



# TÜRKİYE JUDO FEDERASYONU BAŞKANLIĞI KAMP VE EĞİTİM TALİMATI

## BİRİNCİ BÖLÜM

### Amaç, Kapsam, Dayanak ve Tanımlar

#### Amaç:

**Madde 1** - Bu talimatın amacı, milli takım kamplarının düzen ve disiplinini sağlamak, kamp organizasyonlarında görevli elemanların görev ve yetkilerine dair usul ve esasları düzenlemektir.

#### Kapsam:

**Madde 2** - Bu talimat, milli takım kamplarına katılacak sporcuları, antrenörleri, doktor, fizyoterapist, masör, beslenme uzmanı, spor psikologu, baş antrenör, kamp müdürü ve milli takım kamplarında Türkiye Judo ve Kuraş Federasyonunun talimatıyla görev yapacak diğer personel ve benzeri spor elemanlarının milli takım kamp öncesi, kamp süresi ve sonrasında yükümlü oldukları görev ve sorumlulukları kapsar.

#### Dayanak:

**Madde 3**-Bu talimat 3289 sayılı Spor Genel Müdürlüğünün Teşkilat ve Görevleri Hakkında Kanununun Ek 9. Maddesi, 14/7/2004 tarihli ve 25522 sayılı Resmi Gazetede yayımlanarak yürürlüğe giren Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü Özerk Spor Federasyonları Çerçeve Statüsü ile 26 Ocak 2007 tarihli ve 26415 sayılı Resmi Gazetede yayımlanan Türkiye Judo ve Kuraş Federasyonu Ana Statüsü'ne dayanılarak hazırlanmıştır.

#### Tanımlar

**Madde 4** - Bu talimatta geçen;

- Genel Müdürlük** : Spor Genel Müdürlüğünü,  
**İl Müdürlüğü** : Spor İl Müdürlüğünü,  
**Federasyon** : Türkiye Judo Federasyonunu,  
**Federasyon Başkanı** : Türkiye Judo Federasyonu Başkanı,  
**Kafile Başkanı** : Milli Takımların yurt dışı seyahatlerinde Federasyonu temsilen kafileye liderlik eden, her türlü sevk, idare ve temsilden sorumlu federasyon yönetim kurulu üyesini,  
**Teknik Kurulu** : Milli Judo nun gelişiminden ve seviyesinden sorumlu kurulu,  
**Kulüp** : Tescil edilmiş, Judo şubesi bulunan spor kulübünü,  
**Sporcu** : Federasyonda, İl Müdürlüklerinde veya okullarda tescilli, kulüplerde ve/veya okullarda lisanslı judocuları,  
**Baş antrenör** : Federasyon tarafından atanan en üst teknik yetkili ve sorumlusunu,  
**Yardımcı Antrenör** : Milli Takım kamp, müsabaka ve diğer faaliyetleri sırasında yardımcı olması amacıyla baş antrenörün talimatı doğrultusunda iş görecektir istatistik veya kondisyon veya teknik-taktik konularında uzman antrenörü,  
**Doktor** : Milli Takım kamp ve/veya müsabaka sürecinde kamp veya müsabaka kadrosuna dahil olan bütün elemanların sağlık durumlarıyla ilgilenen tıp doktorunu,  
**Spor Psikologu** : Milli Takım kamp veya müsabaka sürecinde kamp veya müsabaka kadrosuna dahil olan bütün elemanların psikolojik durumlarıyla ilgilenen spor psikologu,  
**Fizyoterapist** : Milli Takım kamp veya müsabaka sürecinde kamp veya müsabaka kadrosuna dahil milli sporcuların spor sakatlıklarına yerinde müdahale etmek üzere görev verilen fizyoterapi uzmanını.



