

SPORDA YETENEK SEÇİMİ VE İLKELERİ



DOÇ.DR. FATİH KIYICI
www.fatihkiyici.com

GİRİŞ

- Her spor branşında, üst düzeyde, yüksek sportif güce ve başarıya ulaşmak için, yetenekli sporcuların zamanında ve doğru biçimde seçilerek uzun süreli ve sistematik bir çalışmaya girmeleri zorunludur.
- Her spor dalında, antrenmanlara başlama yaşı, ilk başarılar, optimal ve en yüksek başarı yaşları birçok araştırmayla ortaya konmuştur. Bu nedenle, sporda yeteneklerin erken ve doğru seçimi, sürekli ve yüksek sportif verimlilik için büyük önem taşır.



TERİMLER ve ANLAMI

Yetenek: Bir kişinin bir işe hazır olma ve bilgisini etkili kullanabilme gücüdür.

“Yetenekli Sporcu”; belli bir branşa yöneltilmiş, normal değer ölçülerinin üzerinde, ancak henüz tam olgunlaşmamış ve gelişmeye uygun yatkınlığı ifade etmektedir.

“Sporsal Yetenek” kavramı ise; kalıtımsal yada sonradan kazanılmış davranış koşulları nedeniyle sporsal verimler için özel ya da üst düzeyde yatkınlığa sahip olduğu düşünülen bireyleri kapsar.



TERİMLER ve ANLAMI

Genel Motorsal Yetenek:

Çocuklarda hareketin kolay, çabuk, güvenli öğrenilmesi ve geniş bir hareket repertuarına sahip olmak.

Spor Türüne Özgü Yetenek: Çocuğun belli bir spor türünde üst düzey performans göstermek için gerekli olan fiziksel ve psikolojik özelliklere sahip olmak.

- **Spor Psikolojisi Açısından Yetenek:** Sporcunun kişilik özellikleri, isteklendirme şekli ve düzeyi ve psikomotor becerilerinin performans sporuna uygunluğudur

YETENEK SEÇİMİNİN AMACI

- Yetenek belirlenmesinin temel amacı **seçilen spor dalına uygun çok sayıda sporcuların belirlenmesi**, Çocukların mümkün olabilecek en erken yaşta, başarılı olabilecekleri dala yönlendirmek üzere gruplandırılmasıdır
- **Bilinçli ve amaca yönelik** antrenmanların organizasyonu ile spora yatkınlık ve yeteneklilerin seçileceği ortamı hazırlamaktır.

- Çocuk ve gençlerin **bir spor dalına yatkınlıkları ve yetenekleri, genel ve özel anlamda**, o spor dalının antrenman uygulamaları içinde belirlenir.
- Bu ilkeden hareketle, her spor dalı için çok sayıda düzenli antrenman grubu organize edilmelidir.



- **Yetenek Arama;** genel bir eğitime yada spor dalına özgü çocuk ve gençlik antrenmanına başlamaya hazır olan yeterince fazla sayıda çocuk yada gencin bulunması sürecidir.
- **Yetenek Seçme ise;** yüksek verim sporuna yönelik antrenmanın daha ileri aşamasına geçmeleri uygun görülenlerin bulunmasıdır. Belirlenen spor dalı için en başarılı olabileceklerin, diğerlerinden ayırt edilmesi işlemidir.

Bu süreç uzun sürelidir;

Antrenman hedefleri, içerikleri göz önüne alınarak ve çeşitli zamanlarda, testlerle, tekrarlanarak alınması gereken karardır.

YETENEK SEÇİMİNİN YARARLARI

1. Kişilerin kısa zamanda istenilen **yüksek performansa** ulaşmasını sağlar.
2. Üstün yetenekli sporcularla çalışan **antrenörün çalışma şevki ve isteği** artar.
3. Sporcunun **kendine güveni** artar.
4. Sporcular sürekli kontrol altında oldukları için **istenmeyen yöndeki gelişmelere** karşı hemen önlem alınabilir.
5. Çocuklar kendilerinin fiziksel ve psikolojik özelliklerine **en uygun branşa** seçildiklerinden daha fazla **hoşnut** olurlar.
6. **Yetenekli sporcuların yarışma kariyerleri sona erdikten sonra mesleki eğitimden geçirilerek o alandaki kaliteli antrenör sayısının artması** sağlanır.

YETENEKLİ SPORCULARIN ÖZELLİKLERİ-1

Bir sporcunun yetenekli olup olmadığının belirlenmesinde en büyük sorun **ön tanıyı** yapabilmektir. Yetenekli bir sporcu daha az yetenekli bir sporcudan şu özellikleri ile ayrılır.

1. Antrenmanda daha başarılıdır.
2. Aynı kapsam ve büyüklükteki antrenman uyarılarında daha büyük başarı elde eder.
3. Antrenmanda verilen yeni uyarılara daha çabuk uyum sağlar.
4. Daha önceden edindiği tecrübeleri yaratıcı bir şekilde geliştirir ve sorunları orijinal bir biçimde çözer

YETENEKLİ SPORCULARIN ÖZELLİKLERİ-2

5. Performansının gittikçe yükselmesi onun tipik özelliğidir.
6. Yetenekli sporcu çalışkan ve hırslıdır. Sistematik bir şekilde çalışır.
7. Stres altındayken bile doğru değerlendirme yapabilir.
8. Riski göze alabilir.
9. Kendine verilen zor görevleri başarıyla yerine getirir, sorunları kendi yöntemleriyle çözer.
10. Başarısızlıklar karşısında gücünü kaybetmez. Bunu bir motivasyon gerekçesi yapar.

