



**T.C.  
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ  
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı  
Ders İçerikleri**

**ANTN3110 Kondisyon ve Antrenman Tekniği I 1+2 4,0**

Motorsal özelliklerin genel tanımları, güç geliştirmede antrenman özellikleri ve ilkeleri, kuvvet ve sürat ilişkisi. Maksimal kuvvet, çabuk kuvvet ve kuvvette devamlılık tanımları, özellikleri ve gelişimi, dayanıklılık ve yorgunluk tanımları ve ilişkilendirilmesi, ağırlık çalışmaları; özellikleri, öngörülen yükleme değişkenleri, motorsal testlerin genel tanımları, güç gelişiminde kullanılan testler ve önemi. Aerobik ve anaerobik güç özellikleri ve ilişkilendirilmesi.

**ANTN3108 Mesleki İngilizce III 2+0 2,0**

Bireysel ve takım sporlarına yönelik İngilizce metinlerin irdelenmesi; bu metinler içerisinde yer alan dilde Zaman Gösteren Göstergelerin Tekrar Edilmesi; ilgili metinler aracılığıyla Ad Öbekleri; Bileşik İsimler, İsim tümceleri: Ortaçlarla kurulan tümceler; Öykülemde Kullanılan Zamanlar: Past simple, Past progress ve, Past perfect simple, Past perfect continuous; Dönüştürülmüş Adıllar; Düzensiz Fiiller; Karşılaştırma Yapıları: As...as; Kipler: Olasılık, Zorunluluk, İzin, Yetenek, İstek belirten kipler; Deyimler; Eşanlımlı Sözcüklerin öğrenilmesi.

**ANTN3228 Modüler Eğitim 1+0 1,0**

Spor bilimleri alanındaki farklı yaklaşım ve uygulamaların öğrencilere, eğitim ve meslek standartları gözetilerek aktarılması. Farklı disiplinlerden konusunda uzman eğitimcilerin öğrencilere güncel ve yoğun bilgi akışı sağlanması.

**ANTN2093 Spor Psikolojisi II 2+0 4,0**

Spor psikolojisi kavramı; spor davranışını takip eden etmenler; spor bağlılığı; sporda psikolojik etmenler; egzersiz, fitness ve kişilik; spor davranışına ilişkin kuramsal modeller; spor davranışında motivasyon; bilişsel ve davranışsal değişim stratejisi ilkeleri; fitness danışmanlığı: iletişim becerileri; liderlik ve grup dinamiği: liderlik ve grup yapıları; özel gruplarda egzersiz: çocuklar ve gençlerle egzersiz.

**ANTN3008 Sporcu Sağlığı 2+0 3,0**

Sporcunun değerlendirilmesi: fiziksel yapının değerlendirilmesi, fiziksel uygunluğun değerlendirilmesi, performansın değerlendirilmesi, spor yaralanmalarının önlenmesi: genel sağlık kontrolleri, ısınma ve soğuma egzersizleri, germe egzersizleri, oyun kuralları, spor sahaları, spor malzemeleri ve yardımcı araçlar, sporcu, çalıştırıcı sağlık eğitimi ve bilgisi, spor dallarına göre spor yaralanmaları, sporların spor yaralanmalarına göre sınıflandırılmaları, neden olan faktörlere göre spor yaralanmalarının sınıflandırılması, yumuşak doku yaralanmaları, yumuşak doku yaralanmalarının iyileşme fazları.

**ANTN3111 Sporda Beslenme 2+0 4,0**

Beslenmenin tanımı; yeterli ve dengeli beslenmenin önemi; temel beslenme ilkeleri; besin bileşenleri: karbonhidratlar, yağlar, proteinler, mineraller, vitaminler; suyun organizmadaki görevleri ve fiziksel performansa etkileri; yarış öncesi, arası ve sonrası beslenme ilkeleri; yaş, cinsiyet ve hastalık durumlarına göre beslenme; sporda ağırlık kontrolü; şişmanlık; sporcularda beslenme bozuklukları ve sorunları; kişiye uygun beslenme programının planlanması; günlük enerji ihtiyacının belirlenmesi.

**ANTN3112 Sporda Ergojenik Yardım Ve Doping 2+0 2,0**

Ergojenik yardımlar; doping tanımı ve tarihçesi; WADA ve yasaklı maddeler; doping kontrol prosedürü.



**T.C.  
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ  
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı  
Ders İçerikleri**

**ANTN3109 Sporda Performans Testleri 2+2 4,0**

Ölçme ve değerlendirme kavramları; performans değerlendirme sürecinin planlanması; uygun performans değerlendirme test araçlarının seçimi ve hazırlanması, performans testlerinin uygulanması; performans test sonuçlarının kullanılması.

**ANTN3024 Kondisyon ve Antrenman Tekniği II 1+2 4,0**

Motorsal özelliklerin genel tanımları, kondisyon kavramı, kondisyonla ilişkili kavramlar; güç geliştirmede antrenman özellikleri ve ilkeleri, kuvvet ve sürat ilişkisi., maksimal kuvvet, çabuk kuvvet ve kuvvette devamlılık tanımları, özellikleri ve gelişimi, dayanıklılık ve yorgunluk tanımları ve ilişkilendirilmesi, ağırlık çalışmaları; özellikleri, öngörülen yükleme değişkenleri, motorsal testlerin genel tanımları, güç gelişiminde kullanılan testler ve önemi. Aerobik ve anaerobik güç özellikleri ve ilişkilendirilmesi.

**ANTN3021 Mesleki İngilizce IV 2+0 2,0**

Farklı spor branşlarına yönelik okuma parçaları ile fiillerin kullanımı; get+adverb/preposition kullanımı; aktarma tümceleri, resmi ve resmi olmayan dil kullanımı; koşul tümceleri: zaman bildiren zarf tümceleri; noktalama imleri; sıfat tümceleri: ortaçların kullanımı: sıfat tümcelerinde ortaç kullanımı, zaman tümcelerinde ortaç kullanımı, belirli fiillerden sonra ortaç kullanımı; iyelik yapıları: varsayımları ifade etme: varsayımsal tümceler; istek kipi: geniş zaman, geçmiş zaman; spor organizasyonlarının içeriklerine yönelik okuma parçalarını dinleme-not alma becerileri.

