklifi, yönetim kurulunun kararı ve Bakanlığın uygun görüşü üzerine, uygun kademedeki uygulama eğitimi ve sınavında başarılı olunması şartıyla takdiren gerçekleştirilir.

(2) Yurtdışından alınan antrenörlük belgelerinin denklik işlemleri;

a) Mülga 17/8/1987 tarihli ve 19547 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Antrenör Eğitim Yönetmeliğinden önce alınan belgelerin denklik işlemleri, ilgili

federasyon eğitim kurulunun gerekçeli teklifi, yönetim kurulunun kararı ve Bakanlığın uygun görüşü üzerine gerçekleştirilir.

b) Mülga 17/8/1987 tarihli ve 19547 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Antrenör Eğitim Yönetmeliğinin yürürlük tarihi ile 16/8/2002 tarihli ve 24848 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Antrenör Eğitim Yönetmeliğinin yürürlük tarihi arasında alınan belgelerin denklik işlemleri;

- 1) Temel çalıştırıcı (monitör) belgesine sahip olanlara yardımcı antrenör,
- 2) I. kademe antrenör belgesine sahip olanlara temel antrenör,
- 3) II. kademe antrenör belgesine sahip olanlara kıdemli antrenör,
- 4) III. kademe antrenör belgesine sahip olanlara ilgili federasyon eğitim kurulunun gerekçeli teklifi, yönetim kurulunun kararı ve Bakanlığın uygun görüşü üzerine başantrenör veya teknik direktör, kademesinde gerçekleştirilir.

Anadolu Üniversitesi esertifika internet sitesinde belirtildiği üzere, yukarıda bahsettiğimiz ve açıkladığımız 2019 yılında yayımlanan antrenör eğitimi yönetmeliği kapsamına giren, tüm spor dallarında, federasyonlar tarafından açılacak olan her türlü kademedeki antrenörlük eğitimleri için, temel eğitim planlamak üzere bu protokol düzenlenmiştir.

Ayrıca verilmesi planlanan temel eğitimi ve sonunda başarılı olup olmadığını belirleyecek olan sınavın düzenli ve etkin biçimde uygulanması, yapılan sınav sonucunda temel eğitim sınav sonuç belgesinin düzenlenmesi şeklinde bahsi geçen hususlara ilişkin usul ve esasları belirlemek için bakanlık ve eğitim kurumu olan Anadolu Üniversitesi birlikte çalışmaktadır.

Bu kapsamda Anadolu Üniversitesi tarafından antrenör adaylarına yönelik beş kademedен oluşan ve teorik eğitimleri içeren “Antrenör Temel Eğitimi Programları” hazırlanmıştır. Bu programlar ile antrenör adaylarına temel (teorik) eğitim verilmesi ve bu eğitimin sertifikalandırılması amaçlanmaktadır. Pandemi döneminde uzaktan yapılan sınavlar, pandemi sonrası yüz yüze yapılmaktadır.

Yönetmelikte de belirtilen 5 kademeli temel eğitim içerisinde verilen dersler aşağıdaki tabloda verilmiştir. Bu derslerin içeriğine ait hazırlanan kitaplar ve internet ortamındaki hali adaya eğitim öncesinde ulaştırılır. Derslerin konuları içeriği ve zorluk dereceleri antrenörlük kademesine göre tasarlanmıştır.

Tablo 14: Antrenörlük programlarına göre temel eğitimde verilen dersler

Program	Temel Eğitimde Verilen Dersler
1.Kademe Antrenör Temel Eğitimi	Spor ve Sağlık Bilimleri I
	Hareket ve Antrenman Bilimleri I
	Spor Yönetimi I
	Sporda Öğrenme ve Öğretme I
	Sporda Psikososyal Alanlar I
2.Kademe Antrenör Temel Eğitimi	Spor ve Sağlık Bilimleri II
	Hareket ve Antrenman Bilimleri II
	Spor Yönetimi II
	Sporda Öğrenme ve Öğretme II
	Sporda Psikososyal Alanlar II
3.Kademe Antrenör Temel Eğitimi	Spor ve Sağlık Bilimleri III
	Hareket ve Antrenman Bilimleri III
	Spor Yönetimi III
	Sporda Öğrenme ve Öğretme III
	Sporda Psikososyal Alanlar III
4.Kademe Antrenör Temel Eğitimi	Spor ve Sağlık Bilimleri IV
	Hareket ve Antrenman Bilimleri IV
	Spor Yönetimi IV
	Sporda Öğrenme ve Öğretme IV
	Sporda Psikososyal Alanlar IV
5.Kademe Antrenör Temel Eğitimi	Spor ve Sağlık Bilimleri V
	Hareket ve Antrenman Bilimleri V
	Spor Yönetimi V
	Sporda Öğrenme ve Öğretme V
	Sporda Psikososyal Alanlar V

81 ilden herkesin rahatlıkla duyurulara ulaşabileceği ve rahatlıkla başvuru yapabileceği internet ortamı ve alt yapısı düzenlenmiştir. E-Kampüs Portalı üzerinden sunulan e-öğrenme malzemeleri, <https://ekampus.anadolu.edu.tr>

adresinde yer alan “Anadolu Üniversitesi Ders Çalışma Platformu” üzerinden sunulmaktadır. Sisteme cep telefonları, tablet, laptop ve masaüstü cihazlarla erişim oldukça kolaylaştırılmıştır. Gençlik ve Spor Bakanlığı teknolojiyi kullanarak tüm adayların rahat ulaşmasını sağlamaktadır. Materyaller ile sınavlara hazırlanan antrenör adayları için online başvuru imkanı sağlayarak ve ülkenin tüm illerinde sınav yaparak, adaylara kolaylık sağlamaktadır. Akademik takvim yine internet ortamından açıklanarak, başvurular, sınavların tarihi önceden antrenörlük eğitimi almak isteyen adaylara belirtilmektedir.

3. Türkiye Futbol Federasyonu Antrenörlük Eğitimi

Bu bölümde futbola farklı bir başlık açmamın nedeni diğer branşlara ait Gençlik ve Spor Bakanlığının uygulamalarından farklı bir uygulama ile antrenörlük eğitiminin verilmesidir. Futbol federasyonumuz, UEFA’ya bağlı hareket ederek UEFA-JIRA ‘nın belirlediği standartlarda antrenörlük eğitimi vermektedir. Futbolda, diğer branşlarda olduğu gibi kademeler ve isimleri farklıdır.

Bu yüzden federasyon özerk yapısı ile UEFA’dan aldığı talimatlar doğrultusunda kendi “antrenörlerin eğitim ve sınıflandırılması talimatını” oluşturarak hareket etmektedir. Türkiye Futbol Federasyonunun açtığı antrenörlük eğitim programları aşağıdaki gibi düzenlenmektedir.

Tablo 15: Türkiye Futbol Federasyonu antrenör eğitim programları ve süreleri

Programın Adı	Süresi
UEFA PRO Lisans Antrenör Eğitim Programı	En az 360 saatlik ders
UEFA Elit Genç A Lisanslı Antrenör Eğitim Programı	En az 120 saatlik ders
UEFA A Lisans Antrenör Eğitim Programı	En az 180 saatlik ders
UEFA B Lisans Antrenör Eğitim Programı	En az 120 saatlik ders
UEFA B/A Birleşik Lisans Antrenör Eğitim Programı	En az 300 saatlik ders
Atletik Performans Antrenör Lisansı Ant. Eğitim Programı	En az 160 saatlik ders
UEFA Futsal B Antrenör Eğitim Programı	En az 120 saatlik ders

TFF A Kaleci Antrenörü Lisansı Antrenör Eğitim Programı	En az 120 saatlik ders
TFF B Kaleci Antrenörü Lisansı Antrenör Eğitim Programı	En az 30 saatlik ders
TFF Grassroots C Lisans Antrenör Eğitim Programı	En az 60 saatlik ders
Maç Analiz Antrenör Lisansı Sertifika Programı	-
Oyuncu ve Maç İzleme Antrenör Lisansı Sertifika Programı	-
TFF Plaj Futbolu Antrenör Lisansı Sertifika Programı	-
TFF Engelli Futbolu Antrenör Lisansı Sertifika Programı	-
TFF Çocuk Futbolu Antrenör Lisansı Sertifika Programı	-
TFF Futsal Antrenör Lisansı Sertifika Programı	-
Antrenör Eğitimcisi Lisansı Eğitim Programı	-

Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü “Futbol Uzmanlık” mezunu öğrenciler için Türkiye Futbol Federasyonu TFF Grassroots C Lisansı denkliği vermektedir. Mezun olmayanlara 60 saatlik eğitim ile verilen belgenin, 112 haftada 300 saatten fazla futbol eğitimi alan mezunlara da veriliyor olması halen tartışma konusudur. TFF’nin kriterler koyarak bu eğitimi veren bazı üniversitelere akreditasyon getirmesinin gerektiği inancındayım. Ancak TFF’de verilen futbol uzmanlık derslerinin kim tarafından hangi müfredat tarafından verildiğini, bir standart olup olmadığını bilmediği için ayrıca UEFA sisteminin bunu kabul edip etmeyeceğinin garantisi olmadığından planlama da yapamamaktadır. Bu durumda mağdur olduğu düşünülen mezunların üniversitelerde aldığı kaliteli ve iyi bir eğitimin varlığı düşünülünce, TFF tarafından mezunlara hemen sonra UEFA standartlarında özel bir eğitime tabi tutularak en az UEFA B belgesinin verilmesi önerilmektedir.

4. Avrupa’da Antrenörlük Sistemi ve Eğitimi

Spor ortamındaki taleplerin artmasıyla birlikte Avrupa’daki tüm ülkelerde antrenör yetiştirme ve talepleri karşılama konusunda çalışmalar devam etmektedir. Üniversitelerdeki antrenörlük eğitimleri, federasyonların etkili antrenör yetiştirme programları devamlı gözden geçirilmektedir. Hükümetler,

spor federasyonları, bağlı oldukları Avrupa spor federasyonları, aşağıdaki maddelerde ortak düşüncede birleşmiş ve ilerlemektedir.

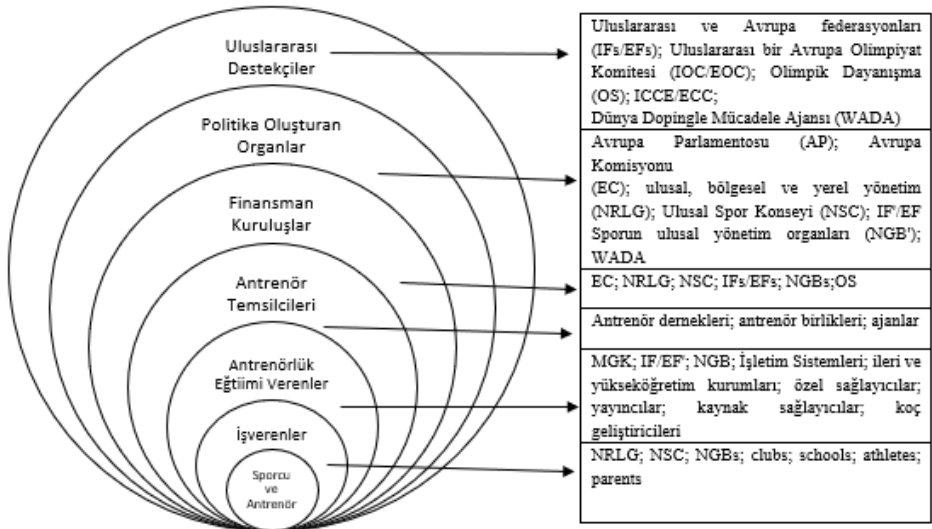
a-Antrenör kavramı, rolleri, içinde bulunacağı spor ortamının genel spor stratejileri, antrenörlerin statülerinin belirlenmesi gerekmektedir.

b-Çocuklar başta olmak üzere spora katılım sağlayanların ve spor ortamının güvenliği ve kalitesini artırmak için antrenörlük kavramının bir standartta düzenlenmesi gerektiği düşünülmektedir.

c-Avrupa ve ulusal spor federasyonlarının antrenörlük gelişimini düzenleyici veya gelişimi teşvik etmeye yönelik politikaları ve programların olması gerektiği düşünülmektedir.

d-Kadınların antrenörlüğe teşvik edilmesi, eğitimleri ve gelişimleri hakkında stratejiler belirlenmesi gerekmektedir.

Avrupa’da farklı branş eğitimlerinde bir standart oluşturulmaya çalışılmaktadır. Ancak bu durum ülkeden ülkeye farklılıklar göstermektedir. Bu yüzden tüm kıtada uygulanan tek bir program halen oluşturulamamıştır. Ancak Avrupa’da antrenörlük sistemi şekillenmiştir.



Şekil 5: Avrupa’da antrenörlük sisteminin grafiksel gösterimi (43).

Bu sistemde belirtilen bileşenler, spor ortamını oluşturan bileşenlerdir. Antrenörlük sistemi tarif edilirken bu bileşenlerin birlikteliğinden bahsedebilir. Avrupa ülkelerindeki antrenörlük sisteminde bileşenler aynı olsa bile, etkileşim düzeyleri, siyasi, kültürel ve ekonomik yapılarındaki değişiklikler nedeniyle farklılıklar gösterdiği belirtilmiştir. Antrenörün yeterlilik çerçevesi, ulusal

mevzuat, finansman akışları ve sporun genel yapısı, ülke sistemi, antrenör sisteminin tanımlanmasında büyük rol oynamaktadır (44).

Örnek verecek olursak, Almanya’da daha derli toplu bir yapı söz konusudur. Spor ortamı tabanda spor ortamı, elit seviyede spor ortamı, uluslararası spor ortamı olarak üç blokta, Alman Spor ve Olimpik Konfederasyonu çatısı altında tek elden yürütüldüğü bir sistemdir. DOSB kısaltması ile konfederasyona bağlı yaklaşık 88.000 spor kulübünden 27 milyonun üzerinde üyelik bulunmaktadır. DOSB üye kuruluşları, 16 bölgesel spor federasyonu, 65 merkez birlik ve özel görevleri olan 20 spor birliğidir.

Buna karşılık, İngiltere çok daha dağınık bir sisteme sahiptir, Birleşik Krallık 4 bölgede İngiltere, Galler, İskoçya, Kuzey İrlanda’da tabandan, seçkinler ve İngiliz Olimpiyatları da dâhil olmak üzere çok sayıda organizasyona bölünmüş uluslararası spor organizasyonları, komiteler, dernekler, konseyler bulunmaktadır.

Avrupa’nın spor alanında gelişmiş ülkelerinde antrenörlük eğitiminin bir standartta ulaşma çalışmaları devam etmektedir. Elbette ki bunun en büyük nedeni yukarıda bahsettiğimiz ülkelerdeki yapısal farklılıklar olabilir. Örneğin, Fransa’da üzerinde çalışılmış geniş yapıya sahip bir sistem görülmektedir. Fransa’da antrenörlük faaliyetleri tek bir sisteme kaydedilir. İngiltere’de bu yapı sağlanamamıştır.

Avrupa’da antrenörlük faaliyetlerinde gönüllülük faaliyetleri oldukça yoğun bir yer tutmaktadır. Avrupa’da gönüllülük spor faaliyetleri yoğun olarak görülmektedir. 2010 yılında yapılan bir araştırmada Avrupa Birliği genelinde spor sektörünün Avrupa’nın en büyük gönüllülük faaliyeti alanı olduğu ortaya konulmuştur.

Özellikle spor gönüllülüğü istatistiklerine bakıldığında, gönüllülerin %73’ü antrenörlük faaliyetlerine katıldığı belirtilmektedir. Bu yüksek veriye rağmen, spor kulüpleri, antrenörlük pozisyonu için eğitilmiş ve profesyonel antrenörleri tercih etmektedir. Avrupa Birliğinde antrenörlerin çoğu gönüllü olsa da 3,5 milyon üzerinde nitelikli antrenörün bulunduğu belirtilmektedir. Verilere bakıldığı zaman yüksek sayıdaki gönüllü antrenörlük sistemi ve yarı veya tam zamanlı çalışan nitelikli antrenör sayısının yüksekliği ile Avrupa ülkelerinde birçok ülkenin gönüllü, yarı zamanlı ve tam zamanlı antrenörlerden oluşan melez bir modele sahip olduğunu belirtebiliriz.

Avrupa antrenörlük sisteminde kadın antrenör istihdamı konusunda ülkeler arasında sayısal farklılıklar görülmektedir. Ülkeler arasında önemli farklılıklar olmasına rağmen, kadınların tüm seviyelerde antrenörlükte önemli ölçüde yetersiz temsil edildiğini düşünmekteyim. Yapılan araştırmalarda on Olimpiyat antrenöründen yalnızca biri kadındır (45). Birleşik Krallıkta elit seviyedeki beş antrenörden biri kadındır (46). Almanya spor ortamında yüksek performanslı

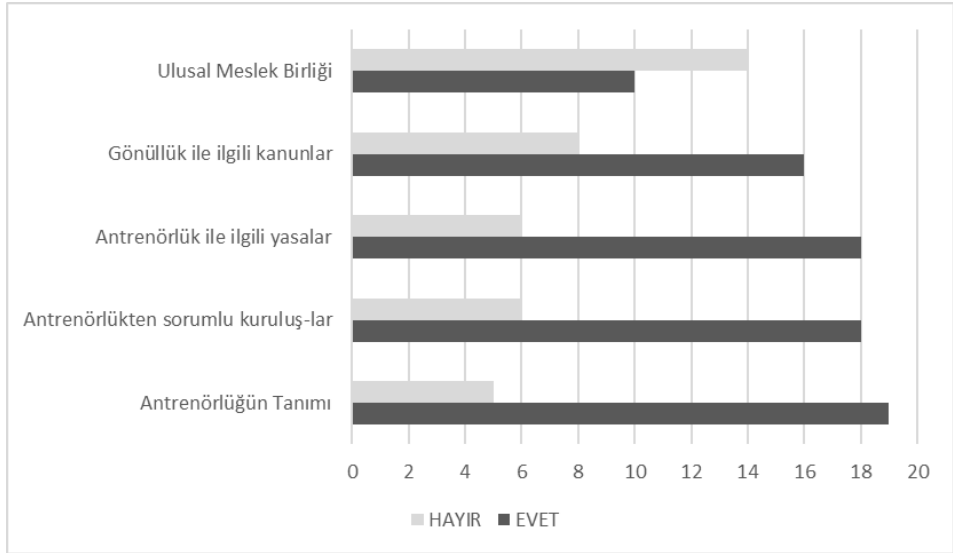
antrenörlerin %10'u ve profesyonellerin %13'ü, Finlandiya'da takım sporlarında baş antrenör rollerinin üçte biri kadın antrenördür(47).

Avrupa'da da tüm dünyada olduğu gibi sporun içerisinde kadın antrenörlerin eğitimi, istihdamı ve çalışmaları konusunda önlerine engeller çıktığı düşünülmekte ve bu eşitsizliği ortadan kaldıracak çalışmalar yapılmaktadır. Bu hususta birçok spor organizasyonu kadınların katılımını teşvik etmektedir.

Araştırmalar, sporun erkek egemen doğası, koçlukdaki eksiklikler de dâhil olmak üzere koçlukta kadınların önünde çok sayıda sistematik ve toplumsal engel olduğunu gösteriyor. Bu engeller, eğitim fırsatlarının eksikliği, bazen de kadınlardaki “düşük öz yeterliliğe, düşük algılanan güven olduğu belirtilmektedir. (48).

Avrupa'daki antrenörlük sistemini ve ülkelerin spor politikalarını anlamlandırmak için önemli literatür çalışmaları yapılmış ve yukarıda konunun başında maddeler halinde sunduğumuz ana başlıklar ile ilgili veriler elde edilmiştir. Bu bağlamda aşağıdaki tablolar ile Avrupa'daki sistem özetlenmeye çalışılmıştır.

Tablo 16: Avrupa'daki antrenörlük sistemleriyle ilgili sonuçların özeti (49).



Tablo 16 incelendiğinde, en alt satırda görüldüğü üzere birçok Avrupa ülkesi antrenörlük tanımına sahiptir. İkinci satırda Antrenörlükten sorumlu kuruluşların varlığı araştırılmış, Birçok Avrupa ülkesinde antrenörlükten sorumlu kuruluşların olduğu görülmektedir. Altan yukarı 3 satır ülkelerin bir antrenörlük yasasının olup olmadığının özeti. Araştırmaya 18 Avrupa ülkesi özel olarak ilgili yasalara sahip olduğunu bildirmiştir (49) Az gibi görünse de birçok ülke, antrenörlük, iş düzenlemeleri, eğitim, çocuk koruma gibi konular için mevzuatlara sahiptir.

Antrenörlerin ülkelerinde ulusal meslek birliklerine sahip olmadıkları görülmektedir. İngiltere başta olmak üzere, bazı küçük ülkelerde meslek birlikleri olsa da derneklerin zayıf ve süreçlerinin sağlıklı işlemediği bildirilmektedir.

4.1. Avrupa'daki Üniversitelerde Antrenörlük Eğitimi

Avrupa'nın birçok ülkesinde farklı fakülte ve bölüm adı altında lisans eğitimi düzeyinde spor bilimleri eğitimleri verilmektedir. Antrenörlük eğitimi düzeyinde de üniversitelerde en az 3 yıl 180-240 kredi olmak üzere eğitim verilmektedir. Çok önemli faaliyetleri ile bazı Avrupa üniversiteleri ön plana çıkarak verdiği eğitimler, tesisler ve referansları ile antrenör yetiştirmektedir. Almanya'da orijinal adı ile Deutsche Sporthochschule Köln (Alman Spor Üniversitesi). Spesifik kısa ve uzun süreli kurslarla, spor federasyonları ile birlikte yürüttüğü eğitim programları ile Almanya'da uluslararası spor eğitmenleri yetiştirmektedir. Almanya'da benzeri birçok üniversite ve bölümleri spor bilimleri alanında uzman eleman, antrenör yetiştirmektedir.

İngiltere'de orijinal adı ile Loughborough University School of Sport, Exercise and Health Sciences (Loughborough Üniversitesi Spor, Egzersiz ve Sağlık Bilimleri Yüksekokulu). 2022 yılında İngiltere'de en iyi eğitimi veren araştırmaları ile dünya sıralamasına giren bu üniversite, 4 yıllık eğitimin son yılını yerleştirme yılı eğitimi adı altında tamamlayarak başarılı antrenör adaylarına önemli kulüp, spor veya sağlık kuruluşlarında işe yerleştirme garantisi veriyor. Başka illerde bulunan üniversitelerde de spor eğitimcisi antrenör yetiştirilmektedir.

Fransa'da bulunan orijinal adı Université de Strasbourg Faculté des sciences du sport (Strasbourg Üniversitesi Spor Bilimi Fakültesi) ülkede antrenör eğitimi veren üniversiteleri arasında öncülerindendir. STAPS diploması adı altında lisans süresince verilen eğitimlerin sonunda, antrenör olarak, spor ortamında görev alınmaktadır. Fransa'da spor bilimleri alanında STAPS ve spor bilimleri alanında eğitim veren üniversiteler bulunmaktadır.

İspanya'da özellikle kulüpler ile işbirliği yaparak eğitim veren üniversite yapıları görülmektedir. Spor bilimleri alanında eğitim veren üniversiteler, diğer Avrupa ülkelerindeki standartları yakalamaya çalışmaktadır. Madrid'de bulunan Avrupa Üniversitesi, antrenör yetiştirmektedir. 4 yıllık eğitimlerinde spor bilimlerinin yanında fizyoterapi, futbol teknikerliği gibi çift diploma imkanı tanıyan üniversite, ayrıca Real Madrid Üniversitesi ile işbirliği yaparak yıl içerisinde, spor koçluğu, veri yoluyla futbol analiz kursu, spor fizyoterapisinde yapay zeka kullanımı kursu, spor teknolojisi kursu gibi ortak planlayarak eğitimler verip spor ortamlarına bu alanda eğitmen, antrenör yetiştirmektedir.

Avrupa'daki farklı ülkelerde bulunan spor bilimleri eğitimi veren üniversitelerde de antrenörlük eğitimleri verilmektedir. Avrupa'daki diğer ülkeleri incelediğimiz

zaman üniversitelerde tüm branşlara ait antrenörlük belgelerinin verilmediği görülmektedir. Üniversitelerin branşlarda uzmanlaştığı ve eğitim alan öğrencilere branşa ait detaylı eğitim verildiğini söyleyebiliriz. Bunlardan en önemlilerinden biride nüfus olarak küçük olan ülkelerden biri olan Litvanya'dır. Avrupa basketbol şampiyonu olan ülkede basketbol branşı oldukça gelişmiştir. Litvanya'daki küçük şehir Kaunass Avrupa'nın en önemli Basketbol şehirlerinden biri haline gelmiştir. Kaunas şehrinde bulunan orijinal adıyla Lithuanian Sports University (Litvanya Spor Üniversitesi) spor koçluğu bölümünde lisans düzeyinde verilen eğitim ile antrenör yetiştirilmektedir. Avrupa'ya sonradan katılmasına rağmen eğitim düzeyi ile standarttı yakalamıştır.

İngilizce verilen eğitim 4 yıl sürmektedir. Eğitimin sonunda basketbol, judo, yüzme, boks, fitness antrenörleri mezun olmaktadır. Verilen lisans diploması ve antrenörlük denklik belgesi, spor kulüplerinde çalışma, ortaokullarda, kolejlerde, resmi ve özel spor kuruluşlarında yaygın eğitim öğretmeni olarak çalışma yeterliliğini sağlar.

Antrenörlük eğitiminin genel içeriği spor yönetimi ile ilgili eğitimler, uzmanlık branşına ait kurallar ve düzenlemeler, uzmanlık branşına ait teknik ve taktik öğretimi eğitimi, sporcularda yetenek seçimi ve gelişimlerine dair eğitim, büyüme ve gelişme teorileri, doping, ergojenik yardım ve ilaç kullanımı, sporcu beslenmesi, spor anatomisi ve spor biyomekanik, spor ve performans fizyolojisi, spor psikoloji ve spor sosyoloji, antrenörlük metodolojisi, antrenörlük felsefesi, antrenörlük uygulamaları eğitimlerinden oluşmaktadır.

Yine küçük bir ülke olarak Avrupa kıtasında bulunan Bulgaristan'ın başkenti Sofya'da bulunan orijinal adı ile National Sport Academy Vassil Levski (Vassil Levski Ulusal Spor Akademisi) 4 yıl süre ile 69 farklı branşta antrenör eğitimi vererek nitelikli antrenör yetiştirmeyi hedeflemektedir. Balkanların ve Doğu Avrupa'nın önde gelen spor bilimleri fakültelerinden biri olarak ön plana çıkmaktadır. Kuzey Avrupa ülkelerinden Norveç'te tesisleri ve eğitimi ile ön plana çıkmaktadır. Antrenör yetiştiren okulun orijinal ismi Norwegian School of Sport Science'dir. Norveç Spor Bilimleri Okulu (NIH), spor bilimleri alanında araştırma ve eğitimden ulusal sorumluluğa sahip bir bilim üniversitesi olarak Norveç sporuna hizmet etmektedir. Kişisel antrenörlük eğitimi başta olmak üzere spor ortamları için eğitmen yetiştiren kurslar düzenlemektedir. Her Avrupa ülkesinde benzer eğitimler vardır.

Araştırmalar, Avrupa üniversitelerinin, europass sisteme kabullerinden sonra mezun ettikleri aday antrenörlerin diplomalarının yanında verecekleri diploma eki ile Avrupa'daki herhangi bir iş verenin veya eğitim kurumlarının mezun olan antrenör adaylarının yeterliliğini anlamasını kolaylaştırmaktadır. Europass, ECTS, Bachelor sistem gibi Avrupa Birliğine ait eğitimde standart sağlama çalışmaları Avrupa

Birliğine üye ülkelerde her alanda olduğu gibi spor bilimleri alanında antrenör eğitimi veren bölümlerin dersler, içerikleri ve kredileri bir standart yakalamaktadır. Avrupa üniversitelerini birbirinden ayıran en önemli özellikler, üniversitelerin, tesisleri, laboratuvarlar, staj imkânları, işbirlikleri ve akademik kadronun yeterliliği olduğu düşünülmektedir.

4.2. Avrupa’da Antrenörlük Eğitimi ve Gelişimi Üzerine Faaliyetler

Avrupa’da üniversiteler dışında antrenörlük eğitimi veren kurum ve kuruluşların üst düzey antrenörlük kademeleri eğitimlerinde üniversiteler ile işbirliği yaptığı görülmektedir. Avrupa ülkelerinde farklılıklardan bahsetmiştik, Avrupa’nın genelinde bir standart yakalayabilmek için Sporda öncü bazı ülkelerin projeler gerçekleştirerek Avrupa’da bir antrenörlük çerçevesi oluşturma çabası vardır. Avrupa birliği komisyonları ve başka kuruluşlarca finans edilen programlar ile Avrupa’da antrenörlüğün durumu, gelişimi ve gelecekte spor ortamlarının taleplerini karşılamada bir standart oluşturmak hedeflenmektedir.