**Beslenme Uzmanı** : Milli Takım kamp veya müsabaka sürecinde kamp veya müsabaka kadrosuna dahil olan bütün elemanların, faaliyet programına uygun ve dengeli beslenmelerini sağlayan sporcu beslenmesi konusunda akademik eğitim görmüş uzman kişiyi,

**Masör** : Milli Takım kamp veya müsabaka sürecinde kamp veya müsabaka kadrosuna dahil milli sporcuların bedensel dinlenmelerinin, antrenman veya müsabaka esnasında doğabilecek basit sakatlıklarda gerekli müdahaleyi yaparak antrenman veya müsabakaya devamlarının sağlanması amacıyla görev verilen sertifikalı masaj uzmanını,

**Millî Sporcu** : Milli Takım Kampına, milli müsabakalara hazırlanmak veya milli müsabakada görev almak üzere çağırılmış sporcuları,

**Kamp** : Milli Takımların sporcu sağlık taramalarının, performans ölçümlerinin yapıldığı, antrenman, turnuva, şampiyona ve müsabakalara hazırlanmak veya iştirak etmek için toplandıkları, Milli takımın bütün elemanlarının birlikte konakladığı ortam ve süreci,

**Kamp Müdürü** : Milli Takım kampı sırasında federasyonla sürekli irtibat halinde, federasyonun talimatları doğrultusunda konaklama, ulaşım, antrenman salonunun düzenlenmesi, antrenman malzemesinin temini ve düzenlenmesi, toplantı- video salonlarının rezervasyonu, teknik ekip veya sporcu ihtiyaçlarının karşılanması, aksaklıkların giderilmesi, kamp talimatının eksiksiz uygulanmasının sağlanması amacıyla federasyon tarafından atanan idari personeli,

**Teknik Ekip** : Türkiye Judo ve Kuraş Federasyonu tarafından atanan baş ve yardımcı Antrenörleri,

**Sağlık Ekibi** : Federasyon tarafından Milli Takımın kamp veya müsabaka öncesi, sırası ve sonrasında sporcuların her türlü sağlık problemiyle ilgilenmek amacıyla görevlendirilen doktor, fizyoterapist, masör, psikolog, beslenme uzmanı ve benzeri sağlık görevlilerinin tümünü, ifade eder.

#### **Yükümlülükler**

**Madde 5 -** Federasyonun maaşlı, ücretli memur ve hizmetlileri, harcırahlı veya harcırahsız fahri görevlileri ve/veya gönüllüleri, maaşlı veya maaşsız antrenörler ile milli takım kampına davet edilen bütün sporcular, milli takım kampları öncesi, kamp süresi ve sonrasında bu talimatın yüklediği görevleri eksiksiz ve gecikmesiz yerine getirmekle yükümlüdür.



## İKİNCİ BÖLÜM Genel Hükümler

### Milli Takım ve Milli Takım Kamplarında Görevli Kişiler

**Madde 6-** Federasyon, milli takımlar ve milli takım kampları ile ilgili işlerini aşağıdaki kişiler aracılığı ile yürütür:

- a) Kfile Başkanı,
- b) Teknik Kurulu,
- c) Milli Takım Baş antrenörü ,
- ç) Teknik Ekip,
- d) Baş Antrenör,
- e) Yardımcı Antrenörler,
- f) Kondisyoner ,
- g) Kamp Müdürü,
- ğ) Sağlık Ekibi,
- h) Doktor,
- ı) Beslenme Uzmanı,
- i) Spor Psikologu,
- j) Fizyoterapist,
- k) Masör,
- l) Sporcu,