**ANTN3229 Modüler Eğitim 1+0 1,0**

Spor bilimleri alanındaki farklı yaklaşım ve uygulamaların öğrencilere, eğitim ve meslek standartları gözetilerek aktarılması. Farklı disiplinlerden konusunda uzman eğitimcilerin öğrencilere güncel ve yoğun bilgi akışı sağlaması.

**ANTN3025 Motor Öğrenme 2+0 3,0**

Hareket, becerinin ve motor öğrenme tanımları; becerinin çeşitleri, motor gelişim ve beceri öğrenimi; beceri öğreniminde algı; bellek: hatırlama, unutma; sinir sistemi ve beceri öğrenimi; motor programlar; beceri öğreniminde dönüt verme; beceri öğreniminde duymusal yardımlar; beceri alıştırmalarının nitelik, nicelik ve zamansal yönleri; becerilerin transferi; reaksiyon zamanı; motivasyon.

**ANTN3025 Spor Biyomekaniği Ve Hareket Analizi 2+0 3,0**

Temel kavramlar ve tanımlar: biyomekaniğin temelleri, biyomekanik bilgisinin kullanımı ve yararları, insan hareketinin incelenmesi; hareketin kinematiği: yol, uzaklık, hız sürat: uzaklık ve yol: öteleme hareketinde hız; dönme hareketinde hız yörüngesel hız; açısal hız; projeksiyonlar, yer çekimi, serbest düşme, dikey atışlar, yatay atışlar; açısal hareketin kinetiği: hareket, eksen ve düzlemlerin dikdörtgen ve polar koordinat sistemleri, ağırlık merkezi, hareket ve denge; başlangıç evresi; ana evre; sonuç evresi.

**ANTN3023 Spor Yaralanmalarından Korunma ve Rehabilitasyon 2+0 3,0**

Spor ve sağlık; spor ve hijyen; spor yaralanmaları: baş ve yüz yaralanmaları, üst ekstremitelere yaralanmaları, alt ekstremitelere yaralanmaları, alt ekstremitelere yaralanmaları (eklem yaralanmaları, ayak ve ayak bileği yaralanmaları, diz sakatlıkları); sporda ilk ve acil yardım: şok, boğulma ve donma; farklı rehabilitasyon uygulamaları, koruyucu hekimlik uygulamaları.



T.C.  
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ  
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı  
Ders İçerikleri**

**ANTN3161 Sporda Araştırma Teknikleri ve İstatistik 2+0 3,0**

Bilim: bilimin tanımı, bilimsel araştırma, bilimsel yöntem bilimsel yöntemdeki yaklaşımlar; araştırma: araştırmanın aşamaları, araştırma türleri, araştırmada kullanılan veri toplama teknikleri; soru: sorunun tanımlanması, soru türleri, araştırmada kullanılan soru formlarının oluşturulması, soru formlarının bilgisayar ortamında hazırlanması; sonuçların değerlendirilmesi: soru formlarının bilgisayar ortamında değerlendirilmesi, araştırma sonuçlarının istatistiksel analizi, araştırma sonuçlarının bilgisayar ortamında oluşturulması; rapor hazırlanması; uygulamalı olarak bir araştırma planlanması; istatistiğin tanımı: istatistiğin temel kavramları, veri toplama çeşitleri ve araçları, verilerin sınıflandırılması, toplanan verilerin istatistik seriler şeklinde ifadesi; istatistik serilerinin grafik çizimi; ortalamalar: duyarlı ve duyarlı olmayan ortalamalar; değişkenlik ölçüleri: değişim katsayısı, standart sapma, momentler; normal dağılım: normal dağılım fonksiyonu, normal eğri altında kalan alan hesabı; örnekleme teorisi; indeksler: basit ve bileşikler indeksler.

**ANTN3022 Zihinsel Antrenman 2+0 4,0**

Zihinsel Antrenman kapsamındaki temel konuların günlük yaşamdaki yeri gösterilerek interaktif bir yöntemle aktarılması

**ANTN4163 Bitirme Projesi I 1+2 6,0**

Bitirme projesi hakkında bilgi verilmesi; araştırma yöntemlerinin anlatılması; bitirme proje konularının belirlenmesi; proje yazım kurallarının anlatılması; sunum tekniklerinin anlatılması; saha çalışması.

**ANTN4232 Eğitsel ve Sportif Oyunlar I 1+2 4,0**

Oyunun tanımı; oyunun tarihçesi; oyunun hedef ve amacı; oyun öğretimi ve öğretimin amacı; oyunun çocuklar için önemi; oyunun çocuk gelişimine etkileri: fiziksel, psikomotor, sosyal, duygusal, zihinsel ve dil gelişimi; oyun seçimi ve öğretimi; oyun ortamı ve aletleri; oyunların gruplandırılması; öğretmenin oyunda dikkat edeceği noktalar; oyunlarda güvenlik; oyun uygulamaları.

**ANTN4159 Mesleki İngilizce V 2+0 2,0**

Bireysel sporlarda kullanılan teknik terimler; her bireysel sporda kullanılan malzemelerin; oyun alanlarının ve kurallarının İngilizce karşılıklarının resimlerle gösterilmesi; doğa sporları: rafting, yamaç paraşütü gibi sporlarda kullanılan teknik terimlerin verilmesi; dönem içinde öğrenilenler ışığında, konu ile ilgili yayınların incelenmesi ve yabancı yayınların Türkçe 'ye çevrilmesi.

**ANTN4230 Modüler Eğitim 1+0 1,0**

Spor bilimleri alanındaki farklı yaklaşım ve uygulamaların öğrencilere, eğitim ve meslek standartları gözetilerek aktarılması. Farklı disiplinlerden konusunda uzman eğitimcilerin öğrencilere güncel ve yoğun bilgi akışı sağlaması.