YETENEK SEÇİMİ İÇİN ÖN ŞARTLAR-1

Yetenek seçiminde sporcunun **özel biyolojik** özellikleri kadar **psikolojik** özellikleri de dikkate alınır.

Bu özelliklere geçmeden önce yetenek seçimini etkileyen **genel şartları** sıralamakta fayda vardır. Bunlar;

SAĞLIK: Antrenman yapan herkes için şarttır. Bunun için kulübe seçilen her sporcunun sağlık raporu vardır. Kontrol sırasında doktorlar ve test uzmanları kişilerin fiziksel ve organik işlevlerini yerine getirebildiklerini ya da getiremediklerini kontrol eder. **Dinamik sporlarda** (basketbol, yüzme, hokey, vb.) aksaklığı olan kişiler dikkate alınmaz. Fakat **statik spor** yapan sporculara (atıcılık, bowling, vb.) daha esnek davranılır. Bu açıdan bakıldığında fonksiyonel ayrımların sınırlayıcı rol oynadığı görülebilir.

YETENEK SEÇİMİ İÇİN ÖN ŞARTLAR-2

BİYOMETRİK KALİTE: Kişinin biyometrik nitelikleri ya da **vücut ölçüleri** pek çok spor dalı için önemi bir faktördür ve bu nedenle yetenek tanımlaması ile ilgili ana ölçülerden biri olarak kabul edilmelidir. Çoğunlukla **boy, kilo ya da kol, bacak uzunluğu**, belli spor dallarında baskın rol oynar. Ne yazık ki bazı spor dalları (**jimnastik, artistik patinaj, yüzme, vb.**) için 4- 6 yaş arasında yapılan yetenek tanımlamasının ilk etaplarında kişinin vücut gelişiminin nasıl ve ne kadar olabileceğinin tahmin edilmesi oldukça zordur.

KALITIM: Fiziksel eğitimde önemli bir rol oynar. Eğitim, antrenmanlar ve kondisyon çalışmalarıyla biraz değişse de **çocuklar anne ve babalarının biyolojik ve psikolojik özelliklerini** alma eğilimindedirler.

YETENEK SEÇİMİ İÇİN ÖN ŞARTLAR-3

KAS LİFLERİNİN DAĞILIMI

İnsanlardaki kırmızı ve beyaz liflerin oranı genetik olarak belirleyici görülmektedir. Aynı şekilde bu liflerin metabolizma fonksiyonları değişiklik göstermektedir. **Kırmızı ya da yavaş kasılan lifler** daha fazla miyogloblin taşırlar. (Çalışan hücreye kan tarafından taşınan oksijen depoları) Bu nedenle biyokimyasal açıdan **aerobik** çalışmalar için daha donanımlıdırlar.

Öte yandan **beyaz ya da hızlı kasılan liflerde** daha fazla glikojen bulunmaktadır. Ayrıca kısa ve yoğun tip **anaerobik** egzersizlere daha uygundurlar. **Kas liflerinin oranı değiştirilemez.** Ancak yoğun ve özel fiziksel eğitim kas liflerinin yeteneklerini artırıp biyokimyasal yapıları değiştirebilir.

YETENEK SEÇİMİ İÇİN ÖN ŞARTLAR-4

SPOR İMKÂN LARI VE İKLİM:

Sporcuların seçildiği spor dallarında kısıtlayıcı bir rol oynar. Bu nedenle kişinin nitelikleri göz önünde bulundurulmalıdır. Bazı spor dallarında (su sporları, kano, rafting, vb.) doğal olanaklar uygun değilse başka bir spor dalını yapmasının daha iyi olabileceği düşünölmelidir.

UZMANLARIN VARLIĞI:

Yetenek tanımlamasının başvurulduğu yerde bulunan antrenörün bilgi düzeyi de aday seçimlerinde kısıtlayıcı rol oynamaktadır. Yetenek tanımlaması için ne kadar çok sayıda ve ne kadar karmaşık, bilimsel yöntem kullanılırsa o spor dalı için sıra dışı üstün yetenekleri orta- ya çıkarma şansı o kadar çok olur.

YETENEK SEÇİMİ İÇİN ÖN ŞARTLAR

Sporcu seçiminde ve gelişiminde, aşağıdaki ön şartların, her spor dalına özgü biçimde belirlenmesi ve belirlenen bulguların ışığında gerekli çalışmaların yapılması gerekmektedir. Bunlar:

- **Antropometrik Ön Şartlar:** Sporcunun; boyu, kilosu, vücut yapısı, vücudunun ağırlık merkezi vb. özellikleri
- **Kondisyonel Ön Şartlar:** Sporcunun; genel ve özel dayanıklılığı, statik ve dinamik kuvveti, sürat, reaksiyon yeteneği, beceri ve hareketlilik gibi özellikleri.

YETENEK SEÇİMİ İÇİN ÖN ŞARTLAR

Tekno-motorik özellikler: Sporcunun; denge yeteneği, yer mesafe ve tempo hissi, topa yatkınlığı, ritmik ve akıcılık gibi özellikleri.