### Kfile Başkanının Görev, Yetki ve Sorumlulukları:

**Madde 7-** Kfile Başkanının görev, yetki ve sorumlulukları şunlardır;

- 1) Milli takım kamplarını denetlemek; baş antrenör, kamp müdürü, teknik ekip, sağlık ekibi ve sporcuların kamp talimatına uygun davranmasını sağlamak, uygun davranmayanları uyarmak ve federasyona rapor etmek,
- 2) Milli Takım Baş antrenörün düzenli çalışmasını sağlamak,
- 3) Milli Takımda bir toplantı kültürü oluşturmak ve geliştirmek,
- 4) Milli Takım Baş antrenörün nezaretinde her kamp gününün başlangıcında teknik ekibin ve sağlık ekibinin bir araya geldiği planlama – koordinasyon toplantıları yapılmasını sağlamak,
- 5) Milli Takım Baş antrenörünün nezaretinde her kamp gününün sonunda teknik ekibin ve sağlık ekibinin bir araya geldiği değerlendirme toplantıları yapılmasını sağlamak,
- 6) Milli Takım Baş Antrenörüyle sürekli irtibat halinde bulunmak, kamp öncesi, sırası ve sonrasında baş antrenörün teknik taleplerinin yerine getirilmesini temin etmek,
- 7) Nezaret ettiği her milli takım kampından sonra milli takım elemanları ile ilgili görüşlerine yer verdiği bir rapor hazırlayarak federasyon başkanına sunmak,

### Milli Takım Baş Antrenörünün Görev, Yetki ve Sorumlulukları

**Madde 8-** Milli Takım Baş Antrenörün görev, yetki ve sorumlulukları şunlardır;

- 1) Görevli olduğu kategorideki milli takımın yurt içi faaliyetlerinde herhangi bir aksaklık olmaması için çaba göstermek,
- 2) Milli Takım teknik ekibi ile hedefe yönelik kamp, antrenman, turnuva, hazırlık maçı programlarını düzenleyerek faaliyetten 30 gün önce federasyona ulaştırmak,
- 3) Milli Takım teknik ekibinin kamp ve benzeri faaliyetler için belirlediği aday sporcu kadrosunu zamanında federasyona ulaştırmak,



