**TDSF**

**MODERN & CONTEMPORARY**

**IV. KADEME**

**BAŞ ANTRENÖR EĞİTİM MÜFREDATI**

****

**EĞİTİM KURULU**

**2019 / 2020**

**MODERN & CONTEMPORARY**

**IV. KADEME BAŞ ANTRENÖR YETİŞTİRME KURSU UYGULAMA DERS PROGRAMI**

**Dersler ve Müfredat Toplam 80 Saat**

**ÜST DÜZEY TEKNİK TAKTİK (40 Saat)**

**ÜST DÜZEY ANTRENMAN PLANLANMASI VE PROGRAMLANMASI (20 Saat)**

**ÖZEL ANTRENMAN BİLGİSİ (20 Saat)**

**KURS BİTİRME PROJESİ** *(Ödev veya gösteri sunumu)*

**TÜRKİYE DANS SPORLARI FEDERASYONU**

**MODERN & CONTEMPORARY BRANŞI**

**DÖRDÜNCÜ KADEME BAŞ ANTRENÖR YETİŞTİRME KURSU**

**UYGULAMA DERS PROGRAMI (80 SAAT)**

1. **GÜN: 08.30 - 17.30**

* Yarışma, kondisyon, dayanıklılık ve müzikalite antrenmanları
* Koreografi alan kullanımı antrenmanları
* Sporcuyu mental ve moral olarak hazırlama ve motivasyon

1. **GÜN: 08.30 - 17.30**

* Bilimsel antrenman yöntemleri
* Antrenman ölçüm yöntemleri
* Blok antrenmanları
* Yıllık, aylık ve günlük antrenmanlar

1. **GÜN: 08.30 - 17.30**

* Dans Repertuvarı Çalışmasında Yöntem ve Prensipler
* Dans Repertuvarı Alan Çalışması
* Dans Repertuvarı Çalışmasında Teorik Çerçeve

1. **GÜN: 08.30 - 17.30**

* Hareket Üretimi Yöntemi ve Çalışması
* Bireysel Hareket Üretimi Çalışması
* Koreografi Çalışması

1. **GÜN: 08.30 - 17.30**

* Dans Repertuvarında Toplu Çalışma
* Doğaçlama Yöntemiyle Hareket Üretimi
* Koreografi Çalışmasının Geliştirilmesi

1. **GÜN: 08.30 - 17.30**

* Kostüm ve dekor tarihçesi
* Dansta kostüm ve dekor ilişkisi
* Kostüm ve dekor seçimi ve çalışması
* Işık tasarımının ilkeleri
* Işık ve dans ilişkisi
* Teorik ve uygulamalı ışık ve aydınlatma çalışması

1. **GÜN: 08.30 - 17.30**

* Yarışma, kıyafet, müzik kuralları anlatımı ve tekrarı
* Etik ve davranış kuralları (sporcu, antrenör ve hakem)
* Anti doping
* Uluslararası yarışmalarda yeni teknik kitaplara yapılan eklerin anlatılması
* Modern & Contemporary dansları genel prensipler anlatımı

1. **GÜN: 08.30 - 17.30**

* Koreografi Çalışmasının Sunuma Hazır Hale Getirilmesi
* Repertuvar Çalışmasının Seyirci Önünde Sahnelenmesi

1. **GÜN: 08.30 - 17.30**

* Bireysel Projenin Sunuma Hazır Hâle Getirilmesi
* Eserle İlgili Teknik Bilgilerin Tamamlanması
* Bireysel Proje Sunumu

1. **GÜN: 08.30 - 17.30**

* Sınav öncesi soru cevap ile genel tekrar
* SINAV