**ANTN4234 Sporda Mentörlük I 1+2 4,0**

Mentörlük tanımı; ulusal ve uluslararası spor organizasyonlarında mentörün rolü; farklı mentörlük uygulamaları.



**T.C.**  
**İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ**  
**SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı**  
**Ders İçerikleri**

**ANTN4197 Spor Hukuku 2+0 4,0**

Spor hukukunun: tarihçesi; amaçları; gelişimi; kaynakları; kavramları; sporda iş kanunu ve uygulama alanları; sporda ceza hukuku ve uygulama alanları; itirazlar; sözleşmeler; sporda profesyonel futbol kulüpleri; sporcu yönetmelikleri; spor hukukunun hukuk sistemi içindeki yeri; spor hukukunun mevzuatı; antrenörler, teknik direktörler, menajerler, yöneticiler hakemler ve gözlemcilerin hukuksal boyutları; spor faaliyetlerini yürüten kurum ve kuruluşlar.

**ANTN4129 Bitirme Projesi II 1+2 6,0**

Öğrencilerin spor yöneticiliği alanında tasarladıkları bir araştırma projesini uygulayabilme, verilerini toplayabilme, verileri işleyebilme, verileri değerlendirebilme, verileri başka çalışmalarla ilişkilendirebilme, sonuçlarını çıkarabilme, bir rapor halinde yazabilme ve jüri önünde başarıyla sunabilme becerilerini kazanma.

**ANTN4195 Mesleki İngilizce VI 2+0 2,0**

Öğrencilerin gelecekteki mesleklerinde etkili bir şekilde iletişim kurmalarını sağlayacak aktiviteler; özgeçmiş yazma, iş mektupları ve rapor yazma, telefon ve internet ile iletişim kurabilme; mesleki dil becerilerini pekiştirmek ve geliştirme.

**ANTN4231 Modüler Eğitim 1+0 1,0**

Spor bilimleri alanındaki farklı yaklaşım ve uygulamaların öğrencilere, eğitim ve meslek standartları gözetilerek aktarılması. Farklı disiplinlerden konusunda uzman eğitimcilerin öğrencilere güncel ve yoğun bilgi akışı sağlaması.

**ANTN4196 Arama Kurtarma Ve İlk Yardım 2+0 4,0**

Sağlığın tanımı; sağlığı tehdit eden genel unsurlar; insan metabolizması, organlarımızın çalışma şekli ve organlarımızın hastalanması; hastalıklardan korunma yöntemleri; çeşitli hastalıklarda genel tedavi ve iyileştirme yöntemleri hakkında genel bilgiler; ölümcül ve bulaşıcı hastalıklar ve korunma yöntemleri; zararlı alışkanlıklar ve sağlık üzerine etkileri; arama kurtarma tanımları, kaza ve hastalıklarda ilk yardım; ilk yardımın tanımı, amacı ve uygulanması; ilk yardımcının görev ve yaklaşım temelleri; kanama, kırık, yanık, haşlanma, donma, güneş çarpması, zehirlenme, boğulma, solunum ve kalp durmasında ilk yardım uygulamaları.

**ANTN4233 Eğitsel Ve Sportif Oyunlar II 1+2 4,0**

Beden eğitiminin tanımı; hedef ve amacı; oyunun önemi ve öğretiminin amacı; tarihsel gelişimi; oyun seçimi ve öğretimi; oyunlarda yerleşme, başlama, hareket şekilleri, planlama, uygulama ve disiplin; oyunun fiziksel, psikomotor, sosyal, duygusal, zihin ve dil gelişimine olan etkileri; eğitsel oyunların gruplandırılması; uygulama alanlarına, oyuncu durumlarına, araçlarına, gelişim alanlarına, yerleşme düzenine; amaçlarına göre oyunlar; öğretmenin oyunda dikkat edeceği noktalar; beden eğitimi ve spor eğitiminde oyun; oyunlarda güvenliğin sağlanması.

**ANTN4235 Sporda Mentörlük II 1+2 4,0**

Mentörlük kavramının spor eğitimi sürecindeki önemi, mentörlük modelleri, uygulama örnekleri, ihtiyaca yönelik mentörlük programının geliştirilip uygulanması.

**ANTN4291 Periyotlama ve Antrenman Yöntemleri 2+0 4,0**

Bireysel ve takım sporları için sezonluk antrenman planlanmasında periyotlama ve uygun antrenman programı düzenlenmesi.



T.C.  
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ  
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı  
Ders İçerikleri**

**ANA DAL / ANA DAL ÖZEL ÖĞRETİM DERSLERİ**

**ANTN3123 Ana Dal Basketbol I 2+2 4,0**

Basketbol sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

**ANTN3013 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Basketbol I 2+2 4,0**

Ana Dal Basketbol I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulanması.

**ANTN3141 Ana Dal Basketbol II 2+2 4,0**

Ana Dal Basketbol I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, takım düzeni içerisinde uygulanması.

**ANTN3142 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Basketbol II 2+2 4,0**

Ana Dal Basketbol II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

**ANTN4166 Ana Dal Basketbol III 2+2 4,0**

Öğrencilerin Ana Dal Basketbol II dersinde edindikleri takımsal bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.

**ANTN4183 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Basketbol III 2+2 4,0**

Ana Dal Basketbol III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve çalıştırıcı öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

**ANTN4201 Ana Dal Stajı Basketbol 2+6 5,0**

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.

**ANTN3122 Ana Dal Futbol I 2+2 4,0**

Futbol sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

**ANTN3043 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Futbol I 2+2 4,0**

Ana Dal Futbol I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulanması.

**ANTN3140 Ana Dal Futbol II 2+2 4,0**

Ana Dal Futbol I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, takım düzeni içerisinde uygulanması.

**ANTN3142 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Futbol II 2+2 4,0**

Ana Dal Futbol II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

**ANTN41684103 Ana Dal Futbol III 2+2 4,0**

Öğrencilerin Ana Dal Futbol II dersinde edindikleri takımsal bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.