Bu çalışmalardan birisi de orijinal adı ile “CoachLearn” dir. CoachLearn programı, İngiltere Leeds Beckett Üniversitesi ve Uluslararası İşbirliği Konseyi ile birlikte yönetilmektedir.

Bu programı Avrupa’nın önde gelen antrenörlük kuruluşları İngiltere’den ICCE (Mükemmel Antrenörlük Derneği), Almanya’dan, ileri antrenörlük eğitimleri veren Trainerakademie Köln, Macaristan’dan orijinal adı Hungarian Coaching Association olan Macar Antrenörlük Derneği, Finlandiya’dan Haaga-Helia Üniversitesi ve Hollanda Ulusal Olimpiyat Komitesi ve Hollanda Spor Federasyonu’nun birleşmesiyle oluşan NOC*NSF tarafından ortak finanse etmektedir. Programın hazırlanmasındaki en önemli unsurlardan birisi antrenörlerin sporu geliştirme, yaygınlaştırma ve seyrinde en önemli unsurlarından bir olduğunun daha önceki araştırmalar tarafından ortaya konulmasıdır. Avrupa genelinde 5 ila 9 milyon antrenörün 50 ila 100 milyon spor katılımcısına ulaştığı rapor edilmektedir (50). Avrupa Komisyonunun eğitim ve kültür, gençlik ve spor departmanlarının çalışmalarında, EQF Hayat boyu öğrenme yeterlilik çerçevesi, Avrupa mesleki kredi sistemi, ECVET spor sektöründe eğitim ve öğretim çalışma gruplarında antrenörlüğün bir standartta spor ortamının taleplerine uygun hale getirilmesi için çalışılmaktadır. Çalışmaların yoğunlaştığı konular,

- a- Antrenörlüğün yetkinlik ve niteliklerinin standardının sağlanması,
- b- Antrenörlüğün iş gücünün niteliği ve katkısı nicel olarak belirlenmemiştir. Bu nedenler antrenörlerin istihdamı için iş temelli bir sisteme ihtiyaç duyulduğu ve bu sistemin nasıl geliştirileceği sorununun çözümü,
- c- Bunlar için; eğitim ve öğretim; işe entegre öğrenme; istihdam ve hareketlilik konularının düzenlenmesi.

İngiltere’de ICCE adı altında, Avrupa’da antrenörlüğün gelişimini desteklemek için faaliyetlerini sürdüren Uluslararası Mükemmel Antrenörlük Konseyi, kıtada işbirlikleri yaparak antrenörlüğün eğitimi gelişimi ve istihdamı gibi konularda faaliyetlerini sürdürmektedir. Uluslararası spor koçluğu çerçevesi (ISCF) temel antrenör eğitimi, geliştirme ve istihdam alanlarında fikir birliğine varılması ve anlaşılması için önemli bir adımı temsil ediyor. Antrenörlük ve antrenörlük eğitimi ile ilgili tüm uluslara ve spor bağlarına uyarlanabilen ve uygulanabilen ortak bir dil ve ilkeler dizisi oluşturmak için ortak bir referans noktası oluşturmak hedeflenmektedir. ICCE üye ülkelerle birlikte, Avrupa'daki antrenörlüğün mevcut durumunu ve ihtiyaçlarını analiz ederek ve antrenörlerin öğrenimini, hareketliliğini ve istihdamını geliştirmek için bir “Avrupa Spor Antrenörlüğü Çerçevesi” geliştirdi.

ICCE Antrenörlük uygulamaları, yeni gelişmeler hakkında bilgiler vermek teknik direktörleri, yöneticileri bir araya getirerek ve antrenörlerin bunlardan faydalanması için iki yılda bir Küresel Antrenörlük Konferansları düzenlemektedir. Global Coaches House (GCH), Küresel Antrenör Evi, geleceğin Olimpik veya Paralimpik antrenörü olmayı hedefleyen antrenörler için önemli bir imkan olarak görülmektedir. Londra 2012 ve Rio 2016 Oyunlarında ve Glasgow 2014 ve Gold Coast 2018 Commonwealth Oyunlarında antrenörün network ve bağlantıları için GCH kurularak oyunların merkezinde olmaları sağlanmıştır. ICCE Antrenör geliştirme programları ile antrenörlerin becerilerini geliştirmeyi hedefleyen süreli kurslar düzenlemektedir.

Yine İngiltere’de faaliyet gösteren UK Sport, İngiltere sporuna destek veren bir kuruluş olarak görülmektedir. 1997 yılından günümüze ulusal piyango ve devlet fonları tarafından desteklenen kuruluş, antrenörlerin eğitimi ve gelişimi için programlar yapmaktadır. UK Sport, Birleşik Krallıkta spor ortamlarında faaliyet gösteren en alt ve en üst seviyedeki sporculara hizmet edecek nitelikli antrenör yetiştirmeyi hedefleyen bir başka kuruluş olarak görülmektedir. Birleşik Krallık Spor antrenörleri, yetenekli İngiliz sporcuları belirlemek, geliştirmek ve iyileştirmek için tasarlanmış bir sistemde olmalıdır inancı hâkimdir. Birleşik Krallık sporcularının dünya klasmanında performans göstermeleri için kaliteli antrenörlük sağlamayı amaçlandığı belirtilmektedir. Kuruluşun antrenörlük eğitiminde 4 rolü olduğu ve bu roller ile nelerin hedeflendiği belirtilmiştir.

- 1- Kadın koçlar liderlik programı ile çok sayıda kadın antrenör yetiştirerek spor ortamına kazandırmak hedeflenmiştir.
- 2- Sporculardan antrenöre programı ile elit düzeyde rekabetçi sporlarda yarışan sporculardan sporculuğun sonuna yaklaşanları tespit ederek sporu bıraktıkları andan itibaren antrenörlük eğitimine alıp elit antrenörlük programına hazırlamak hedeflenmiştir.
- 3- Elit Antrenör Yardımcıları Programı ECAP, hali hazırda yüksek performans sisteminde çalışan antrenörlerin gelişimini hızlandırmak için sporla yakın bir

şekilde çalışmayı ve onların sadece kısa vadede gelişmiş bir etkiye sahip olmalarını değil, aynı zamanda geleceğin elit antrenörleri olmalarını hedeflemektedir.

- 4- Elit program ile İngiliz spor sistemi içinde çalışan mevcut dünya standartlarındaki antrenörleri geliştirmek onları geleceğin gerçekten dünya lideri antrenörleri olmaları hedeflenmiştir.

Almanya'da Trainerakademie Köln, antrenör yetiştirmeyi hedefleyen bir kuruluştur. Özellikle rekabetçi sporlarda ileri kademe antrenörlük eğitimi vermektedir. Köln Antrenör Akademisi, Almanya'da rekabetçi sporlar alanında antrenörleri eğitmek için programlar hazırlamaktadır. Kısa ve uzun vadeli bir branşa ait özel antrenman metodolojisi veya bir antrenörün ihtiyacı olan yeni bir metot için eğitimler verir.

Hedeflerinin antrenöre destek ve uygulama ve yetkinlik odaklı eğitim ve açıkça rekabetçi sporlarda eğitmenlerin profesyonel faaliyetlerine yönelik ileri eğitim yoluyla güçlendirmek ve geliştirmek olduğu belirtilmektedir. DOSB meslek kuruluşları ile yapılan işbirlikleri sayesinde antrenörler, antrenör akademisinde geçirdikleri süre boyunca uzun vadeli bağlantılar ve ağlar kurmakta ve bu sayede antrenörlük kariyerlerinin ötesinde rekabetçi spor organizasyonlarında bağlantılarını geliştirebilmekte oldukları belirtilmiştir. Avrupa sporunda lider ülkelerden biri olan Fransa'da Avrupa'daki diğer federasyonlarda olduğu gibi zaman zaman antrenör eğitimi kursları açmaktadır. Örneğin Fransa atletizm federasyonu ülkesindeki spor ortamında gerekli seviyede antrenör yetiştirmek için antrenörlük kursu açmaktadır. Bunun yanında çalışan antrenörler için eğitim ve gelişim takvimi oluşturarak eksik konularda kendilerini geliştirmek isteyen antrenörler için devamlı gelişim eğitimleri düzenlemektedir. Bu eğitimler aylık takvimde belirtilmiş her ay 50 konudan fazladır.

Avrupa'nın diğer ülkelerine baktığımız zaman üniversiteler dışında branş federasyonlarının standart bir antrenörlük eğitim programlarına sahip oldukları görülmektedir. Bu programların çoğu hükümet ve Avrupa Birliği destekli olarak yapılmaktadır. Ekonomisi güçlü ülkelerde özel kuruluşların antrenör gelişim eğitimleri ve hükümet destekli antrenörlük eğitimi verdikleri de görülmektedir.

Ülkemiz ile karşılaştırıldığında Avrupa Birliğine üye olmamamıza rağmen birçok federasyonumuzun Avrupa'daki federasyonlarla aynı çatıya bağlı olması nedeni ile eğitimler arasında büyük zaman ve kalite farkı olmadığı görülmektedir.



DÜNYANIN EN HIZLI İNSANI BOLT VE REKORTMEN
JAMAİKALI ATLETLERİN DEĞERLİ ANTRENÖRÜ GLEN MILLS

ÜNİTE 4

ANTRENÖR VE EĞİTİM İLİSKİSİ

ÜNİTE IV ANTRENÖR VE EĞİTİM İLİŞKİSİ

“En iyi antrenörler iyi öğretmenlerdir”

Clive Woodward

Eğitim olarak antrenör olan adayların hangi standartlarda hangi seviyede çalışması gerektiğini kitabın geçmiş sayfalarında tartışmaya çalıştık. Öyle ki halen bazı eğitimler birkaç günde tamamlanmakta, sonucunda antrenörlük belgesi ile çalışma hakkı elde eden adayların spor ortamlarında buluşacakları sporculara karşı yetkinliklerinin seviyesi hakkında tartışmalar devam etmektedir.

Geleneksel olarak, eğitimcilerde antrenörlük ve öğretmenlik algıları arasında bir ayrım vardır. Antrenörlük, fiziksel becerileri kazandırır, öğretmenlik bireyin bütünsel gelişimi ile ilgilenir belirtilmektedir.(81).

Özellikle zihinsel ve fiziksel gelişim içerisinde olan yetenekli çocukların doğru eğitim almaları hususunda antrenörlere büyük roller düşmektedir. Bu seviyede antrenör bir eğitimci rolündedir. Eğitimci rolü öyle sıradan söylenip geçilecek bir rol olmamalıdır. Eğitim bir bilimdir ve bu seviyede çalışacak antrenörlere eğitim verilirken “eğitim” kelimesinin içeriği iyi verilmelidir.

Antrenör yetenekli sporcu çocukları ve gençleri karşısına aldığı anda hepsinin farklı öğrenme yollarına sahip olacağını bilmelidir. Spora katılım gösteren çocuk ve gençlerin bulunduğu ortamdan zevk alması, sağlığı, güvenliği ve refahını sağlamak antrenörün görevidir. Çocukların mümkün olan en iyi ilerlemeyi ve sonuçları elde etmeleri için standartların yükseltilmesi gerekmektedir. Spor ortamında çocuğun ve gencin istemli veya istemsiz davranış bozukluğunu düzenleyici eğitim vermek bir başka deyişle eğitimde doğru stratejileri belirlemek gerekmektedir.

Pedagoji, 'bir kişi tarafından tasarlanmış herhangi bir bilinçli faaliyet' olarak tanımlanır. Bu kısımda spor pedagoji kavramı ortaya çıkmaktadır ve antrenörün bu konuda eğitim oldukça önemli bir konudur. Bu kavramda okul sınırları içerisindeki spor eğitiminden bahsedilebilir. Ancak Antrenörlerin eğitiminin içine pedagoji girince sınırlar okulun dışına çıkıyor. Bu nedenle pedagoji bilimini spor pedagojisi olarak irdelemek gerekmektedir. Spor pedagojisi bu bağlamda spor bilimlerinin alt disiplinlerinden biri olarak kavramsallaştırılabilir.

Spor pedagojisi ve antrenörlük kavramlarının ilişkisinde çocuklar ve gençler ön plandadır. Spor pedagojisi terimi, gençlik sporunda öğrenme süreci olarak değerlendirilebilir. Antrenörlük mesleğinde yetenekli gençleri geleceğin profesyonelleri yapmak için, onları eğitmek ve büyütmek gerekmektedir.

Yukarıda sunulan spor pedagojisinin çok katmanlı, çok boyutlu tanımı, hem pedagojinin hem de spor pedagojisinin çok sayıda önceki tanımlarından alıntılar yapmakta ve bunları uyarlamaktadır. Spor pedagojisinin temel teorik kökleri eğitim teorisi, sosyoloji, psikoloji, tarih, felsefe ve sosyal politikadır. Ayrıca, etkili bir antrenör, fizyoloji, biyomekanik, pratikte öğrenilen bilgi ve becerilerden yararlanmalıdır. Etkili bir antrenör çocuk ve gençlerin farklı öğrenme biçimlerinin farkında olmalıdır. Yukarıda bahsettiğimiz disiplinlerin farkında olup, multidisipliner bir yaklaşım sergilemelidir.

Yani sadece fizyolojiyi iyi bilen antrenörü bu iyi bir antrenör yapmaz. Antrenörler, sporda etkili aktivite programları tasarlayabilir veya sunabilir olmalıdır ve bir dizi disiplinden faydalanmalı ve pratikte bunları sentezlemelidir.

Spor pedagojisi, spor ortamının içinde fiziksel aktivitedeki her öğretme ve öğrenme sürecinde bilimin kullanılmasıdır. Spor pedagojisi spor bilimi ve eğitim bilimi arasında bir bilimsel kavram olarak kabul edilebilir. Spor pedagojisi, öğrenen sporcuların sorunlarını teşhis etmenin gerekli olduğunun kabulü üzerine kurulmuştur.

Antrenörlükte Spor pedagojisi kavramının bu analizini amaca ilişkin sorularla sonuçlandırmak faydalı olabilir. Antrenör, pedagojik bir bakış açısıyla, çocukların ve gençlerin içinde bulundukları dönemdeki ihtiyaçlarını sorularla tespit ederek düzeltmek için hizmet etmelidir. Çocuk ve genç sporcular için neyin en iyi olduğu, antrenör tarafından araştırılmalıdır. Bu da ciddi bir mesai gerektirir.

Spor Pedagojisi, aşağıdaki konuları inceler ve cevaplar üretir.

- Spor pedagojisinin fonksiyonu, araştırmalar,
- Antropolojik temeller,
- Sporun öğretim planları teorisi,

Çocuk ve gençlerle çalışan veya çalışacak antrenörlerin kendilerini analiz ederek, kendisiyle yüzleşmesi gerekmektedir. Yetenekli bir sporcu için neyin en iyi olduğunu bulmanın yollarını biliyor musunuz? Çocuk ve gençleri eğitmek için gerekli eğitimi aldınız mı? Kendinizi bir eğitmen gibi hissediyor musunuz? Bu yolda antrenör olarak neler yapabilirsiniz? Antrenör olarak çalışıyor veya çalışacağımız ortamda bu konuda samimi olarak, aşağıdaki davranış kodlarını uygulamak gerekmektedir.

- Yaş gruplarına özgü eğitim nasıl verilir konulu seminer ve kurslara katılmak,
- Geçmişteki antrenörlerin deneyimlerini ve anılarını araştırmak, dinlemek,
- Sporcu gençlik yıllarınızdaki deneyimleri hatırlamak,
- Literatür taramayı, araştırma yapmayı öğrenmek,
- Kendi doğru ve yanlış deneyimlerinizi not almak, literatür ile karşılaştırmayı öğrenmek,
- Gelişime ve bilgiye, açık olmak

Eğitim sürecinde amaç, bireyin davranışlarında onun istedikleri doğrultusunda değişimler meydana getirmektir. Öğretim bu süreçte değişimi sağlayacak etkinlikler, öğrenim ise değişimin gerçekleşmesidir. Eğitimin birey üzerinde dört temel amacı vardır. Bunlar, kültürü benimsetmek, topluma uyum sağlamasını desteklemek, üretken olmasını sağlamak, bireyselleşmesine destek olmaktır.

1. Sporcunun Öğrenmesi (Öğrenme Kuramları)

Antrenör olarak bunların hepsini birleştirip karşınızdaki çocuk veya genç sporcunun nasıl öğreneceğini bilen bilgiye sahip olmalısınız. Çünkü her sporcu aynı öğrenme metodu ile öğrenmemektedir. Sporcuları birbirinden ayıran, performanslarını farklılaştıran özellikleri vardır. Yetenekleri farklı olabilir, genetikleri farklı olabilir. Kişilik özellikleri, öğrenme tercihleri, duyguları sporcuları birbirinden ayırmaktadır. Aşağıdaki tabloda farklı etkenler ve örneklerle sporcuların bireysel farklılıklarda olabileceğini vermeye çalıştık.

Tablo 17: Sporculardaki bireysel farklılık etken ve örnekleri (78)

ETKENLER	ÖRNEKLER
Yetenekleri	Dayanıklılık, bacak kuvveti, topa yatkınlığı,
Tutumları	Dürüst olması, adil olması, sessiz olması
Vücut Yapısı	Kısa, Uzun, Kaslı, Atletik
Kültürel Durumu	İrk, Din, sosyal ve ekonomik yapısı, etnik yapı
Duygusal Yapısı	Heyecanlı, Korkak, Neşeli
Fiziksel Uygunluk Seviyesi	Düşük, yüksek
Öğrenme biçimleri	Kinestetik, görsel
Olgunluk Seviyesi	Olgun, orta seviye
Ailevi durumu	Anne var, Baba yok. Anne baba vefat etmiş
Sportif Geçmişi	Rekreasyon düzeyinde, yarışmacı düzeyde

Bu yüzden antrenör eğitimci olarak sporcularının birbirinden bireysel farklılıkta olduğunu bilmeli ve öğrenme kuramlarına hakim olmalıdır. Öğrenme kuramları, öğrenmeyi açıklamaktadır. Öğrenmenin nasıl gerçekleştiği ve en iyi öğrenmenin nasıl olabileceği ile ilgili temel ilkeler ve süreçler bir kuramda yer almaktadır. Öğrenme kuramlarının bilinmesinin eğitim teknolojisini etkin olarak

kullanacak eğitim uzmanlarına getirdiği olumlu katkılar olduğu belirtilmektedir. Öğrenme Kuramları üç bölümde incelenebilir (51).



Şekil 6: Öğrenme Kuramları

Davranışçı yaklaşım: Gözlemlenebilir davranışlara odaklanan ve herhangi bir davranış göz ardı eden bir öğrenme teorisidir. Zihinsel aktivite devreye girer. Öğrenme, basitçe yeni davranışların kazanılması olarak tanımlanır. Davranışçılar bu öğrenme yöntemine "koşullanma" adını verirler. Davranışçılık, bir ilkeye göre işleyen bir dünya görüşüdür. Uyarıcı-tepki, yani çevre, kişinin öğrenmeyi öğrendiği bir uyarıcı sağlar.

Klasik koşullanma kuramı, doğal bir refleksin güçlendirilmesini veya olarak ortaya çıkan diğer bazı davranışları içerir. Rus Fizyolog Ivan Pavlov'un deneyini hepimiz duymuşuzdur. Köpekleri zil sesi ile yemeğe şartlandırmıştı. Klasik koşullanmada öğrenme, sporcu var olan tepkinin bir uyarıcı ile ortaya çıkarılmasıdır.

Edimsel koşullanma kuramı, öğrenme eylemi ödül ve pekiştirme kavramları ile gerçekleşmektedir. Öğrenmeyi hızlandıracak uyarıcı pekiştiricidir. Edimsel koşullanma en önemli davranışçı öğrenme türüdür. Doğası gereği klasikten daha esnektir. Öğrenmede başarı ödüllendirilerek davranış güçlendirilmektedir. Pekiştirme burada olumlu ve olumsuz olarak incelenmektedir.

Olumlu pekiştirme, sporcu için istediği bir aktiviteyi seçme ödülü olabilir. Olumsuz pekiştirme ile bir davranış eleştirilerek tekrarlanmaması istenilmektedir. Ceza konusu halen tartışılmaktadır. İstenmeyen davranışları

azaltmanın veya ortadan kaldırmanın yolu laboratuvarlarda araştırılmaktadır. Ceza, belirli bir davranışı azaltmak için etkili bir yöntem olabilir, ancak takım ortamında veya arkadaşlarının yanında dezavantaj oluşturabileceği belirtilmektedir (51). Cezayı tartışıyor olsak ta ödül, seçimi ve verilış biçimi öğrenmenin geleceği açısından çok önemlidir. Ödüllerin kullanımına ilişkin hususlar aşağıda belirtilmiştir.

- Seçilen ödül yönetimi, çocuklar için değerli olmalıdır.
- Ödüller, beklenmedik bir şekilde verilmelidir. Bu durumda içsel motivasyon daima yüksek kalabilir.
- Dışsal ödüller kullanılıyorsa, herkesin elinden gelenin en iyisini yapması için bir ödül alması önemlidir. Bu durumda antrenör/eğitimci sadece "en iyi dereceyi yapan sporcuyu" ödüllendirmemelidir. Bu daha az yetenekli ve daha düşük dereceli sporcularda, yüksek benlik saygısını korumak hayati önem taşır.
- Ödüller, bir aktiviteyi canlandırmak veya eğlenceye eklemek için kullanılabilir.
- Ödüller, bir öğrenme deneyimini küçümseyebilir veya küçük düşürebilir.
- Ödüller, adaletsizlik veya rekabet duygularına yol açabilir.
- Ödüller, görevlerin tamamlanmasıyla ilgili asıl meseleden uzaklaşabilir.
- Ödüller, her zaman daha kaliteli işlere yol açmaz.
- Ödüller, ödül alma şanslarının çok az olduğunu düşünen çocukları izole edebilir.

Davranışçı yaklaşıma yönelik eleştirilerde mevcuttur. Tüm öğrenmelerde sporcuyu ödüllendirmek, öğrenmeye karşı olan ilgisini kaybetmesine neden olabilir veya zaten iyi durumda olan çocuklara devamlı ödül kullanmanın konuya karşı ilgisiz kalabilir diye belirtilmektedir.

Diğer bir eleştiri ise, ödül ile ilgisi ve motivasyonu bir çocuk kazanırken diğerlerinin ilgisi azalabilir. Ancak motivasyonu düşük yüksek endişesi olan ama yetenekli çocukların öğrenmelerinde ödül kullanmanın başarı getireceği belirtilmektedir (51).

Bilişsel Yaklaşım: Bireyin algılama, hatırlama ve düşünme gibi bilişsel süreçlerine ağırlık veren bir bakış açısıyla öğrenmesine dayalı bir yaklaşımdır. Doğrudan gözlenemeyen zihinsel süreçlere dayalı olan öğrenmedir. Bilişsel yaklaşım kavramının en önemli konusu bilgi işlemedir. Sporunun bilgiyi nasıl kazandığı, işlediği ve hatırladığı bir bilgisayarın çalışmasına benzetilir. Bilişsel kuram, davranışsal yaklaşıma tepki olarak ortaya çıktığı belirtilmektedir. Bilişsel kuramcılar, öğrenmeyi sporcunun hafızasında meydana gelen zihinsel faaliyetlerin bir bütünü olarak algılamaktadır.

Ön bilgi, bilgi işleme süreci ve bilginin kodlanması üzerine yoğunlaşır. Bu kurama göre öğrenmenin davranışsal çıktılar doğurması gerekmez. Bilişsel öğrenme kuramına göre yeni bilgilerin anlamlı olması için çocuğa bir şeyleri açıklayabilme gücü vermesi ve önceki bilgilerini genişletebilme olanağı sunması gerekir. Dolayısıyla bir bilgiyi dinlediğinizde ve gördüğünüzde o bilgiyi kullanamadığınız ve anlamlandıramadığınız sürece öğrenmiş olmazsınız.

Yapılandırmacı Yaklaşım: Öğretme eyleminden daha çok bireyin nasıl öğrendiği üzerine yoğunlaşan bir yaklaşım modelidir. Çocuğun bilgiyi nasıl işlediğini, nasıl öğrendiği bilinirse çocuğa uygun bir öğrenme ortamı oluşturulabilir. Literatürde, bu yaklaşımın bir öğretim yöntemi ya da stratejisi olmadığı belirtilmektedir. Yapılandırıcılıkta öğretimden daha çok öğrenme üzerinde durulduğu literatürdeki araştırmalarda belirtilmektedir.

Yapılandırıcılık, Piaget'in bilişsel gelişim ve bilginin oluşumu ile ilgili çalışmalarına dayalı olarak geliştirilmiş bir öğrenme yaklaşımıdır. Bu öğrenme yaklaşımında bireyler pasif değil bizzat öğrenmeyi gerçekleştiren olarak aktif olduğu, öğrenme, bireyin kavramsal çerçevesini oluşturan öznel gerçeklik üzerine temellendiği, yapılandırmacı kuramının daha çok bir felsefeyi yansıttığı, yapılandırmacılık bilgi ve öğrenmenin doğasıyla ilgili bir yaklaşım olduğu belirtilmektedir (52). Literatürde yapılandırmacı yaklaşım çeşitleri şu şekilde belirtilmektedir.

Bilişsel Yapılandırmacılık: Bilgi öğrenen tarafından var olan bilişsel yapıların üzerine etkin biçimde işlenerek yapılandırılır. Öğrenmede içsel güdülenme önemlidir (52).

Sosyal Yapılandırmacılık: Öğrenenin sosyal dünyası diğer bireylerden etkilenir. Yeni öğrenilenler özümleme ve düzenlemenin yanında çevreyle etkileşimle de gerçekleşir. İşbirliğine dayalı strateji ve grup tartışması daha çok kullanılır. Hem dışsal hem de içsel güdülenme ön plandadır (52).

Radikal Yapılandırmacılık: Öğrenenin gerçek dünya bilgisini kurması zorunlu değildir. Geçmiş yaşantılar yeni yaşantıların oluşmasına yardım eder. Bilgi yine etkin biçimde oluşturulur.

Kültürel Yapılandırmacılık: Öğrenme durumları sosyal çevre içinde yer alan, gelenek, din, biyolojik özellikler ve dilden etkilenir. Yeni ile karşılaşmada bilişsel yapı yeniden düzenlenir. Birey eski yapı ile sorunları çözemediğinde toplumsal ve kültürel yaşamındaki sembolleri yeniden sorgular.

Eleştirel Yapılandırmacılık: Bilgi yapılarının oluşturulduğu sosyal ve kültürel çevreye eleştirel boyut eklenmiştir. Öğrenciler yapıyı oluşturma gerekçelerini sorgulamaktadır. Empati ve güven ortamı eleştiriye kolaylaştırmaktadır.

Bu kuramlar antrenörlere teorik bilgi olarak kalabalık gelebilir ve zor anlaşılır olabilir. Ancak çocuklara spor eğitim veren ve onlara en iyisinin ne olacağına karar verecek olan antrenör olduğu unutulmamalıdır. Bu yüzden çocukların nasıl öğrendiklerini bilmek ve anlamak gerekir. Antrenör eğitim esnasında sporcunun öğrenmesini engelleyen faktörlerin farkında olmalıdır. Sporcunuz öğrenmeye zihinsel, fiziksel veya duyuşsal açıdan hazır mı? Sporcunuzun öğrenme için motivasyonu var mı? Uygun alıştırmaları ve yeterli sayıda tekrarlardan oluşan öğretim planınız sporcunuzun öğrenmesi için yeterli mi? Sporcunuz için planladığınız öğretim programında kullandığınız materyaller öğrenmesi için yeterli mi? Programınız yaşa ve cinsiyete uygun mu? Sorularına olumlu hazırladığınız cevaplar, sporcunun öğrenmesini engelleyen faktörleri ortadan kaldıracaktır.

Bilişsel, Duyuşsal ve Psikomotor kavramları öğrenmede ve öğretmede karşılaştığımız yaklaşım ve modellerde devamlı konu içerisinde duyacağımız üç kavramdır. Bu nedenle bu kavramların ne anlama geldiğini beden eğitimi ve spora nasıl uyarlanabileceğini bilmemiz gerekmektedir. Bilişsel öğrenmede öğrenci, eğiticinin öğretimdeki hedef ve amaçlarını hiyerarşik olarak bilgi, kavrama, uygulama, analiz, sentez, değerlendirme, yaparak öğrenir. Basketbol yaz okulunda çocuklar ile buluşan antrenör, Basketbola başlayan bir sporcunun neleri bilmesi gerekir sorusu ile ilk derse başlar. Çocuklardan dönüt olarak oyun kuralları, hücum sayı gibi cevaplar gelmeye başlar. Ortaya çıkan bilgiler, bilişsel öğrenmenin ilk seviyesidir. İkinci seviyede antrenör, temel basketbol kavramlarını açıklamaya başlar, üçüncü seviyede öğrenciler, topladıkları bilgiyi oyuna uyarlar durumdadır. Örnek olarak; yanında olan akranına bu turnike idi, bu üç sayı idi, bu 5.faulü oldu gibi açıklamalar yapabilmelidir.

