



T.C.
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ
SPOR BİLİMLERİ VE TEKNOLOJİSİ YÜKSEKOKULU
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ BÖLÜMÜ
STAJ UYGULAMASI KILAVUZU



2015- 2016

İZMİR

D.E.Ü SPOR BİLİMLERİ VE TEKNOLOJİSİ YÜKSEKOKULU
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ BÖLÜMÜ
STAJ UYGULAMASI DERSİ BİLGİLENDİRME FORMU

Sevgili Öğrenciler,

Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu, Antrenörlük Eğitimi Bölümü Staj uygulaması dersleri, okulumuzda uygulama ve kuramsal boyutta öğrendiğiniz bilgileri meslek alanınıza aktarabilmenizi sağlamakta ve mesleki formasyonun kazanılmasında sizlere önemli katkılar sağlayacaktır. Antrenörlük Stajı dersi gözlem ve uygulama olmak üzere 2 alt bölümü içerir. Gözlem bölümünde, staj danışmanı ile belirlediğiniz bir kurum/spor kulübü/kuruluşta çalışan antrenörün antrenman uygulamalarının gözlenmesi yer alır. Uygulama bölümünde ise, alt yapı organizasyonunda aktif olarak antrenöre yardımcı olmayı veya bir altyapı takımında aktif olarak bireysel ya da takım antrenörlüğünü kapsar. Antrenörlük Stajı uygulaması, staj danışmanı ile ortaklaşa belirlediğiniz bir kurum/spor kulübü/kuruluşun üst yapısında antrenman uygulamaları, antrenman koşulları ve yarışmaya ait gözlem ve değerlendirmeyi içerir.

1. Antrenörlük Stajı güz dönemi dersinde en az 14 antrenman gününü, 56 saati kulüpte uygulamalı olarak, 28 saati ise SBTYO da teorik ders olarak tamamlamanız gerekmektedir. Bu staj dersi alt yapıda a) antrenör ve antrenmanı gözlem b) antrenörlük uygulaması olarak iki alt bölüme ayrılmaktadır.
2. Stajın başlama tarihinden itibaren denetiminizin sağlıklı bir şekilde yapılabilmesi için staj yapacağınız gün, yer ve saatlerini içeren Aylık Çalışma Programı Formunu (Ek.2-1-2-3) doldurarak staj danışmanınıza veriniz ve bu programın dışına çıkmamaya çalışınız. Eğer programda bir değişiklik (gözlem saati ve yeri) söz konusu ise bu durumu en kısa zamanda staj danışmanı ve ders sorumlusuna yazılı olarak iletiniz.
3. Gözlemlerinizi sırasında staj sorumlunuz veya ders sorumlusu tarafından denetlenilmeniz söz konusudur. Bu rasgele denetimlerde yerinizde bulunmamanız durumunda, stajınızın geçersiz sayılacağını lütfen unutmayınız. Antrenörlük Eğitimi Bölümü Staj Ders Dosyası İstenilen Belgeler;

- 1- Stajınızın seçtiğiniz kulüp tarafından kabul edildiğini, başlangıç ve bitiş sürelerini gösteren kulüp müdürü (ya da başkanı) imza ve mühürlü Antrenörlük Stajı Staj Kabul Formu (Ek.1)
- 2- Staj yaptığınız günün, yerin ve saatlerinin yazıldığı aylık Çalışma Programı Formu (Ek.2-1-2-3)

3-Staj yaptığınız Spor Kulübüne ait;

a- Faaliyet alanları (diğer spor branşları, yatırımları vs.)

b- Kendi branşınız ile ilgili tüm seviyelerdeki antrenörler isimleri ve eğitim durumlarını (en az 5 kişi) gösterir şema.

4-Çalıştığınız takım için belirlenen genel ve özel amaç ve hedefler.

5-Çalıştığınız takıma uyguladığınız, uygulanmasını öngördüğünüz ya da staj yaptığınız kulüp tarafından uygulanan "Yıllık Plan" taslağı. (Ek.3)

6-Çalıştığınız takıma uyguladığınız, uygulanmasını öngördüğünüz ya da staj yaptığınız kulüp tarafından uygulanan "Makro Döngü" taslağı. (Ek.4)

7-Çalıştığınız takıma uyguladığınız, uygulanmasını öngördüğünüz ya da staj yaptığınız kulüp tarafından uygulanan "Mikro Döngü" taslağı. (Ek.5)

8-Çalıştığınız takıma uyguladığınız, uygulanmasını öngördüğünüz ya da staj yaptığınız kulüp tarafından uygulanan "antrenman birim" planı. (Ek.6)

9-Beraber çalıştığınız antrenörün sizin 1 yıllık performansınızı Ek.7-1-2-3 deki kriterlere göre değerlendirdiği Staj Uygulaması Değerlendirme Formunun imzalı ve kapalı zarfta bildirimini.

