



ULUSLARARASI RAKET SPORLARI DERNEĐİ

PICK-PONG EĞİTİCİ EĞİTİMİ

TARİH	6-7 Aralık 2025
GÜN	Cuma - Pazar
SÜRE	2 Gün - 16 Saat
KONUM	Eskişehir

Profesyonel Eđitici Sertifika Programı

Eğitmenler ve KonuŐmacılar

Özlem DURUHAN

Proje Koordinatörü ve Dr.Serhat DURUHAN Engelli Bakım Merkezi Kurucusu

Gürdal GÜMÜŐ

Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı BaŐ MüfettiŐi

Davut GÜNGÖR

Uluslararası Pickleball Federasyonları Türkiye Temsilcisi, URSD Kurucu Başkan Vekili
Pick-Pong felsefesi, temel kurallar, vuruş teknikleri ve öğretim yöntemleri.

Alex KILLIOĞLU

Türkiye Pickleball Kurucu Başkan Vekili, URSD Kurucu Başkan
Raket sporları uzmanı, teknik eğitim ve öğretim yöntemleri.

Prof. Dr. Gökhan KUŞ

Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, URSD Eğitim Kurulu Başkanı
Spor yaparken riskler ve önlemler, güvenlik planlaması.

Dr. Selda KOCAMAZ ADAŐ

URSD Yönetim Kurulu Üyesi, Eğitim Kurulu Başkan Vekili
Isınma ve sođuma egzersizleri, yaralanma önleme stratejileri.

Gerontolog Diner YILDIZ

Dr.Serhat DURUHAN Engelli Bakım Merkezi Gerontolođu, URSD Eğitim Kurulu Üyesi
Travma bilgili yaklaşım, iletişim ve motivasyon teknikleri.

1. Gün - 6 Aralık 2025 Cuma

09:30 - 10:15

Açılıő Konuőmaları

Konuőmacılar: Özlem DURUHAN & Gürdal GÜMÜŐ

10:15 - 10:30

Kahve Arası

10:30 - 11:30

Etik ve Yasal Sorumluluklar

Teorik Eğitim | Eğitmen: Gürdal GÜMÜŐ

11:30 - 11:45

Kahve Arası

11:45 - 13:00

Pick-Pong Felsefesi, Amacı ve Temel Kurallar

Teorik Eğitim | Eğitmenler: Davut GÜNGÖR & Alex KILLIOĞLU

- Pick-Pong'un tarihçesi ve felsefesi
- Kapsayıcı spor anlayıőı ve herkes için eriőilebilirlik
- Saha ölçüleri, ekipman özellikleri
- Temel oyun kuralları ve skor sistemi

13:00 - 14:00

Đle Arası

14:00 - 15:00

Isınma ve Sođuma Egzersizleri

Uygulamalı Eğitim | Eğitmen: Dr. Selda KOCAMAZ ADAŐ

- Dinamik ısınma egzersizleri
- Eklem hareketliliği ve mobilite alıőmaları
- Oyun sonrası sođuma rutinleri
- Yaralanma önleme stratejileri
- Pratik uygulama ve gösterim

15:00 - 15:15

Kahve Arası

15:15 - 17:30

Temel Vuruş Teknikleri

Uygulamalı Eğitim | Eğitmenler: Davut GÜNGÖR & Alex KILLIOĞLU

- Raket tutuş teknikleri ve vücut pozisyonu
- Dink Vuruşu (Kısa Vuruş) teknikleri
- Forehand (El İçi İle Vuruş) uygulamaları
- Backhand (El Dışı İle Vuruş) uygulamaları
- Servis teknikleri ve kuralları

17:30 - 18:15

İnteraktif Değerlendirme ve Soru-Cevap

Günün özeti, katılımcı geri bildirimleri ve açık soru-cevap

20:00 - 22:00

Toplu Akşam Yemeği ve Sohbet

İsteğe Bağlı - Networking ve deneyim paylaşımı

2. Gün - 7 Aralık 2025 Pazar

09:30 - 10:30

Spor Yaparken Yaşanabilir Riskler ve Önlemler

Teorik Eğitim | Eğitmen: Prof. Dr. Gökhan KUŞ

- Katılımcı özellikleri ve davranışsal gözlem
- Grup dinamikleri ve dışlanma önleme
- Kriz yönetimi ve acil durum müdahalesi
- Risk değerlendirmesi ve güvenlik planlaması

10:30 - 10:45

Kahve Arası

10:45 - 11:30

Travma Bilgili Yaklaşım

Teorik Eğitim | Eğitmen: Gerontolog Diner YILDIZ

- Travma temelleri ve psikolojik etkileri
- Travma belirtilerinin tanınması
- Güvenli alan yaratma ve travma hassas iletişim
- Yeniden travmatizasyondan kaçınma stratejileri

11:30 - 11:45

Kahve Arası

11:45 - 13:00

İletişim ve Motivasyon Teknikleri

Teorik Eğitim | Eğitmen: Gerontolog Diner YILDIZ

- Empatik ve aktif dinleme becerileri
- Sözsüz iletişim ve beden dili
- Pozitif iletişim ve yapıcı geri bildirim
- Kriz iletişimi ve de-eskalasyon teknikleri
- Motivasyon stratejileri ve pozitif pekiştirme

13:00 - 14:00

Öğle Arası

14:00 - 15:30

Pick-Pong Öğretim Yöntemleri

Teorik ve Uygulamalı Eğitim | Eğitmenler: Davut GÜNGÖR & Alex KILLIOĞLU

- Aşamalı öğretim yöntemleri ve ilkeleri
- Farklı yeteneklere göre adaptasyon teknikleri
- Ders planı hazırlama ve örnek simülasyonlar
- Mini turnuvalar düzenleme

15:30 - 15:45

Kahve Arası

15:45 - 16:15

İnteraktif Soru-Cevap ve Genel Tekrar

İki günlük eğitimin değerlendirilmesi, önemli konuların tekrarı ve sınav öncesi son hatırlatmalar

16:15 - 16:30

Teorik ve Uygulamalı Sınav

Değerlendirme

16:30 - 17:00

Kapanış Konuşması ve Sertifika Töreni

Katılım Koşulları ve Gereksinimler

Zorunlu Koşullar

- Tüm oturumlara aktif katılım zorunludur
- Minimum %95 katılım şartı (mazeret durumları değerlendirilir)
- Teorik sınavdan minimum %70 başarı
- Uygulamalı sınavdan "Yeterli" değerlendirmesi alınması

Getirilmesi Gerekenler

- Spor kıyafeti ve rahat ayakkabılar (kapalı spor ayakkabı zorunlu)
- Not alma malzemeleri (defter, kalem)
- Kişisel su şişesi
- Kimlik belgesi
- Sağlık Beyan Formu (Eskişehir'de kayıt esnasında doldurulacak)

ÖNEMLİ NOT: Eğitim programı yoğun bir fiziksel aktivite içermektedir. Sağlık sorunu olan katılımcıların eğitimlerini önceden bilgilendirmeleri gerekmektedir.

İletifim Bilgileri

Uluslararası Raket Sporları Derneđi (URSD)

Pick-Pong Eđitici Eđitimi

Eskişehir 2025

Web: www.ursd.org.tr

E-posta: info@ursd.org.tr

Başarılı ve keyifli bir eğitim dönemi dileriz!