Öğrenim yeteneği: Sporcunun algılama, gözlem ve analiz etme özellikleri

Performans için ön şartlar: Sporcunun, yüklenmelere dayanabilme özelliği, antrenman isteği, başarıya ulaşma arzusu gibi özellikleri

YETENEK SEÇİMİ İÇİN ÖN ŞARTLAR

Zihinsel (Kognitif) Yetenekler: Dikkat, motorik akılcılık (oyun anlayışı), yaratıcılık, inisiyatif kullanabilme yeteneği, taktik yetenek gibi özellikler.

Sosyal Faktörler: Liderlik, sorumluluk taşıma, takım anlayışı gibi özellikler

Psikolojik Ön Şartlar: Sağlam psikolojik yapı, müsabakaya hazır olma, strese dayanabilme, zoru başarma isteği gibi özellikler.

YETENEK SEÇİMİN ÜLKELERE KATKISI NEDİR?

Özellikle Batı Dünyası ve Doğu Avrupa Ülkesi yetenekli sporcuları seçmek için özel yöntemler geliştirme arayışına girmiştir.

Çünkü;

SPORDA ULUSLAR ARASI BAŞARI SAYESİNDE

- ❖ Kendini Tanıtma
- ❖ Prestij Kazanma
- ❖ Politik Gelişim
- ❖ Ekonomik Gelişim Sağlamakta

Hirata; 1976 Olimpiyatlarında madalya sahibi sporcuların %80'inin yetenek seçimi programlarıyla hazırlandığı saptanmıştır ve araştırmaya takiben

“En yetenekli gençlerini bulup sporda yönlendiremeyen ülkeler, uluslar arası başarıdan her zaman yoksun olacaklardır”

demmiştir.

YETENEK SEÇİM TÜRLERİ

1. Doğal Seçim

- Sporcunun yerel etkilerin (okul, ailelerin istekleri çevrenin etkisi v.b), yaklaşımların sonucu olarak bir spora yönelme durumudur.
- Bu nedenle bireyin verim gelişiminin, çoğunlukla ideal spor seçiminin yanlış olmasından dolayı, çok yavaş olduğu görülür.



Bir rnek!!!

Murat, her zaman olduğu gibi kimsesiz ve soğuk bir güne başlıyordu. Günlerin her biri onun için aynıydı.

Elindeki kağıt mendilleri satıp kendisine yiyecek bir şeyler alabilirse mutlu oluyor, hep zgn olan kara gözlerinde biraz mutluluğun pırlıtları görülüyordu.

...

Antrenör Emir, yıl sonu maçlarında iyi bir derece yapmak için var gücü ile takımını çalıştırıyordu. Sakatlanan Emre' nin yerine iyi bir oyuncuya ihtiyaı vardı.

...

YETENEK SEÇİM TÜRLERİ

2. Bilimsel Seçim

- Spor bilim adamlarının yardımıyla yapılan bilimsel testlerle, yetenekli kişilerin kendilerine en uygun spor dalına yöneltilmesini sağlar.
- Bilimsel seçim yönteminde, antrenör özel bir spor alanında doğuştan yeteneğe sahip olduklarını kanıtlamış olan, gelecek sunan gençleri değerlendirmektedir.



BAZI BRANŐLAR İÇİN ARANAN ÖZELLİKLER

● KAYAK

- ❖ Yiğitlilik, yüreklilik, cesaret
- ❖ Tepki Süresi
- ❖ Eşuyum (koordinasyon)
- ❖ Yüksek Anaerobik Güç

● BASKETBOL

- ❖ Uzun Boy, Uzun Kollar
- ❖ Yüksek Anaerobik Güç
- ❖ Yüksek Aerobik Kapasite
- ❖ Koordinasyon
- ❖ Yorgunluk ve strese Karşı Dayanıklılık
- ❖ Taktiksel Yapı ve İşbirlikçi Yapı

● BOKS

- ❖ Yoğunlaşma Düzeyi ve Süresi
- ❖ Yiğitlik Yüreklilik, Cesaret
- ❖ Tepki Süresi
- ❖ Eşuyum, Taktiksel Zeka
- ❖ Yüksek Aerobik Kapasite
- ❖ Yüksek Anaerobik Güç

● KAYAKLI ATLAMA

- ❖ Vestibular Denge (İç Kulak)
- ❖ Yiğitlik, Yüreklilik, Cesaret
- ❖ Koordinasyon
- ❖ Yüksek Yoğunlaşma Düzeyi ve Süresi
- ❖ Stresle Başa Çıkabilme

SPORTİF OYUNLARDA YETENEK SEÇİMİ VE İLKELERİ



SPORTİF OYUNLARDA YETENEK SEÇİMİ VE İLKELERİ

- Sportif oyunlarda, yetenek seçimi için, daha önce genel ilkelerin ışığında oluşturulacak olan geniş kapsamlı bir planlama ve organizasyon gerekmektedir.
- Sportif oyunlarda, yetenek seçiminin temel ilkelerini belirleyebilmemiz için, aşağıdaki sorulara cevap bulmak gerekecektir.



