

1.KADEME ANTRENÖR KURSU ÖĞRETİM PROGRAMI
(TOPLAM: 30 SAAT)

Ders Saati	Ders Konusu	Açıklama	Kazanımlar
2	Genel antrenman bilgisi	Genel antrenmanın ne olduğu anlatılır. Satrançta fiziksel gücün neden önemli olduğu anlatılır. Dayanıklılığın ne olduğundan bahsedilir. Satrançta neden önemli olduğu ortaya konur. Satrançta dayanıklı olmak için nasıl bir antrenman yapılması anlatılır.	Genel antrenmanın ne olduğunu açıklar. Satrançta fiziksel gücün önemini açıklar. Dayanıklılığın ne olduğunu bilir. Satrançta dayanıklılığın neden önemli olduğunu açıklar. Dayanıklılık ile ilgili antrenman programı yapabilir.
1	Sporcu sağlığı ve beslenme	Sporcu sağlığının başarıdaki önemi anlatılır. Düzenli yaşamın öneminden bahsedilir. Satranç oyuncuları için uykunun öneminden bahsedilir. Satrançta beslenme anlatılır. Satranç oyuncularının yarışma sürecinde nasıl beslenmesi gerektiği anlatılır. Satranç oyuncularının maç esnasında ne yiyip, ne içmesi gerektiğinden bahsedilir. Örnek menü verilir.	Sporcu sağlığının başarı için önemini açıklar. Düzenli yaşamın önemini açıklar. Satrançta beslenmenin nasıl olması gerektiğini açıklar. Bir oyuncunun maç esnasında neleri yiyip, içebileceğini bilir.
1	Spor da yönetim ve organizasyon	Spor da yönetim ve organizasyonun önemi anlatılır. Satrançta oyuncuların yönetimi, bunun önemi anlatılır. Takım maçlarında sporcuların yönetiminin nasıl olması gerektiği açıklanır.	Spor da yönetim ve organizasyonun önemini açıklar. Satrançta oyuncuların yönetiminin nasıl olması gerektiğini açıklar.
2	Spor psikolojisi	Spor da psikolojinin yeri anlatılır. Satrançta psikolojinin başarıdaki öneminden bahsedilir. Satranç oyununun psikodinamiği açıklanır. Satranç oyuncularının kişilik yapılarından bahsedilir. Yarışma öncesi ve yarışma sırasında yapılabilen gevşeme tekniklerinden bahsedilir. Ritmik nefes alma yöntemi açıklanır.	Spor da psikolojinin önemini açıklar. Satrançta başarıda psikolojinin önemini açıklar. Bir satranç oyuncusunun oyun anında psikolojik olarak nelerden etkilendiklerini açıklar. Ritmik nefes alma-verme yöntemini uygular.

2	Spor dalı oyun kuralları :Satrancın tanımı, satranç tarihi, gelişimi, taşların hareketi (rok) piyonun terfisi taşların değeri, dokunulan taş kuralı, dizilişi ve satranç tahtası (yatay, dikey, çapraz, şah ve vezir kanadı, merkez kareler,kare adı, notasyon) Mat ve pat	Kursun ilk dersinden satrancın kısa bir tanımı yapılmalı. Kursiyerlerin seviyesi anlaşılmaya çalışılmalıdır. Seviyeye göre bu ders süresi belirlenmelidir. Şahların değiş- tokuş edilemeyeceğinden bahsedilmeli. Dokunulan taş kuralından bahsedilmeli. Tahtanın geometrik yapısı ayrıntılı anlatılmalı. Satrançta kazanç ve beraberlik durumları açıklanmalıdır. Şah çekme ve şahın korunmasından bahsedilmeli. Mat ve pat kavramları açıklanmalı. Arasındaki fark vurgulanmalı.	Her bir taşın hareketi, rok, piyon terfi, geçerken alma konularını bilir. Bu hareketleri tahta üzerinde gösterebilir. Taşları tahta üzerinde doğru yerleştirir. Yatay , dikey çaprazların ne olduğunu bilir bunları tahta üzerinde gösterebilir. Tahta üzerindeki her bir karenin adını bilir. Oyunların nasıl kaydedildiğın bilir. Notasyonda kullanılan kısaltmaları bilir. Oynanmış bir oyunu notasyona bakarak yeniden oynayabilir. Satrançta mat ve pat konumlarını bilir bunlar arasındaki farkı açıklar. Satrançtaki kazancın ne olduğunu açıklar. Satrançta beraberlik neler olduğunu açıklar.