**T.C.  
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ  
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı  
Ders İçerikleri**

**ANTN4182 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Futbol III 2+2 4,0**

Ana Dal Futbol III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve çalıştırıcı öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

**A4203 Ana Dal Stajı Futbol 2+6 5,0**

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.

**ANTN3219 Ana Dal Voleybol I 2+2 4,0**

Voleybol sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

**ANTN3042 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Voleybol I 2+2 4,0**

Ana Dal Voleybol I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulanması.

**ANTN3128 Ana Dal Voleybol II 2+2 4,0**

Ana Dal Voleybol I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, takım düzeni içerisinde uygulanması.

**ANTN3138 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Voleybol II 2+2 4,0**

Ana Dal Voleybol II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

**ANTN4172 Ana Dal Voleybol III 2+2 4,0**

Öğrencilerin Ana Dal Voleybol II dersinde edindikleri takımsal bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.

**ANTN4181 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Voleybol III 2+2 4,0**

Ana Dal Voleybol III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve çalıştırıcı öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

**ANTN4223 Ana Dal Stajı Voleybol 2+6 5,0**

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.

**ANTN3124 Ana Dal Hentbol I 2+2 4,0**

Hentbol sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

**ANTN3009 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Hentbol I 2+2 4,0**

Ana Dal Hentbol I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulanması.

**ANTN3130 Ana Dal Hentbol II 2+2 4,0**

Ana Dal Hentbol I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, takım düzeni içerisinde uygulanması.

**A3143 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Hentbol II 2+2 4,0**

Ana Dal Hentbol II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.



**T.C.  
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ  
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**

**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı  
Ders İçerikleri**

**ANTN4127 Ana Dal Hentbol III 2+2 4,0**

Öğrencilerin Ana Dal Hentbol II dersinde edindikleri takımsal bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.

**ANTN4184 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Hentbol III 2+2 4,0**

Ana Dal Hentbol III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve çalıştırıcı öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

**ANTN4202 Ana Dal Stajı Hentbol 2+6 5,0**

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.

**ANTN3037 Ana Dal Atletizm I 2+2 4,0**

Atletizm sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

**ANTN3033 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Atletizm I 2+2 4,0**

Ana Dal Atletizm I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulatılması.

**ANTN3133 Ana Dal Atletizm II 2+2 4,0**

Ana Dal Atletizm I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, bireysel çalışma düzeni içerisinde uygulanması.

**ANTN3146 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Atletizm II 2+2 4,0**

Ana Dal Atletizm II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

**ANTN4176 Ana Dal Atletizm III 2+2 4,0**

Öğrencilerin Ana Dal Atletizm II dersinde edindikleri bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.

**ANTN4186 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Atletizm III 2+2 4,0**

Ana Dal Atletizm III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve çalıştırıcı öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

**ANTN4205 Ana Dal Stajı Atletizm 2+6 5,0**

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.

**ANTN3120 Ana Dal Yüzme I 2+2 4,0**

Yüzme sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

**ANTN3040 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Yüzme I 2+2 4,0**

Ana Dal Yüzme I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulatılması.



**T.C.  
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ  
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı  
Ders İçerikleri**

**ANTN3012 Ana Dal Yüzme II 2+2 4,0**

Ana Dal Yüzme I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, bireysel çalışma düzeni içerisinde uygulanması.

**ANTN3136 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Yüzme II 2+2 4,0**

Ana Dal Yüzme II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

**ANTN4151 Ana Dal Yüzme III 2+2 4,0**

Öğrencilerin Ana Dal Yüzme II dersinde edindikleri bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.

**ANTN4179 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Yüzme III 2+2 4,0**

Ana Dal Yüzme III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve çalıştırıcı öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

**ANTN4198 Ana Dal Stajı Yüzme 2+6 5,0**

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.

**ANTN3121 Ana Dal Tenis I 2+2 4,0**

Tenis sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

**ANTN3041 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Tenis I 2+2 4,0**

Ana Dal Tenis I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulanması.

**ANTN3126 Ana Dal Tenis II 2+2 4,0**

Ana Dal Tenis I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, bireysel çalışma düzeni içerisinde uygulanması.

**ANTN3137 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Tenis II 2+2 4,0**

Ana Dal Tenis II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

**ANTN4174 Ana Dal Tenis III 2+2 4,0**

Öğrencilerin Ana Dal Tenis II dersinde edindikleri bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.

**ANTN4180 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Tenis III 2+2 4,0**

Ana Dal Tenis III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve antrenör öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

**ANTN4199 Ana Dal Stajı Tenis 2+6 5,0**

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.





T.C.  
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ  
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı  
Ders İçerikleri**

**ANTN3038 Ana Dal Step-Aerobik I 2+2 4,0**

Step-Aerobiğe özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

**ANTN3032 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Step-Aerobik I 2+2 4,0**

Ana Dal Step-Aerobik I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulatılması.

**ANTN3134 Ana Dal Step-Aerobik II 2+2 4,0**

Ana Dal Step-Aerobik I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, bireysel çalışma düzeni içerisinde uygulanması.

**ANTN3147 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Step-Aerobik II 2+2 4,0**

Ana Dal Step-Aerobik II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

**ANTN4177 Ana Dal Step-Aerobik III 2+2 4,0**

Öğrencilerin Ana Dal Step-Aerobik II dersinde edindikleri bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.

**ANTN4187 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Step-Aerobik III 2+2 4,0**

Ana Dal Step-Aerobik III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve antrenör öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

**ANTN4206 Ana Dal Stajı Step-Aerobik 2+6 5,0**

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.

**ANTN3007 Ana Dal Masa Tenisi I 2+2 4,0**

Masa Tenisi sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması

**ANTN3034 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Masa Tenisi I 2+2 4,0**

Ana Dal Masa Tenisi I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulatılması.

**ANTN3131 Ana Dal Masa Tenisi II 2+2 4,0**

Ana Dal Masa Tenisi I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, bireysel çalışma düzeni içerisinde uygulanması.