SPORTİF OYUNLARDA YETENEK SEÇİMİ VE İLKELERİ

1. Yetenek seçimi hangi yaşta başlamalıdır?
2. Yetenek seçimi hangi kriterlere göre yapılmalıdır?
3. Nasıl bir organizasyon modeli oluşturulmalıdır?
4. Yaş grupları için nasıl bir çalışma programı uygulanmalıdır?
5. Okulu, kulüp, bölge ve federasyon iş birliği nasıl olmalıdır?

SPORTİF OYUNLARDA YETENEK SEÇİMİ VE İLKELERİ

6. Yetenekli çocuklar kendi **verimliliklerini** hangi kriterlere göre kontrol etmelidirler?

7. Yetenekli sporcuların **antrenman motivasyonu** nasıl sağlanmalıdır?

8. Yetenekli sporculardan her gelişim seviyesinde **hangi seçim kriterleri** aranmalıdır?

Yukarıdaki soruların cevapları, bize yetenek seçimi konusunda sürekli bir gelişimi mümkün kılacaktır.

SPORTİF OYUNLARDA YETENEK SEÇİMİ VE İLKELERİ

- Sportif oyunlarda, yapılacak planlama iki temel noktayı kapsamalıdır.

1. Uzun Süreli Amaçlar: Bu bölümde, uzun süreli bir planlama içerisinde, okul, kulüp ve ülke içerisinde yapılacak genel yetenek seçimi ve gelişiminin nasıl olması gerektiği konusunda çerçeve program ve organizasyonları hazırlanır.

2. Kısa Süreli Amaçlar: Yetenek seçimi kriterleri üç yetenek gelişimi için bir **model** oluşturulur.

SPORTİF OYUNLARDA YETENEK SEÇİMİ VE İLKELERİ

Sportif oyunlar ile yetenekli sporcu seçimini üç temel kriterden hareket ederek belirlenir:

- a) Kondisyonel alan (motorik spor testleri)
- b) Teknik-Taktik alan (antrenman ve müsabaka gözlemleri)
- c) Sosyo-psikolojik alan (genel ve branşa yönelik anket formları)

SPORTİF OYUNLARDA YETENEK SEÇİMİ VE İLKELERİ

Sporcu seçimi ve sporcuların belli branşlara yönlendirilebilmesi için;

- ✓ her spor dalında antrenmanlara başlama yaşının saptanması
- ✓ uygun yaştaki çocuk ve gençlerin spor alanına aktarılması

gerekmektedir.

Bu üç aşamada gerçekleşmektedir.



1. Aşama-1

Yapılan spor dalının başlama yaşına uygun çocuklar ve gençler için antrenman şartları hazırlanır.

- İlk yetenek seçiminin temel kaynağı;
✓ okul öncesi ve okuldaki beden eğitimi dersleri
✓ okul dışı spor faaliyetleridir.

Bu nedenle öncelikle okul çocukları için düzenli ve çok sayıda antrenman imkanları yaratılmalıdır.



1. Aşama-2

- Bu gençlerin seçiminde, başlangıçta **belli bir spor dalına yönelik özel performans aranmaz, genel spor yeteneği** değerlendirilir.
- Daha sonra, antrenmanlarla yaptığı spor dalına uygun olup olmadığı saptanmaya çalışılır. Bu antrenman süreci içinde belirlenir.
- Spora başlayan çocuğun, uygulayacağı spor dalına yatkınlığı için belli zaman dilimleri içerisinde **ön, ara ve son seçim** yapılır.

2. Aşama

- Bu bölümde çalışmalar, okul faaliyetlerinin yanı sıra, **düzenli gelişim antrenmanlarıyla** yürütülür.
- Belli oranda performansa yönelik antrenmana katılan sporcunun;
 - ✓ Seçmiş olduğu spor dalında, **üst düzey performansı için gerekli verimlilik parametrelerine** sahip olup olmadığı saptanır.
 - ✓ Performansını **ne kadar hızlı ve etkili yükseltebilme** yeteneği ve gücü belirlenir. Yetenekli sporcu daha az yeteneklilere göre, performansını daha çabuk ve belirgin biçimde yükseltir, teknik hareketleri daha çabuk öğrenir ve geliştirir. Taktik anlayışı daha iyidir.
 - ✓ Yüksek sportif verimlilik için, gerekli alt yapıya sahip olup olmadığı saptanır.

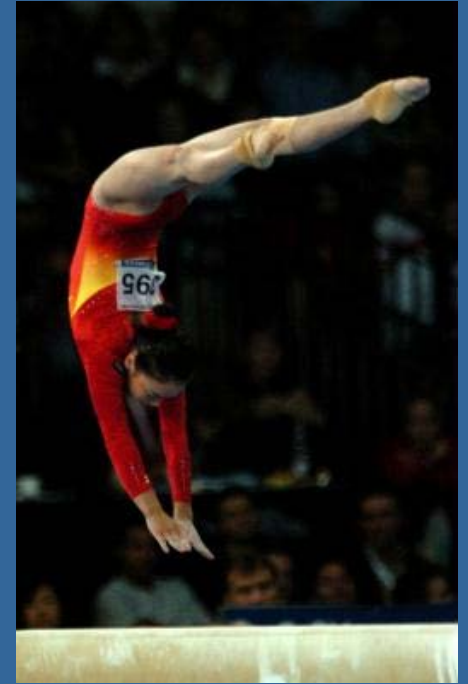
3. Aşama

- Üst düzey antrenmanları için seçimler yapılır.
- En önemli seçim kriteri, **sporçunun müsabakalarda ortaya koyduğu performanstır.**
- Motorik güç özellikleri, vücut tipi, teknik, taktik ve psikolojik, sosyal davranışlar performansı etkileyen faktörlerdir.