- 4) Kadroda bulunan sporcuların ve diğer görevlilerin görev izin yazılarının kurumlarına yazılabilmesinin temini için faaliyetin başlangıç tarihinden 20 gün önce ayrıntılı adres cetveli hazırlayarak federasyona ulaştırmak (EK-1 Formu),
- 5) Görev izin yazılarının ilgili kurumda işleme konulmamış olması, yanlış adrese gitmiş olması ve benzeri olumsuz durumlar doğma ihtimaline karşı aday kadrodaki sporcular ve diğer görevlilerle önceden görüşüp durumu tespit etmek, sorun doğmuşsa federasyonla temasa geçerek çözümlenmek,
- 6) Federasyon tarafından onay verilen kamp merkezlerinde Milli Takım teknik ekibinin belirlediği antrenman ve konaklama koşullarının temini için faaliyetten en az 20 gün önce ayrıntılı Antrenman - Servis ve Konaklama Cetvelini federasyona ulaştırmak.(EK-2 Formu),
- 7) Federasyon tarafından onay verilen kamp merkezlerinde Milli Takım teknik ekibinin ve sağlık ekibinin birlikte belirlediği antrenman, beslenme, barınma, ulaşım, dinlenme ve benzeri hazırlanma koşullarının temini için faaliyetten en az 20 gün önce Ayrıntılı Zaman Çizelgesini federasyona ulaştırmak (EK-3 Formu),
- 8) Kamp süresi içinde Milli Takım teknik ekibi tarafından talep edilen antrenman malzemesinin temini için faaliyetten en az 20 gün önce kamp malzemesi talep listesi hazırlayarak federasyona ulaştırmak (EK-4 Formu).  
Malzemenin kamp merkezine nakli için gerekli düzenlemeler yapılırken federasyonla temas halinde olmak, federasyon tarafından temin edilen malzemenin alan kişilere federasyon depo sorumlu memuru ile birlikte zimmetlenmesini ve zimmet belgelerinin federasyona ulaştırılmasını sağlamak,
- 9) Kampta hastalanan, zehirlenen, yaralanan veya sakatlanan sporcuların veya teknik ekibin federasyonun sağlık kurulunun yönlendirmesi doğrultusunda hastaneye sevkini sağlamak ve tedavi sürecini takip ederek kafiye başkanı ve federasyona rapor vermek,
- 10) Milli Takımın bütünlük içinde federasyonun ilke ve prensipleri doğrultusunda hareket etmesini sağlamak, aksi davranışları kafiye başkanı ve federasyona rapor etmek,
- 11) Görevli olduğu kategorideki milli takımın yurt dışı faaliyetlerinde herhangi bir aksaklık olmaması için çaba göstermek,
- 12) Milli Takım teknik ekibinin tespit ettiği nihai turnuva ve organizasyonlarda federasyonun belirlediği sayıyı geçmemek şartıyla sporcu kadrosunu zamanında federasyona ulaştırmak,
- 13) Görev izin yazılarının ilgili kurumda işleme konulmamış olması, yanlış adrese gitmiş olması ve benzeri olumsuz durumlar doğma ihtimaline karşı aday kadrodaki sporcularla ve diğer görevlilerle önceden görüşüp durumu tespit etmek, sorun doğmuşsa federasyonla temasa geçerek çözümlenmek,
- 14) Sporcu, teknik ekip ve idari heyetten oluşabilecek delegasyonun pasaport son geçerlilik tarihlerini yakından takip etmek, gerekli prosedürün aksaksız yürütülebilmesi için pasaport sahiplerini uyarmak, vizeler için seyahatten 30 gün önce pasaportları toplayarak başvurunun yapılmasını sağlamak,
- 15) Avrupa şampiyon kulüpler kupası Avrupa Şampiyonaları, Dünya Şampiyonaları, Olimpiyatlar ve diğer tüm uluslararası yarışmalar için Avrupa Judo ve Kuraş Konfederasyonu (EJU) veya Dünya Judo ve Kuraş Federasyonunun (IJF) şart koştuğu yazılı prosedürü bizzat takip etmek; sporcu, teknik ekip ve idari heyetten oluşabilecek delegasyonla ilgili doldurulması gereken bütün formları, doldurulmuş olarak en geç form cetvelindeki (EK-5 Bilgi Formu) son bildirim tarihlerinde federasyona ulaştırmak,
- 16) Seyahat veya yurt dışındaki faaliyet süresi içinde hastalanan, zehirlenen, yaralanan veya sakatlanan sporcuların veya teknik ekibin, organizatör ülke sorumlularıyla temasa geçerek fizyoterapist/masör veya takım doktoru nezaretinde hastaneye sevkini sağlamak ve tedavi sürecini takip ederek anında federasyona rapor vermek,
- 17) Milli Takımın bütünlük içinde, milli temsil ilke ve prensipleri doğrultusunda hareket etmesini sağlamak aksi davranışları rapor etmek,
- 18) Yurt dışında gerçekleştirilen faaliyetle ilgili ayrıntılı “faaliyet değerlendirme raporu” hazırlayarak yurda dönüşü müteakip 7 gün içinde federasyona ulaştırmak. (EK-6 Formu)
- 19) Yurt dışı seyahatine çıkmadan önce federasyondan tedarik ettiği Yurtdışı Müsabakalara Giderken Dikkat Edilmesi Gereken Hususlar ( EK-7 Formu) formunu doldurarak bir eksiklik olmadığından emin olmak,