3	Temel matlar <ul style="list-style-type: none">• Vezir matı• Kale matı• İki fil matı• At fil matı	Vezir matının nasıl yapılacağı ve mat yaparken nelere dikkat edileceğı anlatılmalı. Pat tehlikesinden bahsedilmeli Kale matı anlatılırken opozisyon konumu ve bekleme hamlesinden bahsedilmeli. İki fil ile mat yapmanın yöntemi açıklanmalı. Basit örnekler verilmeli. At ve fil ile mat yapmanın yöntemi açıklanmalı. 2-3 Hamlelik mat konumları ile mat açıklanmalı. İki at ile neden mat yapılamayacağı açıklanmalı.	Hangi taşlar ile mat yapmanın olası olduğunu bilir. Vezir matını bilir. Tahta üzerinde gösterebilir. Kale ile mat yapmasını bilir. Herhangi bir konumda kale ile mat yapabilir. Opozisyonun ne olduğunu bilir. Bekleme hamlesini bilir. Uygulayabilir. İki fil ile mat yapılacağını bilir. Kenarda bulunan rakip şahı mat etmesini tahtada uygular. (Şahın kenara sürüklenmesi 2. Kademedede verilmelidir.) At ve fil ile mat yapılabileceğini bilir. Doğru köşeye sıkışmış rakip şahı mat edebilir. (Şahın köşeye sürüklenmesi 2. Kademedede gösterilecektir.)
4	Satrançta öğrenme ve öğretim yöntemleri <ul style="list-style-type: none">• Sunuş Yöntemi• Buluş Yöntemi• Gösterip Yaptırma• Soru –Cevap• Drama Yöntemi	Satrançta eğitiminde kazanımlar üzerinde durulmalı. Satranç derslerinde kullanabileceğimiz öğretim yöntemlerinden bahsedilmeli. Örneklerle açıklanmalıdır.	Satrancın çocuklara kazandırdığı zihinsel, fiziksel ve duyuşsal kazanımlarının neler olduğunu bilir. Satranç derslerinde kullanabileceğı öğretim yöntemlerinin neler olduğunu bilir, bu yöntemleri satranç derslerinde kullanımını örneklerle açıklar.

3	<p>Açılışların tanımı Açılış ilkeleri</p> <ul style="list-style-type: none"> İspanyol Açılışı İtalyan Açılışı Fransız savunması Vezir Gambiti Sicilya savunması 	<p>Açılış bilgisi anlatılır. Açılış çeşitlerinden örnekler verilir. Açılış, savunma ve gambit terimleri açıklanır. Önemli açılış ilkelerinden bahsedilir. İspanyol ve İtalyan açılışının başlangıç hamlelerinin öğrenilmesi sağlanmalı. Arasındaki fark ortaya konulmalı. Vezir Gambiti açılışı gösterilmeli, kabul ve red edilen vezir gambiti arasındaki fark ortaya konulmalı. Şah ve vezir gambitinin farkı açıklanmalı. Savunma türü açılışlarından kısaca bahsedilmeli. Fransız savunması ve Sicilya savunmasının başlangıç hamleleri gösterilmeli. Varyant kavramı izah edilmeli, İspanyol Değişim Varyantı ve Fransız savunması ilerleme devam yolu örnek olarak verilmeli.</p>	<p>Açılışın ne olduğunu, önemini açıklar. Önemli açılış ilkelerini bilir. e4 ,e5 açılışlarını farkını açıklar. Bu açılışlara örnek verir. Gambit, savunma türü açılışların ne olduğunu belirtir. İspanyol açılışı, değişim devam yolu, İtalyan, Fransız savunması (İlerleme devam yolu), Kabul ve red edilen Vezir gambiti açılışlarının başlangıç hamlelerini bilir. Tahtada gösterebilir. Arasındaki farkları belirtir.</p>
3	<p>Satranç stratejisi tanımı ve unsurları</p> <ul style="list-style-type: none"> Merkez kareler Alan Açık hatlar Açık diyagonaller Zayıf kareler Piyon Yapısı <ol style="list-style-type: none"> Geçer piyon Ayrık piyon Bingeç piyon Hava deliği 	<p>Satrançtaki stratejik unsurların her biri tanımlanmalı, bunların önemi açıklanmalıdır. Not: Stratejik unsurların nasıl değerlendirileceği 2. Kademe verilecektir. Örnek: açık hattın ne olduğu tahta üzerinde gösterilmeli. Bunun önemi açıklanmalı. Açık hatta bulunan bir taşın hareket yeteneğinin artışı vurgulanmalıdır. Zayıf kare tanımlanmalı. Tahtadaki zayıf kareler gösterilmeli. Zayıf karelerin önemi belirtilmelidir. Piyon yapıları açıklanır. Değişik örnekler ile piyon yapıları gösterilir. Piyon Yapılarının üstün ve zayıf yönlerinden bahsedilir.</p>	<p>Merkez kareler, Alan, Açık hatlar, Açık diyagonaller, Zayıf kareler gibi Satrançtaki stratejik unsurların her birini tanıır. Tahtada gösterir. Önemi açıklar. (1. Kademe stratejik unsurların tanımı, önemi 2. Kademe bunlardan yararlanma anlatılmalıdır.) Piyon yapılarını bilir. Tahtadaki piyon yapılarını adlandırabilir. Bunlar arasındaki farkı ortaya koyabilir. Basit konumlarda geçer piyon elde etmesini bilir. Tahtada uygular.</p>