**ANTN3144 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Masa Tenisi II 2+2 4,0**

Ana Dal Masa Tenisi II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

**ANTN4044 Ana Dal Masa Tenisi III 2+2 4,0**

Öğrencilerin Ana Dal Masa Tenisi II dersinde edindikleri bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.



**T.C.  
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ  
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı  
Ders İçerikleri**

**ANTN4236 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Masa Tenisi III 2+2 4,0**

Ana Dal Masa Tenisi III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve antrenör öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

**ANTN4203 Ana Dal Stajı Masa Tenisi 2+6 5,0**

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.

**ANTN3036 Ana Dal Ritmik Cimnastik I 2+2 4,0**

Ritmik Cimnastik sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

**ANTN3035 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Ritmik Cimnastik I 2+2 4,0**

Ana Dal Ritmik Cimnastik I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulanması.

**ANTN3132 Ana Dal Ritmik Cimnastik II 2+2 4,0**

Ana Dal Ritmik Cimnastik I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, bireysel çalışma düzeni içerisinde uygulanması.

**ANTN3145 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Ritmik Cimnastik II 2+2 4,0**

Ana Dal Ritmik Cimnastik II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

**ANTN4175 Ana Dal Ritmik Cimnastik III 2+2 4,0**

Öğrencilerin Ana Dal Ritmik Cimnastik II dersinde edindikleri bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.

**ANTN4185 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Ritmik Cimnastik III 2+2 4,0**

Ana Dal Ritmik Cimnastik III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve antrenör öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

**ANTN4204 Ana Dal Stajı Ritmik Cimnastik 2+6 5,0**

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.

**ANTN3039 Ana Dal Artistik Cimnastik I 2+2 4,0**

Artistik Cimnastik sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

**ANTN3031 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Artistik Cimnastik I 2+2 4,0**

Ana Dal Artistik Cimnastik I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulanması.

**ANTN3135 Ana Dal Artistik Cimnastik II 2+2 4,0**

Ana Dal Artistik Cimnastik I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, bireysel çalışma düzeni içerisinde uygulanması.



**T.C.  
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ  
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı  
Ders İçerikleri**

**ANTN3148 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Artistik Cimnastik II 2+2 4,0**

Ana Dal Artistik Cimnastik II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

**ANTN4178 Ana Dal Artistik Cimnastik III 2+2 4,0**

Öğrencilerin Ana Dal Artistik Cimnastik II dersinde edindikleri bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.

**ANTN4188 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Artistik Cimnastik III 2+2 4,0**

Ana Dal Artistik Cimnastik III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve antrenör öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

**ANTN4207 Ana Dal Stajı Artistik Cimnastik 2+6 5,0**

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.

**ANTN3274 Ana Dal Badminton I 2+2 4,0**

Badminton sporuna özgü genel ve özel antrenman uygulamalarının öğretilmesi ve antrenman bilimi ilkelerine dayalı plan ve periyotlamanın aktarılması.

**ANTN3275 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Badminton I 2+2 4,0**

Ana Dal Badminton I dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin pekiştirilmesi, farklı öğretim tekniklerinin uygulatılması.

**ANTN3276 Ana Dal Badminton II 2+2 4,0**

Ana Dal Badminton I dersinde öğrenilen genel ve özel antrenman uygulamalarının güncel uygulamalar ışığında çeşitlendirilmesi, bireysel çalışma düzeni içerisinde uygulanması.

**ANTN3277 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Badminton II 2+2 4,0**

Ana Dal Badminton II dersinde öğrenilen antrenman türlerine yönelik uygun öğretim yöntemlerinin belirlenmesi, en uygun performansı sağlayacak şekilde planlanması ve yürütülmesi.

**ANTN4278 Ana Dal Badminton III 2+2 4,0**

Öğrencilerin Ana Dal Badminton II dersinde edindikleri bilgi ve becerilerin üstüne antrenöre özgü çalışmaların eklenmesi.

**ANTN4281 Ana Dal Özel Öğretim Yöntemleri Badminton III 2+2 4,0**

Ana Dal Badminton III dersinde edinilen bilgi ve hareketlerin daha iyi pekiştirilmesi ve antrenör öğrencilerin bilgilerini paylaşmasına yardımcı olması.

**ANTN4283 Ana Dal Stajı Badminton 2+6 5,0**

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.



**T.C.  
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ  
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı  
Ders İçerikleri**

**ZORUNLU SEÇMELİ DERSLER**

*Aşağıdaki dersler; 3. sınıf güz ve bahar, 4. sınıf güz yarıyıllarında birbirinden farklı olarak birer tane zorunlu olarak seçilecek olan seçmeli derslerdir.*

**Aerobik Cimnastik 1+2 2,0**

Aerobik Cimnastik branşı ile ilgili genel bilgi verilmesi ve branşın genel tanıtımı.

**Aikido 1+2 2,0**

Temel duruş tekniklerinin öğrenimi ve öğretimi; savunma teknikleri ve stratejileri.

**Animasyon Eğitimi 1+2 2,0**

Animasyon kavramı ve animasyon çeşitleri: niteliksel açıdan sınıflandırma, faaliyet türlerine göre sınıflandırma; animasyon hizmetlerinin temel özellikleri; animasyonun fonksiyonları; animasyon hizmetlerinin yönetimi: planlama, organizasyon, yöneltme, denetim; animasyon hizmetlerinin yönetim süreçleri: koordinasyon, liderlik, iletişim; animasyon ilkeleri; kamu ve özel kurum ve kuruluşlardaki animasyon programlarını inceleme ve çalışmalarını değerlendirme.

**Artistik Buz Pateni 1+2 2,0**

Artistik (figür) buz pateninde teknik, taktik ve yarışma kurallarının öğretilmesi. Ülkemizde artistik paten ve diğer dalların gelişimi ve bulunduğu konumu öğretmek.