Duyuşsal öğrenmede öğrencide, bir konu ile ilgili veya fiziksel bir aktivite ile ilgili tutum ve takdir duygusunun gelişmesidir. Öğrencinin gelişiminde ve bireyselleşmesinde, hem bilişsel, hem de duyuşsal hedefler gerektirir. Bunlara ek olarak, toplumsal durumda duyuşsal eğitimi gerektirmektedir. Öğrenci öncelikle kendini tanıır, çevresine karşı tepkilerinin farkında olur ve sosyal ortam içerisinde değer yargıları geliştirir. Duyuşsal alan ile ilgili amaçlar, algılama (Alma), tepki gösterme (Tepkide Bulunma), değer biçme (Değer Verme), değerlerin organize edilmesi (Örgütlenme), değer ile nitelendirme (Kişilik Haline Getirme) kavramları olarak belirtilmiştir (68). Futbol eğitimine yeni başlayan çocukların, oyunun sadece bir topa ayak ile vurma olmadığını algılamaları için görsel bir video ile futbolu algılamaları sağlanmalıdır. Algıdan sonraki tepki sürecinde çocuğun oyuna katılarak, algıladığı bazı becerileri örneğin pas verme gibi oyun içerisinde yapmasıdır. Oyuna değer veren çocuk üçüncü aşamaya gelmiş demektir. Eğitim

süreci uzadıkça ve çocuk futbol eğitimine devam ettikçe fuutbolu nitelendirerek hayatının bir parçası haline getirir.

Psikomotor öğrenmede öğrenci, uygulama ile karşı karşıyadır. Eğitim programlarının gerçekleşebilmesi için çocuğun fiziksel aktiviteler içerisinde hareketleri bizzat yapması gerekmektedir. Tabi ki öğrenme basitten karmaşığa, kolaydan zora olacak şekildedir.

2. Antrenörün Öğretmesi

2.1 Beden Eğitimi ve Sporda Öğretim Modelleri

Antrenör karşısında bulunan çocuk ve gençlerin öğrenme stillerini ve onların öğrenmesini engelleyen faktörleri bildikten sonra, sahip olduğu bilgi ve beceriyi onlara nasıl aktaracağını düşünmelidir. Bu nedenle antrenör, bir eğitimci olarak öğretim işinin içinde olduğunu anlamalıdır. Kitabın bu bölümünde öğretim modellerinden bahsederek antrenörler için uygun modelin hangisi olacağını tartışacağız.

Öğretim işinde şunu mutlaka belirtmeliyim ki model ne kadar iyi olursa olsun sporcular ne kadar öğrenmeye meyilli olursa olsun, antrenörün yeterliliği, zekâsı, yeteneği, öğretme ortamı ve öğretme durumu eğitimin seviyesini belirlemektedir. Antrenör bilgi ve becerilerinin sporcuna geçmesini ister.

Spor ortamında farkında olmadan veya farkında olarak sporcusunu eğitim yöntemlerine model diyoruz. Antrenörler, bir modeli kullandıkları gibi sporcu veya sporculardaki farklılıkları gördüklerinde farklı modelleri de seçebilirler. Her modelin amacı sporcunun öğrenmesini sağlamaktır. Doğru modeli bilip, uygulamak antrenörün görevidir. Burada antrenör neyin doğru neyin en iyi olduğuna ancak bilgisi ve sporcunun durumunu analiz ederek karar verebilir. Bir başka deyişle, her model her şeyi tam yapabilir değildir. Her modelde kendi içinde farklılıklar gösterir. Örneğin kimisi sporcu, kimisi antrenör merkezlidir.

Kitabımızda öğretim modellerini yüzeysel vereceğiz. Amacımız antrenörlerde öğretim modelleri çeşitleri ve uygulamaları hakkında farkındalık yaratmaktır. Antrenörler, bu modeller hakkında derinlemesine araştırma yaparak, bulundukları spor ortamında en geçerli yöntemin hangisi olabileceğine edindikleri bilgi ile tecrübe ederek karar verecekleridir.

Sporcuya uygulanacak eğitim modelinin kullanılması öğrenme ve öğretme işine tutarlı bir yaklaşım ortaya koymaktadır. Modellerin kullanımı sporcular ve antrenörler arasında etkileşimi artırır. Öğretim modeli, antrenörün doğru karar vermesine yardımcı olan bir yöntemdir. Antrenör hangi modeli kullanacağını kendine soracağı içsel sorular ile seçebilir. Spor ortamının durumu nasıl? Öğretimde kullanabileceğim malzemeler nelerdir? Sporcularımın ne öğrenmesini istiyorum? Hangi öğretim modelini kullanmalıyım? Gibi sorularla en iyi modeli

seçerek uygulayabilirler. Öncelikle karmaşık bir yapı olarak algılanmaması için farklı öğretim modellerinin ortak özellikleri öğrenme ve öğretme üzerine tasarlanmış olması ve uygulanabilir olmasıdır.

Sportif eğitimde kullanılan bu modeller şunlardır.

- Doğrudan Öğretim Modeli
- Bireyselleştirilmiş Öğretim Modeli
- İşbirliğine Dayalı Öğretim Modeli
- Spor Eğitim Modeli
- Akran Öğretimi Modeli
- Taktiksel Oyun Yaklaşımı Öğretim Modeli
- Sorgulamaya ve Araştırmaya Dayalı Öğretim Modeli
- Bireysel ve Sosyal Sorumluluk Öğretim Modeli

Doğrudan Öğretim Modeli: Bu öğretim modeli antrenör merkezli bir modeldir. Antrenör öğretimde liderdir (53). Bu modelin üst düzey katılımı sağlayan bir öğretim yönetimi olduğu belirtilmektedir(54). Antrenörün doğrudan öğretim modelini kullanacaksa izleyeceği metodolojinin özellikleri şu şekilde belirtilmiştir.

- Günlük İnceleme önemlidir. Materyallerin güçlendirilmesi için çok önemlidir
- Küçük adımlarla tempolu bir hızda ilerlemelidir. Aşırı yüklenmeden kaçınır.
- Çok sayıda soru sormayı gerektirir. Akabinde sürekli uygulama gereklidir.
- Ayrıntılı, tekrarlanan talimatlar ve açıklamalar verilmelidir.
- Özellikle öğrenmenin ilk aşamalarında geri bildirim verilmelidir.
- Büyük öğrenme görevlerini küçük parçalara ayırarak öğrenmeyi kolaylaştırılır.

Bu model, temel hareket becerilerinin öğretiminde daha etkilidir. Bireysel ve takım sporlarında başlangıç ve orta seviye eğitimlerde kullanılabilir.

Bireyselleştirilmiş Öğretim Modeli: Çağdaş bir öğretim yaklaşımı olan bireyselleştirilmiş öğretim, öğretim sürecinin öğrenciler arasındaki bireysel farklılıklara saygı duyularak gerçekleştirilmesini savunur ve modelin temel çıkış noktası da bulunur. Öğrenci merkezli bir öğretimdir. Eğitimci öğrencilerin tamamına değil de 3-4 kişiden oluşan gruplara eğitim vermeyi hedefler veya açıklama yapar. Grup çalışmaları önerilmektedir. Dönüşümlü aktiviteler önerilmektedir. Eğitim esnasında yeterli sayıda gruplar oluşturulur, her grubun başında konuyu iyi bilen öğrenciler grup lideri olarak konarak çalışma yapılabilir. Beceri geliştirme çalışmaları önerilmektedir. Bir başka öneri düzey geliştirme

çalışmalarıdır. Öğretimde başlangıç-orta-ileri gibi düzeyler olduğu unutulmamalıdır. Eğitim verebilmek için sporcuların seviyelerine ve bireysel farklılıklarına göre göre gruplandırılarak yapılan öğretimdir.

Bu model, becerileri aynı düzeyde, algılama düzeyleri aynı sporcuları gruplandırarak çalışmayı sağlar.

İşbirliğine Dayalı Öğretim Modeli: İşbirliğine dayalı öğrenme, çocukların ortak bir amaç için birlikte çalışmaları ile sağlanan bir öğrenme türüdür. İşbirliği gerektiren ortak çalışma sırasında farklı yetenekte olan çocukların birbirlerine yardımcı olarak öğrendikleri sanısı, bu tür öğrenmenin temelini oluşturur. Çocukların birbirleriyle işbirliği kurarak, problem çözmeye, özgün bir yaratı ortaya çıkarmaya yada bilgi toplamaya çalıştıkları işbirliği yolu ile öğrenme, eğitici drama etkinliklerinde sık yararlanılan bir öğrenme yoludur.

Bu model, farklı becerilerde önde olan çocukların diğer arkadaşlarına öğretmesi veya düşük seviyedekilerin önde olan çocuklardan yardım isteyerek öğrenmesini sağlayan bir modeldir.

Spor Eğitim Modeli: Günümüzden 40 yıl kadar önce öğrencinin spor ve oyun deneyimi kazanması üzerine geliştirilmiş bir eğitim modelidir (56). Bu modelin öncelikli amacı, becerili, arzulu sporcular yetiştirmektir. Bunun yanında spor eğitim modeli, spora özgü fiziksel uygunluk düzeyinin geliştirilmesi, oyun içerisinde taktik gelişimi ve strateji geliştirme, takım veya yaş grubu ile birlikte bir hedef doğrultusunda verimli çalışmak amacıyla kullanılabilir.

Spor eğitim modelini, farklı öğretim modellerine göre beceri, teknik ve taktik öğretim işinde etkili olduğu ve sporcunun gerek bilişsel gerekse de psikomotor gelişime faydası olduğu belirtilmektedir (57,58). Spor eğitim modelinin yapısında, öğretim diğerlerindeki gibi kısa üniteler şeklinde değil, tüm sezon kavramı vardır. Resmi yarışma takvimi içerir, öğrencilerde sorumluluk ve aidiyet duygusu vardır. Festival ve şenlik etkinlikleri ön plandadır. Spor eğitim modelinin temel özellikleri, sezonlar, takım üyeliği, resmi müsabakalar, kayıt tutma, festival ve sonuç etkinliği olarak belirtilmiştir. Aslında bu model, okul içerisinde öğrenciler için planlanmış spora özgü bir deneyimi edinmeleri için tasarlanmıştır (59).

Bu model, spor branşına özgü yarışmalar, festivaller, turnuvalar, gibi sonunda madalya töreni olan, ödül verilebilen şenlikler planlanarak öğrencinin katılmasını ve branşa özgü birçok şeyi burada öğrenmesini hedefler (60). Adı spor eğitim modeli olarak görüldüğünde, bir antrenör olarak bu modeli kullanmalıyım anlamı çıkarılmamalıdır. Burada anlatılan öğretim modelleri, Beden eğitimi ve sporda kullanılan öğretim modelleridir. Tekrar hatırlatmalıyım ki literatürde eğitim modelleri hakkında detaylı araştırma yapacak olan antrenör adaylarının hangi modeli nerede kullanacaklarına dair bir fikirleri mutlaka oluşacaktır.

Bu model, spor branşına uygun yarışmalar ve turnuvalar çocukları müsabaka ortamına sokarak sorumluluk almalarını ve öğrenmelerini sağlamaktadır.

Akran Öğretim Modeli: Eğitmenin liderliğinde önceden bir konuda eğitim almış öğrenci tarafından (akran öğretici) diğer arkadaşlarına beceriyi öğretme modelidir. Literatürde eğitmen rehberliğinde, öğrencilerin birbirlerine yardım ederek belirli bir kavramı, beceriyi ya da bilgiyi öğreterek öğrendikleri bir süreç olduğu belirtilmektedir (61). Bu modelin amacı, öğrencinin akranına beceriyi aktararak öğretmesi diğer öğrencilerinde öğrenmesi şeklinde belirtilmiştir (62,63). Bilen öğrencinin daha az bilen öğrenciye yardım etmesi söz konusudur. Ancak burada dikkat edilmesi gereken en önemli unsur, bilen ne kadar ve neyi bildiği ve doğru öğretip öğretmediğinin kontrolüdür. Bu anlamda tüm öğretim eğitmenin gözetiminde gerçekleşmelidir.

Yapılan bir çalışmada kaya tırmanışında akran eğitim modeli kullanılmıştır. Çalışmanın sonucunda, bu modelin spor kaya tırmanışında öğreten ve öğrenen öğrencilerde olumlu katkılar yaptığı belirtilmiştir (61). Akran öğretim modeli sınırlı ve avantajlı özelliklere sahiptir. Bazen eğitmenin öğrenen geçiremediği bilgi ve beceriler, akranı tarafından rahatça iletebilir.

Bu model, ben yerine biz duygusunu geliştiren akran dili ve iletişimi kullanılarak eğitmenin akran aracılığı ile öğretim yaptığı bir modeldir.

Taktiksel Oyun Yaklaşımı Öğretim Modeli: Beden eğitimi ve sporun en önemli amaçlarından birisi de çocukların ve gençlerin zihinsel gelişimlerine katkı sağlamaktır. Bu modelin zihinsel gelişime katkı sağladığı düşünülmektedir (64). Literatürde TOYA olarak kısaltmalar görülmektedir. TOYA'nın amacı becerilerini geliştirip, onların taktiksel olarak farkındalığını artırıcı biçimde yetiştirilmesi olduğu belirtilmektedir. TOYA'da öğrenen merkezdedir. Önemli olan taktiksel öğrenimin olmasıdır ama yine de oyun merkezli bir modeldir. (65,64). Literatürde TOYA'nın çocuk ve gençlerin zihinsel gelişimlerine olumlu katkı sağladığı belirtilmektedir. Bu model, zihinsel ve bilişsel öğrenmenin olduğu, oyunda ortaya çıkan problemlerle başa çıkabilme yollarının arandığı bir model görülmektedir. Böylelikle hem psikomotor özellikler geliştiği gibi zihinsel özelliklerde gelişebilir.

Taktiksel Oyun Modeli öğrenciden beklenen motor becerilerin sergilemesi için uygun bir model olarak belirtilmiştir. TOYA, eğitmenlerin, taktiksel strateji geliştirme ve karşılaşılan problemlerle başa çıkabilme yollarını üretebilecekleri uygulamalardan bir tanesidir. Öğrenci üzerinde durulması gereken beceriler ile oyun arasında denge kurmaya çalışır, becerileri ile oyunu yönlendirmeye çalışırken karşılaştıkları sorunları taktiksel yöntemler ile çözmeye çalışırken aynı zamanda öğrendikleri düşünülmektedir (66,67). Taktiksel Oyun Modeli ile öğretim programı planlanırken, oyunun odağı iyi belirlenmeli, oyundaki taktiksel

problemlerin seçimi yapılmalı, problemin çözümündeki becerilerin belirlenmeli, taktiksel seviyeler planlanmalıdır.

TOYA, beden eğitimi ve spor öğretimi süreci içerisinde öğrenenleri merkeze alan bir modeldir. Oyun merkezli bu model, diğer modellerden farklı olarak öğrencilerde taktik geliştirmeyi sağlar.

Sorgulamaya ve Araştırmaya Dayalı Öğretim Modeli: Sorgulama, çocuk ve gençleri bilimsel düşünce ve süreçlere dâhil eden bir tekniktir. Araştırma ise, çocuk ve gençlerin sorgulama tekniği ile bilgi ve gerçeği aramasıdır. Eğitmenin güdümlü soruları veya öğrencinin ürettiği sorular ile öğretme eylemi gerçekleştirilir.

Sorgulama öğretim yöntemi ile ilgili beden eğitimi ve spor öğretimine tasarlanmış bir öğretim modeli yoktur. Eğitmen bazen çocuk ve gençlere, kendileri için ya da içinde bulundukları grup için düşünmelerini sağlayan sorular sorabilir. Bazı beden eğitimi ve spor programları sorgulama öğretimine dayanabilir. Hareket eğitimi, eğitsel oyunlar ve beceri temaları sorularla ve cevap arama etkinliği ile sürdürülebilir. Bunun psikomotora katkısı olacağı bildirilmektedir. Öğrenciler becerileri sentezleyerek, yorumlayarak ve değerlendirme yaparak öğrenebilirler. Sorgulama öğretim modeli, tüm yaş gruplarında etkili olabilir. Bu model uygulanırken çocuk ve gençlere, düşünmelerini sağlayan sorular sorulur. Eğitmen tarafından yönlendirilmiş etkinliklere dayalı değildir. Öğrenciler önce sorar, düşünür, sonra cevaplarını bir tür hareket yolu ile ifade eder. Bilgiyi veren, sağlayan çok eğitmen bu modelde kolaylaştırıcı pozisyonundadır.

Eğitmen açık uçlu sorular geliştirerek konu başlığını belirleyerek eğitime başlayabilir. Öğrencilerin etkileşimde olabileceği etkinlikler belirlenir. Açık uçlu soru ile başlayan süreç öğrencilerin sorularıyla beraber araştırma ve sorgulama ile devam eder. Elde edilen bulgular tartışılarak sonuca ulaşılır. Öğrenciler kendi deneyimlerini ve bilgiyi nasıl yapılandırdıklarını sunarlar. Sportif anlamda teorik derslerde kullanılabilen bir öğretim modeli olarak görülmektedir.

Bireysel ve Sosyal Sorumluluk Öğretim Modeli: bu model, çeşitli riskler altında olduğu bilinen gençlerin toplum kazandırılması için tasarlanmış bir modeldir. Beden eğitimi ve sporun sağladığı fırsatları gözeterek bireylerin iyi insan olmaları için karakter gelişimini teşvik eden bir modeldir. Bu modelin ana fikri, beden eğitimi programlarında öğretilen içeriğin, öğrencilere kendileri ve başkaları için nasıl sorumluluk alabileceklerini uygulama ve öğrenme fırsatları sağlamasıdır. Motor gelişim için tek başına kullanılabilecek bir model değildir ancak öğretimde bütünsel bir yaklaşım sunar. Duyuşsal öğrenmeyi, motor performansı ve bilişsel bilgileri sürekli olarak bütünleştirerek, üç ana öğrenme alanındaki sonuçları geliştirmeye çalışır.

2.2 Beden Eğitimi ve Sporda Öğretim İlkeleri

Bir önceki konuda öğretme kavramının eğitimin bir parçası olduğunu anlatmaya çalıştık. Antrenör spor ortamında bulunduğu çocuk ve gençlere bir eğitim vermektedir. Öncelikle eğitimin konusunu belirledikten sonra hangi model ile bu eğitimi öğretim faaliyetine çevireceğini belirlemelidir. Daha sonraki aşama ise, bulunduğu sporculara bunu hangi yöntemlerle iletmektir. Antrenörün bu davranışı, sporda öğretim modellerini devreye sokar. Eğitimde öğretim ilkeleri önemlidir. Öğretimdeki ilkeleri şu şekilde açıklayabiliriz,

Öğrenciye görelilik ilkesi: Öğrencinin fiziksel ve zihinsel özellikleri, ihtiyaçları, yetenekleri doğrultusunda öğretim verilmesine dayalıdır. Bunun nedeni, her öğrencinin farklı olabileceği düşüncesidir. Bu ilke aynı yaş grubundaki çocuk ve gençlerin farklı özelliklerine rağmen aynı gelişim seviyesine sahip olduğunu belirtir. Çocuğa göre eğitim verilebilir. Bazen çocuğun gelişim seviyesine uygun bilgi ve materyallerin seçilmesi gerektiğini belirtir. Örneğin çocukların çoğu 30 cm'lik engelden sıçırıyor birisi sıçrayamıyorsa onu 20 cm'lik engelden sıçratmalıyız. Bunu önceden bilen bir eğitmen uygun materyali de hazırlayarak ilkeye göre hareket etmiş olur.

Yakından Uzağa İlkesi: Eğitim esnasında öğretilecek bilgilerin düzenlenmesinde, örneklerin verilmesinde, hem doğal hem de sosyal olarak öğrenenin en yakın çevresinden hareket edilmesine dayanan bir ilkedir. Zamansal ve mekânsal olarak yakın çevreden uzak çevreye doğru giden bir yol izlenmektedir. Örnekler verilirken yakın zamandan başlayarak eski uzak zamana, öğrenenin hemen çevresinde bulunan, aile, arkadaş gibi kavramlardan topluma doğru gidilen bir ilkedir.

Bilinenden Bilinmeyene İlkesi: Ön öğrenmeler ve hazır bulunuşluk göz önünde tutularak bilişsel ve duyuşsal tutumu geliştiren ilkedir. Bildiğinin üstüne bilinmeyenin eklenmesiyle özgüven artırıcı bir ilke olarak karşımıza çıkar. Örnekler önce bilinenlerdir. Daha sonra bilinmeyen konulara geçilir. Öğrencinin eski bilgilerle yeni bilgiler arasında köprü kurmasını sağlar ve anlamlandırmayı gerçekleştirir.

Açıklık İlkesi: Uzun ve karmaşık konuşmalar yoktur. Dil sade, açık ve anlaşılırdır. Bir öğretim esnasında birden fazla duyu organı devreye girdiğinde açıklık ilkesi oluşacaktır. Kullanılan materyaller açıklık açısından önemlidir. Ayrıca öğrenenin yaparak öğrenmesi, bu ilkenin en çok desteklediği öğrenme şeklidir.

Somuttan Soyuta İlkesi: Çocuğun zihinsel gelişimi somuttan soyuta doğru gelişmektedir. Bu yüzden öğrenciye öncelikle öğretilecek konu ile ilgili somut eşya nesne, fotoğraf video gibi görebileceği materyaller göstermek gerekmektedir. Materyal kullanımı önemlidir.

Ekonomiklik (Tasarruf) İlkesi: En az sürede, en az çaba ile hedeflenen öğretileri öğrenciye iletmeyi hedefleyen bir ilkedir. Konuların öğretimi iyi planlanmalıdır, öğrencinin enerjisi ekonomik kullanılmalıdır.

Bütünlük İlkesi: Öğrencinin zihinsel ve fiziksel gelişimini bir bütün olarak ele alan ilkedir. Öğrencinin sadece bilgi yönünden gelişmesi yerine, bilgi ile birlikte iradesinin, duygusal, ahlaki ve sosyal açıdan gelişmesini hedefler.

2.3 Beden Eğitimi ve Sporda Öğretim Yöntemleri

Antrenör olarak, öğretim metotları ve ilkeleri doğrultusunda sporcusuna eğitim programı hazırlayan antrenörler, bunu hangi yöntemle sporcusuna aktaracağına karar vermelidir. Genelde bir beceriyi öğretirken veya oyunun bir parçasını anlatırken kullanılacak yöntem çok önemlidir. Kitabın bu bölümünde beceri öğretimi esnasında antrenörün bilmesi gereken konu başlıklarını ve kullanacağı yöntemleri sunuyoruz.

Beceri öğretimi sırasında antrenörün dikkat etmesi gereken en önemli hususlar şunlardır. Zihinle ilgili olan olaylar, algı ile ilgili olan olaylar, duygu ile ilgili olan olaylar ve koordinasyon durumu. Beceri dediğimiz hareket veya durumun beceri olabilmesi için, hareket esnasında doğru kasın veya kas grubunun etkin devreye girmesi, eklem veya eklem grubunun koordine çalışması, metabolik olarak organların birlikte uyum halinde çalışması, değişen hıza veya zaman karşı vücut fonksiyonlarının birlikte tepkisi ve uyumu olması gerekmektedir. Becerileri sporculara aktarırken şu aşamalara dikkat edilmesi gerekmektedir.

- Ne öğreteceğimizi kısa ve net cümlelerle açıklamalıyız.
- Demonstrasyon (göstermek): sporcuya istenilen becerinin nasıl yapıldığının uygulamalı bir örneğini antrenör göstermelidir. Yaş ve fiziki olarak hazır olmayan, gösteremeyen antrenörler gösterebilecek bir sporcudan göstermesini isteyebilir. Demo sırasında sporcular iyi bir açıdan örnek hareketi net görebilmelidir.
- Hareketleri basitleştirerek hatta parçalara ayırarak öğretmek gerekir.
- Geri bildirim mutlaka alınmalıdır, bundan sonraki en önemli gelişim tekrar ile sağlanır.
- Daha sonra beceriler bütünleştirilerek, otomatik hale getirilir.

Antrenör, beceri öğretimindeki aşamaları asla atlamamalıdır. Becerileri iyi analiz ederek, alt becerileri tespit etmeli, bunları öğreterek beceriye ulaşmalıdır. Branşa özgü becerilere sahip olduğunu düşündüğü sporcusunun beceriyi ne kadar iyi öğrendiğini anlamalıdır. Önceden yanlış öğrenilmiş davranışların gelecekte öğrenilecek olan becerileri engellemesinin önüne geçmelidir. Antrenör, branşına ait becerileri sporcusuna öğretmeden önce şu soruların cevaplarını arar ise, eğitim işinde zaman kaybetmeden ilerleyebilir. Teknikleri öğretirken istediğim yönde

nasıl gelişim sağlarım? Bu antrenmanda ne öğretmeliyim? Teknikleri nasıl öğretebilirim? Soruları antrenöre yardımcı olacak sorulardır. Ebetteki öğretme işi kolay ve istenilen düzeyde olmayabilir. Bu yüzden antrenörün seçeceği öğretim yöntemi çok önemlidir. En iyi öğretim yöntemi, sporcuların en üst seviyede etkinliğe katılarak hareket edebilmesini sağlayan yöntemdir (69). Spor öğretimde kullanılacak yöntem;

- Esnek olmalıdır, her sporcunun ihtiyacını karşılayabilmelidir.
- Aktif olmalıdır, tüm sporculara üz düzey hareket ve uygulama sağlamalıdır.
- Modern olmalıdır, yenilikçi çalışmalar içermelidir.
- Geniş kapsamlı olmalıdır, sporcuların ritim ve yeteneklerine elverişli olmalıdır.
- Katılım ve işbirliği sağlamalıdır, Sporcular katılım göstermeli ve birbiri ile işbirliği içinde olmalıdır (69).

Öğretim Yöntemleri modern yaklaşımla öğrenci merkezli veya geleneksel yaklaşımla antrenör merkezlidir. Yöntemlerin isimleri ve kısa içerikleri ile maddeler halinde aşağıda belirtilmiştir.

Emir Komut Yöntemi: Eğitimde klasik, geleneksel yöntem gibi isimlerle de tanımlanmaktadır (70). Antrenör, sporcularına vereceği bilgileri, düzenleyerek aktarır. Eğitim süreci boyunca, antrenör aktarmak istediklerini komutlar ile belirtirken, sporculardan komutlara uymasını bekler (71). Bu yöntem, antrenör tarafından verilen sıralanma, duruş, çıkış gibi emirlerin, sporcular tarafından algılanarak yapılmasıyla işler. Burada öğrenen sporcular, antrenörünü lider olarak görür ve onu takip ederler (72). Antrenmanın ne zaman başlayacağına, sporcuların ne zaman durması gerektiğine, tempoya, antrenör karar verir.

Yöntemin kazandırabilecekleri:

- Disiplinli bir ortam söz konusudur
- Antrenman düzeni estetikdir.
- Zaman iyi kullanılır, tasarruf söz konusudur.
- Bir takım söz konusu ise, ortak ruh ile hareket vardır.
- Sporcularda eş zamanlı performans söz konusudur.
- Antrenör çok tekrar ettirip, pekiştirme sağlayabilir.

Yöntemin olumsuz sayılabilecek yönleri:

- Eş zamanlı performans kolay değildir, sağlanamazsa uyumsuzluk olabilir
- Komutların tekrarlanması sporcuda bıkkınlık yapabilir
- Algı yetenek gibi farklılıklar nedeni ile sporculardan seviyesi düşük olanlar yapamıyorum kaygısı ile spordan kopabilirler.

- Sporcular, antrenman ile ilgili yorum yapamazlar söz sahibi değildirler (73).

Alıştırma Yöntemi: Adından da anlaşılacağı gibi sporcuya çokça alıştırma yapma imkânı tanıyan bir yöntemdir. Antrenör, sporcusunun öğrendiği tekniklerde ustalık kazanmasını sağlaması için bu tekniğe başvurabilir. En çok kullanılan yöntemlerden biridir (74). Emir komut yöntemine benzemektedir. Bu yöntemde farklı olarak eğitim sporculara aktarıldıktan sonra sporcular çalışmaya başlar, istedikleri sayıda tekrar yaparlar. Sayı belirleme, tempo belirleme gibi bazı durumlarda karar mekanizması sporcuya geçer.