1	<ul style="list-style-type: none"> Satrançta yetenek 	<p>Satrançta başarısında önemli olan unsurlar açıklanır. Satrançta yeteneğin ne olduğu, satrançta yeteneğin önemi ve satranca yetenekli çocukların özellikleri vurgulanır.</p>	<p>Satranç başarısında rol oynayan unsurları açıklar. Satranca yetenekli çocuklarda aranan özellikleri tanımlar.</p>
3	<p>Taktik konum Açmaz</p> <ul style="list-style-type: none"> Açmaza almak <p>Örtü</p> <ul style="list-style-type: none"> Açarak taş isteme 	<p>Açmaz ve örtü konumu değişik örneklerle açıklanmalı arasındaki farklar ortaya konulmalıdır. Bir taşı açmaza alınması ile örnekler verilmeli. Açarak taş isteme, Açarak şah çekme, Çifte tehdit Çifte şah hamleleri örneklerle açıklanmalı. Bu hamleler ile</p>	<p>Açmaz, örtü konumlarını bilir. Farkını açıklar. Bir taşı açmaza almasını bilir. Açarak şah, Çifte tehdit, çifte şah gibi tehdit hamlelerini tahtada uygular. Çatal ve şiş hamlelerini tahtada gösterebilir. Bunlar arasındaki farkı ortaya koyabilir. Değişik taşların çatal ve</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Açarak şah çekme • Çifte tehdit • Çifte şah Taktik Hamle <ul style="list-style-type: none"> • Çatal • Şiş Feda hamlesi	başlayan basit kombinezonlar verilmelidir. Her bir taşın çatal hamleleri ile ilgili örnekler verilmeli. Vezir , kale,ve filin şiş hamlelerine ait örnekler verilmeli, Çatal Hamlesi ile şiş hamlesinin farkı açıklanmalı. Feda hamlesi değişik örnekler ile açıklanmalı. Feda ile başlayan basit kombinezon örnekleri verilmelidir. Örnek: feda ardından çatal veya şiş hamlesi gibi	şiş hamlelerini tahtada uygular. Feda hamlesinin ne olduğunu bilir. Basit fedalı kazançları tahtada uygular.
2	Piyon oyun sonu <ul style="list-style-type: none"> • Geçer piyon • Kare kuralı • Opozisyon • Piyon terfisi 	Oyun sonu ne olduğu açıklanmalı. Oyun sonu sınıflandırılması yapılmalı. Bu konuların her biri ile ilgili örnekler verilmeli. Bu tür oyun sonlarında doğru devam yollarını bilmesi sağlanmalıdır. Piyon terfisi ile ilgili değişik terfi örnekleri verilmelidir.	Geçer piyon elde etmesini tahtada uygular. Şaha karşı şah piyon oyun sonlarında doğru devam yollarını tahtada uygular. Gerekli açıklamalarda bulunur. Kare kuralını ve önemini bilir. Basit örnekleri tahtada uygular. Opozisyonun ne olduğunu ve önemini bilir. Tahtada uygular. Piyon terfisinin ne olduğunu bilir. Terfide hangi taşın tercih edilmesi konusunda fikir yürütür.
1	<ul style="list-style-type: none"> • Vezire karşı piyon • Kaleye karşı piyon 	Vezire ve karşı piyon sonlarında kazanç yolları açıklanmalı. Vezirin basamak hamleleri gösterilmeli. Hangi konumlarda berabere biteceğinden bahsedilmeli. Kaleye karşı piyon sonlarında kazanç yolları açıklanmalı. Değişik sonuçlanabilen örnekler verilmeli.	Vezire karşı piyon oyun sonlarının nasıl kazanılacağını tahtada gösterir. Hangi konuların neden berabere biteceğini açıklar. Kaleye karşı piyon oyun sonlarının nasıl kazanılacağını tahtada gösterir. Not: Kaleyle karşı piyon oyun sonlarında basit örnekler verilmeli, zor örneklerden kaçınılmalıdır. Bu konu 2. Kademe de tekrar ele alınacaktır.
2	Özel antrenman	Özel antrenmanın ne olduğu ve önemi açıklanır. Performansa etkileri anlatılır. Yarışma öncesi ve yarışma esnasında yapılması gerekenler açıklanır. Hedef belirlemenin ne olduğu ve nasıl yapılacağı anlatılır.	Bir oyuncunun ayrışma öncesi nasıl bir hazırlık yapması gerektiğini açıklar. Fizyolojik hazırlığın önemini açıklar. Hedef belirlemenin ne olduğunu bilir. İyi bir hedefin ne gibi özellikler taşıması gerektiğini bilir.