**Briç 1+2 2,0**

Dünyada ve Türkiye'de briç; oyun kuralları ve özellikleri, turnuva faaliyetlerinin planlanması.

**Dağcılık 1+2 2,0**

Dünyada ve Türkiye'de dağcılık; faaliyet planlaması: temel faaliyet planlaması, faaliyet hazırlık listesi, katılımcıların fiziksel kondisyonlarının belirlenmesi, rotanın planlanması; ekipmanlar: ekipmanların değerlendirilmesi, giyim, botlar, sırt çantaları, uyku ekipmanları, barınma, yemek ekipmanları; genel tırmanma ve kamp kuralları: genel prensipler, kamp yeri seçimi, çöplerin kontrolü; doğada seyahat: haritalar ve pusula, diğer navigasyon aletleri, aylar bölgesinde faaliyet; emniyet ve acil prosedürler, ilk yardım ve acil bakım.

**Doğa Sporları 1+2 2,0**

Doğada yaşama becerisi; zorlukların üstesinden gelebilme; doğayı yaşama ve koruma duygusunu geliştirebilme, birlikte hareket edebilme, grup içi uyum, doğada uygun malzemeleri kullanma, kendini tanıma, beslenme, kendine yetebilme.

**Ergonomi 2+0 2,0**

Ergonomi biliminin tanımı, kapsamı ve ilişkili olduğu disiplinler; ergonomi ve spor ilişkisi; insan vücudunun yapısal özellikleri, hareket sistemi; antropometri kavramı ve spor alanlarına ait iç mekân tasarımlarında önemli antropometrik boyutlar ve kullanımı.

**Geleneksel Sporlar 2+0 2,0**

Geleneksel spor dallarının tarihsel geçmişi, tanımı, kuralları ve günümüzdeki yeri.



**T.C.  
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ  
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı  
Ders İçerikleri**

**Golf 1+2 2,0**

Golf sporunun Tanımı; Dünyada ve Türkiye'de golfün doğuşu ve gelişimi; golf malzemeleri; golf sahası ve özellikleri.

**Halk Oyunları 1+2 2,0**

Halk bilimi; Türk halk dansları ve dansın genel yapısı; insan-insan ilişkilerini konu alan danslar: vuruşma ya da kavgayı konu alan danslar, kadın-erkek ilişkilerinin konu alan danslar, akrabalık ilişkilerini konu alan danslar, kişi adlarını konu alan danslar, tören dansları; insan doğa ilişkilerini konu alan danslar: doğayı konu alan danslar, günlük yaşam ve üretim ilişkilerini konu alan danslar, hayvan yansımaları danslar; Türk halk danslarına eşlik eden sazlar: nefesli, vurmali, telli, yaylı; Türk halk dansları giyimi: başa, üste, alta, ayağa, aksesuarlar; Türk halk oyunlarında türler.

**İzcilik 1+2 2,0**

İzciliğin amacı, metodu, temel prensipleri, Türkiye ve Dünya'da yapılanması, geçlerle uygulanacak izcilik programı.

**Judo 1+2 2,0**

Judo branşına yönelik temel tekniklerin, teorik ve uygulamalı olarak verilmesi.

**Karate 1+2 2,0**

Karate branşına yönelik temel tekniklerin, teorik ve uygulamalı olarak verilmesi.

**Masaj 1+4 2,0**

Masajın tanımı ve tarihçesi; masajın fizyolojik, patolojik, mekanik ve refleks etkileri; masajın genel ilkeleri, indikasyonları ve kontraindikasyonları; masajın dozajı ve etkileri; dünyada kullanılan masaj teknikleri; öncesi ve sonrasıyla masajın sporda kullanılması; mekanik masaj yöntemleri; masaj uygulamaları: alt sırt masajı, üst sırt masajı, boyun masajı, el masajı, önkol masajı, kol masajı, ayak masajı, bacak masajı, uyluk masajı, yüz masajı, karın masajı.

**Okçuluk 1+2 2,0**

Temel duruş tekniklerinin öğrenimi ve öğretimi; temel çekiş tekniklerinin öğrenimi ve öğretimi; okçuluk malzemelerinin kullanımının öğrenimi ve öğretimi; tam çekiş tekniklerinin öğrenimi ve öğretimi; nişan alma tekniklerinin öğrenimi ve öğretimi, puanlamanın öğrenimi ve öğretimi; bırakış teknikleri; güvenlik tedbirlerinin alınmasının öğrenimi ve öğretimi; yay kolu bırakış tekniğinin öğrenimi ve öğretimi; çekiş kolu bırakış tekniklerinin öğrenimi ve öğretimi; 18 metre atışın öğrenimi ve öğretimi; 25 metre atışın öğrenimi ve öğretimi.

**Ölçme Ve Değerlendirme 2+0 2,0**

Eğitimde ölçme ve değerlendirmenin yeri ve önemi, ölçme ve değerlendirme ile ilgili temel kavramlar, ölçme araçlarında bulunması istenen nitelikler (güvenirlilik, geçerlik, kullanılabilirlik), eğitimde kullanılan ölçme araçları ve özellikleri, geleneksel yaklaşımlara dayalı olan araçlar (yazılı sınavlar, kısa yanıtli sınavlar, doğru-yanlış tipi testler, çoktan seçmeli testler, eşleştirmeli testler, sözlü yoklamalar, ödevler), öğrenciyi çok yönlü tanımaya dönük araçlar (gözlem, görüşme, performans değerlendirme, öğrenci ürün dosyası, araştırma kâğıtları, araştırma projeleri, akran değerlendirme, öz değerlendirme, tutum ölçekleri), ölçme sonuçları üzerinde yapılan temel istatistiksel işlemler, öğrenme çıktıları değerlendirme, not verme, alanı ile ilgili ölçme aracı geliştirme.