Yöntemin kazandırabilecekleri:

- Sporcunun bağımsız karar verme mekanizması gelişir.
- Sporcunun sorumluluk aldığı için sorumluluk duygusu gelişir.
- Bazı kararlar verdiği için sporcunun motivasyonu artabilir.
- Tekrar sayısını sporcu belirlediği için, çok tekrar ile eksik yönler düzeltilebilir.
- Fiziksel ve psikolojik performansa olumlu etki yapabilir.

Yöntemin olumsuz sayılabilecek yönleri:

- Sporcuya verilen süre ve şiddet daima antrenör tarafından kontrol edilmeli aksi takdirde performansta düşüş yaşanabilir.
- Antrenman ortamında dağınıklık, gürültü olabilir.
- Antrenör sürekli gözlem durumundadır.
- Takım sporlarında antrenöre çok iş gücü getirebilir.

Eşli Öğretim Yöntemi: Sporcuları gruplandırarak ve birbirlerine öğrenimde yardım etmeleri amacıyla tasarlanmış bir yöntemdir. Adından da anlaşılacağı gibi sporcular eşleştirilerek çalıştırılır. İşbirliğine dayalı öğretme yöntemi olarak ta bilinir. Sporcuların antrenörden aldıkları bilgi ve deneyimi eşinin gözetiminde uygulamaya çalışır. Bu durumda bu yöntemin en önemli özelliği olarak öğrenen pozisyonunda olanların işbirliği içerisinde olmalarıdır. Eşlerden bir hareketi yaparken birisi gözlem yapar.

Yöntemin kazandırabilecekleri:

- Çok kalabalık ortamlarda az antrenörün olduğu durumlarda faydalı olabilir.
- Eşin görev değişikliği durumlarında yorulan eş dinlenme fırsatı bulur.
- Yeterli malzeme olmadığı antrenman ortamlarında faydası olabilir.
- Sporcuda yardımlaşma ve işbirliği duyguları gelişir.
- Zihinsel ve fiziksel gelişime destek olur (75).

Yöntemin olumsuz sayılabilecek yönleri:

- Bu yöntemdeki en önemli sıkıntı sporcu ile antrenörün iletişim içinde olmamasıdır.
- Antrenör yardımcı eşe güvenmek zorundadır.
- Çalışmayan eş, akranına kırıncı olabilir.
- Antrenör, eşleri yeterince dinleyecek zaman bulamayabilir (76).

Kendini Kontrol yöntemi: Bu yöntemde sporcunun performansına ait durumunun farkında olmasını geliştirmek esastır. Bu duruma kinestetik farkındalık da denilmektedir. Öğrenenler, öğreticinin belirlediği belli başlı ölçütlere göre yaptığı hareketleri değerlendirir. Burada öğretici değerlendirme kararını öğrenen bırakır. Böylelikle ortaya bir antrenör-sporcu ilişkisi de çıkmış olur. Öğrendiği becerinin ne derecede öğrendiğinin yorumunu yapacak olan sporcuya sorumluluk yükleyen bir yöntem olarak görülmektedir. Literatürde bazı araştırmacılar bu yöntemin, sporcunun beceriyi ne derecede kazandığının açıklamasını yapabilecek yetenek kazanıp kazanamadığı ile ilgilenildiğini ifade etmektedir (77).

Yöntemin kazandırabilecekleri:

- Sporcu başarı veya başarısızlıkları, becerilerindeki eksiklikleri görebilir.
- Sporcu kendini denetlediği için sorumluluğu artar.
- Sporcuda Kinestetik farkındalık gelişir.
- Sporcu komut almadan harekete geçtiği için karar verme özelliği gelişebilir.
- Sporcuların performansını takip etme fırsatı olabilir.

Yöntemin olumsuz sayılabilecek yönleri:

- Bu yöntem bireysel çalışmaya yönlendirdiği için takım sporları için uygun olmayabilir
- Sporcunun sosyal ilişkiler zayıflayabilir.
- Sporcu başarısızlığı kabullenmeyebilir, değerlendirmede objektiflikten uzaklaşabilir.

Katılım Yöntemi: Öğrenen pozisyonda olanların öğretime katıldığı, kendilerini oldukça özgür hissettikleri bir yöntemdir. Eğitimin hazırlık aşamasında eğitmen/antrenör uygulama ve sonuç aşamasında ise öğrenci/sporcu etkindir. Katılım gösterecek olan öğrencilere başlama yeri, başlama anı, başlama seviyesi gibi değişik seçenekler sunulur ve ön yargılar kaldırılarak katılımcılık ön planda tutularak katılım göstermeleri istenir (73). Öğrenciler için her hangi bir ölçüt ve zorunluluk olmadığı için uygulamaya katılmaktan kaçınılmazlar.

Öğretim sürecinde eğitimci katılımcıyı izleyebilir, öğrencide istediği zaman öğretici ile iletişim kurabilir. Öğretici bu yolu izlerken seviyeleri gözetenek herkesin motive olacağı hareketleri basitten zora doğru belirlemelidir.

Yöntemin kazandırabilecekleri:

- Eğitimci eğitim esnasında öğrenenleri çok fazla izleme fırsatı bulabilir
- Katılımcıların özgüveni artar, kaygıları azalabilir
- Grubun tamamı katılım göstermek isteyebilir.
- Motivasyon yüksektir.

Yöntemin olumsuz sayılabilecek yönleri:

- Öğreticilerin verdiği görevleri öğrenenler yapmak istemeyebilir.
- Öğrenenler arasındaki bireysel farklılıklardan dolayı hareketlerdeki görev dağılımlarını belirlemek uzun sürebilir.
- Öğrenen kişilerin her birinin yetenekleri ile ilgilenmek öğretici için zor olabilir.
- Katılım yöntemindeki özgürlükten dolayı öğrenen kişilerin sosyal gelişimleri olumsuz etkilenebilir (73).

Yönlendirilmiş Buluş Yöntemi: Diğer yöntemlerden ayıran en büyük özellik, öğreneni bir buluşa yönlendirmesidir (75). Öğrenciler, çevrelerini keşfederek uyum sağlamayı, karşılaştıkları problemlerle başa çıkmayı, bunlarla ilgili karar vermeyi hedefleyen bir yöntemdir. Bu yöntemde öğretici bir belirsizlik durumu ortaya çıkararak öğrenenin ilgisini çekmeyi hedefler. Bunu sorularla yaparken aldığı cevaplar ile ipuçları vererek doğruya ulaşmalarını sağlar. Bu yöntem kullanılırken çocuklardaki zihinsel gelişim durumu ve yaşın gereklilikleri göz ardı edilmemelidir. Problemlerin uygun çözümlerini bulan öğrencilerde öğrenme daha kalıcı olabilir.

Yöntemin kazandırabilecekleri:

- Öğrenenin zihinsel gelişimine olumlu katkı sağlayabilir.
- Öğretici grubun tamamına yardımcı pozisyonadadır
- Öğrenen isteklidir.

Yöntemin olumsuz sayılabilecek yönleri:

- Öğretici için plan ve program yapmak zaman alabilir,
- Temel hareket dönemi dışında kullanımı çok zordur,
- Sorular ve cevaplar uzayabilir,

Problem Çözme Yöntemi: Karşılaşılan veya verilen bir problemi çözmek için izlenen bir dizi etkinlikten oluşan yöntemdir. Bu yöntemde sporcular, verilen problem için birden fazla çözüm bulmaya çalışırlar. Bu nedenle antrenöre düşen görev; sporcularına birden çok çözümlü olan problemler hazırlayıp, çözmeleri için vermektir. Öğretim süreci, öğrenen problemin farkına varması, çözümü için

yararlı bilgileri toplaması, öğretici tarafından önerilen çözüm yollarını denemesi, çözüme ulaşması şeklinde devam eder. Problemin öğrenenin yaş düzeyine uygun olmalıdır (69). Problemler, hareketin farklı uygulama şekilleri, vücut parçalarının birbiriyle ilişkisi, araç-gereç ve vücut arasındaki ilişki, vücut ve ortam arasındaki ilişki, aynı ve farklı takım oyuncular arasındaki ilişki problemler hazırlanmalıdır

Yöntemin kazandırabilecekleri:

- Öğrenen kişiler çok yönlü düşünme yeteneği kazanabilir.
- Öğrenenlerin sorumluluk duyguları gelişebilir.
- Probleme cevap aramak için araştırmak gerekir, Öğrenenin araştırmacı yönü gelişir.
- Öğrenenlerin konuyu daha iyi anlamasına etki edebilir.

Yöntemin olumsuz sayılabilecek yönleri:

- Her konu için kullanımı uygun olmayabilir.
- Her zaman başarılı olunmayabilir
- Problemi çözecek araştırma kaynaklarına ulaşım kolay olmayabilir.

Medya Yardımlı Öğretim Yöntemi: Bu yöntemde antrenör, ortam düzenleyici, öğrenen sporcu ise gözlemci ve dinleyicidir. Öğrenme faaliyeti boyunca medyadan faydalanılarak hazır videolar, hazırlanan videolar oyunlardan parçalar sporcuya izletilip, öğretime katkıda bulunmak amaçlanmıştır. Sporcunun bu değişikliğe uyumu motivasyonu iyi olabilir. Ancak yaş grubu ve materyaller iyi planlanmalıdır.

Yöntemin kazandırabilecekleri:

- Sporcularda motivasyon artabilir,
- Konular ses ve görsel ile desteklendiği için kavrama daha iyi olabilir.

Yöntemin olumsuz sayılabilecek yönleri:

- Araç ve gereçlere ulaşmak kolay olmayabilir
- Öğretici kolayca kaçarak cihazlara bağımlı olabilir

Gösterip Yaptırma Yöntemi: Antrenörün hareketin nasıl yapıldığını gösterdikten sonra sporcularından/öğrencilerinden hareketi yapmalarını isteyen bir yöntemdir. Antrenörün, sözlü olarak anlatım durumlarının yetersiz kaldığı durumlarda başvurduğu bir yöntem olabilir. Sportif beceri kazanmak en büyük hedeftir. Görsel ve işitsel duyu organlarının gelişimine katkı sağlayan bu model, spor eğitiminde sıkça kullanılan bir modeldir (75).

Yöntemin kazandırabilecekleri:

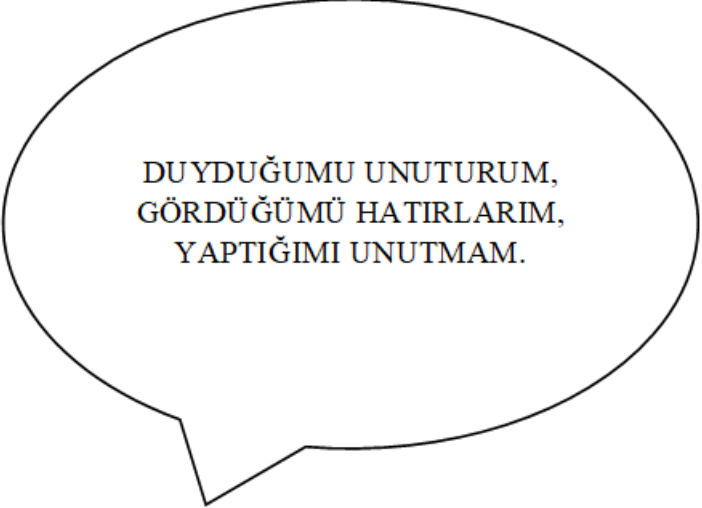
- Sporcular becerilerin nasıl yapıldığını liderden görerek yaparlar.
- Öğretim işinde anlatımın eksik kaldığı yerde katkı sağlar.
- Öğrenen kişiler becerilerini yaparak geliştirirler.

- Öğrenim sırasında öğrenilen yanlış bilgiye öğretici tarafından müdahale edilebilir.
- Öğrenenlerin özgüvenleri artar.

Yöntemin olumsuz sayılabilecek yönleri:

- Eğitimde zaman kaybı olabilir.
- Öğreticinin ön hazırlığı yoksa eğitimde faydası olabilir.
- Kalabalık gruplarda yöntemi işletmek zor olabilir
- Spor ortamını disiplini sağlanamayabilir.

Beden eğitiminde kullanılan yöntemler yukarıda verilmiştir. Konuya göre hangi yöntemlerin kullanılacağına antrenör karar verir. Yine de antrenörlerin sıklıkla başvurduğu yöntemler sırasıyla “gösterip yaptırma”, “emir komuta”, “alıştırma” yöntemleri olduğu belirtilmiştir (75). Literatürde, araştırmacılar sıralamayı değiştirse de, farklı yöntemlerden de bahsetseler, anlaşıldığı üzere spor eğitiminde bazı yöntemler öncelikli olmak üzere bütün yöntemlerin kullanılabileceği anlaşılmaktadır. Genelde antrenör merkezli yöntemler spor ortamındaki disiplin ve uygulamalar için etkili olarak görülmektedir. Ancak antrenörlerimizin unutmaması gereken en önemli unsurlardan birisi sporcunun beceriyi edinebilmesi için yapması ve tekrarlayarak pekiştirmesi gerektiğidir. Katıldığım, UEFA kurslarında eğitmenler tarafından sıkça söylenen bir sözü sizinle paylaşmak istiyorum.



DUYDUĞUMU UNUTURUM,
GÖRDÜĞÜMÜ HATIRLARIM,
YAPTIĞIMI UNUTMAM.

Sporcularına az konuşarak, göstererek ve çok tekrar yaptırarak eğitmenizi öneriyorum. Sporculara tüm bilgilerinizi saatlerce anlatsanız da doğası gereği duyduklarını unutacaklardır. Becerileri gösterip, geçip giderseniz, becerileri veya teknik taktikleri gördüklerinde hatırlayacaklardır. Ancak gösterdiklerinizi ve

yaptığınız düzeltmelerinizi tekrar etme ve yapma imkânı verirseniz, beceriler pekişecek ve asla unutmayacaklardır.

Antrenörler unutmamalıdır ki etkili öğretimin özü, antrenörün bir öğrenme ortamı oluşturma yeteneğinde yatar. Her sporcunuz sizin öğrenme etkinliğinize katılmalıdır. Planlarınızı çocukların fiziksel ve zihinsel gelişimlerini sağlamak üzerine kurmalısınız. Antrenör için öğretme eylemi bir kararlar zinciridir. Sporcularına öğretmek istediği her bir davranış, önceden aldığı bir kararın neticesidir. Antrenörün öğretmesi ve sporcusunun öğrenmesi için alınan kararların 3 kategorisi vardır. Bu kategorilerde antrenör tarafından alınan doğru kararlar etkili öğretimi gerçekleştirir.

- Hazırlık (etkileşim öncesi),
- Uygulama (etkileşim) ve
- Değerlendirme (etkileşim sonrasıdır).

Hazırlık (Etkileşim Öncesi) Evresi: Antrenör, bir beceriyi veya tekniği öğretmeye başlamadan önce, hazırlık evresinde bazı kararlar vermek zorundadır. Bunlar, öğreteceğim bu becerinin veya tekniğin hedefi nedir? Hangi öğretim modeli ve yöntemi kullanmalıyım? Sporcum hangi öğrenme stili ile bunu öğrenebilir? Hangi sporcuma veya sporcularıma öğreteceğim? Hangi sahada veya salonda öğretmeliyim? Ne zaman öğretmeliyim? Duruş, düzen, kıyafetler, iletişim, parametreler, kullanılacak alıştırmalar, değerlendirme ile ilgili kararlar alır (68).

Uygulama (Etkileşim) Evresi: Etkileşim evresi, çalışmaların açıklanması ve uygulanışı hakkında antrenörün alacağı kararları içerir. Bunlar, uygulamaya yönelik alınan her türlü kararlardır (68).

Değerlendirme (Etkileşim Sonrası) Evresi: Antrenörler tarafından alınacak bu kararlar, sporcuların uygulamadaki performanslarına yönelik alınacak kararları ve dönütleri içerir. Antrenör performans hakkında bilgi toplar ve dönütler için karar verir.

Antrenör ve Eğitim İlişkisinde Sonsöz,

Spor ortamlarında etkili bir antrenör her zaman aranılan bir eğitimcidir. Hangi seviyede sporcu olursa olsun, antrenörüne güvenmek ister. Bu güveni sağlayacak olan antrenörün mesleki temelini sağlam atması gerekmektedir. Antrenörün sporcuları teknik, taktik fiziksel ve zihinsel olarak geliştirmek için bilgi ve beceriye sahip olması gerekir. Antrenör bilgi edinmek, becerilerin öğretimini öğrenmek ve liderlik yapabilmek için bir takım eğitimlerden devamlı geçmelidir. Devamlı kelimesi burada kilit bir kelimedir. Çünkü diploma ve çalışma izni aldıktan sonra antrenör olduğunu düşünen ve değişen kültür, toplum ve teknolojiye ayak uyduramayan antrenörler başarısız olurlar. Bu yüzden antrenör,

gelişimi ve ilerleyebilmesi için kişisel ve mesleki eğitime devam etmesi gerekir. İyi bir eğitimci yani antrenör öğretebilmek için öğrenmeyi kesmemelidir.

Antrenörün temel eğitiminde alması gereken eğitim programlarının başlıkları aşağıda verilmiştir. Antrenör bu programların içeriklerinde eksik olduğu konuları tespit etmeli ve üzerine giderek bilgi sahibi olmalıdır. Tüm bu programlar antrenörün mesleki temelini oluşturan yapı taşlarıdır.

- Antrenörlüğün mesleki gelişimi
- Eğitimde öğrenme ve öğretme
- Antrenman planlaması ve yönetimi
- Anatomi, Fizyoloji, Biyomekanik ve Spor Psikolojisinin temel ilkeleri
- Fiziksel uygunluk ve zindeliğin temelleri
- Performans testleri ve analizi
- Liderlik eğitimi
- Özel antrenörlük uygulamaları

Bu temel eğitimler, antrenör adayının antrenörlük bilgisi ile antrenörlük felsefesi arasındaki boşluğu kapatmaya çalışır. Spor ortamlarının ve sporcuların antrenörde görmek istedikleri en somut olay performanslarının artmasıdır. Sporcunun düzenli olarak performansı artması veya yarışmalardaki performansı koruması antrenörün sorumluluğundadır. Bu nedenle etkili bir antrenörün performans konusunda profesyonel ve modern yaklaşımlar ile ilgili bilgi ve uygulamalara hakim olması gerekmektedir. Sporcuların içinde performans ile ilgili araştıran, okuyan, eğitim alanların varlığını düşününce antrenörün bu konuda tam donanımlı olması kaçınılmazdır. Antrenör hangi ortamda hangi seviyedeki sporcularla çalışırsa çalışsın performans gelişimi ön plandadır. Eğitimin fiziksel gelişim kısmı gözle görülen skor, madalya gibi başarıları getiren sonuçlardır. Antrenör –Eğitim ilişkisinde performans geliştirme kavramı ön plandadır. Etkili bir antrenör tüm seviyelerdeki sporcusunun performansını iyileştirme ve geliştirme üzerinde ciddi bir etkiye sahiptir (79).

İngiltere’de yapılan araştırmalarda sporcuların aldıkları antrenörlük hizmetinden oldukça memnun kaldıkları bildirilmektedir. Ancak %10 gibi bir rakam memnun olmadığını ifade etmektedir. Bunun nedenlerinden birisi de sporcunun antrenörün performansına katkısı olmadığını ifade etmesidir. Madalya beklentisi olan sporcularda performanslarına katkı sağlayan antrenörlerle çalışmak istediklerini ifade etmektedir. Anlaşıldığı üzere, antrenörün elit düzeydeki sporcuların yüksek performansına etkisi önemlidir. Elit sporcuların bu seviyelere gelirken geçtiği spor ortamları ve karşılaştıkları antrenörlerin başarılarıyla performanslarını elit düzeye taşıdıkları asla unutulmaması gereken bir konudur.

Antrenörlerin çoğunluğu, mesleğe alt yapılardaki çocukları yetiştirmeye başlarlar, işlerine iyi motive olmuş, gerekli bilgi ve becerilere sahip olanlar, elit düzeydeki sporcularla çalışmaya giden yolda yürümeye devam ederler. Eski uluslararası sporcular bazen deneyimli antrenörlerin yanında elit düzeydeki sporcuların performanslarını geliştirme görevleri alabilirler.

Onlarında başarısı aldıkları görevleri yerine getirebilecek antrenörlük temellerin kazanmalarından geçer. Hızlı bir şekilde kendilerini geliştirmek için çaba sarf etmek zorundadırlar. Bu bağlamda kitabın içinde bahsettiğimiz spor ortamlarından yola çıkarak, antrenörler üç gruba ayrılabilirler. Spor okulları antrenörleri, spor katılım antrenörleri ve spor performans antrenörleri.

Bu üç tür antrenör çalışma alanlarına göre şu şekilde gruplanabilir. Spor okullarında spora yeni başlayan eğlenceli bir şekilde temel beceriler kazanmak isteyen öğrencilerle çalışan antrenör grubu, Gelişimsel, yarışmacı katılımcılarla çalışan antrenör grubu ve yoğun hazırlık ve rekabet sporlarında profesyonelce çalışan performans antrenör grubu. Bu grup içerisinde çalışan antrenörlerin, bu grubun içerisinde kendi istekleri ile olup olmadıkları tartışma konusudur.

Sonuç olarak kazanç en üst seviyede fazladır. Geçim derdi ile alt yapılarda çalışan antrenörlerde olabilir. Bu sıkıntılar sporcunun performansına olumsuz etki yapabilir. Ancak alt yapıda çalışmayı hedefleyen kendini yetiştirmiş bir antrenörde spor ortamı için çok önemli bir kazançtır. Yüksek performans sporcuları ile çalışmış veya çalışabilecek antrenörler farklı seviyelerde de çalışırken rastlanabilir. Bugün olimpiik sporlarda, ülkesini uluslararası alanda temsil etmiş, derece almış antrenörleri ulusal takımlarda görev yaparken görebiliriz. Yine üst düzey yarışmalar gümüş kürsüye çıkmış, ulusal takımlarda çalışabilecek seviyedeki antrenörleri başka şehirlerde kulüplerde çalışırken görebiliriz.

Bu onları kötü antrenör yapmayacağı gibi, kulüplerdeki orta seviye katılımcılara yüksek performans yolunu açabilecek bir şans yapabilir. Yüksek performans antrenörlüğü uzun bir eğitimi ve bir takım disiplinleri beraberinde getirir. Bunun yanında bir ekip işidir. Ekibin içinde, fizyoterapistler, doktorlar, atletik performans antrenörleri, analiz antrenörleri ve diğer uzman antrenörler bulunur. Tüm ekip performans odaklı çalışır. Ekibin karşısında yüksek performans odaklı sporcular bulunmaktadır.

Eğitimin tüm unsurları antrenör tarafından iyi değerlendirilmelidir. Ancak antrenör bilmelidir ki sporcunun müsabaka performansının gelişimi bir antrenör için sonraki sezona giden trenin biletidir. Antrenör öğretim planını çok iyi organize etmelidir. Ne çok az ne çok fazla performans kavramının içine yoğunlaşmalıdır. Ancak sporcuların rekabet için gelişimlerinin önemini asla unutmamalıdır.



NADIA COMANECİ İLE BAŞLAYAN KARIYERİNDE ONLARCA
ALTIN MADALYALI CİMNASTİKÇİLERİN DEĞERLİ
ANTRENÖRÜ BÉLA KÁROLYI

ÜNİTE 5

ETKİLİ ANTRENÖR OLMAK İÇİN GELİŞTİRİLMESİ GEREKEN ÖNEMLİ ÖZELLİKLER

ÜNİTE V

ETKİLİ ANTRENÖR OLMAK İÇİN GELİŞTİRİLMESİ GEREKEN ÖNEMLİ ÖZELLİKLERİ

1. Planlama ve Yönetme

Bu bölümde antrenörün bir günlük antrenmanından bir sezon antrenman planlamasına kadar geçen süreç içerisinde hangi bilgilere ve niteliklere sahip olması gerektiğini, görev ve rollerini tartışacağız. Antrenörlük mesleğinin bir başka özeti de planla, eğit ve yönettir. Planlama bir sporcuyu veya takımı eğitmek, onlara liderlik etmek ve yönetmek için ilk adımdır. Sezonluk bir planınız yoksa belki günü kurtarabilirsiniz ancak sezonu asla kurtaramazsınız. Bu yüzden antrenör eğitimi programlarında üzerinde durulması gereken eğitimlerden biride planlama ve yönetimdir Planlarınızı, neden, kime ve nasıl yapacağınızı ve nasıl liderlik yapıp, yöneteceğinizi tartışmaya başlayalım.

Neden Planlama Yapmalısınız?

Her şeyden önce sporcunuza vermek istediğiniz eğitimin kısa orta ve uzun vadedeki hedeflerinizi belirlemek için planlanma yapmalısınız. Özellikle atletik performansı geliştirmeye yönelik antrenmanlar zorlaştıkça ve daha yorucu bir hal aldıkça profesyonel, bilinçli bir planlama için bilimsel bir arka plana ihtiyaç artmıştır. Bu konuda tecrübesi olan uzmanlara duyulan ihtiyaç nedeniyle modern antrenörlük eğitimlerinde antrenman planlamasına ilişkin eğitimler verilemeye başlamıştır. Gözlemlediğim kadar antrenörlerin eğitim kurslarında teorik derslere karşı ilgisi çok fazla olmamaktadır. Genelde teorik olarak verilen bu planlama eğitimlerini iyi tamamlayan antrenörler gelecekteki çalışmaları için oldukça önemli bir bilgi edinmiş olurlar. Antrenman ilgisinin en önemli bölümlerinden bir olan planlama ile ilgili antrenör yetiştiren kurumlar, antrenman bilgisi çatısı altında mutlaka bu eğitimi vermeyi hedeflemektedir.

Antrenör en küçük plan olan bir günlük seansını iyi planlamalıdır. Performans hedeflerinin ilk adımı günlük seans planıdır. Seans planları, haftalık hedefleri, haftalık planlar, aylık hedefleri, aylık planlamalarda sezonluk hedefleri belirler. Karşılaşılan özel durumlarda planlarda bazen değişiklikler yapılsa da, antrenörün yol haritasını oluşturmak için planlama bu sarmal içinde yapılmalıdır. Antrenör planlama konusunda fazla değişikliğe gitmemek için planlama öncesi bazı durumlar hakkında bilgi sahibi olmalıdır. Aşağıda verilemeye çalışan pratik bilgiler antrenörün seans planlamasındaki ipuçlarıdır. İpuçları hakkında toplanan bilgiler sayesinde planla kolaylaşabilir.

- Antrenör olarak sezon boyunca çalışacağım sporcu veya grup kimlerden oluşuyor?
- Sporcuların bu sezondan önceki deneyimleri ve yeteneklerinin durumu nedir?
- Sporcuların farklı veya aynı bireysel ihtiyaçları nelerdir?
- Antrenmanda kaç sporcu ile çalışacağım?
- Antrenmana katılacak sporcuların yaşları ve cinsiyeti nedir?
- Günlük seanslarımın ayrı ayrı amaçları ve hedefleri nedir?
- Antrenman seansı ne kadar sürmeli?
- Antrenman mekânı neresi? Ekipmanlar neler? Nelere sahibim?
- Antrenmanda sporcunun sağlığı ve güvenliği ile ilgili tedbirler ne olmalı?
- Antrenmana destek verecek personelinin durumu nedir? Mevcut mu?.

Müşabakalar kadar antrenmanın planlanmasının önemi, eğitimcilerin eğitimini yapan eğitimler tarafından devamlı adaylara aşılacaktır. Müşabakanın, pratiği antrenmanda yapılmaktadır. Başarı için, antrenör olarak sporcuların, motivasyon ve özgüven duygularına etki edebilecek günlük seanslara ulaşmak gerekiyor (79).

Antrenör eğitimlerinde, adaylardan antrenman planları yapılması, gözden geçirilmesi, uygulama yapılması, değerlendirilmesi istenir. En iyi planın uygulanabilir plan olduğu telkin edilir. Antrenör yöntemi öğrendikten sonra şartlara göre kendi felsefesine uygun, sporcularına özgün bir plan yapmalıdır. Taklit planlarla asla başarılı olamazlar. Plana kendileri inanmalı, sporcularını ikna ederek onlara liderlik etmelidir. Deneyimli olan sporcuları ikna etmek zordur.