Açıklanmaya çalışılan her üç aşama, uzun süreli bir antrenman süreci içerisinde, birbirinin ön şartı olacak şekilde düzenlenmeli ve gerekli tedbirler alınmalıdır.

Özetle; sporda, yetenek seçimi ve bu yeteneklerin gelişimi, **her spor dalı için süreli ve iyi planlanmış bir organizasyonu, bilimsel bulgulara dayalı bir çalışmayı** gerektirmektedir.



Sporda seçim ve eğitim süreci modeli (Hofmann/Schneider 1985)



SPOR DALLARINA GÖRE SPORA BAŞLAMA VE BRANŞLAŞMA YAŞLARI

SPOR DALI	SPORA BAŞLAMA YAŞI	BRANŞLAŞMA YAŞI
ATLETİZM	10-12	13-14
BASKETBOL	7-8	10-12
BOKS	13-14	15-16
BİSİKLET	14-15	16-17
DALIŞ	6-7	8-10
ESKRİM	7-8	10-12
ARTİSTİK CİMNASTİK	5-6	8-10
CİMNASTİK (BAYAN)	6-7	10-11
CİMNASTİK (ERKEK)	6-7	12-14
KÜREK	12-14	16-18
KAYAK	6-7	10-11
FUTBOL	10-12	11-13
YÜZME	3-7	10-12
RAKET SPORLARI	6-8	12-14
VOLEYBOL	11-12	14-15
HALTER	11-13	15-16
GÜREŞ	13-14	15-16

BİRİNCİ AŞAMADA UYGULANACAK ALAN TESTLERİ

- Dikey Sıçrama Testi
- 30 m Sürat Testi
- Oturarak Sağlık Topu Atma
- Ayakta Sağlık Topu Atma
- Cooper Testi
- Mekik Koşusu

7-14 YAŞ ARASI ERKEK ÇOCUKLARDA BAZI MOTORİK TEST PERFORMANS NORMLARI

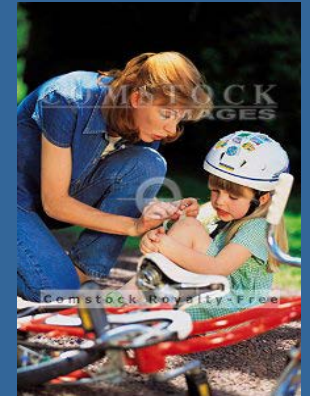
TEST	BAŞLANGIÇ DÜZEYİ	YAŞ							
		7	8	9	10	11	12	13	14
50 m Koşu (sn)	Yüksek	9,3	8,2	7,9	7,7	7,1	6,8	6,5	6,3
	Orta	10,3	9,2	8,8	8,6	8,0	7,7	7,4	7,2
	Düşük	11,3	10,2	9,8	9,6	9,0	8,7	8,4	8,2
12dk. Koşu (m)	Yüksek	2450	2648	2818	2865	2969	3044	3135	3257
	Orta	2098	2295	2466	2513	2617	2692	2783	2857
	Düşük	1746	1943	2114	2161	2265	2340	2431	2552
Durarak Uzun Atlama	Yüksek	169	185	195	204	208	214	223	233
	Orta	147	163	173	182	186	192	201	211
	Düşük	126	141	151	160	164	170	179	189

7-14 YAŞ ARASI KIZ ÇOCUKLARDA BAZI MOTORİK TEST PERFORMANS NORMLARI

TEST	BAŞLANGIÇ DÜZEYİ	YAŞ							
		7	8	9	10	11	12	13	14
50 m Koşu (sn)	Yüksek	9,4	8,5	8,2	7,9	7,2	6,9	6,7	6,6
	Orta	10,5	9,6	9,3	9,0	8,3	8,0	7,8	7,7
	Düşük	11,6	10,6	10,3	10,1	9,4	9,0	8,9	8,8
12dk. Koşu (m)	Yüksek	2158	2297	2508	2407	2600	2666	2615	2671
	Orta	1848	1988	2199	2177	2290	2357	2305	2362
	Düşük	1538	1678	1890	1867	1980	2047	1995	2052

YETENEKLERİN EĞİTİMİNDE SORUMLULUK ÜSTLENENLER

- Antrenörler,
- Öğretmenler,
- Hakemler,
- Ebeveynler,



YETENEKLERİN EĞİTİMİNDE SORUMLULUK ÜSTLENENLER

- Aile fertleri
- Beden Eğitimi Öğretmenleri
- Antrenörler

Kurumlar;

- Eğitim Kurumları
- Kulüpler
- Federasyonlar

Aile fertleri

Anne ve babalar öncelikle çocuklarını iyi tanımalı, onları ilgi ve yetenekleri doğrultusunda yönlendirmelidirler. Bu konuda kendi tutku ve arzularına göre değerlendirme yapmamalıdır.

Çocuklarındaki güven duygusunu pekiştirmek üzere onları yapıcı ve faal kılabacak bir ortam hazırlamalıdır. Ancak bu ortamı hazırlarken verecekleri görevin, çocuğun yetenek ve kapasitesini aşmamasına özen göstermelidirler.