- 20) Her türlü EJU ve IJF faaliyeti öncesinde takip edilmesi gereken form doldurma prosedürüne tamamen hakim olmak, EJU veya IJF internet sitesinden veya doğrudan Federasyondan doldurulacak formlarla ilgili bilgilerini güncellemek (EK-9 Bilgi Formu),
- 21) Yurtiçi – Yurtdışı her türlü kamp faaliyeti öncesinde Milli Takımlar Aday Kadro formunu (EK-8 Formu) doldurarak zamanında federasyona iletmek,
- 22) Federasyon tarafından kamp müdürü atanmayan her türlü kamp organizasyonunda Kamp Müdürünün görev, yetki ve sorumluluklarını üstlenmek.
- 23) Milli Takım sporcu kadrosunu belirlemek,
- 24) Milli Takım antrenman programını belirlemek,
- 25) Kondisyoner ve diğer yardımcı antrenörlerle iş birliği yaparak belirlemiş olduğu antrenman programının uygulanmasını sağlamak,
- 26) Milli Takım antrenmanlarında kullanılacak teknik malzemeyi belirlemek,
- 27) Belirlemiş olduğu Milli Takım antrenman programlarında önceden federasyona gerekçelerini belirterek baş antrenör, kamp müdürüne, yardımcı antrenörlere ve sporculara bilgi vererek gerekli gördüğü değişiklikleri yapmak.
- 28) Hedefe yönelik yetenek seçimlerinde ilgili kurul ve kişilerin değerlendirmelerini de dikkate almak suretiyle geniş kapsamlı milli takım sporcu kadrosunu oluştururken gelecek vaad eden sporcuların dışarıda kalmamasına gayret etmek,
- 29) Milli takım seviyesinde olduğu düşünülen sporcuları sürekli takip ve gözetim altında tutmak,
- 30) Hedefe yönelik kamp ve antrenman periyotları planlayarak federasyonun onayına sunmak,
- 31) Onaylanan kamp ve antrenman periyotlarını sporcuların yetenek ve fiziksel form durumlarını göz önüne alarak en yüksek verimin elde edilebileceği antrenman programlarıyla değerlendirmek,
- 32) Antrenman programlarının kaydını tutmak ve kamp bitiminde federasyona sunmak,
- 33) Kampa katılan sporcularla ilgili istatistiki bilgileri bir teknik rapor halinde federasyona sunmak,
- 34) Kampa çağırıldığı halde katılmayan sporcuları vakit geçirmeksizin federasyona rapor etmek,
- 35) Milli Takım sporcularının kamp talimatına uygun tutum, davranış ve performans sergilemeleri için çaba harcamak,
- 36) Kamp Talimatına aykırı davranışlar sergileyen sporcuları federasyona rapor etmek,
- 37) Kamp düzenini disiplinsiz davranışlarıyla aksatan sporcuları federasyona bildirerek kamptan çıkarmak,
- 38) Disiplinsiz davranışları nedeniyle bir önceki kamptan çıkarılan sporcunun bir sonraki kampa çağırılması gerektiğini düşünüyorsa izin için Federasyon Başkanına gerekçeli bir rapor ile başvurmak,
- 39) Kaydını tuttuğu bütün kampların, kamp sonunda müsabaka veya turnuva varsa, bu müsabakaların da analizlerini, sonuçlarını ve kadrodaki oyuncuların performanslarını detaylı bir biçimde “Kamp Raporu” adı altında dosyalayarak veya ciltleyerek bilgisayar çıktısı formatında başkana sunmak,
- 40) Resmi veya hazırlık amaçlı bütün milli müsabakaların video- cd kaydını tutmak, arşivlemek ve orijinal nüshalarını “Kamp Raporu” ile birlikte başkana sunmak,
- 41) Sağlık ekibinin gerçekliğini saptayamadığı sebeplere dayanan rahatsızlık hallerinde ilgili sporcu, baş antrenör tarafından derhal kamptan çıkartılır, evine gönderilir ve durum vakit kaybetmeksizin federasyona rapor edilir.

