**TDSF**

**MODERN & CONTEMPORARY**

 **V. KADEME**

**TEKNİK DİREKTÖR EĞİTİM MÜFREDATI**

****

 **EĞİTİM KURULU**

 **2019 / 2020**

**MODERN & CONTEMPORARY**

**V.KADEME TEKNİK DİREKTÖR YETİŞTİRME KURSU UYGULAMA DERS PROGRAMI**

**Dersler ve Müfredat Toplam 88 Saat (78 Saat Zorunlu, 10 Saat Seçmeli)**

**ÖZEL KONDİSYON ANTRENMANI VE METODLARI (Seçmeli) (10 Saat)**

**MÜSABAKA YÖNETİMİ VE İLKELERİ (Seçmeli) (10 Saat)**

**ANTRENÖRLÜK UYGULAMASINDA YENİ ARAYIŞ VE GELİŞMELER (8 Saat)**

**ÖZEL ANTRENMAN BİLGİSİ (20 Saat)**

**ÜST DÜZEY TEKNİK ANTRENMAN (20 Saat)**

**ÜST DÜZEY TAKTİK ANTRENMAN (30 Saat)**

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

**TÜRKİYE DANS SPORLARI FEDERASYONU**

**MODERN & CONTEMPORARY BRANŞI**

**BEŞİNCİ KADEME TEKNİK DİREKTÖR YETİŞTİRME KURSU**

**UYGULAMA DERS PROGRAMI (88 SAAT)**

1. **GÜN: 08.30 - 17.30**
* Bireysel koreografi çalışması
1. **GÜN: 08.30 - 17.30**
* Grup koreografi çalışması
1. **GÜN: 08.30 - 17.30**
* Koreografi sunumları
* Müziklere ve ritimlere göre dans etme
1. **GÜN: 08.30 - 17.30**
* Müziklere ve ritimlere göre dans etme
1. **GÜN: 08.30 - 17.30**
* Müziklere ve ritimlere göre dans etme Anti doping
1. **GÜN: 08.30 - 17.30**
* Müzikalite çalışması
* Bireysel koregrafi çalışması
1. **GÜN: 08.30 - 17.30**
* Modern & Contemporary taktik antrenmanları
1. **GÜN: 08.30 - 17.30**
* Modern & Contemporary taktik antrenmanları
1. **GÜN: 08.30 - 17.30**
* Modern & Contemporary taktik antrenmanları
1. **GÜN: 08.30 - 17.30**
* Müzikalite Taktik antrenman
* Kondisyon antrenman ilkeleri
* Kondisyon
* Müsabaka yönetimi ve safhaları
1. **GÜN: 08.30 - 17.30**
* Enerji sistemlerinin kullanılmasına göre antrenman
* Müsabaka öncesi yönetimi
* Müsabaka esnasında yönetim
* Müsabaka sonrası yönetimi
* Bireye göre kondisyon antrenmanı hazırlama