

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ - SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ																		
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ																		
DERS İZLENESİ																		
Ders Kodu: ANT357	Ders Adı: Uzmanlık Alan Eğitimi III (Hentbol)									Dersin Statüsü: Zorunlu			Kredi: 3		AKTS: 5			
Ders Dili: Türkçe	Dersin Türü: Yüzyüze					Ön Koşul: Yok		Yıl: 3			Dönem: 5			Devam: %70				
Haftalık Ders Saatleri	Sınıf saati			Laboratuvar		Uygulama		Öğrenme Oturumları										
	2			0		2		*PÇ		*BP		*D		*Ö				
								0		0		0		0				
Dersin Öğrenme Kazanımları (Çıktıları)	Bu dersi tamamladıklarında öğrenciler,																	
	► ÖK1	Hentbolda ileri düzey teknik becerileri (şut tipleri, savunma hamleleri, özel pas teknikleri) uygular.																
	► ÖK2	Bireysel ve takım taktiklerini (hızlı hücum, set hücumu, 6-0, 5-1, 3-2-1 savunma) analiz eder ve uygular.																
	► ÖK3	Hentbol performansını değerlendirmek için ölçme araçlarını (atış hızı, çeviklik testi, kuvvet testleri, video analizi) kullanır.																
	► ÖK4	Performans analiz sonuçlarına dayalı gelişim planı oluşturur.																
	► ÖK5	Oyun içi karar verme süreçlerinde problem çözme, hızlı düşünme ve uygun taktik seçimi becerisi geliştirir.																
	► ÖK6	Video analizi ve dijital antrenman araçlarını kullanarak takım performansını değerlendirir.																
	► ÖK7	Hentbol antrenmanlarında sporcu güvenliği, risk yönetimi ve uygun yüklenme prensiplerini uygular.																
Öğrenme Kazanımının Program Yeterlilikleri ile İlişkisi		PY 1	PY 2	PY 3	PY 4	PY 5	PY 6	PY 7	PY 8	PY 9	PY 10	PY 11	PY 12	PY 13	PY 14	PY 15		
	ÖK 1	5	4	5	3	3	2	3	3	5	3	1	1	2	3	4		
	ÖK 2	4	4	5	2	3	2	3	3	5	4	1	1	3	4	4		
	ÖK 3	3	3	4	3	2	2	4	3	4	3	2	3	2	3	3		
	ÖK 4	3	4	4	2	3	2	5	4	3	3	2	2	3	3	4		
	ÖK 5	3	4	3	2	4	2	3	3	4	3	1	1	3	3	3		
	ÖK 6	2	2	3	3	2	3	4	3	3	2	2	4	3	2	3		
	ÖK 7	3	3	3	2	2	1	3	3	3	3	1	1	3	3	4		
	Katkı Düzeyi				1: Yok			2: Zayıf			3: Orta			4: İyi			5: Çok iyi	
Ders Tanımı	Bu ders, hentbol sporunda ileri düzey teknik, taktik ve performans bileşenlerinin öğretimini kapsar. Öğrencilerin oyun analizi yapabilmesi, performans geliştirme planı hazırlayabilmesi ve hentbol antrenörlüğünde modern yaklaşım ve uygulamaları kullanabilmesi amaçlanır. Ders, bireysel ve takım taktiklerinin derinlemesine incelenmesi, performans ölçüm teknikleri ve oyun içi karar verme süreçlerinin geliştirilmesine odaklanır.																	
Dersin Amaçları	Bu dersin amacı, öğrencilerin hentbolda ileri seviye teknik ve taktik bilgileri uygulayabilmesini, performans analiz verilerini kullanarak antrenman planlayabilmesini ve çağdaş hentbol antrenörlüğü uygulamalarını profesyonel düzeyde yürütmesini sağlamaktır.																	
Ders Kitabı / Kaynaklar	1	IHF Coaching Manual – Level 2 & 3																
	2	M. Ç. Sevim – Hentbol Teknik ve Taktik Öğretimi																
	3	Taha Aydın – Hentbolda Antrenman Bilgisi																
	4	Hentbol Federasyonu teknik gelişim modülleri																
	5	Video analiz platformları (Hudl, Dartfish)																
	6	Güncel bilimsel makaleler																
Dersin Öğretim Yöntemleri	Dersin Öğretim Yöntemleri, öğrencilerin hentbolda ileri düzey teknik ve taktik becerilerini geliştirmeyi hedefleyen çok yönlü bir öğretim yaklaşımıyla yürütülür. Derste öncelikle öğretici oturumlar kullanılarak temel kavramlar, oyun modellemeleri ve teknik-taktik yapılandırılmalar açıklanır. Ardından saha uygulamalarında öğrencilerin bu becerileri gerçek oyun ve antrenman ortamında deneyimlemeleri sağlanır. Problem çözme oturumları, oyun içi karar verme süreçlerini geliştirmek amacıyla senaryo temelli analizlerle desteklenir. Bilgi pekiştirici oturumlarda video analiz çalışmaları, bireysel tekrarlar ve teknik-taktik incelemelerle öğrenme süreçleri güçlendirilir. Düzeltici oturumlar ise öğrencilerin bireysel hatalarını belirlemek, performanslarını geliştirmek ve doğru uygulamayı pekiştirmek için kullanılır. Süreç boyunca performans ölçme araçları, antrenman yüklenmesi ve sporcu güvenliği uygulamaları da dersin ayrılmaz bir parçası olarak değerlendirilir. Bu bütüncül yöntem sayesinde öğrencilerin hem teorik bilgiyi hem de sahadaki uygulama becerisini üst düzeyde geliştirmesi amaçlanır.																	