STAJINIZDA BAŞARILAR DİLERİZ.

Yrd.Doç.Dr. Tuğbay İNAN
KOORDİNATÖR

Prof.Dr. Gürbüz BÜYÜKYAZI
AEB BÖLÜM BAŞKANI

EK- 1
DEÜ.SBTYO AEB
STAJ KABUL FORMU

STAJER ÖĞRENCİNİN;

ADI SOYADI :

OKUL NUMARASI :

SINIFI :

STAJ DERSİNİN ADI :
OKUL KODU :
DÖNEMİ :

SPOR DALI :

STAJIN YAPILACAĞI KURUM, KURULUŞ VEYA SPOR KULÜBÜNÜN;

ADI :

ADRESİ :

TEL :

FAX :

STAJ KABULÜNÜ ONAYLAYAN YETKİLİNİN

ADI SOYADI :

GÖREVİ :

TEL :

İMZA :

TARİH :

D.E.Ü Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu Antrenörlük Eğitimi Bölümü
Antrenörlük Stajı
Aylık Çalışma Programı

(Öğrenci tarafından doldurulacak)

Stajyer Öğrencinin Adı ve Soyadı:	
Spor Dalı	
Tarih:	Başlama: ____/____/20 Bitiş: ____/____/20

1. Hafta Çalışma Programı (Çalışma yeri ve saati yazılmalıdır):

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar

2. Hafta Çalışma Programı:

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar

3. Hafta Çalışma Programı:

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar

4. Hafta Çalışma Programı:

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar

5. Hafta Çalışma Programı:

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar

Stajyer Öğrenci: _____

İmzası: _____

NOT: Bir kopyasını Staj sorumlusuna, bir kopyasını da staj danışmanınıza vermeyi unutmayınız.

ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ BÖLÜMÜ
ANTRENÖRLÜK STAJI
Aylık Çalışma Programı

(Öğrenci tarafından doldurulacak)

Stajyer Öğrencinin Adı ve Soyadı:	
Spor Dalı	
Tarih:	Başlama: ____/____/20 Bitiş: ____/____/20

6.Hafta Çalışma Programı (Çalışma yeri ve saati yazılmalıdır):

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar

7.Hafta Çalışma Programı:

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar

8.Hafta Çalışma Programı:

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar

9.Hafta Çalışma Programı:

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar

10.Hafta Çalışma Programı:

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar

Stajyer Öğrenci: _____

İmzası: _____

NOT: Bir kopyasını Staj sorumlusuna, bir kopyasını da staj danışmanınıza vermeyi unutmayınız.

EK- 2-3
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ BÖLÜMÜ
ANTRENÖRLÜK STAJI
Aylık Çalışma Programı

(Öğrenci tarafından doldurulacak)

Stajyer Öğrencinin Adı ve Soyadı:	
Spor Dalı	
Tarih:	Başlama: ____/____/20 Bitiş: ____/____/20

11.Hafta Çalışma Programı (Çalışma yeri ve saati yazılmalıdır):

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar

12.Hafta Çalışma Programı:

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar

13.Hafta Çalışma Programı:

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar

14.Hafta Çalışma Programı:

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar

Stajyer Öğrenci: _____

İmzası: _____

NOT: Bir kopyasını Staj sorumlusuna, bir kopyasını da staj danışmanınıza vermeyi unutmayınız.

D.E.Ü Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu Antrenörlük Eğitimi Bölümü

Antrenman Yılı:

Takım Seviyesi:

		Test ve Ölçümler			Fiziksel Hazırlık		Tekniksel Hazırlık		Taktik
Tarihler	Aylar	Ocak	Şubat	Mart	Nisan	Mayıs	Haziran	Temmuz	Agustos
Yarışmalar Takvimi	Haftalar								
	Yerel								
	Uluslar arası								
	Bölgesel								
Dönemler	Antrenman Evreleri								
	Kuvvet								
	Dayanıklılık								
	Sürat								
	Esneklik								
	Koordinasyon								
	Makro D.								
	Mikro D.								
Testler									
Sağlık Yoklaması									
Doruklar									
Antrenman Etmenleri									
_____ Kapsam									
_____ Şiddet									
_____ Doruklama									
Fiziksel									
Tekniksel									
Taktiksel									
Psikolojik									

EK-4
Dokuz Eylül Üniversitesi Antrenörlük Eğitimi
Bölümü

Staj Dersi-Makro Döngü Taslağı

Makro Döngü Safhası & Numarası:

&

Makro Döngüdeki Toplam Antrenman Sayısı:

Makro Döngü Özel ve Genel Amaçları: _____

Antrenman İçeriği	GÜNLER																														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
Fiziksel Hazırlık																															
Kuvvet																															
Sürat																															
Dayanıklılık																															
Koordinasyon																															
Esneklik																															
Teknik Antrenmanlar																															
Taktik Antrenmanlar																															