Bu yüzden antrenör, planın onlar için özel olarak hazırlandığına onları ikna etmelidir. Onlara hazırladığı planı “ihtiyaçları tespit ederek hazırladığını” kısa orta uzun vadede hedeflerinin ne olduğunu anlatarak onlara ulaşmak için bu plana uyulması gerektiğini anlatarak katılımları için motive etmelidir. Planlama işi kolay bir iş değildir. Antrenörlüğün ilk yıllarında deneyimli antrenörlere oranla daha çok hatalar yapılabilir. Bu meslekteki en doğal tecrübe olabilir. Ancak kariyer sürecinde hatalı planlamalar bile kendi zihnini yormadan başkasından alınan programlarla yol almaktan çok daha önemlidir. Antrenör olarak planlama konusunda hata yapmaktan çekinmeyin. Sadece hatalar, ilk zamanlarda sporcu sağlığını riske atacak büyüklükte olmasın yeter. Yaptığınız planlamanın etkisini başarı ile ölçmeyiniz. Sonuçta müsabakayı etkileyen faktörler vardır. Buradaki ölçüt iyi istatistikler çıkarmaktır. Sezon içinde veya sezon sonunda planınız ile yüzleşmelisiniz. Bu antrenörlük gelişimi için önemlidir. Bu yüzleşmeye, öz-yansıtma diyoruz. Öz-yansıtma kendini değerlendirme için yapılır. Bir sonraki

planlar için etkili bir yoldur. Antrenörlerin, gelişim için öz-yansıtma ve onu geliştirme ile ilgili okumalar yapması faydalı olacaktır.

Antrenör eğitimlerinde antrenöre bir plan yapmadan önce bir anahtar kavram olan SWOT (Güçlü-Zayıf Yönler-Tehditler-Fırsatlar) Analizi yapmayı öğretmek faydalı olacaktır. Antrenör, yeni sezonda kulübü ve sporcuları ile ilgili güçlü yönlerini zayıf yönlerini karşı karşıya olduğu tehditleri veya elindeki fırsatları detaylı gösteren bir analiz yaparsa planlamasında neye ağırlık vereceğini daha iyi bilebilir. Antrenörlük eğitiminde sezon planlamasının içeriği hakkında çok detaylı eğitim verilmeyebilir. Bunun nedeni ders saati ile ilgili olabilir. Ancak Antrenör, bir sezonu planlarken içinde bulunduğu spor dalının fizyolojik ve psikolojik taleplerini iyi bilmelidir. Bunun yanında teknik-taktik bileşenleri de yerleştirerek içeriği hazırlamalıdır. Antrenör aldığı eğitimler bu konudaki kaynakları araştırarak pekiştirmelidir.

Antrenörlük eğitimi oldukça hassa bir eğitimidir. Alt yapıda gençlik geliştirme sorumluluğu alırken, yarışmacı ekipte başarılı olmak için sorumluluk alır. Antrenör daima gelişimini sağlayacak eğitimlere ulaşabilmelidir. Tüm antrenör yetiştiren kurumlar bütünsel bir antrenör yetiştirmek istemektedir. Müfredatlarını buna göre planlarlar. Antrenör eğitimcilerinin ortak kaygısı, onları daha iyi nasıl geliştirebilirizdir. Bu yüzden antrenörlük eğitimlerinde anatomi spor fizyoloji, spor psikolojisi, insan hareketi, kondisyonun bileşenleri, branşa özgü teknik taktik bilgilerin öğretimi ön plandadır.

2. Antrenman Bilimine Olan İnanç

Antrenörün çalışma alanı içerisindeki en önemli yer antrenman alanıdır. Bununda nedeni sporcunun performans gelişimini eğitiminin verildiği yer olmasıdır. Antrenör planlanmasına koyduğu antrenmanlarının içeriğini hazırlarken sahip olduğu bilgilere ihtiyaç duyar. Antrenörün antrenmanın tüm bölümlerinde kullandığı teknikler ve uygulamalar spor bilimine ve branşa özgü uygulamaların bilimsel faydalarına dayanır.

Antrenörlerinde sporcularında birincil amacı, ister olimpiyat olsun, ister ulusal yarışmalar olsun bu yarışmaların sporcudan talepleri olan, atletik seviye hedeflerine ulaşmaktır. En basit olarak, herhangi bir fiziksel aktiviteye girmek, vücudu harekete geçiren bir uyarana maruz bırakır. Ortaya çıkan bu gelişmiş uyaran aracılığıyla, sporcular, kassal, fizyolojik, psikolojik ve biyomekanik olarak gelişmektedirler. Antrenmanın en basit açıklaması da budur. Vücuda bir stresör (antrenman) uygularız, bedensel gelişim için bir uyarı başlatarak, gelişimi sağlarız. Gelişim için gerekli olan antrenmanı nasıl yapmalıyız? Ne sıklıkla yapmalıyız? Sorularının cevabını antrenör bilmelidir. Peki antrenör, ne sıklıkla antrenman yapmalıyız sorusuna nasıl yaklaşmalıdır.

10.000 saat teorisini duyduunuz mu? 2008 yılında Malcolm Gladwell yazdığı Outliers isimli eserde, uğraşılan işte anlamlı geçirilen 10 bin saatlik deneyimin başarıyı getireceğinden bahseder. Spora uyarladığınızda 10 Bin saat veya 10 yıl düzenli eğitim alarak gelişen sporcuların elit sporculuğa çok yakın olduğunu söyleyebiliriz. Bu bize 10.000 saati günlük çalışma saatine çevirmeliyiz anlamını yüklemeyiz. Ancak bilimin ışığında bir planlamadaki günlük seansın süresi ve yoğunluğunu çalışma döneminin özelliğine göre antrenör karar verir. Bu çok ciddi bir sorumluluk ve bilgi isteyen durumdur. Gittikçe artan yoğunluk durumu, aynı yoğunluktaki günlük egzersizlerin antrenöre neyin getireceğinin farkında olması gerekmektedir.

Antrenör aldığı spor fizyoloji eğitimiyle, enerji sağlama yollarını ve harcama biçimlerini bilerek, antrenmanını şekillendirir. Yüksek hızda ne kadar, hangi sistemin çalışacağını bilen bir antrenör antrenman planındaki yüksek hızdaki aktivitelerini tekrar sayılarını ve sürelerini sporcusuna göre ayarlar. Sporcularımızla sıklıkla antrenman sonrası yorgunluk üzerine konuşuruz. Yorgunluk antrenmanlara sporcu fizyolojisi ve zihninin gösterdiği tepkidir ve gelişim için çok önemlidir. Antrenör olarak antrenmanda sporcuyu ok yormak meziyet değildir. Asıl meziyet yorgunluk sonrası toparlanma politikalarını doğru yönetip bir sonraki antrenmandaki yüklenmeye sporcuyu hazırlayabilmektir. Bu yüzden sporcusunu çok yoran antrenör iyi antrenördür anlamına gelmez. Antrenör antrenman bilimi ışığında yüklenme-dinlenme ilişkisini çok iyi ayarlamalıdır. Yük çok önemli bir kavramdır ve antrenör bunu sporcuya faydalı olacak şekilde açıklayabilecek bilgi seviyesinde olmalıdır. Yük ile ilgili bir bileşenin manipüle edilmesi eğitimde birçok değişikliğe neden olabileceği gibi gelişimde de sorun yaratabilir. Antrenörlere bu noktada eğitimin bileşenlerini bir kez daha hatırlatmakta fayda görüyorum. Bunlar bir arada gelişirse sporcunun performansı bütün olarak gelişebilir. Antrenör, spor branşının fiziksel taleplerini iyi öğrenmeli ve bu bileşenlerin gelişimi için planlamadaki çalışma oranlarını iyi ayarlamalıdır.

Nedir bu eğitimin bileşenleri, sporcunun fiziksel performansını sağlayan bu bileşenler, dayanıklılık, kuvvet, sürat, çabukluk, çeviklik, beceri ve koordinasyondur. Antrenör, antrenmanın biliminin sunduğu biçimde bu özellikleri geliştirmekle sorumludur. İyi antrenörler bu konuda, branşlarına ilişkin yüklenme prensiplerine hâkimlerdir.

3. Etkili İletişim Becerileri

En iyi antrenörler, karşısındaki dinleyip, etkili iletişim ile sorunlara pozitif yaklaşan antrenörlerdir. Antrenörlerin, başta sporcular olmak üzere, spor ortamındaki tüm paydaşlarla iletişim içerisindedir. Pozisyonu gereği, birçok

problemi dinlemek ve çözüm üretmek zorundadır. Bu yüzden etkili antrenör olabilmek için, iletişim becerilerini geliştirmek gerekmektedir. İletişim becerilerini geliştirmek için de antrenör iyi bir dinleyici olmalıdır. Dinleme, etkili iletişimin en temelini oluşturur. Etkili iletişimde harika geçen bir görüşmede ne söylediğiniz değil, ne zaman söylediğiniz önemlidir. Görüşmenin etkili ve iyi olması için karşılıklı yarar ve umar olması önemlidir. Spor ortamının devamlı harareti olduğuna şahit oluruz. Böyle durumlarda aslında kişiler dinlemekten çok konuşmayı tercih ederler. Antrenör için bu farklı olmalıdır. Hararetin yüksek olduğu noktalarda sakinlik ve uygunlukla dinleme yapılmalıdır.

Araştırmalar, konuşmalarda dinlemenin sağlıklı yapılmadığını, karşı tarafın konuşmalarının %25 kadar kısmını akılda tutulduğunu bildirmektedir. Bunun en önemli sebeplerden birinin teknoloji olduğunu, bilgilerin akla kaydedilmesi yerine bilgi kopyalarının kullanıldığı ifade edilmektedir. Antrenör, çok önemsiz gördüğü konuşmalarda dahi karşısındakinin söylediklerini kaydetmeye odaklanmalıdır. Eğitimlerde devamlı aktif dinlemenin yapılması gerektiğini anlatırlar. Ancak dinlemek, biraz daha karmaşık bir iştir (82). Etkili bir antrenör, herhangi bir konuşmada, kaç farklı dinleme türü yapabileceğini bilir. Antrenörün iletişimde kullanabileceği birkaç etkili dinleme modeli vardır. Kariyer peşindeki antrenörler bunların farkında ise sorun yok, ancak bunları ilk defa okuyorsa iletişim becerilerini gözden geçirir.

Antrenör olarak, iletişimin biliminde ortaya konulan üç farklı modeli de kullanabilirsiniz. Bunlar, Pasif/ Aktif Dinleme, Eleştirel/Empatik Dinleme, İndirgeyici/Genişleyen Dinlemedir. Aşağıda açıklanan dinlemelerin hangilerini yapıp hangilerini yapmadığınızı kontrol etmelisin.

Pasif/Aktif Dinleme Nedir?

Pasif dinleme yaparken, genelde çok fazla çaba harcanmaz. Antrenör olarak çalışma yaparken, yazarken veya dinlenirken, arka planda müzik veya açık televizyondan haber dinlemek pasif dinlemeye örnektir. Pasif dinleme etkileşim, yanıt beklemez. Aktif dinleme böyle değildir. Çaba ister, etkileşim içinde olduğu bireye dikkat etmek ve odaklanmak gerekmektedir. En önemlisi ise, konuşanın dinlenildiğini ve anlaşıldığını hissetmesi gerekir. Dinleme yapan odaklanarak, karşısındakine dinlediğini hissettirmesi için, dinlerken başını sallayabilir, sorular sorabilir, özetleyebilir, yanıt verebilir. Dinleyici hep aktiftir.

Eleştirel/Empatik Dinleme

Eleştirel dinleme yaparken, duyulanı değerlendirip, değerlendirilenlerden dinleyen kendi görüşünü oluşturulur. Örneğin gerçeklerin analizini yaparken eleştirel dinleme yapılır. Empati dinleme, konuşmacının duygularını desteklemeyi gerektirir. Dinleyici konuşanı dinlerken yargılayıcı olmaz.

Konuştuklarını özgürce dile getirebilmesi için destek olunur. Bu dinleme yapılırken duygulara saygı gösterilir.

İndirgeyici/Genişleyen Dinleme

İndirgeyici dinleme, konunun özünü bir başka deyişle alt satırı dinlemektir. Dinleyici, konuşanın konuya girmesini ve neyin önemli olduğunu bildirmesini bekler. Dinleyici probleme çözüm bulmak, ortadaki sorunu çözmek için dinleme yapar. Bu dinleme, sonuç odaklı dinlemedir. Antrenörün bu hafta sakat futbolcusunun oynayıp oynamayacağını, doktordan dinlemesini düşünün. Bu bir indirgeyici dinlemedir. Genişleyen yani kapsamlı dinleme, birisiyle birlikte dinlemektir. Uzun sürebilir. İletişim içinde olanlar birbiri ile beyin fırtınası yapabilir ama etkili bir sonuçta çıkmayabilir.

Açıkçası, sporcuları dinleyen bir antrenör olarak, söylediklerini değerlendirmek için eleştirel olarak dinleme yapılması gerektiren zamanlar vardır, ancak sporcularınıza onları duyduğunuzu ve duygularıyla iletişim içinde olduğunuzu bilmelisiniz. Dinleme pozisyonlarınızı konuşmanın ihtiyaçları doğrultusunda belirlemek, sporcularınızla iletişim kurmanın yeni yollarını açacaktır. Aslında antrenör iletişim becerilerini kullanarak, sporcusunu dinlerken sadece frekans değiştirmelidir.

Nasıl radyoda başka bir frekansa geçmek için bir tuşa basıyorsak, sporcunun ihtiyaçı doğrultusunda dinleme türlerini devreye sokacak soyut bir tuşun varlığını düşünün. Sporcunuz yaşadığı bir soruna çözüm arıyorsa, o zaman empatik dinleme yapılmaz. Tuşa basıp diğer frekansa geçerek, aktif, eleştirel ve indirgeyici dinleme yapmalıdır. Bir başka sporcusu, kendisini ifade etmek istiyor veya bir hususu antrenör ile paylaşmak istiyorsa empatik dinleme yapması gerektiğini bilmelisiniz. İletişimde dinleme frekansını iyi ayarlayan antrenörler, konuşmanın gidişatında fark yaratabilirler. Antrenör olarak iletişim becerilerinizle alakalı bolca dinleme yaparak deneyim kazanabilirsiniz.

Etkili antrenörlerin iletişimdeki başarıları sadece dinlemeden ibaret değildir. Antrenörler karizma kişiliklerdir. Antrenör iletişim içinde olduğu kişilerle konuşma tonunu, ses seviyesini ayarlayarak konuşurlar. Bu bulunduğu ortam ve durum için önemli bir özelliktir. Peki antrenör nasıl bir ses tonu kullanmalıdır?

Bulunduğu ortamlarda antrenörler dikkat çeken konumundadır. Talimatları söyleyecekleri herkes tarafından merak edilir. Bununla birlikte yüz mimikleri ve kıyafeti de önemlidir. Ancak söyleyeceklerinizin önemi ile sesiniz uyumuyorsa, işler biraz zorlaşır. Sporcuların yaşı doğası gereği, ses tonunuzdaki uyumsuzluk nedeni ile antrenöre haksızlık yapabilirler. Belki bir basın toplantısında, basın mensuplarına karşı konuşmanızdaki uyumsuzluk, bir veli toplantısında velilere karşı konuşmanızdaki ses ve konu arasındaki uyumsuzluk yaşıyorsanız maalesef

haksızda olsalar insanların size karşı ciddi tavırları ciddiyetsizliğe dönüşebilir. Çünkü insanlar saniyeler içerisinde yanlıta olsa ses kalitesi ile mesleğinizi değerlendirebilirler. Etkili antrenörler bu durumu avantaja çevirmeyi çok iyi bilirler. Antrenörün iletişim becerilerinden biri de çekici bir sesle konuşma becerisidir.

Antrenör, sesini bulunduğu ortamda duyulabilecek şekilde geliştirmeyi hedeflemelidir. Açık ve anlaşılır olmak gerekir. Aksan farklılıkları olsa bile ses eğitimi alarak bunu geliştirme şansı vardır. Bir antrenör konuşurken daima iddialı, güçlü ve etkileyici olmak zorundadır. Antrenörün unutmaması gereken bir diğer unsur da ses tonunun, kişiliğini yansıtmasıdır. Antrenörler böylesi durumlarda bağırarak duruma hâkim olmaya çalışırlar. Bu durum oldukça kötüdür.

Güven vermeyen veya iletişim kurmayan sürekli yüksek perde ses ile otorite kurma duygusu yaşayan antrenör hemen kendisini ele verir. Burada bahsettiğimiz hâkimiyet kesinlikle bu değildir. Sözlerini mükemmel telaffuz edebilmekten bahsedilmektedir. İletişim kurduğunuz kişilerde iyi telaffuz kullanan kişilerle fikirleriniz uyuşmasa da sohbetinden zevk aldığınızı hatırlamaya çalışın. Bu anlamda etkili iletişim eğitimlerinde dudak gevşetme çalışmaları, diyafram ve nefes çalışmaları, ağız içinde dilin durumu egzersizleri, başta olmak üzere etkili telaffuz egzersizleri ile antrenör gelişim gösterebilir.

Antrenör bu çalışmalar neticesinde sesinin perdesini değiştirmeyi öğrenebilir ve uygulayabilir. Soyunma odasında müsabaka önü son motivasyon konuşması ile, basın toplantısındaki ses perdeleri aynı değildir. Aynı şekilde antrenörün sporcusuyla arasında geçen konuşmalarda ses perdelerinin aynı olduğu düşünüldüğünde bir süre sonra sporcu antrenörün duygularını hissedemez hale gelebilir. Örneğin: Aşağıdaki cümleleri bir antrenör olarak sporcunuzla bir konuşma diyalogu içinde “orta seviye ses tonu ile kelimelerde tonlama yapmadan” okuma yapınız.

- Yarın müsabaka var akşam 23.00 den sonra kimse odasından çıkmasın.
- Saat 21.00 de tesiste olman şartı ile izin veriyorum.
- Formsuz olduğun için seni kadroya almıyorum.
- Maalesef doktor sakat olduğun için oynatmamamı istedi.
- Bu maç şampiyonluk yolundaki son viraj bu maçı alıp yolumuza devam edelim

Yukarıdaki cümleler biri birinden farklı konular ve antrenör ile sporcu arasındaki diyaloglardır. Bunların aynı ses tonu ile konuşulup konuşulmayacağına karar veriniz. Cevabınız hayır ise olması gereken tarzda tekrar okuyunuz, eksik gördüğünüz tonlamalar için ses eğitimi almanız kariyeriniz için önemlidir.

4. Strateji Geliştirme

Antrenörlük eğitimi alan her adaya, hatta antrenörlere en önemli tavsiyem, okuma yapmalarıdır. Yoğun iş hayatında yaptıkları okumalar kariyerlerinde yeni ufuklar açabilir. Antrenörlük eğitimi sırasında tanıştığım bir eseri sizinle paylaşmak istiyorum. M.Ö 500 yıllarında yaşamış Çin’li düşünür ve komutan Sun Tzu’nun eseri “Savaş Sanatı” isimli kitabı okumanızı tavsiye ederim. Strateji kavramı ve önemini anlatan bu eser antrenör üzerinde farklı farkındalık yaratabilir diye düşünmekteyim.

Antrenör’ün kariyeri boyunca yeni stratejiler edinerek hareket etmesi gerekir. Strateji bir düşünme sanatıdır. Öngörüdür. Strateji antrenörün en gizli silahıdır. Tüm antrenörler başarı ve kazanmak için mücadele ederler. Genelde başarısızlık hâkimdir. Çünkü kazanan bir kişidir veya bir takımdır. Diğerleri istatistiksel başarı dışına çıkamazlar. Bu yüzden tüm antrenörler şampiyonluk için çalışırlar ve strateji geliştirirler. Antrenörü bu yolda törpüleyen, olumsuz etkileyen değişimler mevcuttur. Çalışmayı sevmeyen sporcular, başarıya inanmayan spor yöneticileri ve spor ortamının kendisi antrenörü olumsuz etkilemektedir. Bu durumun nedeni antrenörün kendisi de olabilmektedir.

Deneyimi, tecrübesi, kariyeri spor ortamının böyle düşünmesinde etken olabilir. Antrenörler bu olumsuz şartlardaki ortamı sağlıklı yönetmedikleri zaman semptom gösterebilirler. Zayıf liderlik, şüphe, öfke, hayal kırıklıkları, aşırı tepkiler geliştirebilir. Antrenörün donanımı ve etkili oluşu bu olumsuz ortaldaki davranışları ile ortaya çıkıyor. Kazanan antrenörlerin, olumsuz havada bir umutsuzluğa kapılmadan soğukkanlı bir şekilde ortamı yönettikleri belirtiliyor. Cesaret ve sabırları onları başarıya götürebiliyor. Bunların arkasında etkili planlama içerisindeki stratejiler olduğu nerede ne zaman ne gibi sorunlarla karşılaşacağını bilerek çözüm üretecek stratejileri vardır. Antrenörlük tecrübem ve deneyimli antrenörlerin tecrübelerinden faydalanarak aşağıda size 44 farklı strateji önerisi sunuyorum.

Sezon Öncesi Bazı Strateji Önerileri

- Tesisleri kontrol edin, tüm eksikleri not alın, iyileştirme stratejileri geliştirin,
- Hedefleri belirleyin, yönetimi yönetin,
- Sporcuların son performans durumları hakkında bilgi edinin veya yeni sporcular alın,
- Yeni sezon yarışma talimatı, yönetmelikleri, kural kitaplarını oku, olumsuz senaryolar yazarak anlık geliştirmen gereken stratejiler için alt yapı oluştur.
- Yarışma takvimini incele ve sezon öncesi, sezon ve ölü sezon planlamalarını yap

- Teknik, ekibini, sağlık ekibini kurup çalışma ve görev dağılımını yap,
- Sezon ncesi antrenman hazırlık planını yap, hazırlık müsabakalarını organize et,
- Sezon ncesi toplantılarını planla, hedeflerini bir bir ortaya koy.
- Kamp planın varsa önemini yönetim ile paylaşarak ikna et

Sezon Boyunca Bazı Strateji nerileri

- Sporcularınızı sağlık, motivasyon ve hedefler konusunda hazır tutun.
- Her antrenmanın içeriğini ve sonuçlarını paylaşın.
- Sakatlık sonrası dönüş, yedek gibi zihinsel düşük sporcularınıza ilgi gösterin
- Yönetime haftalık raporlar hazırlayın sunun.
- Tüm tesis çalışanlarına iyi davranın, başarı için çalışmalarını sağlayın
- Becerilerin taktiklerin tekrarına önem verin
- İstatistik ve Analiz konularına önem verin. Detaylar başarıda etkilidir
- Oyuncular arası çatışmaları izle, arabulucu ol
- Taraftarın sesine kulak vererek onların mutluluğu için plan yap
- Basını takip ederek, haberdar ol ve basın toplantıları düzenle
- Beslenme programlarına kilo kontrollerine önem verin.
- Çalışma ortamının güvenliğini sağlayan, Gerginliği en aza indirin
- Dışarıdaki antrenörlerle olumlu ilişkiler kurun
- İletişimi sezon boyunca devam ettirin
- Takım içindeki lider oyuncularını belirleyin ve sorumluluklar verin
- Oyuncularınızın atletik performans seviyelerini koruyun ve geliştirin
- Sezon boyunca sporcularınızın zihinsel dayanıklılığına önem verin
- Sporcularınıza müsabaka temposunu ayarlamayı ğretin
- Sporcularınızdan hücum ve savunma stratejilerinizin uygulamasını isteyin
- Müsabaka hakkında yönerge, kural, özel kural, saha salon, hava, zemin konularında sporcularınızı her müsabaka öncesi bilgilendirerek hazırlanmalarını sağlayın.
- Rakipleri keşfedin, sporcularınızla zayıf ve güçlü yönlerini paylaşın.
- Onları nasıl yenebileceklerinin taktiklerini anlatın ve uygulayın.
- Müsabaka ncesi zihinsel ve duygusal durumları tartışın.
- Sporcunuzun müsabaka anında rahat olmasını sağlayın
- Müsabakaya uygun konuşmalar hazırlayın
- Rutin bir ısınma programı geliştirin ve müsabaka öncesi uygulayın
- Müsabaka ncesi ve sonrası tutarlı bir beslenme programını izleyin,

- Kurallara uygun ve fair play içerisinde yarışmaya yönlendirin
- Takım ruhunu sağlamaya çalışın.
- Kötü durumlarda bir lider gibi sorumluluk alın
- Sakatlanmaları tedavileri takip ve kontrol edin, Geri dönüşü planlayın
- Başarıyı yönetin, herkesi ortak edin.
- Sporcularınızın elde ettiği başarılarda ön plana çıkmayın
- Yönetimi ödül konusunda ikna et.
- En büyük değil sadece en iyi olmaya çalışın.



FIFA YILIN ANTRENÖRÜ, OLİMPİYATLAR, DÜNYA
KUPALARI, ŞAMPİYONLUKLAR, HARİKA BİR KARİYER
DEĞERLİ ANTRENÖR PİA SUNDHAGE

ÜNİTE 6

COCUK ORTAMI ANTRENÖRLÜĞÜ

ÜNİTE 6

ÇOCUK ORTAMI ANTRENÖRLÜĞÜ

1. Çocuk ve Genç Spor ortamlarında Antrenörlük

Bu kitapta bu konuya bölüm açmamın en büyük nedeni, bir baba oluşumdur. Her baba veya anne gibi çocukların gelişimi için kendimiz dışındaki insanlardan yardım umarız. Onlar için en iyi eğitim kurumlarını arayarak gelişimleri için mücadele ederiz. Alt yapılarda çalıştığım yıllarda çocukları için mücadele eden onlarca veli ile karşılaştım. Hepsi çocuklarının hayalinin peşinden onlarla beraber koştu. Onlarla sevinip üzüldüler. Gelişimleri için antrenörlerin dediklerini harfiyle seve seve yapmaya çalıştılar. Bazen yatılı bazen günü birlik çocuklarının yeteneklerine inanarak onları antrenörlere teslim ettiler.

Dünyanın en zor mesleği olabileceğini düşündüğüm, çocukların eğitimi gibi büyük bir sorumlulukla görevlendirilmiş, onların gelişimi için çalışan çocuk sporu antrenörlerine ayrı bir bölüm açmak gerekiyordu. Bu kadar hassas olan bu konudaki eksiklikler halen tartışılmaktadır. Ancak antrenörün yeterliliği ve eksikliklerinin tartışılmaya başlandığı noktada bir çocuğun gelişimini etkileyecek unsurlar konuşulur ki bu da hiç istenmeyen bir tartışma olabilir.

Spor politikaları çocuklar için spor ortamlarının ve yarışmaların çoğalmasına neden olmaktadır. Minikler ve yıldızlar adı altında yarışmalar düzenlenmekte, rekabet ortamında yarışmaları artmaktadır. Olimpiyatlarda bazı branşlarda 13, 15 yaş grubundaki sporcuların yarıştığını hatta madalyalar aldığını görmekteyiz. İngiltere'yi baz aldığımızda 100.000'den fazla antrenörün çocukların spor ortamında antrenörlük yaptığını, bu sayının ülkemizde maalesef daha az olduğunu görmekteyiz.

Çocuklarla çalışan acemi antrenörlerin sıklıkla yaptıkları bir hata vardır. Çocukların hepsini aynı görerek hareket ederler ve söylemleri “her çocuk aynıdır”. Şunu söylemeliyim ki kesinlikle her çocuk aynı değildir. Olgunlaşma farklılıkları, cinsiyet farklılıkları, kültürel farklılıklar, gibi çeşitli farklılıklar vardır. Antrenör bu ortamda farklılıklarla başa çıkabilmeyi bilmelidir. Çocuklarında her geçen gün aldıkları akademik eğitim, anne baba bilinci, teknoloji ve internet ile entelektüel durumları değişmekte, beslenme alışkanlıkları ile fiziksel olgunlaşma erken olmaktadır. Antrenörler çocuk spor ortamında bu tip yeni oyuncularla tanışacaklardır. Bu yüzden gençliği ve çocukları anlamak, onlarla çalışacak antrenörlerin önemli görevlerinden biridir. Deneyimli antrenörler, özellikle 11-14 yaş erken ergenler, 15-17 yaş orta ergenler ve 18-21 yaş geç ergenlerin gelişim özelliklerini bilerek çalışırlar..

Deneyimli antrenörlerin, 11-14 yaş çocuklar erken ergenlik sporcularına ait farkında oldukları bariz özellikleri şunlardır: Kızlar erkeklerden daha önce

büyümeye başlarlar. Herhangi bir bilimsel destek olmasa da koordinasyonları bozulabilir. İyi tasarlanmış kuvvet antrenmanlarıyla sporcularında güç artışı sağlanabilir. Hızlı büyüdükleri için beslenme ve uykuya ihtiyaçları daha fazladır. Boy oranları farklıdır. Kilo oranları farklıdır. Bazıları erken büyüdükleri için daha uzun ve atletiklerdir. Kızlar ve erkekler cinsel değişiklikler yaşarlar. Popüler kültüre uyma arzusu vardır. Soyut tan çok somut düşünceler hâkimdir.