**T.C.  
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ  
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı  
Ders İçerikleri**

**Satranç 1+2 2,0**

Şahın tanıtımı; kalenin tanıtımı; kale ve şah ile şahı mat etmek; vezir, şah ile şahı mat etmek; iki fil ve şah ile şahı mat etmek; at, fil ve şah ile şahı mat etmek; iki at ile mat; piyon, şaha karşı şah; vezir, şaha karşı fil, şah; vezir, şaha karşı at, şah; vezir, şaha karşı kale, şah; vezir, şaha karşı vezir, şah; kale, şaha karşı fil, şah; kale, şaha karşı at, şah; vezir, şaha karşı piyon, şah; fil, şaha karşı piyon, şah; at, şaha karşı piyon, şah; kale, şaha karşı piyon, şah; at piyon şaha karşı şah ve bir alet; fil piyon şaha karşı şah ve bir alet.

**Spor Turizmi 2+0 2,0**

Spor yönetimi içinde spor ve turizm sektörünün yeri ve önemi; spor turizminde gelişmeler: turizm kavramı, turist kavramı, turizmde amaçlanan hedefler: turizmle ilişkili spor aktiviteleri; spor turizm pazarı: spor turizminde animasyon, spor turizm danışmanlığı, spor turizminde iş olanakları; Türkiye'de spor turizmi: rafting, yamaç paraşütü, trekking, pracliding, kayaking, atlı spor, bisiklet gezileri, su sporları: sörf, katamaran etkinliklerinin tanıtımı ve Türkiye'deki uygulamaları.

**Sporda NLP Uygulamaları 2+0 2,0**

Sporda NLP Uygulamaları hakkında bilgi ve uygulama yolları.

**Taekwondo 1+2 2,0**

Taekwondo branşına yönelik temel tekniklerin, teorik ve uygulamalı olarak verilmesi.

**Ticaret Hukuku 2+0 2,0**

Ticari işletmeler, tacir, ticari işletme türleri, faiz, tacir yardımcıları, ticaret unvanı, işletme adı, ticaret sicili, marka, haksız rekabet, ticarî defterler, ve carî hesap.

**Topluma Hizmet Uygulamaları 2+0 2,0**

Toplumsal sorumluluk bilincini kuramsal ve uygulamalı olarak kazandırma amaçlı projeler ve içerikleri; uygulamalar sırasında bireylere kazandırılan iş birliği, dayanışma, etkili iletişim ve öz değerlendirme becerileri.

**Yoga 1+2 2,0**

Yogaya yönelik temel tekniklerin, teorik ve uygulamalı olarak verilmesi.

**Uygulamalı Girişimcilik 4+0 5,0**

Başkaları için çalışmanın yanı sıra kendini işini kurabilecek özelliklere, bilgi ve yetkinlikler sahip olması hedeflenen öğrencilerin kendilerinde var olan girişimcilik özelliklerini ortaya çıkarmaları ve bunları geliştirebilmeleri için gerekli donanımı kazanmaları amaçlanmaktadır.



**T.C.  
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ  
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı  
Ders İçerikleri**

**İSTEĞE BAĞLI YARDIMCI DAL**

**SAĞLIK İÇİN SPOR VE FITNESS**

**ANTN3030 Sağlık İçin Spor ve Fitnes 2+0 2,0**

Her Yaşta Spor ve Fitnesin Temel Hedefleri; Her Yaşta Sporun ve Egzersizin Bilimsel Temelleri; Düzenli Yaşam Boyu Spor Uygulamalarının İnsan Sağlığına Etkileri; Neden Fitnes?; Sağlık Değerlendirmesi; Basit Reçete Önerisi; Sağlıklı Yaşam Boyu Spor Uygulamaları İçin Çeşitli Fitnes Antrenman Önerileri; Yaş ve Performansa Göre Düzenlenmiş Etkinlik Tabloları.

**ANTN3029 Fitnes Liderliği 1+2 2,0**

Fitnes uzmanlığıyla ilgili temel kavramların öğrenilmesini ve bu alanda yer alan uzmanlık alanlarının tanıtılması.

**ANTN3150 Fitneste Antrenman Modelleri I 2+2 2,0**

Fitnes tanımı; Fitnesin sağlık için spor komponentleri, Vücut yağı, Egzersiz reçetesi, Egzersiz şiddetini belirleme metotları (MET, HRmax, HRRmax, RPE), Maksimal belirleme, MET'e göre örnek egzersiz reçetesi, farklı antrenman türlerine giriş.

**ANTN3156 Özel Gruplarda Egzersiz 2+0 2,0**

Tıpta ve egzersiz bilimleri alanında fizyolojik veya patolojik nedenlerle ortalama erişkin insan sağlıklılık halinden farklılık gösteren bireylere özel egzersiz planlamanın temel ilkeleri, kronik hastalıklarda egzersiz.

**ANTN4190 Fitnes Teknolojisi ve Ergonomi 2+0 2,0**

Spor tesislerinin planlanması ile ilgili fiziksel çevre ve tesis dizaynı, sporcuların sağlığı ve güvenliği ile tesis kullanımında etkinliği arttıran ergonomik faktörlerin incelenmesi.

**ANTN4189 Fitneste Antrenman Modelleri II 2+2 2,0**

Vücut kompozisyonu; dayanıklılık geliştirici antrenman metotları, dayanıklılık antrenmanlarında dikkat edilecek hususlar; kuvvet geliştirici antrenman metotları, kuvvet antrenmanlarında dikkat edilecek hususlar; esneklik geliştirici antrenman metotları, esneklik antrenmanlarında dikkat edilecek hususlar.

**ANTN4208 Sağlık İçin Spor ve Fitnes Stajı 1+4 4,0**

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.



**T.C.  
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ  
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı  
Ders İçerikleri**

**SPOR GAZETİCİLİĞİ**

**ANTN3028 Spor Gazeteciliği I 2+2 2,0**

Gazetecilik kavramı ve kolları, yazılı ve görsel basında sporun yeri, yazılı basında spor sayfalarının kullanılması; spor gazeteciliğine ait kronolojik bilgiler.