Gelişimin normal yüzlerini, zorlu dönemlerini bilmeli, davranışlarını ona göre düzenlemelidirler.

Her çocuğun kendine özgü niteliklerle donanmış, ayrı bir birey olduğunu düşünürsek, diğer çocuklarla ve kardeşleriyle kıyaslama yoluna gitmemelidirler. Özellikle disiplin konusunda görüş birliğinde olmaya ve çocuğun yanında tartışmamaya özen göstermelidirler.

Beden Eğitimi Öğretmeni

Beden eğitimi öğretmenlerinin çok sayıda öğrenciyle yakın ilişki içinde ve onları ders içinde ve ders dışındaki beden eğitimi spor çalışmalarlarıyla yakından tanıyor olması, ona öğrencinin yeteneklerinin belirlenmesinde önemli bir imkân tanımaktadır .

- Öğrenci bizzat beden eğitimi öğretmeni tarafından okul veya çevrenin fiziki imkânlarından faydalanarak çeşitli spor branşlarında çalıştırılır.

Beden Eğitimi Öğretmeni-2

- Öğrenci, beden eğitimi öğretmeni tarafından yeteneklerine göre, çeşitli spor kulüplerine üye yaptırılır. Ya da buralardaki sportif çalışmalara katılmaları özendirilir.
- Öğrenci, ilgili spor teşkilatları ya da çeşitli milli spor federasyonları tarafından açılan sportif yarışmalara veya "sağlık için spor" faaliyetlerine katılmaya yönlendirilir.

ANTRENÖR

Hangi spor dalında ve hangi amaçla yapılırsa yapılsın sporda başarının **en büyük mimarı antrenörlerdir.**

Sporda başarıyı etkileyen faktörlerin hepsi eksiksiz yerine getirilmiş olsa dahi, sporcuyu yetiştiren antrenör, eğitimlik bilgi ve becerilerine, eğitimlik melekelerine sahip değil ise sporcunun spor hayatında başarılı olması mümkün değildir.

Çünkü "Meslekleri sporcuyu eğitmek olanlar, bu konuda her türlü teknik bilgi ile donatılmış olmalıdırlar"

ANTRENÖR-2

- Sporcu adaylarını seçer. O, iyi bir seçici ve gözlemcidir.
- Seçtiği sporcu adaylarını spora başlatır, onları sporcu yapar. İyi bir eğitimidir.
- Bir spor takımının antrenman programlarını hazırlar. Yani insan vücudunun performans boyutlarını bilir, fizyoloji ve antrenman bilgisine sahiptir.
- Takımının stratejisini, lig stratejisini hazırlar. İyi bir strateji uzmanıdır.
- Sporcuların bireysel, takımın grup sorunlarıyla ilgilenir. İyi bir psikolog ve sosyologdur.
- Bir spor takımını, en üst performansa ve şampiyonluğa ulaştıracak şekilde çalıştırır ve yönetir. İyi bir yönetici ve liderdir.

ANTRENÖR-3

Aslında temel eğitim döneminde (alt yapıda) çalışan antrenörün "müsabaka antrenörü" değil, "eğitici antrenör" vasıflarına sahip olması gerekir. Çünkü ikisi arasında çok önemli farklılıklar vardır.

Çocukların yıllara göre gelişim ve değişim süreçlerinden de sorumludurlar. Bu süreç için antrenörün haricinde çeşitli uzmanlara da ihtiyaç duyulur. "eğitici antrenör" bu uzmanlardan aldığı bilgileri pratikte uygulayabilecek kadar da derin bilgiye sahip olmalıdır.

Bu sebeple antrenörler iyi niyetli ve gelişmeye açık olmalıdır.

YETENEK EĞİTİMİNDE ALT YAPI ANTRENÖRLERİNİN BAZI İŞLEVLERİ

- Sürekli **orta seviyeye** hitap etmekten vazgeçin - ortalamanın zincirlerini kırın, onları **üst seviyeye çekmeye** çalışın
- Eğitcilik bilginizi kullanmadan önce **sporcunun karakterini ve davranışlarını şekillendirin**
- Sporcunuz için yüksek amaçlar oluşturun, imkansızı elde edin Programınızda sürekli **mükemmeliyeti** arayın.
- Sporcunuzun verebileceği **zor kararları** beklemediği şekilde ve doğru olarak vermeyi başarılmasında **ona yardımcı** olun

YETENEK EĞİTİMİNDE ALT YAPI ANTRENÖRLERİNİN BAZI İŞLEVLERİ

- Yarışma deneyimleri sporcunun **kendi seviyesinde, seviyesinin üstünde ve seviyesinin altında olanları da içermelidir**. Sporcu bir üst seviyeye geçmeyi başardığında onu özellikle **övün**.
- En kötü şartlarda yarışma konusunda deneyler yapın. Şartlara uyum gösterebilen sporcular yetiştirin.
- Beceri geliştirmeyi beceri edinmenin (öğrenmenin) önüne yerleştirmeyin



YETENEK SEÇİMİNDE ETKİLİ KURUMLAR

Eğitim kurumları (okul) kavram olarak çocuğa en çok yakışan, her alanda düzenli, programlı, bilinçli eğitimin yapıldığı **en eski kurumlardır**.