### **Kamp Müdürünün Görev ve Sorumlulukları**

**Madde 9-** Kamp Müdürünün görev ve sorumlulukları şunlardır;

- 1) Baş antrenörün Federasyona vermiş olduğu faaliyet programını alarak kamp süresince uygulanacak antrenman programına ve mümkünse Baş Antrenörün talebine uygun özelliklerdeki spor tesislerinin Federasyon kanalıyla gerekli yazışmaların yapılarak Milli Takıma tahsis edilmesini sağlamak,



- 2) Kamp hizmetlerinin düzgün bir biçimde verilmesi için kamp yapılacak tesislerin yetkilileriyle önceden irtibat ve mutabakat sağlamak,
- 3) Kampta meydana gelebilecek her türlü idari sorunu öngören bir plan hazırlayarak tedbirlerini almak, doğabilecek ihtiyaçların giderilmesi için kamp yapılacak tesislerin ve kampların yapıldığı illerin İl Müdürlükleri yetkilileriyle sürekli irtibat halinde olarak gerekli koordinasyonu sağlamak,
- 4) Kamptaki günlük faaliyetlerin idari seyir raporunu düzenli biçimde tutarak gideremediği aksaklıkları federasyona bildirmek ve kamp sonunda tuttuğu raporu Başkana sunmak,
- 5) Kamp disiplinine, Kamp Talimatına uymayan, huzur bozucu sözler sarf eden, gerginlik yaratıcı davranışlar sergileyen, görevlerini tam anlamıyla ya da hiç yerine getirmeyen baş antrenör, antrenör, sporcu ve diğer görevlileri ikaz ederek göreve davet etmek, problemin ortadan kaldırılmaması halinde derhal federasyona bildirmek ve kamp sonunda durumu yazılı olarak rapor etmek,
- 6) Kamp süresince Milli Takımın her türlü ulaşım işlemini denetim altında tutmak, herhangi bir aksaklığa karşı tedbir almış olmak,
- 7) Kampta ve müsabakada giyilecek kıyafetlerin ve kullanılacak malzemenin kampın ilk gününe eksiksiz olarak yetişmesini sağlamak,
- 8) Kampın sağlıklı ve düzenli yürütülebilmesi için kampa gelecek ziyaretçiler ve basın mensupları için Kamp Talimatında hüküm bulunmayan durumlara yönelik Başkanın onayını alarak uygun düzenlemeler yapmak,
- 9) Teknik ekibin, sporcuların ve diğer görevlilerin sağlık sorunlarıyla ilgilenmek, kamp merkezinde çözümlenemeyen sağlık problemleri için en yakın sağlık kuruluşuna ulaşımı temin etmek,
- 10) Kampa katılan bütün görevlilerin, özellikle sporcuların Milli Takım diyetine uygun beslenmelerini sağlamak, beslenme düzenindeki aksaklıkları hızla gidermek,
- 11) Anma toplantısı, özel eğlence, basın toplantısı, imza günü, röportaj, kamp programı dışında sporcuların kampı terk etmesine sebep olacak özel geziler ile ilgili, Federasyonla irtibata geçerek düzenlemeler yapmak.

### **Milli Sporcuların Görev ve Sorumlulukları**

**Madde 10-** Milli sporcuların görev ve sorumlulukları şunlardır;

- 1) Milli temsilin sadece milli müsabaka ile sınırlı olmadığını bilmek ve bu bilinçle kamp periyodunun her aşamasında milli temsile yakışır tutum ve davranışlar sergilemek,
- 2) Kamp programına, kampın başlangıç anından itibaren yemek, toplantı ve hareket saatlerine eksiksiz uyacak biçimde saygı göstermek,
- 3) İzin gün ve/veya saatleri dışında kampta kalmak, özel veya resmi işlerini izin süresi içinde, kamp veya müsabaka konsantrasyonunu bozmayacak şekilde takip etmek,
- 4) Arkadaşlarıyla iyi geçinmek, özel meselelerini kamp süreci dışında tutmak, Milli Takım çatısı altında arkadaşına, takıma veya antrenörlerine sürekli pozitif tavırlar sergilemek, olumlu mesajlar vermek,
- 5) Kamp yeri ve koşulları ile ilgili, kamp içinde veya dışında negatif yorum yapmamak, eleştiride bulunmamak, Federasyon yetkilileri tarafından fikri sorulmadıkça kamp koşulları, konaklama standartları, Millî Takımın durumu, teknik ekibin veya sağlık ekibinin yaklaşımlarıyla ilgili bir değerlendirme dile getirmemek,
- 6) Ne amaçla ve ne koşullar altında olursa olsun, kamptaki en yetkili kişinin izni olmaksızın oda servisinden yararlanmamak, odasına su haricinde içecek ve herhangi bir yiyecek sokmamak,
- 7) Odalara, yakınlık derecesi ne olursa olsun hiçbir surette misafir kabul etmemek, kamp merkezinin lobisine gelecek ziyaretçilerle görüşmek için kamptaki en yetkili kişinin iznini almış olmak,