Deneyimli antrenörlerin, 15-17 yaş çocuklar erken ergenlik sporcularına ait farkında oldukları bazı özellikleri şunlardır: Kız sporcular fiziksel gelişimlerini neredeyse tamamlarlar. Erkek sporcular kas, kız sporcular yağ kazanırlar. Bu yaştaki kız ve erkek çocuklar çok fazla cinsel çekicilik konusunda endişe yaşamaya başlarlar. Duygular ile ilgili problemlerde artış olur. Yaşıtlarından etkilenmeye başlarlar. Genelde ben merkezli olurlar.

Deneyimli antrenörlerin, 18-21 yaş çocuklar erken ergenlik sporcularına ait farkında oldukları bazı özellikleri şunlardır: Bu yaş grubundaki gençler hangi konuda iyi olduklarının, uzun vadeli planlar yapabilirler. Duyguları daha kontrol edilebilir durumdadır. Bazen kimlik arayışı devam edebilir. Hedef belirlemede kişisel davranırlar. Kararlarında akranları çok etkilidir. Görüldüğü üzere çocuk ve gençler aynı yaşta ola dahi asla aynı ve eşit değildirler. Olgunlaşma, farklılaşma, duygu karmaşaları, fiziksel özellikler ve cinsiyet farklılıkları arasında oldukça geniş bir alanda antrenörlük bilgisi gerektiren çocuk ve genç sporunda çalışmak kolay değildir. Bu antrenörlerin birçoğu ebeveyn ve eğitimci oldukları için çalışma ortamlarındaki sorumluluklarını bilebilirler. Anma bazı antrenörler ne ebeveyn ne de eğitimcidir. Gönüllülük veya aldıkları dar kapsamlı antrenörlük diplomaları veya sertifikaları içi çocuk ortamlarında görev alırlar veya talep ederler. Bu bazen çocukla çalışmayı sevmek kadar masum bir seçim olarak görülse de büyük sıkıntılar yaşatabilir. Bu bölümde kariyerinin başında olan çocuk spor ortamını tam irdeleyemeyen antrenörlerimiz için farkındalık yaratacak bilgilere yer vermeye çalışacağım.

Çocuk Spor Ortamları Nasıl Oluşur?

Aileler son dönemlerde bilinçli bir şekilde çocuğunun akademik eğitiminin yanında, spor eğitiminin de almasını istemektedir. Çoğu çocuk spor ortamlarını önce ailesi ile tanır. İlk eğitimler aile üyeleri ile oynamakla geçerken daha sonra eğitimler daha profesyonel ellerde devam eder. Bu durum genelde çocuğun tercihidir ve pediatrik bir durumdur. Çocuğun psikolojisi ilgi alanı olan sporu ona seçtirir. Zevk aldıkları alanda kendilerini rahat hissettikleri sürece kalmak isterler. Antrenörün bulduğu bir spor ortamında çocuk, eğleniyor ve öğrenir ise işler doğru gidiyor demektir. Çocuklar içlerinden veya örnek gösterilen büyük

çocuklardan etkilenecek kendilerine rol model alırlar. Bazen bu rol model antrenörde olabilir.

Çocuklara Antrenörlük yapmak zordur.

Yetişkin spor ortamlarına göre çocuk spor ortamlarında antrenörlük yapmak oldukça zordur. Aileleri her an ortamın içindedir ve eğitim sürecinin içine dâhil olur. Temelde bizim beklentimizde aile okul ve kulüp üçgeninde çocuğu başarıya götürecek bir işbirliği sağlamaktır. Ancak bu üçlemedeki aile işbirliği ile ailenin antrenörlük rolünü üstlenmesindeki sürece dâhil olma durumu aynı değildir. Antrenör aile ilişkilerini bir öğretmen gibi düzenleyebilmelidir. Yine de ailenin yakın ilgisi ve desteği olmaz ise çocuğun spor ortamındaki devamlılığı ve mutluluğunda sıkıntılar oluşabilir. Çocuklar öğretmenleri ile antrenörleri arasında bir bağ kurarak hareket ederler. Antrenörler velileri bilgilendirirken, velilerin mesafelerini belirlemelidir. Veli spor ortamlarında nasıl davranması gerektiğini bilmeyebilir. Küçük yarışlarda bile büyük tepkiler verebilir. Bazı durumlarda çocuğunun eğlendiği ortamı, keyifsiz hale getirerek çocuğuna zarar verebilir. Çocuk spor ortamındaki antrenörler, velilerin sınırlarını çok iyi çizerek, çocukların alanlarını korumakla yükümlüdür.

Çocukların olduğu spor ortamındaki bir başka önemli unsurda katılımın biçimidir. Bazen çocuklar erken yaşlarda elit düzeyde, ustalaşmak istediği için stres yaşayabilir. Başarı hedefine erken ulaşmak gayretindeki çocuklara rastlamak mümkündür. Bu çocukların büyük hatalar yapmamaları ve sebatkar bir biçimde normal çalışma planı içerisinde hareket etmeleri konusunda lider, eğitimci olarak antrenördür.

Antrenör, çocukların arasında yarışmacı sporcuyu keşif etmek ve hazırlamak ister. Bu çocuklara eğitim verirken asla eğlence ve çocuk için faydalı sosyal gelişimden ayrılmamak gerekir. Antrenör yarışmacı olabilmeleri için çocuklara çok fırsat verilen ortamlar, yarışmalar, turnuvalar düzenlemeyi unutmamalıdır. Ancak bu yarışmaları asla skor odaklı olmasını önermiyorum. Gözlemlediğim şudur ki çocukların en çok heyecanlandığı en çok zevk aldıkları spor ortamları bu tür rekabetçi ortamlardır.

Çocuklarla çalışan antrenörler özel davranış kodları geliştirerek, davranışlarını ortamın ihtiyaçlarına göre yönetmektedirler. Çocuk spor ortamına yeni katılan bir antrenör iseniz, ortam için çok önemli davranışları sergilemelisiniz. Öncelikle sporcularınızı, ailelerini ve yöneticinizi rahatlatacak davranışlarınızdan onları haberdar edin. Küçük katılımcılarınızı kırarak, uzaklaştıracak, utandıracak sözlerden ve davranışlardan kaçın. Çok fiziksel temastan kaçın. Koşuyla, şınavla ya da başka yaptırımlarla ceza vermeyin, cezadan uzak durmaya çalışın. Adil ve tutarlı bir davranış sergileyin.

Övgü ve ödül ile teşvik edici davranışlar sergileyin. Çocukların hatalarını düzeltmekten bıkmayın. Çocukla anlaşılır bir iletişim içinde olun. Çocuklar bir ortamın davranış kuralları olduğunu bilir, ortam ve düzen için koyduğunuz kuralları onlarla paylaşın. Çocuğun karakterine değil, davranışını eleştirel bir dil kullanın. “Sen kötüsün Deniz” başka bir dildir, “bu kötü bir şey Deniz” başka bir dildir. Uygunsuz gördüğünüz davranışları düzeltmeleri için soru sorun. Ne yaptın? Bunu yapmak bizim kurallarımıza uygun mu? Gibi. Uygun bir dille çocuğu düzeltin, düzeltmez ise sonucu ona hatırlatın.

Konunu başında da belirttiğim gibi çocuk spor ortamında antrenör ve katılımcı yalnız değildir. Ebeveynlerde bu ortama dâhil olurlar. Antrenör ebeveyn ilişkileri sporcunun geleceği için çok önemlidir. Spor ortamında tanışılan ebeveynler bir bar arkadaşı, bir sevgili, bir iş ortağı olamazlar. Meslek etiği ve iş ahlakı açısından yanlış olduğu gibi, çocuğun gelişimi içinde uygun olmaz. Çocuğun gelişimi için, ebeveyn ile sınırları belirlenmiş iyi ilişkiler çok önemlidir ve antrenörün buna mutlak ihtiyacı vardır. Ancak içgüdüsel bir yaklaşımla, takım sporlarında çocuklarını takımdaki diğer çocuklarla mukayese ederler. Oynadıkları süreyi hesaplayıp, yaptıkları katkıları asla unutmazlar. Çocukları az süre almaya başladıklarında gerilim yaratabilirler. Tüm ebeveynler böyle değildir. Deneyimli alt yapı antrenörleri bu gerilimi en aza indirgeyecek basit davranışlar geliştirmişlerdir.

Örneğin heyecanlı ve ortamın içindeki bir ebeveyne basit görevler vererek takımın içine alarak onları birer gönüllü haline getirirler. Hatta daha küçük yaş gruplarında ısındırma görevi bile verdikleri gözlemlenmiştir. Bunlar yarışmacı gruplarda belli sınırları geçemeyecek şekilde şekillenir. Deneyimli antrenörler bu tür ebeveynleri, malzemeye yardımcı olmaya, tribünde not alarak analiz yapmaya ikna ederek takımın bir parçası yaparlar.

Antrenör olarak bu konuda uygulanması gereken en önemli ve unutulmaması gereken şey, ebeveynlerin sporculara duygusal yaklaşımlarıdır. Onların bir anne baba olduğunu unutmamak gerekir. İşin içine duygular girdiği zaman bir anne veya baba çocuğu için duygularını kontrol edemeyebilir, öfkelenebilir, uygun olmayan iletişim gerçekleşebilir. Antrenör olarak durumu içselleştirmeden bireyselleştirmeden sakın ve karalı davranış sergilememelidir. Bu noktada çocuk spor ortamındaki antrenör olarak, tüm çocukların eşit olduğunu onlara hissettirmeniz gerekmektedir. Bu kesinlikle sözde kalmamalıdır.

Çocuk spor ortamlarında görev alan veya almak isteyen antrenörlerin neden bu işi yapmak istedikleri önemlidir. Bilindiği üzere 6-17 yaş arasındaki çocuklar her yıl değişime uğrarlar, büyürler. Büyüyen bir çocuğun dünyasının içinde olmak oldukça zordur. Bazen antrenörün sorumlulukları antrenman sahasının dışına bile çıkabilir. Bunun için kesinlikle hazır olmak gerekmez mi?

Çocuk ortamında antrenörlük yapmak bence yetişkinlerle çalışmaktan daha zordur. Çocuklar çok daha çabuk etkilenirler. Çocuk ortamındaki antrenörlük sporun ötesinde bir eğitim sorumluluğu demektir. Bunu açıklamamın sebebi, çocuk spor ortamındaki antrenörün, hayata dair çok önemli ve farklı etkilerinin olduğunu anlamasıdır. Antrenör kesinlikle sadece spor eğitmeni olarak kendini görmemelidir, büyüyen bir çocuğa kişilik kazandıran bir öğretmen olarak ta görmelidir. Çocuk spor ortamındaki antrenörler, çocukların anları. Bu alandaki antrenörlerin sadece uzman bilgisine sahip olmaları yetmez. Çocukları anlamak önemli bir özellik ve bu şekilde çalışmaları önemli bir prensiptir. Çocukları anlayan antrenör, kendinden emin ve ne yaptığını bilen bir tavır sergiler ki bu da antrenörü motive eder. Çocukları anlayan bir antrenör, çocukların ilgisini çekmeyi başarır.

Çocukların neyi nasıl öğrendiklerini bildiği için, antrenörlük stilini çocuğa göre uydurur. Çocuk ortamında göreve yeni başlayan antrenörler bu konuda biraz acemi olabilirler. Onları bu konuda motive edecek ipuçları, Çocuğa nasıl anlatmalıyım? Çocuk anlayacak mı? Sorularının cevaplarını aramaktır. Bu arka planın farkında olan koçlar bilgi ve eğitim konusunda devamlı kendinin farkında olmalı ve geliştirmelidir. Çocuklarla çalışmaya başlayan genç antrenörlerin çocuk spor ortamına ilişkin oluşturdukları bir felsefe yoktur. Genelde en yaygın felsefeyi benimseyerek hareket ettikleri söylenmektedir. Bu model kazanmaya yönelik bir modeldir. Ancak rekabet iyi olsa da yaptığınız işin eğitici bir aktivite olduğunu asla unutmayın. Antrenörler önce kim olduklarını anlamak durumundadır. Çocuk için kimim? Aile için kimim? Kulüp için kimim? Ülke için kimim? Bu soruların gerçek cevaplarına göre felsefe oluşturmak gerekmektedir.

Antrenörlerin çocuk ortamında bulunmaları için birçok nedeni olabilir. Ancak en önemlisi gelişen ve profesyonel spora doğru ilerleyen çocuğu gözleme zevkidir. Küçük bedenlerin kaslı olarak yarışmalardaki başarılarını görmek gerçekten paha biçilemez duygulardır. Alt yapı antrenörleri belki zirvedekiler kadar paralar kazanamazlar ama yaptıkları işten zevk alırlar. Çünkü çalıştıkları çocukların hem kazandıkları zaman hem de kaybettikleri zaman öğrendiklerini görürler. Büyüklerle çalışmaktansa bir anne bir baba gibi çocukların esenlikleri ve gelecekleri ile ilgilenmekten mutluluk duyarlar

Antrenörlerin çocuk spor ortamında bulunmalarının bir diğer nedeni de duydukları keyif olarak belirtilmiştir (83). Spor ortamındaki antrenörlerin en farklı özelliklerinden biri de çocuklarla olan farklı iletişim becerileridir. Antrenör bu iletişimden keyif almazsa sürekli rol yapması imkânsızdır. Çocuklara yardım etmekten ve iletişim kurmaktan keyif alırlar. Çocuklarda antrenörlerindeki mizah anlayışı ve rahat tavırları görünce eğitimin kalitesi ve zevki artmaktadır.

Antrenör çocuk için spor ortamında keyif alırken, işler birden farklı boyutlara gidebilir. Bir oku veya kulüpte görev yapıyorsanız, elinizde de yetenekli çocuklar olduğu biliniyorsa yöneticiniz, il bazında, belki ulusal seviyede başarılar isteyebilir. Antrenörün keyifli çalışma alanı olan sadece çocuk için olan spor ortamı değişmeye başladığında antrenörde zorlanmaya başlayabilir. Okulun, kulübün itibarının artması, yöneticilerin, ebeveynlerin hatta antrenörlerinde gururu olabilir. Ama al yapı antrenörlerinin asla bu ortamı seçmelerindeki ilk amaçları bu olmamalıdır. Önce çocuğun esenliği mutluluğu ve gelişimi hedef alınmalıdır. Çocuk spor ortamındaki antrenörlerden hep fedakârlık beklenir oysaki onları bu ortamda tutacak motivasyonun sağlanması için bazı ihtiyaçları olması da insani bir durumdur. Zamanını antrenörlük yapmaya adanmış insanların ihtiyaçları giderilmezse bu işten vazgeçeceklerdir (83). Antrenör harcadığı emeğin karşılığını kazanmak ister, yaşamsal ve sosyal harcamaları için tam zamanlı çalışıyor ise tatmin edecek bir ücret onu motive eder. Yarı zamanlı çalışıyor ise, masraflarını malzemelerini alabileceği uygun ek bir ücret onu tatmin edecektir.

Yıldız oyuncularla uğraşan geliri yüksek kulüplerdeki alt yapı oyuncuları değerlidir. Çünkü onlar milyonluk sporcuları yetiştiren antrenör konumundadır. Deneyimi belgesi ve kariyeri ile ilgili olarak alacakları ücretler değişebilir. Antrenörler ayrıca bir eğitmen oldukları için saygı görmek isterler, bu saygı sporculardan ebeveynlerden ve yöneticilerden beklenir. Aynı zamanda işini doğru yaptığı için ufak ödüller, takdir sözcükleri antrenörü motive eden unsurlardır. Çocuk ortamındaki antrenörlerin çocuk ve spor ilişkisini iyi bilmesi gerekmektedir. Hatta çocuk gelişimi bilimi ile ilgili eğitimler alarak karşılaşacağı sorunlara bilimsel yaklaşımlar sergilemelidir. Çocuk spor ortamında önceki konularda bahsetmediğimiz iki cinsiyette yani kız ve erkek çocukları aynı anda olabilirler. Bazen de büyümüşe küçülmüş gibi olgun ve büyük işler yapabilen çocuklar olabilir. Çocuklarla uğraşan antrenörler iyi bilirler ama biz yine de klişeleşmiş hatırlatmayı yeniden yapalım. Unutmamak gerekir ki çocuklar mini yetişkinler değildir.

Çocuk spor ortamındaki antrenörler oyunla eğitimi iyi bilirler. Antrenör çocuklar için hedeflediği birçok noktaya oyunla öğretim yaparak ulaşabilir. Oyun çocuklar tarafında da eğlence ve zevkle karşılanan bir yapıdır. Çocuk çok eğlenir. Antrenör oyunun çocukta fiziksel gelişim ve sağlığı üzerine faydalarının farkındadır. Oyun içerisinde çocuk devamlı hareket halindedir. Sporun istediği birçok fizyolojik talebi karşılayabilen oyun ile kas gelişimi, eklem hareketliliği, kardiyovasküler yapı, sinir sisteminde gelişim olur. Antrenörler oyunu ayrıca sosyal, psikolojik ve zihinsel gelişimi sağlamak amacıyla da kullanırlar. Çocuk ortamındaki deneyimli antrenör, her hedefi için eğitsel oyun geliştirmiş veya

öğrenmiştir. Çocuklarla çalışan antrenörlere önerim, eğitsel oyun eğitimi almalarıdır. Çocuk spor ortamında kendini yalnız hissedebilir veya güven eksikliği duyabilir. Oyunlar gruplar halinde oynandığı için çocuk oyun vasıtası ile sosyalleşebilir.

Psikolojik açıdan doruyu yanılsı, öğrenirken kişiliğı de şekillenir. Başardıkça, kendisine olan güveni ve saygısı da artar. Bu tip çocuklarda birden ön plana çıkarak liderlik vasıfları da baskıdan kurtulabilir. Zihinsel olarak ta en büyük gelişim öğrenmenin gerçekleşmesidir. Çocuk oyunun bölümlerinde başarılı olmak için zihinsel stratejiler geliştirir, buda akıl yürütmedir. Çocuk yenebilmek ve başarabilmek için zihnini kullanır. Deneyimli antrenörler, bu gelişimlere çoğıu defa tanık oldukları için eğitsel oyun kullanımını tercih ederler. Çocuk spor ortamında eğitsel oyun eğitimde kullanılan önemli bir araçtır.

Çocuklar her geçen gün farklı fizyolojik ve psikolojik gelişimsel değişiklikler sergileyerek büyürler. İskelet büyümesi, diyet, cinsiyet, hormonal değişiklikler nedeniyle alt yapıdaki çocuklarla ilgilenen antrenörler programlarını özenle yapmalıdırlar. Antrenör çocuk ve yetişkin arasındaki farkı bilmelidir. En basit örneğı çocuklarla yetişkinlerin enerji üretimindeki fark nedeniyle aynı antrenmana cevap vermesi mümkün değildir. Birçok antrenman çocukların fizyolojisine göre dizayn edilmelidir. Bir baş antrenör, 12 yaş sporcularına fitness salonunda ağırlık programı yaptıran bir antrenörü gördüğünde, diplomasıyla ilgili şüpheleri artabilir.

Antrenör, çocuğun iskelet büyümesi ve gelişimi özellikleri bilir. Çocuğun kemik yapısını ve nasıl büyüdüğüne dair anatomik ve fizyolojik bilgisi vardır. Büyüme plaklarının aktivitesi, etkileyen beslenme ve hormon faaliyetlerini açıklayabilir. Çocuklar farklı yaşlarda ve farklı oranlarda büyürler. Bu farklılıklar çocukların yeteneklerini kısıtlayabilir. Antrenör bu durumda sabırlı olmalı ve çocuğun iskelet gelişiminin doğru ilerleyip ilerlemediğini takip etmelidir. Küçük yaşlarda aynı yaş grubundaki sporcuların iskelet yapıları farklılık gösterebilir. Öyle ki biri diğerine oranla daha erken geliştiğı için farklı üstünlük sağlayabilir ancak yaş ilerledikçe bu fark kapanır. Antrenör, çocuk için bir danışman pozisyonundadır. Gelişmekte olan gençlerin mevcut durum ve gelecek ile ilgili zihnindeki olumsuzlukları paylaşılabileceğı birine ihtiyacı vardır.

Genelde antrenörüne karşı çekingen tavır izlese de çocuk ortamındaki antrenörler, bu durumu gözlemleyerek, danışmanlık rolünü üstlenirler. Çocuk ortamında, aile, çevre ve sporcu arkadaşlarından kaynaklanan karmaşık birçok olay ve durum genç sporcuların performansını etkiler. Sporcuyla baskı altına alan bu durumlardaki en büyük yardımcı danışmanlık yapabilen antrenördür. Alt yapıda çalışan antrenörlerin, olası durumlarda tarafsız olarak sporcusuna doğruyu

göstermesi gerekmektedir. Danışmanlığın nasıl yapılacağını bilmek kişisel bir eğitim ve birikim gerektirir.

Çocuklarla çalışan antrenör, en önemli özelliklerinden birisi de çocukların sağlıklı beslenme alışkanlıkları edindirmeyi prensip haline getirir. Antrenör gelişim ve aktiviteyi desteklemek için iyi beslenilmesini, bu konuda da çocukların çok iyi bir beslenme programına ihtiyaçları olduğunu bilir. Sporcularına teorik derslerde beslenme hakkında küçük yaştan itibaren mutlaka eğitim verirler. Çocuk spor ortamındaki antrenörler, hukuk çerçevesinde aktiviteleri yönetmeyi prensip edinmişlerdir. Çocuk spor ortamlarının yetişkinler gibi olmadığını belirtmişim. Yetişkinler kendinden sorumludur, yaralanma, vs konularda kendilerinden sorumludur. Ancak günümüzde hızla artan spor çocuk ortamlarında çoğu kez hukuki çerçeveleri belirlenmeden hareket edilmektedir. Deneyimli antrenörler, çocuğun spora katılımı için aile izni, sağlık beyanı durumları göz ardı etmezler.

Çalıştıkları tesislerdeki çocuğa zarar verecek unsurlar için tesis yöneticilerini resmi yollardan uyararak sorumluluğu paylaşır. Antrenörler, kendilerine aileler tarafından emanet edilen çocuklar için yasal sorumluluklarının farkında olmalıdır. Çocuk söz konusu olunca ihmaller göz ardı edilmemesi gerekiyor. Tüm dünyada çocuk spor ortamında çocuk koruma programları geliştirilerek antrenörlerin bu konuda sorumlulukları belirlenmektedir.

İlk Antrenörlüğe Mektup

Sevgili Antrenörüm,

Bilmem beni hatırlayabilecek misin? 2010 yılında henüz 11 yaşında arkadaşlarımla birlikte mahallemizde bulunan kulübün sahasına gelerek futbolla tanışmak ve öğrenmek istedim. Ailelerimizi çağırıp bizi kayıt etmişsiniz. Arkadaşlarımdan oldukça uzun, çok zayıf ve hızlı koşamayan bir çocuktum. Bilmem hatırladınız mı? Çok sevmeme rağmen oynamayı bilmiyordum. Topa vuramadığımda, koşamadığımda hep seninle göz göze geliyor ve senin bakışından çok korkuyordum. Beceremediğim zaman koşsana, vursana diye bağıırıyordun. Hatırladınız beni değil mi? Oyun içerisinde az da olsa beceri gösterdiğim anlar oluyordu. Bir keresinde gol attım, sevinçle sana baktım başka bir antrenör ile konuşuyordunuz. Topa zayıf vurduğumda leylek, kız gibi vurma şu topa dediğinde çok üzüldüm ve bir daha sahaya gelmeme kararı aldım. Hatırladınız beni değil mi?

Şimdi yaşıım 22 oldum. 11.sınıfa geldiğimde 1.88 boyunda 73 kilo iken 13 yaşında başladığım tekvando genç erkelerde tüm ülkede birinci oldum. Şimdi 1.90 boyunda 80 kiloyum ve halen büyük erkeklerde şampiyonum. Beni izlemenizi isterim, belki çok süratli değilim ama çabukluğım fena değildir. Futbol oynamadığım için halen çok üzüliyorum. Ancak çok sevdiğim o takıma ve futbola beni küstüren siz oldunuz. Antrenör olarak biraz beni cesaretlendirip destekleydiniz belki futbol oynayabilirdim. Eğer beni halen hatırlamadıysanız, benim gibi birçok çocuğa iyilik yapabilecek bir konumdayken, onlara zarar verdiğinizi düşünmek zorunda kalacağım. Bu beni daha da üzecek.

Size hayran olarak başlayan deneyimim sonrası uzun yıllar sizden çok korktum. Halen vazgeçemediğiniz o sert mizacınızı görüyorum. Şimdi maalesef korkmuyorum. Şunu belirtmeliyim ki milli sporcu olduğum için, spor bilimleri fakültesi okuyorum ve bu sene antrenör olacağım. Kendi kendime söz verdim bile. Asla sizin gibi biri olmayacağım.

Sizin yüzünüzden sahaları üzülerek terk eden çocuklar adına yazıyorum.

Yaşasın Futbol...

D...

Sizlere isimsiz bir çocuğun yıllar sonra ilk antrenörüne yazdığı uydurma bir mektubu sunuyorum. Bu ve benzeri mektupları almamanız için çocuk spor ortamlarını ve çocukların fiziksel ve duygu durumlarını iyi bilerek, spor ortamlarında antrenörlük yapmanızı öneriyorum

2. Spor Ortamında Çocuk Koruma

Sporla çocuk koruma tanımıyla UEFA A kursunda tanıştım. FIFA ve UEFA gibi üst düzey oluşumların temel projelerinden, biri olan bu programın ülkemiz futbolunda yayılması için 2014 yılında Futbolda Çocuk ve Genç Koruma Birimi oluşturulmuştu. UEFA A ve UEFA Elit A kurs müfredatında eğitimini aldığım olan bu programın başında değerli Gülhan Gündüz hanımfendi vardı. Dersler şok havasında geçiyor, eksikliklerimizi net görüyorduk. Spor dünyasında önemli

bir program haline gelen çocuk koruma ile ilgili yaptığım araştırmaları daha sonra yerelde antrenörlerin gelişim seminerlerinde anlatmaya başladım. Çok hassas ve kıymetli bir konudur. Halen spor ortamlarının çok ihtiyacı olan bir konu olarak gündemini korumaktadır. Nedir spor ortamında çocuğu korumak?

Çocuk koruma kavramı ülkelerin son şekillerini aldığı dünya savaşlarından sonra gelişme içerisindeki hükümetlerin programlarına girmiş ve geliştirilmeye devam etmiştir. Gelişmiş toplumun her alanında olduğu gibi spor ortamında da bakım ve korunmaya bağımlı bir hayatları ve gelecek için yüksek potansiyelleri olduklarından çocuklar korunma altına alınmalıdır. Birleşmiş Milletler genel kurulunda 20 Kasım 1989 tarihinde kabul edilen, BM Çocuk Hakları Sözleşmesindeki 1.kısım 1.madde “Bu sözleşme uyarınca çocuğa uygulanabilecek olan kanuna göre daha erken yaşta reşit olma durumu hariç, on sekiz yaşına kadar her insan çocuk sayılır” şeklinde kabul edilmiştir. Spor ortamını gözden geçirdiğimizde erken ergenlik döneminden reşit olunana kadar ki yaş aralığı olan 11-18 yaş arasındaki çocukların katılımcılar arasındaki yüzdesi oldukça büyük bir paydır.

Birçok yasa ve yönetmelik çocukların bulundukları ortamda korunma altına alınması ile çıkarılmış ve geliştirilmektedir. Aşağıda bazı yasa ve yönetmeliklerde çocuğun haklarının ve kendisini korunmasına dair kararlar alınmıştır.

- T.C. Anayasası 41. Maddesi. – Aile, Türk toplumunun temelidir ve eşler arasında eşitliğe dayanır. Devlet, ailenin huzur ve refahı ile özellikle ananın ve çocukların korunması ve aile planlamasının öğretimi ile uygulanmasını sağlamak için gerekli tedbirleri alır, teşkilatı kurar (86).
- 5395 Sayılı Çocuk Koruma Kanunu. 3.7.2005 tarihinde kabul edilmiştir. Bu Kanunun amacı, korunma ihtiyacı olan veya suça sürüklenen çocukların korunmasına, haklarının ve esenliklerinin güvence altına alınmasına ilişkin usûl ve esasları düzenlemektir (87).
- Birleşmiş Milletler Çocuk Hakları Sözleşmesinin 19. ve 31. Maddesi (88).

Madde 19 a: Bu Sözleşme’ye Taraf Devletler, çocuğun ana-babasının ya da onlardan yalnızca birinin, yasal vasi veya vasilerinin ya da bakımını üstlenen herhangi bir kişinin yanında iken bedensel veya zihinsel saldırı, şiddet veya suiistimale, ihmal ya da ihmalkâr muameleyle, ırza geçme dâhil her türlü istismar ve kötü muameleyle karşı korunması için; yasal, idari, toplumsal, eğitsel bütün önlemleri alırlar.