Günümüzde doğal hareket alanlarının kısıtlanması sonucu okuldaki sistematik hareket eğitimi oldukça önem kazanmaktadır. Holmann ve arkadaşları okul sporunun amaçlarını şöyle belirtmişlerdir.

- Çocuğa spor hareketlerinin zevk verdiği öğreilmeli ve geliştirilmesi sağlanmalıdır.
- Çeşitli sporların organizmayı nasıl etkilediği, sağlık açısından vücut reaksiyonları etkilerinin hangi anlama geldiği, teorik bilgilerle uygulamalardan kazanılan bilgilerin sentezini yapabilmeleri öğreilmelidir.
- Günümüzdeki hareketliliği sınırlayıcı etkilere karşı her gün spor yapmayı teşvik etmelidir.
- Hangi sporların ömür boyu sürdürüleceği öğreilmelidir.
- Özürli çocuklara yapabilecekleri sporlar öğreilmelidir.

EĞİTİM KURUMLARI

Okul sporunun bu görevleri arasında kurulan köprü ve ulaşılan nokta ne kadar sağlam ve etkili olursa sporun şansı da o ölçüde fazla olacaktır. Özellikle temel eğitim okullarında genel spor eğitimi almış gençler bir spor dalına yöneltilerek o alanda uzmanlaşmış antrenörlere teslim edilmelidir.

Ancak Türkiye'de performans sporcusu yetiştirilmesinde okullar kendilerine düşen görevi genellikle yerleşmiş bir kural olarak reddetmektedirler. Bu noktada yıllardan beri okul , kulüp ve federasyon arasında işbirliği sağlanamadığından yetenek arama ve yönlendirmede istenilen uygulamalar yapılamamış veya yanlış yapılmıştır.

Sonuç olarak, gençlerin spora yönlendirilmesi konusunda okulun rolü hakkında şunları söylemek mümkündür

EĞİTİM KURUMLARI-2

- Okulun en önemli görevi **kulüplere yetenek tarama** imkânı sağlaması ve **okul dışı sporun uygulanmasında organize** ve personel yardımında bulunmasıdır. Bu olay okul müsabakaları ve özel yetenek tarama önlemleri alınması şeklinde olmaktadır.
- **Yetenek yönlendirmede ilk adım temel eğitimidir.** Bu ister okulda ister okul üstü, isterse bir kulüp çatısı altında yapılsın. Dikkat edilecek husus bir kulübün **temel antrenmanının neleri ön gördüğü** ve onların tatbik edilmiş olmasıdır.
- Çok sık rastlanan problem sporcunun okul ve sportif kariyerinin çekişmesidir. Bu da **okulun bir kulüple işbirliği yapması** ile çözülebilir. Örneğin öğrencinin ek ders almasına imkân sağlanması veya onun okula bağlı bir yurda yerleştirilmesi suretiyle giderilebilir.

KULÜPLER

Günümüzde bir çok ülkede açık oyun alanlarının azalmasından dolayı çocuklar sokakta spor yapamama problemiyle karşı karşıyadır. Bu sebeple çocuk veya gençlerin sistematik ve doğru eğitim alabilecekleri, nitelikli antrenörlerle tanışabilecekleri ve aidiyet duygusunu geliştirmek için bir forma altında faaliyet gösterebilecekleri tek yer spor kulüpleridir. Kulüpler genel eğitimden çok özel (Branş) eğitimin yapıldığı yerlerdir. Bu bakımdan kulüplerde toplanan yetenekli gençler branşa yönelmiş veya yönlendirilmiş kişilerdir.

Yetenek seçimi ve yönlendirme **uzun bir süreçtir**. Burada rol oynayan kurumların ve görev yapan kişilerin sorumluluklarını kesin hatlarla birbirinden ayırmak oldukça zordur. Çünkü bir çocuğun gelişimi sadece eğitim kurumlarına bağlı olmakla değil, müsabaka ölçülerinde oyun türündeki çalışmalarla elde edilebilir. Bu imkânları da kulüpler hazırlamalı ve çözümler sunmalıdır. **Ancak spor kulüpleri yetenek seçimi ve yönlendirme sürecinde bazı hatalı uygulamalar yapmaktadırlar. Bunlar;**

KULÜPLERİN YAPTIKLARI HATALAR

- Erken branşlaşma ve aşırı yüklenme,
- Rekabet duygusunu çok fazla ön plana çıkartma,
- Fırsat eşitliğine dikkat etmeden bazı sporculara fazla ilgi gösterme,
- Çocukların psiko-sosyal gelişimini ihmal etme fiziksel gelişime önem verme,
- Belirli yaşlardaki gelişim hızı farklılıklarını dikkate almadan standart çalışmalar yapma gibi uygulamalar en çok görülen hatalardandır.

Bu tip hataların azaltılması ve yetenek seçiminin daha sağlıklı yapılması kulüplerin fonksiyonunu ve önemini daha da arttıracaktır.

FEDERASYONLAR

Federasyonların temel görevi sporun kitlelere mal edilmesi ve sporun geliştirilmesidir. Bu her federasyon için geçerli olan temel kuraldır. Bu sebeple federasyonlar bizzat eğitim faaliyetlerinin içinde yer almalıdır.

Tüm federasyonlar yetenek seçimi yönlendirme çerçevesinde ülke şartlarına uygun eğitim felsefesinin belirlenmesinde temel faktörleri tespit etmelidir.

