



TÜRKİYE OKÇULUK FEDERASYONU

Okçuluk ailemizin değerli üyeleri,

İçerisinde bulunduğumuz pandemi sürecinde, eğitim-öğretim faaliyetlerini kesintisiz bir şekilde devam ettirmek için tüm kurullarımızla birlikte özenle çalışıyoruz.

Antrenör ve hakemlerimizin eğitim-öğretim faaliyetlerinde hayata geçirdiğimiz uzaktan eğitim portalımız TOF Akademi, bu anlamda birçok kurum için örnek oluşturmuş olup, zengin içeriğiyle camiamız tarafından dikkatle takip edilerek amacına uygun bir şekilde kullanılmaya devam edilmektedir.

Bu doğrultuda, normal şartlarda aktüel olarak düzenlemeyi planladığımız 2021 Antrenör Gelişim Seminerlerini, tüm camiamızın sağlığını korumayı ve ülke içindeki temas, ulaşım ve konaklama hareketliliğini ortadan kaldırmayı amaçlayarak, TOF Akademi Uzaktan Eğitim Portalımız üzerinden ücretsiz olarak düzenleyeceğiz.

Federasyonumuz antrenörlerinin bilgisayar, tablet ve telefon gibi iletişim araçlarını kullanarak katılabilecekleri 2021 Çevrimiçi Antrenör Gelişim Seminerleri, 16 – 17 Ocak 2021 tarihlerinde www.tofakademi.com adresi üzerinden gerçekleştirilecektir. 16 Ocak 2021 Cumartesi günü saat 09:00 itibarıyla erişime açılacak olan eğitim içerikleri 17 Ocak 2021 Pazar günü saat 18:00'a kadar ulaşılabilir durumda olacaktır.

1. Kademe Antrenör Gelişim İçerikleri ve 2. & 3. Kademe Antrenör Gelişim İçerikleri olmak üzere 2 ayrı seviyede yayımlanacak olan eğitim içerikleri Temel Teknik, Teknik Malzeme Bilgisi ve Özel Antrenman Bilgisi konularını içerecektir.

Kademelerine göre ilgili içerikleri eksiksiz olarak takip eden antrenörlerimiz 2021 Antrenör Gelişim Semineri Sertifikası almaya hak kazanacak ve bu sertifikalarını ileride açılacak olan Antrenör Kurslarına katılımları sırasında ve kademe geçişlerinde kullanabileceklerdir.

2021 Çevrimiçi Antrenör Gelişim Seminerlerine sadece E-Devlet üzerinden Spor Bilgi Sistemini kullanarak kayıt yaptıran antrenörlerimiz katılım sağlayabilecektir. Ayrıca seminere katılmak isteyen antrenörlerimizin www.tofakademi.com adresi üzerinden de seminere kayıt işlemlerini gerçekleştirmesi gerekmektedir.

Seminere Kayıt işlemleri ile ilgili detaylı bilgi ve Seminer Programına ekli dosyalardan ulaşabilirsiniz.

Türkiye Okçuluk Federasyonu

2021 Çevrimiçi

Antrenör Gelişim Semineri

Programı

1.Kademe Antrenör Gelişim Semineri İçeriği

- Teknik Malzeme Bilgisi
 - *Temel Malzeme Kurulumu*
 - *Kiriş Yapımı*
 - *Okların Hazırlanması*
- Temel Teknik – Harekete Hazırlık Evresi
 - *Duruş*
 - *Yay Kabzasına Basış*
 - *Kirişi Kavrama*
 - *Yayı Kaldırma*
 - *Çekişe Hazırlık*
- Özel Antrenman Bilgisi
 - *Sporcuyu Etkileyen Dış Faktörler*
 - *Sporcu Seçimi ve Antropometrik Özellikler*
- Antrenör Etiği ve İlkeleri

2021 Çevrimiçi

Antrenör Gelişim Semineri

Programı

2. & 3.Kademe Antrenör Gelişim Semineri

- Malzeme Bilgisi
 - *Klasik Yay Uyum Testleri*
 - *Makaralı Yay Uyum Testleri*
- Teknik Bilgi – Kuvvet Kullanım Evresi
 - *Yayı Çekiş*
 - *Tam Çekiş Pozisyonu*
 - *Çene Altı Pozisyonu*
- Özel Antrenman Bilgisi
 - *Antrenman Planlanması*
 - *Okçulukta Motivasyon*
- Okçulukta Toparlanma İlkeleri ve Uygulamaları
 - *Toparlanma İlkeleri*
 - *Toparlanma Uygulamaları*
 - *Okçulukta Sık Görülen Sakatlıklar ve Önlemleri*