EK- 5
D.E.Ü Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu
Antrenörlük Eğitimi Bölümü

Staj Dersi-Mikro Döngü Taslağı

Mikro Döngü Safhası & Numarası: _____ & _____

Mikro Döngüdeki Toplam Antrenman Sayısı: _____

Mikro Döngü Özel ve Genel Amaçları: _____

Antrenman Saati	Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar
Sabah Antrenmanı (/)							
Akşam Antrenmanı (/)							

EK-6
D.E.Ü Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu
Antrenörlük Eğitimi Bölümü

Staj Dersi-Antrenman Birim Plan Taslağı

Antrenman Safhası & Birim No:

Tarih: / /

Yer:

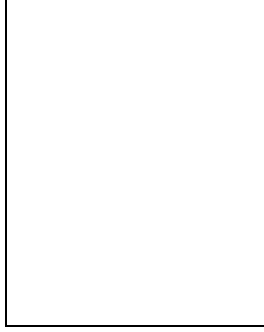
Antrenmanın Süresi:

Antrenman Süresince Kullanılacak Araçlar: _____

Antrenmanın Genel ve Özel Amaçları _____

BÖLÜM	ALİŞTIRMALAR	KAPSAM (SÜRE/TEKRAR)	ŞİDDET	ALİŞTİRMA UYGULAMA FORMATI	ANTRENÖRÜN NOTLARI
GİRİŞ					
ISINMA					
ANA BİRİM					
SOĞUMA					

**D.E.Ü Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu Antrenörlük Eğitimi Bölümü
Staj Uygulamasını Değerlendirme Formu**

Stajer Öğrencinin Adı ve Soyadı :	
Stajer Öğrencinin Okul Numarası :	
Spor Dalı :	
Staj Dersi ve Dönemi :	
Staj Danismanın Adı ve Soyadı :	

Spor Kuruluşunun Adı:
Adres:
Telefon/Faks Numarası:
Sorumlu Antrenörün Adı ve Soyadı :
Başlama Tarihi:
Bitirme Tarihi:

Sorumlu Antrenörün Adı Soyadı ve İmzası

III. Değerlendirme Ölcüitleri

Lütfen stajer öğrencinin staj süresince göstermiş olduğu performansı göz önünde bulundurarak, aşağıdaki değerlendirme ölçeğinde yeralan herbir madde için uygun haneyi işaretleiniz.

	Çok İyi	İyi	Yeterli	Zayıf	Çok Zayıf
Kendine Güven					
İnsiyatif Kullanma					
Yaratıcılıkk					
Antrenmanda Uygun Terminoloji Kullanabilme					
Sorumluluk					
Antrenmana İlgı ve Özen					
Sporcuların Etkin Katılımı için Etkinlik Diizenleyebilme					
Antrenmanda Süreyi Uygun Kullanabilme					
Dış Görünüş					
İletişimde Hassasiyet ve Nezaket					
Liderlik Özellikleri					
Eleştiriye Acık Olma					
İletişimde Ses Tonunu Ayarlayabilme					
Sporcu ile Uyumlu Çalışabilme					
Antrenör ile Uyumlu Çalışabilme					
Antrenmanda Çalışma Alanını Verimli Kullanabilme					
Sporcu ile İletişim Kurabilme					
Görevleri Yürütebilme					
Antrenmanda Uygun Geri-bildirim Verebilme					
Grupla Uyumlu Çalışabilme					
Sporcunun İhtiyaçlarını Anlayabilme					
Karar Verme					
Uygulanan Programları Deęerlendirebilme					
Bagimsız Çalışabilme					
Antrenörün Çalışma Tarzını ve Sorumluluęunu Anlama					
Antrenmana Devam ve Dakiklik					
Mesleki Teknik Bilgi Düzeyi					
Uygulama Standartlarına Uyum					
Talimatları Yerine Getirme					
Kaynakları Etkin Kullanma					

Sorumlu Antrenörün Adı Soyadı ve İmzası

Diğer Düşünceler:

Genel Değerlendirme

Stajer öğrencinin staj süresince ortaya koyduğu performansa ait gözlemlerinizi ve yukarıdaki değerlendirme ölçeğinde belirtilen niteliklere ilişkin değerlendirmelerinizi göz önüne aldığınızda, stajer öğrenciye 100 üzerinden verebileceğiniz puanın üstündeki bölümleri verilen ölçek üzerinde işaretleyiniz.

Devamsız	0-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-84	85-89	90-100
----------	------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	--------

Stajer Öğrencinin Notu:

**Sorumlu Antrenörün
Adı Soyadı ve imzası**

NOT: Lütfen her bir sayfayı parafleyerek kapalı ve öğrenci tarafından görülmeyecek bir biçimde göndermeyi unutmayınız.