Madde 19 b: Bu tür koruyucu önlemler; burada tanımlanmış olan çocuklara kötü muamele olaylarının önlenmesi, belirlenmesi, bildirilmesi, yetkili makama havale edilmesi, soruşturulması, tedavisi ve izlenmesi için gerekli başkaca yöntemleri ve uygun olduğu takdirde adliyenin işe el koyması olduğu kadar

durumun gereklerine göre çocuğa ve onun bakımını üstlenen kişilere, gereken desteği sağlamak amacı ile sosyal programların düzenlenmesi için etkin usulleri de içermelidir.

Madde 31 a: Taraf Devletler çocuğun dinlenme, boş zaman değerlendirme, oynama ve yaşına uygun eğlence (etkinliklerinde) bulunma ve kültürel ve sanatsal yaşama serbestçe katılma hakkını tanırlar.

Madde 31 b: Taraf Devletler, çocuğun kültürel ve sanatsal yaşama tam olarak katılma hakkını saygı duyarak tanırlar ve özendirirler ve çocuklar için, boş zamanı değerlendirmeye, dinlenmeye, sanata ve kültüre ilişkin (etkinlikler) konusunda uygun ve eşit fırsatların sağlanmasını teşvik ederler.

- Unesco'nun 1978'de Yayınladığı Beden Eğitimi ve Spor Uluslararası Şartı. Beden eğitim ve spor faaliyetlerine erişimin taraf devlet tarafında güvence altına alınmasını belirtmektedir (89).
- Avrupa Konseyi Çocukların Cinsel Sömürü ve İstismara Karşı Korunması Sözleşmesi. Anlaşmaya imza atan ülkeleri, 18 yaşından küçük çocukların cinsel sömürü ve istismarlarını önleyici tedbirler almaya rehberlik amacıyla imzalanmıştır (90).
- Olimpizmin Temel İlkelerininin 4. Maddesi. Spor faaliyetlerine katılmak bir insan hakkıdır. Her birey herhangi bir ayrımcılığa maruz kalmaksızın, Olimpiyat ruhu içerisinde spor yapma olasılığına sahip olmalıdır. Bunu yapmak için dostluk, dayanışma ve fair-play anlayışının hâkim olması gerekmektedir (91).
- 2016-2021 Avrupa Konseyi Çocuk Hakları Stratejisi Belgesi (92).

Hükümetler, uluslararası kuruluşlar çocuklarla ilgili devamlı koruyucu ve geliştirici tartışmalar yaparken, çocuğun en mutlu olduğu yerlerden biri olan spor ortamlarındaki masumiyeti ve özgürlüğü de güvence ve korum altına alınmalıdır. Çocuk özgürce eğlenceli yaz kamplarına, spor okullarına, spor kulüplerine giderek, rekreasyon amaçlı veya yarışmacı aktivitelere katılabilmelidir.

Ülkemizde ve dünyada her yıl milyonlarca çocuk bu aktivitelere katılmaktadır. Bu faaliyetlerin çocuğu fiziksel ve zihinsel olarak gelişimine destek olduğu için önemli faaliyetler olduğunu belirtmiştik. Çocukların iyi gelişim şansı veya şansızlığı eğitimi veya eğitimsiz personelle çalışmalarıdır.

Şansız çocukların, işi bilmeyen personele denk gelmelerinde karşı karşıya kaldığı durumların başında sözlü iletişim bozuklukları gelebilir. Yukarıdaki mektubu hatırlayın. Yaşattığı duygusal travmayı düşünün. Bununla birlikte bilerek veya bilmeyerek çocuklara spor ortamında yaşatılacak travmaları düşünün. Baskılar, yaşatılan ihmaller ve istismarlar. Spor ortamlarının arka yüzünde çokta eğlenceli ve korunaklı olduklarını söylemek hata olabilir. Aileler tarafından emanet edilen çocukları bekleyen tehlikelerin farkında olmak ve ona

göre önlemler almak bir lider olarak antrenörün sorumlulukları arasındadır. Antrenör çalıştığı çocukları her türlü saldırıdan korumalıdır. Antrenör olarak çalıştığımız bir kurum veya kulübün bir çocuk koruma politikası var ise şanslıyızdır.

Eğer yok ise oluşturmak için geç kalmamak gerekir. Oluşturulacak program ülke politikaları ve yasaları ile uyumlu olmak zorundadır. Çünkü çocuk koruma programınız olası bir durumda devletin güvencesi altındadır. Oluşturacağınız programla çevrenizdeki herkesin çocukların güvenliğini sağlamak için nasıl davranış göstereceğini tanımlarsınız. Antrenörün çocukları spor ortamında koruması gerektiğini ifade ettik.

Peki çocukları kimden ve neden koruyacaklar. Antrenörün kendisi bir çocuk için tehdit olabilir mi? Veya en sevdiği takımındaki akranları? Takımdaki ve tesisdeki yaşı büyük oyuncular tehdit olabilir mi? Tesis çalışanları bir tehdit midir? Peki çocuğun ailesi çocuk için bir tehdit olabilir mi? Soruların hepsinin cevabı evet olabilir. Antrenör olarak çocuğu herkesten koruyacak tutum içinde olmak gerekiyor. Nelerden koruyacağız? Hangi unsurlar çocuk üzerinde bir tehdit oluşturuyor.

2.1.İstismar ve İhmal Kavramları

WHO (Dünya Sağlık Örgütü) çocukların başına gelebilecek kötü muameleleri 4 başlık altında açıklamıştır Bunlar: fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal istismar ve ihmaldir. İstismar ve ihmal ile ilgili tanımları yaparak ilerleyelim.

İstismar: Güven ve gücün emanet edildiği merciinin, çocuğun zayıflığından faydalanarak fiziksel, duygusal hatta cinsellikle ilgili uygunsuz davranışları ve yaklaşımları ifade etmektedir. Gücün suiistimali veya güvenin bozulması ile ortaya çıkar. İstismar her yetenekteki, yaş, cinsiyet ve ırk gözetmeksizin her çocuğun başına gelebilir. Çocuklar genellikle; kurumsal veya ailevi ortamda tanıdıkları tarafından, ender olarak da yabancılar tarafından istismar edilirler. İstismarcı bir erkek veya kadın olabileceği gibi diğer gençlerde olabilir (93).

İhmal: Çocuğun ihtiyaçlarını karşılamakla yükümlü olan gücün, çocuğun yararını gözetmediği, gelişimine zarar verebilecek bilerek veya isteyerek sergilediği davranışlardır. Spor ortamında da çocuk sağlığı başta olmak üzere, eğitim ve güvenliği ile ilgili sorunlar yaşıyor ise ihmal olduğu söylenebilir. Örneğin: soğuk havada uygun giysi, sıcak havada sıvı alımı gibi hayati önem taşıyan durumları defalarca göz ardı ederek faaliyetlere devam etmek. Bir başka örnek, sakat sporcusunu müsabakada oynamaya ve katılmaya ikna etmek.

• **Fiziksel istismar:** Çocuğun sakatlanmasına neden olmak, yaralanmasına neden olmak, gelişimine ve vücuduna zarar veren veya ihtimali olan hareketlere maruz kalmasına sebep olmak. Spor ortamında konu ve şartlar ne olursa olsun

gücü elde bulunduranın, çocuk ve gençlere; vurması, iteklemesi, sarsarak sallaması, boğması, kulağını çekmesi, boğması, sıcak su dökmesi, bir cisim fırlatması, ısırması, yaralaması veya incitmesi fiziksel istismardır. Antrenörlük düzeyinde uygulanan antrenmanın içeriğinin yaşa uygun olmaması, bu antrenmanlar neticesinde çocuğun büyümesine fiziksel zarar veriyorsa, istismar var demektir. Antrenör kazanmak veya çıkarları için zararlı ve yasaklı madde kullanımını tavsiye edip, sporcusunu zorlayarak, hormonal zarar veriyorsa veya bu maddeler sonucunda aşırı performanstan sporcu sakatlanıyorsa fiziksel istismar ortaya çıkmaktadır.

Tablo 16: Fiziksel istismarın fiziksel ve duygusal belirtileri

Fiziksel İstismar Fiziksel Belirtileri	Fiziksel istismar Duygusal Belirtiler
Tırnak çizizi, kesici alet çizizi benzer çizikler	Faça, kendi bedenine zarar verme vb.
Isırık izi veya şişlikleri	Devamlı evden kaçma eğilimleri
Yanık izleri, sigara yanığı benzerleri	Evden uzak durmak, yetişkinden korkmak,
Tedavi edilmemiş yara bereleler	Korkuya bağlı tedirgin davranış ürkme

- **Cinsel istismar:** Utanç verici, çocuğun cinselliği algılayamayacağı durumlarda yasalara ve hayatın akışına ters düşecek cinsel aktivitelere sokulması, cinsel içerikli herhangi, şaka, söz veya şaka amaçlı temas etmektir. Kendi cinselliğini tatmin etmek için çocukların kullanılmasıdır. Spor ortamlarındaki gücün, tam cinsel ilişki ve tam cinsellik olmayan fiilleri de istismar kapsamında değerlendirilmelidir. Örneğin bir antrenörün, ergen gençlerle, sosyal medyada veya beraberken pornografik malzeme paylaşması, izlemesi, izlettirmesi veya vücudunun bir bölümünün veya tamamının çıplak veya yarı çıplak fotoğraflarını çekmesi ve çekmek istemesi istismardır. Cinsel istismarcılar çocuk ve gençlere yaklaşmak için çeşitli yöntemler uygularlar. Vakalar ve tecrübelerini aktaranların deneyimleri göstermektedir ki istismarcılar spor ortamında başlattıkları iletişimi, özellikle çocukların kullandıkları ve ailelerin takipteki zorlandığı akıllı telefon ve uygulamalara da taşıyarak iletişime devam ederek çocuk üzerinde baskı yaratmaya çalışırlar.

Tablo 17: Cinsel istismarın fiziksel ve duygusal belirtileri

Cinsel İstismar Fiziksel Belirtileri	Cinsel istismar Duygusal Belirtiler
Bacak arasında kanama, genital/anal	Depresyon
Genital bölgede kaşınmalar	Yaşından büyük cinsel içerikli konuşma bilgi sahibi olmak
Lekeli pis iç çamaşırları	Yetişkinlere cinsel olarak yaklaşım
Mide ve baş ağrısı	Diğer çocuklara cinsellik ile ilgili girişimde bulunmak.
İdrar yaparken yanma batma	Değersizlik duygusu
Oturma ve yürüme zorluğu	Karanlıktan korkmak
Bacak arası çürüme veya kalçalarda	Birisiyle birlikte kalmaktan belli korkmak
Yeme bozukluğu	
Madde alkol kullanım	

• **Duygusal istismar:** Spor ortamında antrenör, okulda öğretmen, evde ebeveynler tarafından aşağılanmak, tehdit edilmek, onur kırmak, suçlamak gibi sözlü olarak çocuğun ruh sağlığını bozacak davranışlardır. Spor ortamlarında çocukların en çok karşılaşabileceği istismardır. Onları sürekli olumsuz eleştirmek, ırkçılık, lakap takmak, zorbalık, zengin fakir ayrımı, performans konusunda gerçek dışı taleplerde bulunmak, olumsuz baskı, saygı göstermemek, değer vermemek, onları anlamadan yaşından büyük davranışlar beklemek, duygusal istismarın örneklerindendir.

Tablo 18: Duygusal istismarın fiziksel ve duygusal belirtileri

Duygusal İstismar Fiziksel Belirtileri	Duygusal istismar Duygusal Belirtiler
Aniden gelişen konuşma bozukluğu	İlgi toplamaya çalışmak
Altına kaçırmak	Sallanmak, parmak emmek
Kendine zarar verme işaretleri	Değişimden korkma
Sık Sık Kusmak	Durmadan evden kaçmak
Yaşlılarıyla iletişimi bozukluğu	

• **İhmal:** Çocuğun gelişiminde rol oynayan kişilerin, eğitim, beslenme, korunma, ilgi gibi temel gereksinimlerde ve duygusal ihtiyaçlarında çocuğa destek olmamasıdır. Spor ortamlarında çocuğun gelişimi güzel antrenmanlarla gelişiminin beklenmesi, sıcak havada sıvısız bırakılması, antrenmanda yalnız başka bir alanda çalışmaya bırakılması, uygun kıyafetler verilememesi, çocuğu dinlemek onunla konuşmak gibi iletişimlerin kurulmaması sporda ihmal örneklerindendir.

Tablo 18: İhmalin fiziksel ve duygusal belirtileri

İhmalin Fiziksel Belirtileri	İhmalin Duygusal Belirtiler
Durmadan aç olmak	Yorgun, bitkin
Tehlikeli durumlar yaşamak, denetimsizlik	Arkadaş çevresi yok veya çok bozuk
Mevsime uygunsuz giysiler	Kendini değersiz görmek, özgüven yok
Hijyen bozuk, bireyler istemek yalvarmak	Durmadan çalmak aşımak
Giderilmemiş sağlık ihtiyacı	Bitli, hasta, çökük yanaklar

Bu 4 çeşit istismara uğrayan bir çocuk ne yapacak? Arkadaşının bir istismara maruz kaldığını gören çocuk ne yapacak? Bir sporcunun yönetici tarafından istismara uğradığını göre antrenör ne yapacak? Bir antrenör arkadaşını bir çocuğa istismar uygularken gören antrenör ne yapacak? Felaket senaryoları yazmayı çok sevmem. Ancak 40 yıldır spor ortamında çocuk, oyuncu, antrenör olarak kaldığım için iyi ve kötü bazı şeyleri deneyimlediğimden bu senaryoları buraya yazarak sizde farkındalık yaratmak istedim.

Aldığım çocuk koruma eğitimleri, yaşadıklarım, okuduklarım ve duyduklarım şunu rahatlıkla söylemeliyim ki istismar olan her yerde kaos ve boşluk hakimdir. İstismarcıların varlığını sürdürdükleri yerler bir planı ve programı olmayan yerlerdir. İstismarcıların bir antrenörlük diploması ile öğretmenlik kadar saygınlık kazanabilecekleri antrenörlük maskesiyle spor ortamlarında dolaşması mümkündür. Eğitim olarak, antrenörlük felsefesi oluşturup, etik ve ahlaki değerlerle çocuk yetiştirmeyi ve geliştirmeyi hedefleyen antrenörlerle aynı çatı altında rahatlıkla dolaşabilirler. Bunları engellemek ve yok etmek için kaliteli antrenörlere sorumluluklar düşmektedir. Yaşanılan vakalarda görülüyor ki istismarcıların hepsi çevresinde kibar, iyi giyinen, iyi niyetli insanlar gibi görünerek saygın bir iş maskesi takmaktadır. Bunların olmasını engellemeni yolu spor ortamlarında çocuk koruma programları oluşturmaktır. Avrupa da birçok ülkede ulusal yasalara dayandırılarak sporda çocuk programları hazırlanarak uygulamaya geçilmiştir. Ülkemizde de sporda çocuk koruma ile ilgili programlar 2014 yılından sonra federasyonlar ve kulüpler bazında oldukça hızlanmıştır.

2.2. Çocuk Koruma Programı Geliştirme

Antrenör olarak görev yaptığınız kulüpte çocuk koruma programı oluşturma fikriniz kariyerinizdeki en önemli adım olabilir. Sizinle aynı fikirde olan yönetici ve antrenör dostlarınız var ise beraber uzun bir zamanda başarabilirsiniz. Ancak ortamın kaosundan beslenenler var ise bu daha da uzun bir zaman alabilir. Kulübünüze ait çocuk koruma programınızı hazırlarken göz önünde

bulundurmanız gereken bir dizi husus ve ulusal, bölge federasyon gibi makamlarla işbirliklerine ihtiyaç vardır.

Öncelikle bulunduğunuz kulübün veya okulun kurumsallığını gözden geçirerek işe koyulmak gerekmektedir. Çocuk koruma programınız içinde olduğunuz ortamda kurumsal bir çerçeve oluştururken, çocuklarla birlikte siz ve yöneticiler dahil içinde bulunan herkesin güvende olmasını sağlar. Yönetimi buna ikna ettiğinizde işbirlikçilerimizden destek alarak devam etmelisiniz.

Kulüp olarak şartlarımız doğrultusunda bir birim oluşturmalıyız. Bu biri Çocuk Koruma Birimidir. Bu birimi imkânlar dâhilinde donanımlı bir ofis ekibi gibi de düşünebilirsiniz, bunu bir kişi olarak ta düşünebilirsiniz. Bu birimin içindekiler veya birimin kendisinin sorumluluğu çocukları izlemek ve değerlendirmektir. Yönetim tarafından atama yapılabilir. Birim çalışanının mutlaka çocuklar hakkında bilgisi olmasına dikkat edilmelidir. Bu bilgi bir eğitimden geçme, bir ebeveynlik olabilir. Ne olursa olsun kesinlikle çocuk ve gençlik konularına hâkim olmalıdır. Çocuk koruma birinizin varlığı bile gözle görülebilecek değişikliklere yol açacaktır. Antrenörler, çalışanlar konuştuklarına dikkat edecek, bütün ürünleri çocukların gözü önünde sahanın etrafında içmekten vazgeçeceklerdir.

Birim, antrenörlerin desteği ile çalışmaya başlayacaktır. Ortam için hazırladığınız programın işlemesi için tüm paydaşları bu programın içine almalısınız. Çocuklar, aileler, personel, gönüllüler olarak çocuk korumaya katkı sağlayabilecekleri konusunda bilgilendirilmelidir. Birimin iyi çalışması için üyelerinin çocuk ve çocuk koruma konusunda devamlı tamamlayıcı eğitimler almaları gerektiğini unutmamak gerekir. Oluşturulan birim, bulunduğu spor ortamının uygunluğuna göre bir talimat, yönerge, yönetmelik hazırlamalıdır. Hazırlanan kurallarla birlikte paydaşlara hakları bildirilmelidir.

Örneğin bir kulüpteyseniz, tüm kulüp çalışanlarına çocuk ve gençlerin her türlü istismar korunma haklarının olduğunu söylemelisiniz ve hazırlanan talimata göre nasıl hareket edeceklerini, böyle bir durumda kime nasıl başvurabileceklerini anlatmalısınız. Birim çalıştıkça çocukların esenliği ve güvenliği için yeni kurallar koyabilirler. Birim, yöneticiler dahil antrenörler, tüm çalışanlar veya işe alınacaklardan çocukla çalışmaya uygun olup olmadığını değerlendirecek düzenlemeler yapabilir. Anket, adli sicil rapor, referans mektupları, eski işyerinden ayrılma sebebi ve sorgulama isteyebilir. Bunlar dosyalanarak uzun vadede kurumsal bir hafıza oluşturulabilir.

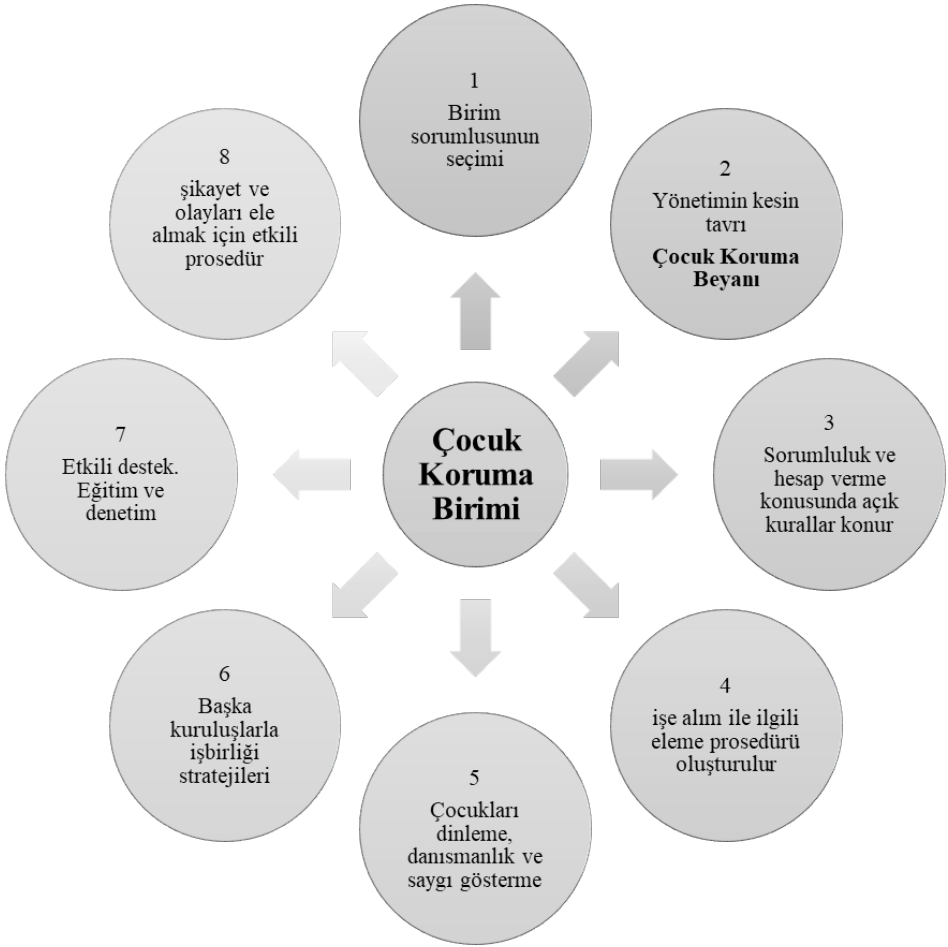
Önemli olan mağdurların rahatça gelip gördüklerini veya yaşadıklarını paylaşmalarını sağlayan bir sistem kurmaktır. Bu yüzden bazen antrenör olmadan birim profesyonelleştikçe ve profesyonelleri kullanarak çocuklar ve aileler ile toplantılar düzenleyerek, mahremiyet ve gizlilik konusunda ikna edici olmalıdır.

Antrenörün bile haberi olmadan bazı şikâyetler alınarak, inceleme yapılmalıdır. Bu çocuk koruma programını işlemesi için en önemli unsurdur. Zordur ama bun sağlayan bir kulüp ortamında çalışmak rahattır.

Çocukları bu birime çekebilmek için onlara güven verici olmak gerekir. Onlara, kulüplerinde veya bulundukları ortamda bir çocuk koruma programının olduğunu söyleyerek başlayabilirsiniz. Çocuklarla haklarını basitçe yazan veya yaşları ilerledikçe gerçek yönetmeliğinizle ilgili bir anlaşma belgesi imzalayın. Çocuklar için çocuk koruma ve çocuk koruma atölyeleri düzenleyin. Bazen aile katılımları ile atölyelerde mesajlar vererek birimin korkulacak bir yer değil, bilakis yardım alınabilecek bir yer olduğunu söyleyin.

Kurulan Çocuk koruma programı ile ilgilene birimin yapması gerekenler aşağıda özet halinde sıralanmıştır.

- Çocuk Koruma İlkeleri ve Prosedürlerini belirlemek
- Çocuk Koruma Beyanı hazırlayarak tüm paydaşlar ile paylaşmak
- Beyanda tüm tanımlar ortaya konmalıdır
- Olası şikâyetleri ele almak ve raporlamak
- Kayıt altına almak-Kurumsal Hafıza
- Ahlaki davranış standardı oluşturmak
- Daha güvenli personel seçimi için prosedür oluşturmak
- Kulüp içindeki herkes için bu konuda eğitim denetim ve destek
- Sporcular ve aileleri için eğitimler planlamak
- Şikâyetlerde diğer kurumlarla yapılacak işbirliği öncesi hazırlık yapmak
- Uygulama planı hazırlamak (93).



Şekil 7: Çocuk koruma programının başarılı bir şekilde tesis edilmesi(93).

Yukarıdaki sekiz hamlede çocuk koruma programının sağlıklı bir şekilde yürütülebilmesi için yapılması gerekenler verilmiştir. Birim oluşturulduktan sonra sorumlunun atanması (bu sizde olabilirsiniz), yönetimin desteği ile çocuk koruma beyanının hazırlanması, işleyişin sağlıklı yürütülmesi için net tavırlar, çalışanların takip edildiklerini hissetmesi, çocukların korkmadan gelip gidecekleri bir danışmanlık hizmetinin sağlanması, olası durumlarda işbirliğinin hazır tutulması, çalışan tüm personele, çocuk ve ailelerine eğitimler verilmesi, olası şikâyetlerde işletilecek prosedürün hazırlanması ve devreye sokulması programın sağlıklı işlemesine yardımcı olacak unsurlardır.

2.3. Çocuk Koruma Programı Birimi Temsilciliği

Kulübünüzde, derneğinizde, okulunuzda oluşturulan ve çocukları koruyan birimin temsilcisi önemli bir görevlidir. Bulunduğu ortamın risk faktörlerini hesaplayarak, oluşturmak istenilen koruma kültürünün ve güvenli tesislerin inşasını gerçekleştirmek için çalışır. Çocukların yanı sıra, antrenörlerin, tüm tesis çalışanlarının kulüp itibarını korumak için gerekli çalışmaları yapar. Bu kulüp içinden bir antrenör olacağı gibi çocuk gelişimini bilen bir uzmanda olabilir. Ancak her kim olursa olsun istismar farkındalık eğitimi alması yaptığı görevler için iyi olacaktır. Tesis genç sporculara odaklı bir hale getirmek için aşağıdaki görevleri üstlenir.

- Antrenörlere ve personele çocukla ilgili rehberlik hizmeti verir
- Kulüp ile federasyon arasında hizmet alımını sağlar
- İşe giren personele çocuk koruma uyum eğitimi verir
- Kurum kültürünü oluşturur, arşivleme yapar
- Yöneticilerin aldıkları kararlarda çocukların durumlarını inceler ve gözetir
- Taraf olmadan veli ve çocukların endişelerini giderir
- Özensiz meslek uygulamalarını raporlayabilir ancak hüküm veremez
- Antrenör sporcu, personel ve özellikle kulübün gizliliğini korur
- Çocukların şikâyetlerini dinler ve takibe başlar, sonunda raporlar
- Çözüm için hangi merciiler ile görüşeceğini planlar (93).

2.4. Çocuk Koruma Programındaki önemli konular

2.4.1. Fotoğraf Çekimi

Günümüzde spora katılım gösterenler, antrenörler ve kulüpler sosyal medya için devamlı görsel görüntüler sağlamaktadır. Popüler kulüp ve sporcular bu konuda profesyonellerle çalışma bile yürütmektedirler. Günümüz şartlarında spor ortamının ve sporcunun fotoğraflarının çekilmesi normal gibi görünebilir. Spor da takım fotoğrafı, müsabaka fotoğrafların çekilmesi gayet normaldir. Bizi ilgilendiren kısım bu kapsam dışındaki görüntülerin program için risk taşımasıdır. Biriminizin bu konu ile ilgili bazı düzenlemeler getirmesi çocukların güvenliği ile doğrudan odaklıdır. Masumane bile çekilmiş ve yayınlanmış olsa dahi bazı çocuk fotoğraflarının maksatları dışında kullanımı mümkündür. Fotoğraflar çocuğa ait özel bilgilerle bir araya getirilince onu hedefleyen birileri için çocuğa ulaşmayı kolaylaştırır hem çevrim içi, hem de gerçek dünya da! Ayrıca çocukların görüntüleri, aile içi şiddet olaylarında, velayet çatışmalarında çocukları bulmak ve saptamak için kullanılmıştır. Bu yüzden bazı çocukların takım fotoğrafında olması bile sakıncalı olabilir. Bir diğer konu ise soyunma odasındaki çıplaklıktır. Çocukların yarı çıplak verdiği pozlar risk teşkil eder.

Bunun yanında soyunma odası, duş veya tuvalette birbirilerinin izinli veya izinsiz fotoğraflarını çekmeleri büyük sakıncalar yaratabilir. Fotoğraf çekimi ile ilgili olarak çocukları koruma ve güvenlik altına alan programın parçaları neler olabilir.

- Kulübün sosyal medya hesaplarından veya antrenörlerin şahsi hesaplarından fotoğrafları paylaşılan çocukların mümkünse adının soyadının aynı anda yazılmaması sadece adının açıklamaya yazılması uzmanlar tarafından tedbir amaçlı önerilmektedir.
- Sezon başında açıklayıcı bir izin yazısı ile çocukların ailelerinden izin alınmalıdır
- Ailelerden görüntü almak isterler ise antrenörün izni olmadan çekmelerini engellemek gerekir.
- Fotoğraflar çocukların güçlü, mutlu, motivasyon gibi ruh hallerinde çekilmelidir. Mutsuz, tartışma halindeki sporcuların görüntüleri alınmamalıdır.
- Fotoğraf konusunda çocuklara eğitim verin. Kime poz verip verilmeyeceğini hangi hallerde fotoğraf çekilmeyeceğini bilmelidirler.
- Fotoğraflarınızı bir görevli çekiyorsa antrenör ve sporcunuzun tanıyabileceği bir kart ile dolaşmasını sağlayın (93).