**ANTN3005 Basın Ekonomisi Ve Yayın Tekniği 2+0 2,0**

Sporun kitle iletişim araçlarında yer alış biçimi ve yoğunluğu, Kitle iletişim araçlarında konu ve içerik olarak spor, Kitle iletişim araçlarının kazançlarına farklı spor haber ve yorumlarının etkisi; kitle iletişim araçlarında sporun amaç ve işlevleri, farklı yayın teknikleri, dünyada yayın tekniklerinin kullanımı.

**ANTN3153 Spor Gazeteciliği II 2+2 2,0**

Mülakat, röportaj tanımı ve yazım teknikleri, sayfa tasarımı ve mizanpaj, fotoğrafçılık ve spor fotoğraflarının kullanımı, süreli yayınlar ve dergicilik, yerel basın, spor kulüplerinin medya ile ilişkileri, sporcuların medya ile ilişkileri - spor kulüplerinin kendi medyalarını oluşturması, teknoloji ve medya - elektronik basın.

**ANTN3155 Reklamcılık ve Tanıtım 2+0 2,0**

Reklamcılık ve Tanıtım dersi, reklamcılık alanına giriş niteliği taşımaktadır. Öğrencilerin bu alanla ilgili temel bilgileri öğrenmeleri amaçlanmaktadır.

**ANTN4192 İnternet Yayıncılığı 2+2 2,0**

Dünyada ve Türkiye’de internetin gelişimi, internet yayıncılığı ve içerik, geleneksel basın ve internet gazeteciliği, günümüz haberciliği ve internet destekli habercilik, online gazetecilik tarihi, internetin medyaya etkileri - internet ve sosyal değişim, dünyada ve Türkiye’de internet gazeteciliğinin durumu, yerel medya ve internet, web yayıncılığının avantaj ve dezavantajları - online gazetecilik sorunları, internette medya hukuku, internet ve etik, reklâm, ilan ve ticari yaklaşım örnekleri, blog yazarlığı ve gazetecilik arasındaki farklar

**ANTN4191 Radyo ve Televizyon Yayıncılığı 2+0 2,0**

Radyo ve televizyon yayıncılığı dersi; radyo ve televizyonun işlevleri, radyo ve televizyonun tarihsel gelişimi, kamu hizmeti yayıncılığı ve tecimsel yayıncılık, Türkiye’de radyo ve televizyon yayıncılığının tarihi ve TRT, RTÜK ve RTÜK kanununda yer alan yayın ilkeleri, küresel medya kuruluşları, yöndeşme, hedef kitle, radyo ve televizyonda program türleri, TV’de görüntü estetiği: ışık, aydınlatma, radyo ve televizyonda program öneri formunun hazırlanması, radyo ve televizyon haberciliği, haberin öğeleri ve haber değeri kavramı, haber bültenlerinin görsel özellikleri konularının ele alındığı bir derstir.

**ANTN4209 Spor Gazeteciliği Stajı 1+4 4,0**

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.





**T.C.  
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ  
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



**Antrenörlük Eğitimi Lisans Programı  
Ders İçerikleri**

**ENGELLİLERDE SPOR**

**ANTN3027 Engellilerde Spora Giriş 2+2 2,0**

Engelliler için beden eğitimi ve sporun anlam ve önemi, engel türleri ve sınıflandırılmaları, engellilerde beden eğitimi ve spor uygulamaları, engelliler için beden eğitimi ve sporla ilgili hukuki düzenlemeler.

**ANTN3026 Engellilik ve Sağlık Sorunları 2+0 2,0**

Engel, özür kavramları, engellilik türleri, engellilik sebepleri, engellilikten korunma.

**ANTN3156 Özel Gruplarda Egzersiz 2+0 2,0**

Tıpta ve egzersiz bilimleri alanında fizyolojik veya patolojik nedenlerle ortalama erişkin insan sağlıklılık halinden farklılık gösteren bireylere özel egzersiz planlamanın temel ilkeleri, kronik hastalıklarda egzersiz.

**ANTN3157 Engellilerde Rekreasyon 2+0 2,0**

Engellilik, sınıflandırılması ve rekreasyonun sınıflandırması, işlevi, engelliler ve rekreasyonun önemi, rekreatif etkinlik alanı olan sporun engelliler için önemi, engelliler için rekreasyon programlaması hazırlama, terapi rekreasyonu nedir, sınıflandırılması, terapi rekreasyonu ile ilgili origami çalışması, patates baskı, atla terapi- hipoterapi nedir, aroma terapi nedir, oyun terapisi, bahçe terapisi nedir, sherborne, engellilerdeki rekreasyon faaliyetlerine dünya ve ülkemiz açısından değerlendirilmesi.

**ANTN4193 Engellilerde Bireysel Sporlar 2+2 2,0**

Engelliler için beden eğitimi ve sporun önemi; engel sebepleri, türleri ve sınıflandırılmaları; zihinsel, işitme, görme ve ortopedik engellilerde beden eğitim ve spor öğretimi, beden eğitimi ve sporun engelliler üzerindeki etkileri; engelliler için beden eğitimi ve sporla ilgili hukuki düzenlemeler; engelliler federasyonu: engellilerde bireysel spor branşları, sınıflandırma ve kuralları.

**ANTN4194 Engellilerde Takım Sporları 2+2 2,0**

Engellilerde takım sporunun tarihçesi, gelişimi, kitlelere yayılması, günümüzde engelli takım sporu organizasyonları ve bu organizasyonlardaki spor branşları hakkında genel bir fikir vermek. Engelli takım sporlarında kullanılan araç ve malzemeleri tanıtmak, bunların nasıl kullanıldığı hakkında öğrencileri bilgilendirmek, engelli takım sporlarında sınıflandırmanın neden ve nasıl yapıldığını öğrencilere aktarmak ve özel eğitimde beden eğitimi ve spor uygulamalarının önemini sunmayı hedeflemek.

**ANTN4237 Engellilerde Spor Stajı 1+4 4,0**

Öğrencilerin kurumlarda deneyim kazanmaları; kuramsal bilgilerin pekişmesi, değişik kurumlarda yapılan uygulamaları tanıma; çeşitli meslek grupları ile bir arada çalışma.