FEDERASYONLAR-2

Bunlar nelerdir;

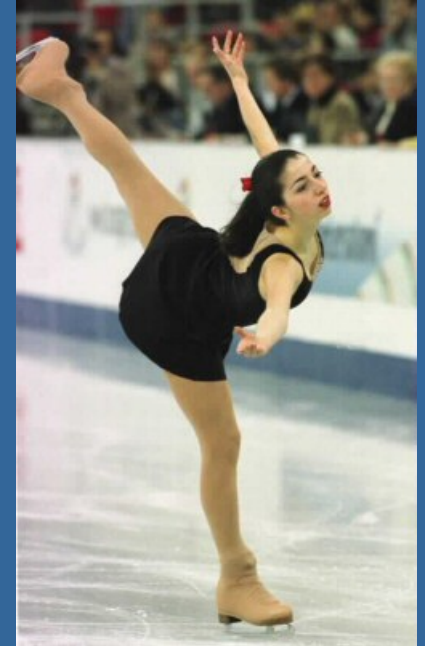
- Sporcu potansiyeli, tesis, eğitici kadro oluşturulması,
- Farklı yaş grupları için müsabaka program ve imkanlarını geliştirilmesi,
- Spor branşına has kısa, orta,uzun süreli çerçeve programlarının geliştirilmesi,
- Spor branşına uygun yetenek seçimi ve yönlendirme kriterlerinin belirlenmesi,
- Yazılı ve görsel eğitim materyalleri hazırlanması ve dağıtımın sağlanmasıdır.

YETENEKLİ SPORCUNUN ÖNE ÇIKAN BAZI ÖZELLİKLERİ

- Antrenmanda daha başarılıdır.
- Aynı kapsam ve büyüklükteki antrenman uyarılarında büyük başarı elde eder.
- Antrenmanda verilen yeni uyarılara daha çabuk uyum sağlar.
- Daha çabuk öğrenir (Örneğin; hareketin akışını, teknik bilgileri).
- Daha önce edindiği deneyimleri yaratıcı bir şekilde başarısını arttırmak için kullanır.
- Kendine verilen zor görevleri bile başarıyla yerine getirir ve sorunları yaratıcı ve orijinal bir biçimde çözer.

YETENEKLİ SPORCUNUN ÖNE ÇIKAN BAZI ÖZELLİKLERİ

- Performansının gittikçe yükselmesi onun tipik özelliğidir.
- Yetenekli bir sporcu, kendini tam anlamıyla spora adar, çalışkan ve hırslıdır, sistematik şekilde çalışır.
- Gerginlikte (Stres altında) bile gerçekçi, doğru değerlendirme yapabilir.
- Riski göze alabilir.
- Başarısızlıklar karşısında gücünü kaybetmez, bunu bir motivasyon gerekçesi yapabilir .



SONUÇ VE ÖNERİLER

- Kişinin spora yatkınlığı ve yeteneği konusundaki görüşler, sabit ve değişmez değildir.
- Sportif antrenmanlar, bir sporcunun seçtiği spor dalında çok başarılı olacağını garanti etmez.
- Yetenekli sporcunun belirlenmesi, spor dalına özgü birçok kombine yeteneğin, motivin ve ilginin iyi tahmin edilebilmesine bağlıdır.
- Çok sayıda yetenekli sporcunun bulunması, çok sayıda antrenman gruplarının oluşturulmasına bağlıdır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

- Yetenekli sporcunun istenilen gelişimi yapabilmesi için, normal yaşı, biyolojik yaşı, antrenman yaşı ve antrenman kapsamı gibi faktörler dikkate alınarak, güç durumu ve gelişim şansı iyi değerlendirilmelidir.
- Sporcunun, spor dalına yeteneği, uzun süreli antrenman süreci içerisinde değerlendirilmeli ve her antrenman devresi birbiriyle bilinçli örülmelidir.
- Yetenekli sporcuların gelişiminde, antrenmanlar müsabakalarla bağlanmalıdır. Müsabakalar, yeteneklerin olgunlaştığı son istasyondur.

SONUÇ VE ÖNERİLER

- Yetenekli sporcuların seçimi ve gelişimi için genel ve her spor dalına özgü test bataryaları geliştirilmelidir (motorik, psikolojik, tıp ve sosyal alanda).
- Erken ve geç gelişen sporcu tiplerini iyi ayırmak gerekir. Biyolojik olarak, geç gelişen bazı yetenekli sporcuların normal ve erken gelişen sporculardan daha yüksek performansa eriştikleri gözlenmiştir.
- Yüksek sportif verimliliğe erişmek için, erken yaşta spora başlamak gerektiği bilinen bir gerçektir. Ancak, çok erken branşlaşma ve özel spor dalına yönelme, beraberinde problemler de getirmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

- Üst düzeyde, sportif başarıya ulaşmak için, erken değil, zamanında branşlaşmaya gidilmelidir. Özellikle bu prensip gelişim antrenmanları için büyük önem taşır.
- Her spor dalı için, spora başlama yaşı belirlenmelidir.
- Her spor dalı için, yetenekli sporcuları seçme ve geliştirme modeli olmalıdır.
- Yetenekli sporcu seçimi organizasyonunda, aile-okul-kulüp işbirliği temel ön şartlardan birisidir.