2.4.2. Bedensel Yakınlık

Spor ortamlarında sporcunun rahatı, refahı ön planda tutulmalıdır. Sporcu ile antrenör, sporcu ile yönetici, sporcu ile personel arasında bedensel yaklaşmanın sınırları belli olmalıdır. Toplumsal geleneklerimiz, büyük küçük ilişkileri ile ülkemizde bazı yakın temaslar farklılıklar gözetebilir. Çocuğun yöneticinin elini öpmesi, onun çocuğun yanaklarından sarılıp öpmesi geleneklerimize bağlı yaşadığımız bölgelerde diğerlerinden farklılıklar gösterecektir. Ancak Çocuk koruma programı oluşturuyorsak ve bedensel yakınlıktan bahsedeceksek, herkes çocuğa karşı sınırlarını bilmelidir. “Çocuğa karşı her tür yakınlıkta gözetilecek yakınlık kuralı basittir; Çocuğun buna ihtiyaç duyması, yetişkinin değil” (93). Çocuk ile kurulacak bedensel yakınlık durumu, antrenör bir beceri öğrenimini desteklemek ya da bir sakatlığı önlemek veya sakatlanma durumunda sınırları aşmış olabilir. Ayrıca takdir ve onay için de elbet çocuklara dokunmak olağandır. Bunlar açık ve ortalıkta çocuğa bilgi vererek olmalıdır. Koruma programı oluşturulurken çocukla spor ortamında bulunan herkese çocuğa dokunma prensipleri tebliğ edilmelidir. Aşağıdaki durumlarda çocuğa dokunma gerçekleşebilir.

- Sporcularda beceri ve teknik öğretiminde sporcunun ihtiyacı doğrultusunda.
- Bir yere çarpıp düşmesini engellemek amaçlı,
- Kaza veya sakatlanmayı önlemek için,
- Takımın önünde övmek takdir etmek için, Örnek: “...içimden seni öpmek geldi alnından, eminim arkadaşlarında aynısını yapmak istiyorlar. Sizin yerinize ben yapıyorum”
- Özel durumlar, kendine, arkadaşına ve çevreye zarar veriyorsa müdahale amaçlı dokunabilirsiniz.

2.4.3. Ulaşım

Çocuklar için turnuvaya gitmek, deplasmana gitmek bulundukları ortamdan başka bir spor ortamına gitmek son derece zevkli ve eğlencelidir. Çocukları bir yerden bir yere taşımanın risk faktörleri birim tarafından değerlendirilmelidir. Otobüs, çocukların çok takip edilemeyeceği korumasız ortamlardır. Her bir ulaşım prosedürünüz yoksa, bazı olumsuzluklara fırsat verme riskiniz yüksektir. Çocukla gereken yakınlığı kurmak otobüs için uygun bir fırsattır. Bazı konuları önceden öngörüp ulaşım ile ilgili kurallar koyularak tüm paydaşlara anlatılmalı çocuklar koruma altına alınmalıdır.

- Gerçek firmalar ve tüm belgeleri olan profesyonel şoförler ile seyahat etmeyi prensip haline getirmek
- Ulaşımı sağlayan firma yetkilileri ve şoförün iletişim bilgilerini aileler ile paylaşmak
- Araç, rahat ferah güvenli ve sayınızdan birkaç fazla koltuklu olmalı
- Firma ile konuşup değişik şoförler kullanmaya özen gösterilmeli
- Antrenör yaşı küçük sporcuların emniyet kemerlerini kontrol etmeli
- Bir antrenör önde bir antrenör arkaya yakın oturmalı
- Mümkünse araçtaki yetkililer uyumamalı çocukları ara sıra kontrol etmeli
- Özellikle mola ve wc ihtiyaçlarında tüm antrenörler takımı yönlendirmeli takip etmeli

2.4.4. Konaklama

Yatılı bir yere giderken mutlaka bir seyahat formu oluşturarak veli izni almalısınız. Bu formda saat kaçta nereden hareket edileceği, molalar, nerede konaklanacağı, öğünler, dönüş saati ve güzergâhlar gibi ailelerin kaygılarını minimize edecek bilgiler olmalıdır. Konaklama çok hassas bir durumdur. Sporcuların bir geceyi yalnız geçirecekleri bilmedikleri bir binada güvenliğini

sağlamak, olası durumlarda nasıl davranması gerektiğini bilmesi için aşağıdaki maddeleri programın içerisine alarak riskleri yok etmek gerekir.

- Sporcular odalarda 2 veya 3 kişi konaklamalıdır
- Her odanın bir kaptanı olmalıdır
- Takım kaptanı hangi odada kim kalıyor bilmelidir.
- Takım beraber hareket etmelidir beraber yemek, beraber lobide oturma, beraber toplantı salonuna gelip gitme, diğer zamanlar odalardan çıkılmamalıdır.
- Konaklama günü şehir tutu varsa aileler önceden bilgilendirilmelidir.
- Antrenör her çocuğun kimliğini, kan grubu listesi, hastalık özgeçmişi dosyası gibi evrakları yanına almalı, olası bir sağlık sorununda refakat ve hastane işlemleri için hazır olmalıdır.
- Konaklama zamanları antrenör yalnız bırakılmamalı en az 2 antrenör 1 yönetici çocuklara refakat etmelidir.
- Seçilen otellerin konumu, müşteri profili dikkate alınarak seçilmelidir.
- Antrenör hiçbir çocukla hiçbir amaçla odasında yalnız kalmamalıdır
- Çocuklar otelde mümkünse aynı katta yan yana odalarda yatmalı, antrenörler birer uçta yatarak kontrol altında tutmalıdır. Otel yönetiminden o katta müşteri olmaması istenebilir.

2.4.5 Veli İlişkileri

Aileler çocuklarının peşinden ister istemez spor ortamlarının içine girerler, Kurallar yoksa sınırlar hoş olmayan boyutları aşabilir. Programın içine veli ilişkileri için kurallar koyulmalıdır.

- Sezonda birkaç kez veli toplantısı yapılmalı, kurallar ve gidişat hakkında bilgi verilmeli
- Olumlu veli- Seyirci veli profilini belirten bir mektup yazarak onlara bildirin,
- Müsabaka önu sonu ayak üstü değerlendirme yapmayın, kulübe davet edin iki hoca görüşme yapın
- Veli endişelerini mutlaka dikkate alın,
- Antrenörlerinizin velilerden borç almasını engelleyin.

SONSÖZ

Antrenörlük eğitimi alanında çıkmış olduğunuz bu yolculukta başarılar diliyorum. Kitabın başında sonuna kadar antrenörlük ile ilgili kavramları, felsefesini ve yapmamız gerekenleri tartıştık. Antrenörlükle tanıştığım il andan itibaren gördüğüm en güzel öğretmenleri sizlerle paylaşmak istedim. Gerçekten mükemmel antrenörler mükemmel birer öğretmendirler. Onların genel özelliklerini ve ilkelerini tartışarak gelecek kariyeriniz için bir farkındalık yaratmaya çalıştık.

Kariyerlerini çocuk ve gençlere adayan antrenörlerin antrenörlük tarihi boyunca doğruyu bulma çabalarını derleyerek size avantaj sağlamaya çalıştık. Gençleri fiziksel ve zihinsel geliştirme yeteneklerinizden bahsettik. Bu gerçekten olağanüstü bir beceri ve antrenör olarak gurur duyulacak bir erdemliktir. Antrenörlüğün bir meslek haline gelmediği günümüzde çok önemli bir görevi yerine getiren antrenörleri bekleyen zorlukları tartıştık. Doktor gibi, öğretmen gibi insanın sağlığı ve gelişimi ile ilgilenen meslek gruplarından hiçte farkı olmayan antrenörlüğün geleceğini tartıştık.

Bir antrenörün kolay belge alabileceğini ama kolay yetiştirilmediğini fark ettik. Antrenörlüğün bir belgeden ibaret olmadığını insan yetiştiren bir meslek olduğunu belirtmeye çalıştık. İyi bir antrenör olmak için kendimizi nasıl şekillendireceğimizi öğrendik. Kariyerimiz boyunca bitmeyecek bir eğitim içinde olduğumuzu hem öğrenen, hem öğreten pozisyonu ile hayatımıza devam edeceğimizi anladık.

Doğru planlamalar ve yöntemler ile, eğlenceli, modern teknik ve taktik antrenman çeşitliliğiyle, bilimin ışığında, ilkelerinizden ödün vermeden felsefeniz doğrultusunda antrenörlük yaparsanız, farklı ve mükemmel bir antrenör olabileceğinizi tartıştık.

Son söz olarak tüm antrenörlerimize, üzerlerindeki büyük sorumluluğu taşıyabilecek zihinsel güç diliyorum. Spor ortamlarının bilgili becerili ve kendini geliştiren modern antrenörlere ihtiyacını olduğunu belirtmek istiyorum. Önünüze çıkacak zorlu engelleri, rant peşinde koşan eski kafaların etrafından dolaşarak gençlere ulaşmanızı diliyorum. Dünya gençliğinin sizlere ihtiyacı var, hepinize başarılar diliyorum.

KAYNAKLAR

1. Gezgez, ZK. (2019). Modern Antrenörlük, Doğu Kitapevi, ISBN: 978-605-9093-93-4
2. Türk Dil Kurumu (1992). Türkçe Sözlük, Ankara.
3. Sunay, H. (1997). Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğünün Uyguladığı antrenör eğitim programlarının değerlendirilmesi, *Beden Eğitimi Spor Bilimleri Dergisi*, II(4), 44 – 60
4. Konter, E. (2006). Felsefi Psikoloji Bağlamında Antrenörlük Tipleri: Yeni bir öneriye doğru, *Gazi Beden eğitimi ve spor bilimleri dergisi*, 11(3), 15-22
5. Malcom, ML, Pritchard, I. (2008). History of Coaches, An Introduction to sports coaching From science and theory to practice, 52-63.
6. Chandler, T.J.L. (1991) ‘Games at Oxbridge and the public schools 1830–1890: Diffusion of an innovation’, *International Journal for the History of Sport*, 18(2): 171–204.
7. Drewe, S.B. (2000) ‘Coaches, ethics and autonomy’, *Sport, education and society*, 5(2):147–162
8. Terekli MS.(2021). Antrenörlük Felsefesi ve Başarının Temelleri, Nobel Akademik Yayıncılık, ISBN: 976-625-439-619-9.
9. Kulaksızoğlu, A, Dilmaç, B. (2000). İnsani Değerler Eğitimi Programı, M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 12, 199–208.
10. Altan, MZ. (2011). Çoklu Zekâ Kuramı ve Değerler Eğitim, *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 1(4), 53-57.
11. Soygüden, A. (2019). Sporda yaşanan örnek etik davranışların toplumsal karakterin oluşmasına etkileri, *Helal ve Etik Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 60-72.
12. Çeviker, A. (2018). Sporda Antrenörlük Meslek Etiği, *Akademisyen Kitapevi*, Ankara, ISBN: 978-605-258-211-4.
13. Kesgin, A. (2009). Etik Üzerine, *Dini Araştırmalar*, Eylül-Aralık, 12(35), 143-160.
14. Obuz, Ümit (2009), *Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü Öğrencilerinin Öğretmenlik Mesleğiyle İlgili Etik Olmayan Davranışlara İlişkin Görüşleri*, Yüksek Lisans Tezi Çukurova Üniv. Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilimdalı, Adana.
15. Aktaş, K. (2014). Etik-Ahlâk İlişkisi ve Etiğin Gelişim Süreci, *Uluslararası Yönetim ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 1(2), 22-32.
16. Hatcher, T. (2004). “Environmental Ethics as an Alternative for Evaluation Theory in for Profit Business Context”, *Evaluation and Program Planning*, 27.

17. Ocak, H. (2011). “Bir Ahlak Felsefesi Problemi Olarak Erdem Kavramına Yüklenen Anlamın İlkçağdan Ortaçağa Evrimi”, *Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, 11, 79-101.
18. Yanmıyan, S. (2020). Evaluation of New Media and Communications Studies in the Context of Ethical Theories and Governance, *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(3). 872-888.
19. Özen, Y. (2011). Etik mi? Ahlak mı? Modernite mi? Medeniyet mi? (Değerler Eğitimine Sosyal Psikolojik Bir Yaklaşım), *Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(5), 63-87.
20. Özturan, H. (2011). Etik ile Ahlâk Arasında: Türkçe Ahlâk Felsefesi Literatürüne Dair Etik Kavramı Kullanımı Üzerinden Bir Değerlendirme, *Türkiye Araştırmaları Literatür Dergisi*, 9(17). 169-202.
21. Karadağ, A. (2022). Meslek olarak hemşirelik, *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 5(2).
22. Tuncel, SD. (2014). Meslek Etiği Kavramları, *Spor Etiği*, dspace.ankara.edu.tr
23. Aydın, İP. (2001). Yönetmelik mesleki ve örgütsel etik, Ankara, Pegem Yayıncılık.
24. Levine, T, Kase, L, Vitale, J. (2006). The successful coach Insider Secrets to Becoming a Top Coach, Published by John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey, ISBN-13: 978-0-471-78996-3.
25. Tuncel, SD, Büyüköztürk, ŞE. (2009). Antrenörlerin mesleki etik ilkeleri nelerdir? Nasıl ölçülür? Ölçek geliştirme: Ölçeğin geçerlik ve güvenilirliği, *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(4), 159-168.
26. NBA Official Website (2022). NBA 75: Top 15 coaches in league history revealed, <https://www.nba.com/news/nba-75-top-15-coaches-league-history>, görüntüleme: 01.09.2022 20.00.
27. Yıldız, SM. (2009). Sport and Physical Activity Services: A Broad Classification, *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12(22), 1-10.
28. Minikin, B. (2009). A Question of Readiness - Submitted as part of the requirements for an MSc in Managing Olympic Sports Organisations, *Faculté des sciences du sport, Université de Poitiers, France*. DOI:10.13140/RG.2.2.11851.39206.
29. Şişman, M. (2014). Öğretim Liderliği, Pegem akademik yayıncılık, ISBN: 9789756802700
30. Eskiyecek, CG, Bayazıt, B, Sarı, İ. (2015). Sporcularda tercih edilen antrenör liderlik davranışlarının yaş, cinsiyet ve spor dalı açısından incelenmesi (Diyarbakır Örneği), *Uluslararası hakemli akademik spor sağlık ve tıp bilimleri dergisi*, 5(15), 27-42.

31. Yeşil, A. (2016). Liderlik ve motivasyon teorilerine yönelik kavramsal bir inceleme. *Uluslararası akademik yönetim bilimleri dergisi*, 2(3), 158-180.
32. Çekmecelioğlu HG (2014): Göreve ve insana yönelik liderlik tarzlarının örgütsel bağlılık, iş performansı ve işten ayrılma niyeti üzerindeki etkileri. *Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 28, 21-24.
33. Yalçın, A. (2013). Liderlik, Örgütsel davranış içinde, Ankara Nobel Akademik Yayıncılık
34. Bilir, FP., Şahin, N, Sangün, L. (2019). Antrenör yetiştirme kurslarına katılan bireylerin liderlik davranış algılarının incelenmesi, *SPORMETRE beden eğitimi ve spor bilimleri dergisi*, 17(2), <https://doi.org/10.33689/spormetre.452438>.
35. Şengün S. (2012). Antrenörlük ve Liderlik, *TFF Futbol gelişim dergisi*.
36. Acar S. (2022). Stratejik yönetim çerçevesinde Türkiye’deki hayat sigortası şirketleri: vizyon ifadelerine yönelik bir analiz. *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(1), 311-324.
37. Tandoğan, U. (2021). Liderlerin etkileme gücü, *Dünya gazetesi köşe yazıları*, <https://www.dunya.com/kose-yazisi/liderlerin-etkileme-gucu/612196>, son görüntüleme: 6.9.2022, 10:52.
38. Jowett, S. ve Cockerill, M. (2003). Olympic medallists’ perspective of the athlete–coach relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 4, 313–331.
39. Tepeköylü Öztürk, Ö., Sümer, K. ve Soytürk, M. (2021). "Antrenör iletişim becerileri ile sporcuların sürekli optimal performans duygu durumları arasındaki ilişkinin sporcu algılarına göre incelenmesi" *Pamukkale üniversitesi sosyal bilimler enstitüsü dergisi*, Sayı 46, Denizli, 333-346.
40. Martens, R. (1998). Başarılı Antrenörlük. İstanbul: Beyaz Yayınları, 11,14.
41. Terlemez, M. (2019). Sporda antrenör ile liderlerin yaklaşımları, davranış özellikleri, ilke ve çalışma yöntemler, *International journal of social and educational sciences*, 1(1),95-126.
42. Esertifika Anadolu Üniversitesi Web Sitesi (2022). Antrenör Temel Eğitimi, <https://esertifika.anadolu.edu.tr/program/139/antrenor-temel-egitimi>, son görüntülme 9.9.2022,19.16.
43. Lara-Bercial, S, North, J, Petrovic, L, Minkhorst, J, Oltmanns, K, Hamalainen, K. (2017). The European Sport Coaching Framework, Documentation. Human Kinetics, Champaign, IL.
44. Duffy, P., Hartley, H., Bales, J., Crespo, M., Dick, F., Vardham, D., . . . Curado, J. (2011). Sport coaching as a ‘profession’: challenges and future directions. *International Journal of Coaching Science*, 5(2), 93–123.
45. Norman, L. [L.] (2014). Gender and coaching report card for the London 2012 Olympics: Report for the International Council for Coaching Excellence. Leeds.

46. Sports Coach UK (2011). Sports Coaching in the UK III. Leeds: Coachwise Limited.
47. Robertson, S. (2016). Hear their voices: suggestions for developing and supporting women coaches from around the world. In N. M. LaVoi (Ed.), Routledge research in sports coaching. Women in sports coaching (pp. 177–223). London, New York: Routledge.
48. LaVoi, N. M., & Dutove, J. K. (2012). Barriers and supports for female coaches: an ecological model. *Sports Coaching Review*, 1(1), 17–37.
<https://doi.org/10.1080/21640629.2012.695891>.
49. Moustakas, L, Petry, K, Lara-Bercial, S. (2020). Mapping Sport Coaching Policy in Europe: Research Report, Institute of European Sport Development and Leisure Studies, Cologne.
50. Duffy, P., Hartley, H., Bales, J., Crespo, M., Vardhan, D., Nordmann, L. & Curado, J. (2011). Sport coaching as a ‘profession’: challenges and future directions. *International Journal of Coaching Science*, 5(2), 93-123.
51. Pritchard, A. (2009). Ways of Learning learning theories and learning styles in the classroom Second edition, by Routledge, New York, USA, ISBN 0-203-88724-7..
52. Zengin, HK (2022). Yapılandırmacı yaklaşım, https://acikders.ankara.edu.tr/pluginfile.php/360/mod_resource/content/3/15._hafta-Yapilandirmaci_Yaklasim.pdf, son görüntüleme 15.09.2022, 14:38
53. Sural, V, Savaş, S. (2017). Farklı öğretim yöntemleriyle işlenen basketbol dersinin öğrencilerin psikomotor erişi düzeylerine etkisi, *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 25(1). 345-360.
54. Güzel, R. (1998). Alt özel sınıflardaki öğrencilerin sesli okudukları öyküyü anlama becerisini kazanmalarında doğrudan öğretim yöntemiyle sunulan bireyselleştirilmiş okuduğunu anlama materyalinin etkililiği, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
55. Rosenshine, B (2012). Principles of Instruction: Research-Based Strategies That All Teachers Should Know, *American Educator*, Spring, 36(1). 12-19, ISSN-0148-432X
56. Siedentop D.(1994). Sport Education: Quality pe through positive Sport experiences. *Human Kinetics*.
57. Hastie PA, Calderon A, Rolim RJ, Guarino A. (2013). The development of skill and knowledge during a sport education season of track and field athletics. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 84: 3, 336-344.
58. Kahraman, Y. (2019). Spor eğitim modeli ile voleybol öğretiminin 11-13 yaş kız voleybolcuların motor performansı ve problem çözme becerileri üzerine olan

- etkisi, Akdeniz Üniversitesi sağlık bilimleri enstitüsü, yüksek lisans tezi. Antalya.
59. Siedentop, D., Hastie, P. A., Mars, H. V. D. (2004). Complete Guide To Sport Education. United States of America: Human Kinetics.
60. Metzler, M. W. (2005). Instructional Models For Physical Education, Second Edition. United States Of America: Holcomb Hathaway, Inc.
61. Gündüz, N, Güler, D, Güler, Y, Yıldırım, M.(2019). Spor kaya tırmanışında akran öğretim modelinin uygulamalarına yönelik aday öğretmen ve akran öğrenci görüşlerinin değerlendirilmesi, Spormetre dergisi, 17(2), 163-176. DOI: 10.33689/spormetre.505330
62. Topping, K., Ehly, S. (1998). Peer-assisted learning. Routledge.
63. Longueville, F., Gernigon, C., Huet, M. L., Cadopi, M., Winnykamen, F. (2002). Peer tutoring in a physical education setting: Influence of tutor skill level on novice learners' motivation and performance. Journal of Teaching in Physical Education, 22(1), 105-123.
64. Tekin, M, Gün, H. (2020). Taktiksel oyun yaklaşımının ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin zihinsel süreçlere etkisi, Uluslar A. sosyal araştırmalar dergisi, 13(69).1515-1526.
65. Turner, A., Martinek, T. (1999). An investigation into teaching games for understanding: Effects on skill, knowledge and game play. Research Quarterly for Exercise and Sport, 70(3):286–296.
66. Koruru, EN. (2021). Taktiksel oyun ve doğrudan öğretim modellerinin öğretmen adaylarının eleştirel düşünme eğilimleri ve becerilerine etkisi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık bilimleri enstitüsü, Doktora tezi, Ankara.
67. Solmon MA. (2003). Student issues in physical education classes; attitudes, cognition and motivation. In J. Silverman and CD Enis (Eds), Student Learning in Physical Education: Applying research to Enhance Instruction. Champaign, IL: Human Kinetics, pp. 147-163.
68. Temiz, A. (2017). Özel öğretim yöntemleri-2 ders notları, Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yükselokulu, <http://www.mku.edu.tr/files/6-667bb168-0fc6-448c-a39b-d6f8193426e1.pdf>, son görüntüleme: 17.09.2022, 23.37.
69. Alıncak, F. (2017). Sporda Öğretim Yöntemleri, <https://www.tvf.org.tr/wp-content/uploads/2019/12/SPORDA-ÖĞRETİM-YÖNTEMLERİ.pdf>. SON GÖRÜNTÜLEME 18.09.2022, 14.06.
70. Yılmaz, SH. (2019). Beden eğitimi ve spor derslerinde kullanılan öğretim yöntemlerinin belirlenmesi. Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek lisans tezi, Bartın.

71. öndü, A. (2004). Beden eğitimi ve sporda özel öğretim yöntemleri, 2. Basım, Nobel yayınevi, Ankara.
72. Garn, A, Byra, M. (2002). Psychomotor, Cognitive And Social Development Spectrum Styles, Teaching Elementary Physical Education, March 2002, 8-13.
73. Tan, Ç, Güler M. (2021). Beden eğitimi ve sporda kullanılan öğretim yöntemleri, Spor ve sosyal bilimler üzerine yaklaşımlar, Güven Plus Grup A.Ş. Yayınları: 48/2021, E-ISBN: 978-605-7594-96-9, 218-243.
74. Nebioğlu, D. (2006). Beden eğitimi dersi genel esasları ve planlaması denetimi, 2. Baskı, Nobel yayın dağıtım, Ankara.
75. Dönmez, A. (2018). Beden eğitimi öğretmenlerinin kullandıkları öğretim yöntemleri ve kişilik özelliklerinin belirlenmesi (Sakarya İli Örneği), Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Yüksek lisans tezi, Sakarya.
76. Tamer, K. ve Pular, A. (2001). Beden eğitimi ve sporda öğretim yöntemleri, Kozan ofset matbaacılık, Ankara.
77. Karamemiş, Y. (2019). Beden eğitimi ve spor alanında akademisyenlerle beden eğitimi öğretmenlerinin kullandıkları öğretim yöntemlerinin karşılaştırılması ve sorunlarının araştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Afyonkarahisar.
78. Çimen, E. (2021). Beden eğitimi ve spor bilimi, Efeakademi yayınları, 1.baskı, ISBN: 978-625-8496-92-5, İstanbul.
79. Crisfield, P. (2003). Analyzing your Coaching. Coachwise/SportsCoachUK, Leeds
80. Robinson, PE (2010). Foundations of Sports Coaching, by Routledge , New York, ISBN 978-0-415-46972-2 ,USA.
81. Jones, R.L. (2006) ‘How can educational concepts inform sports coaching?’, in R.L. Jones (ed.), The sports coach as educator: Reconceptualising sports coaching, London: Routledge.
82. Nelson, V. (2017). Conversations With Your College Student: What’s Your Listening Position? collegeparentcentral.com
83. Lee, M. (1993) Coaching Children in Sport Principles and practice, Routledge is an imprint of the Taylor & Francis Group, London and New York, ISBN 0-203-47447-3.
84. Martens, R (2012). Successful Coaching, 4th.ed., Human Kinetic, ISBN-10: 1-4504-0051-5
85. Kasap, H, Erdem K. (2009), Antrenörlük Felsefesi, TFF eğitim yayınları, İstanbul.

86. TBMM Anayasası.
https://www.tbmm.gov.tr/develop/owa/tc_anayasasi.maddeler?p3=41 son görüntüleme 25.09.2022, 12.44.
- 87.Çocuk Koruma Kanunu.<https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuatmetin/1.5.5395.pdf>, son görüntüleme 25.09.2022, 12.47
88. Çocuk Haklarına Dair Sözleşme,
<https://www.unicef.org/turkiye/%C3%A7ocuk-haklar%C4%B1na-dair-s%C3%B6zle%C5%9Fme>, son görüntüleme 25.09.2022, 12.50
89. Müftüler, M, Arıtan CK. (2020). Yenilenen beden eğitimi ve spor öğretimi programlarının uluslararası politikalar kapsamında analizi, Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 5(2), 159-176.
90. Sektörler Arası Çocuk Kurulu (2022). Avrupa Konseyi Çocukların Cinsel Sömürü ve İstismara Karşı Korunması Sözleşmesi, <http://www.sck.gov.tr/wp-content/uploads/2020/02/Avrupa-Konseyi-%C3%87ocuklar%C4%B1n-Cinsel-S%C3%B6m%C3%BCr%C3%BC-ve-%C4%B0stismara-Kar%C5%9F%C4%B1-Korunma%C4%B1S%C3%B6zle%C5%9Fmesi>. Pdf, son görüntüleme 25.9.2022, 13.03.
- 91.Uluslararası Olimpiyat Komitesi Antlaşması,
https://www.olimpiyatkomitesi.org.tr/Upload/Menu/624923_ioc_antlasmasi.pdf, son görüntüleme: 25.9.2022,13.24.
- 92.Avrupa Konseyi Çocuk Hakları Stratejisi (2016-2021). Çocukların insan hakları, <https://rm.coe.int/avrupa-konseyi-cocuk-haklar-stratejisi-2016-2021-/1680931c9b>, son görün tüleme 25.9.2022, 12.59.
93. Gülhan Gündüz (2017) TFF UEFA antrenörlük kursları eğitim notları, İstanbul.
94. Coach Wooden's Leadership Game Plan for Success (2009), McGraw-Hill, ISBN: 978-0-07-162690-3.
- 95.Wooden, JR, Jamison,S. (1997). WOODEN a lifetime of observations and reflections on and of the court, ISBAB: 0-8092-3041-0,USA.
96. Wooden, JR, Jamison,S. (2005). Wooden on leadership, McGraw-Hill, 0-07-146710-6,USA.
97. Wooden, JR, Jamison,S. (2007).The Essential Wooden A Lifetime of Lessons on Leaders and Leadership, McGraw-Hill, ISBN: 978-0-07-148435-0, USA.
98. Wooden, JR, Jamison,S. (2004).My Personal Best : Life Lessons from an All-American Journey, ISBN: 9780071437929
99. Franks, IM., Hughes, M. (2016). Soccer analytics: successful coaching through match analysis, Meyer & Meyer Sport, ISBN: 9781782557494

100. Breckon, J, Fader, JS., Moyers, TB., Rollnick, S.(2020). Coaching athletes to be their best : motivational interviewing in sports, The Guilford Press, 9781462541270.
101. Jason AM, Oscar DV. (2011). Coaching and Management Techniques in Athletics (Sports and Athletics Preparation, Performance, and Psychology), Nova Science Pub Inc, 9781621001195