Ders İçeriği	Bu ders, hentbolda ileri düzey teknik, taktik ve performans analiz becerilerini geliştirmeye yönelik kapsamlı bir uygulama programı sunar. İçerikte farklı şut teknikleri, pas ve top kontrolünde ileri uygulamalar, hızlı hücum–geçiş oyunları ve set hücumu çözümleri ele alınır. Savunma sistemleri (6–0, 5–1, 3–2–1) detaylı biçimde incelenir ve oyun içi taktik uyum çalışmaları yapılır. Kaleci teknikleri, takım savunmasıyla koordinasyon içinde uygulanarak geliştirilir. Performans ölçme araçları (atış hızı, çeviklik testleri, kuvvet testleri, video analiz) kullanılarak bireysel ve takım performansları değerlendirilir. Oyun analizi oturumlarında karar verme süreçleri, taktik seçimi ve problem çözme becerileri geliştirilir. Ayrıca periyotlama ilkeleri, yüklenme modelleri, sporcu güvenliği ve risk yönetimi konuları teorik ve uygulamalı olarak işlenir. Ders, sezon modellemesi, performans planlaması ve proje sunumları ile tamamlanır.																	
Haftalık İşlenecek Konular	Hafta	Konu										Etkinlikler		Kaynak				
	1	Derse giriş, kazanımların açıklanması										Anlatım, sunum		1, 2				
	2	İleri teknik beceriler I: Şut teknikleri										Gösterip yaptırma, uygulama		1, 2				
	3	İleri teknik beceriler II: Pas & top kontrolü										İstasyon çalışması, uygulama		1, 2				
	4	Savunma sistemleri: 6-0, 5-1										Taktik tahta çalışması, saha uygulaması		1, 3				
	5	Hızlı hücum ve geçiş oyunu										Küçük oyunlar, uygulamalı analiz		1, 2				
	6	Set hücumu çözümleri										Video destekli anlatım, uygulama		1, 5				
	7	Kaleci teknikleri ve savunma uyumu										Rol oynama, uygulama		2, 3				
	8	Ara Sınav / Proje Teslimi										Uygulama değerlendirmesi		1				
	9	Performans ölçme araçları										Test uygulaması, veri yorumlama		5, 6				
	10	Oyun analizi I										Video analizi, grup çalışması		5				
	11	Oyun analizi II										Karşılaştırmalı analiz		5, 6				
	12	Taktiksel karar verme										Senaryo çözümü, tartışma		1, 4				
	13	Periyotlama ilkeleri										Antrenman planı hazırlama		2, 3				
	14	Sporcu güvenliği ve risk yönetimi										Vaka analizi, tartışma		4, 6				
	15	Genel tekrar + Proje sunumları										Öğrenci sunumları, geri bildirim		1–6				
	16	Final Sınavı										Uygulama sınavı		1				
Değerlendirme Kriterleri	Yöntem								Katkısı %	Kaynak		Ölçülen Öğrenme Kazanımları (Çıktıları)						
	1	Dönem içi performans değerlendirmesi (uygulama)							30	1, 2, 3		ÖK1, ÖK2, ÖK5, ÖK7						
	2	Hentbol teknik–taktik uygulama gözlemi							20	1, 2, 4		ÖK1, ÖK2, ÖK5						
	3	Proje / Ödev (Hentbol analiz raporu)							20	1, 5, 6		ÖK3, ÖK4, ÖK6						
	4	Ders içi etkinliklere katılım ve uygulama becerisi							10	1, 2		ÖK1, ÖK2						
	5	Final Uygulama Sınavı							20	1, 2, 3		ÖK1, ÖK2, ÖK5, ÖK7						
Yapay Zeka Kullanım Sınırlılıkları	*	Yapay zekâ araçları yalnızca öğrenmeyi desteklemek amacıyla kullanılabilir.																
	*	Ödev, rapor ve projelerde yapay zekâdan alınan metinler doğrudan kopyalanamaz.																
	*	Yapay zekâdan yararlanıldığında, kullanılan araç ve katkı düzeyi belirtilmelidir.																
	*	Üretilen içeriklerin doğruluğu, etik uygunluğu ve kaynak gösterimi öğrencinin sorumluluğundadır.																
	*	Akademik dürüstlük ilkeleri gereği, yapay zekâ kullanımı sınav ve değerlendirme süreçlerinde yasaktır.																
Öğrenme Programı																		
Eğitim Aracı													Miktar	Öğrenci İş Yükü (Saat)				
Teorik Derslere Katılım													14	3	42			
Ders Öncesi Bireysel Hazırlık													14	2	28			
Uygulama / Saha Çalışmaları (Hentbol teknik–taktik uygulamaları)													10	3	30			
Video Analizi – Maç / Antrenman Çözümlemesi													10	2	20			
Proje / Performans Görevi													1	10	10			
Vize yerine: Uygulama Değerlendirmesi (Performans Analizi) Hazırlık													1	8	8			
Vize yerine: Uygulama Değerlendirmesi (Performans Analizi)													1	1	1			
Final Sınavı / Performans Sunumu Hazırlık													1	10	10			
Final Sınavı / Performans Sunumu													1	1	1			
Toplam İş Yükü:						150			Öngörülen AKTS Kredisi (Toplam İş Yükü / 30) :				5	Yaklaşık:	5			
*Etdinlikler için: PÇ: Problem Çözme Oturumları BP: Bilgi Pekiştirici Oturumlar D: Düzeltici Oturumlar Ö: Öğretici Oturumlar																		