### **Yardımcı Antrenörün Görev, Yetki ve Sorumlulukları**

**Madde 11-** Yardımcı Antrenörün görev, yetki ve sorumlulukları şunlardır;

- 1) Baş Antrenörün isteğine uygun olarak düzenlediği kondisyon antrenmanı programlarını veya doğrudan Baş Antrenörün planladığı diğer antrenmanları uygulamak, Baş Antrenörün uygulamaları sırasında aldığı görevler doğrultusunda yardımcı olmak,
- 2) Sporcuların teknik – taktik ve kondisyon antrenmanlarında istenen performansı sergilemeleri için çalışmak,
- 3) Sporcuların motivasyonunu yüksek tutmak için çaba sarf etmek, sorun ve isteklerini Baş Antrenöre iletme,
- 4) Sporcuların performansını dikkatle takip etmek, form durumlarını gözlemleyerek Teknik Ekibe bilgi vermek,
- 5) Sporcuları kamp ortamı içinde denetlemek, düzensizlikler için ikaz etmek,
- 6) Sporcuların antrenman, toplantı, yemek, dinlenme programlarına uymalarını sağlamak.
- 7) Baş antrenörün veya Kamp Müdürünün organize ettiği çalışma koşullarının ve antrenman ortamının planlanan antrenman için uygun olmasını sağlamak,
- 8) Kıyafet ve davranışlarıyla sporculara örnek olmak.

### **Doktorun Görev ve Sorumlulukları**

**Madde 12-** Doktorun görev ve sorumlulukları:

- 1) Kampa katılan sporcuların kamp başlangıcında genel sağlık taramasının yapılmasını sağlamak,
- 2) Sporcu sağlık formu düzenleyerek sporcuların kamp sırasında ve iki kamp arasında geçen sürede sağlık ve gelişim durumlarıyla ilgili arşiv oluşturmak,
- 3) Sporcuların antrenman veya müsabakaya katılacak durumda olup olmadıklarına dair teknik ekibe bilgi vermek,
- 4) Sporcuların sağlığı için gereken ilaç, bandaj, sportif destek malzemesi ile ilgili olarak teknik ekibe ve baş antrenöre bilgi vermek,
- 5) Sporcuların izinsiz ilaç kullanımlarını engellemek için gerekli tedbirleri almak, doping ve genel sağlık konularıyla ilgili olarak sürekli bilinçlendirme çalışmaları yapmak,
- 6) Doping numune alımı için gerekli organizasyonu yapmak ya da yapılan bir organizasyona yardımcı olmak,
- 7) Sporcuların doping maddesi içerebilecek hazır yiyecek veya içecekler tüketmelerine engel olmak,
- 8) WADA tarafından yayınlanan doping listesinde yer alan maddelerin ve bu maddeleri ihtiva eden farklı ticari markaların güncellenmiş listesini elde etmek ve kamp yetkilileri başta olmak üzere bütün sporcuların bu markalardan haberdar olmalarını ve bu ürünleri kullanmamalarını sağlamak,
- 9) Kamp ve antrenman merkezine en yakın sağlık merkezi ile sürekli irtibat halinde olarak muhtemel sorunlarda gerekebilecek acil müdahaleler için hazırlıklı olmak,
- 10) Tedavisi otelde yapılamayacak durumdaki sporcuya, yurt içinde veya yurt dışında hastaneye gidip hastaneden çıkıncaya kadar yakın nezaret etmek, durum hakkında ayrıntılı bilgi alarak bunu Milli Takım antrenörleri, baş antrenör ve kamp müdürüne sözlü, kafile başkanına ve ayrıca federasyona yazılı olarak rapor etmek,
- 11) Masöre kullanacağı ilaçları söylemek ve bunların kontrollü, usulüne uygun kullanımını denetim altında tutmak.



### **Fizyoterapistin Görev ve Sorumlulukları**

**Madde 13-** Fizyoterapistin görev ve sorumlulukları şunlardır:

- 1) Sağlık kurulu ve kamp doktoru ile iş birliği içinde kas kuvveti ve mukavemeti, anaerobik güç ölçümü testleri yaparak veya yaptırarak sporcuların fiziksel performans düzeylerini tespit etmek ve daha yüksek performans için teknik ekip ve sporcularla iş birliği içinde çalışmak,
- 2) Antropometrik ölçümler yapmak, bu tür ölçüm çalışmaları için gerekli organizasyonları sağlamak veya yapılan bir organizasyona yardımcı olmak,
- 3) Yapılan test ve ölçümlerde kapasite ve performanslarının düşük olduğu tespit edilen sporcular için özel fiziksel tedavi, rehabilitasyon ve egzersiz programları hazırlamak, uygulamak.

### **Psikologun Görev ve Sorumlulukları**

**Madde 14-** Psikologun görev ve sorumlulukları şunlardır:

- 1) Sporcuların kişilik özellikleri, bilişsel, bedensel kaygıları ve yarışma kaygıları ile özgüvenleri, dikkat-konsantrasyon özellikleri ve motivasyonel düzeylerine ilişkin bilgiler oluşturacak testleri uygun antrenman periyotlarında uygulayarak değerlendirmek, müsabaka periyotları içinde gerekli yardımı sağlamak, bu amaçla teknik ekibi uyarıp desteklerini alarak sporcuların katılımlarının sağlanmasını temin etmek ve başkana periyodik raporlar sunmak,
- 2) Psikolojik periyotlara paralel olarak yurt içi ve yurt dışı kamplarda uygun olan süreler içinde sporcu ve teknik ekibin iletişim becerilerinin gelişmesine yardımcı olmak, sporcuların yarışma kaygısı ile başa çıkmalarını sağlamak amacıyla kaygı ile başa çıkma becerilerini, yarışmalara daha kolay hazırlanmalarını sağlamak amacıyla zihinsel antrenman tekniklerini öğretmek ve motivasyonlarının yükseltilmesi için çalışmalar planlamak,
- 3) Milli takım aday kadrosunda olan tüm sporcuların psikolojik profillerini oluşturmak, antrenman ve müsabaka davranışlarına ilişkin notlar tutmak ve dosyalamak,
- 4) Milli takımları oluşturan sporcular başta olmak üzere milli takım kampının bütün unsurlarına psikolojik danışmanlık hizmeti vermek,
- 5) Sporcuların performanslarını engelleyen psikolojik sorunlarını azaltmak, psikolojik hazırlıklarını tamamlayarak en üst performansa ulaşmalarını ve iyi bir kamp dönemi geçirmelerini sağlamak,
- 6) Sporcuların ve teknik ekibin beceri öğrenimi sporcunun daha kolay beceri sergilemesine yardımcı olmak açısından gerekli hazırlıkları yaparak gerekli becerileri kazanmasını sağlamak,
- 7) Alt yapı kamplarında sporcuların psikomotor gelişimine uygun olarak motor beceri kazanmalarını sağlamak amacıyla teknik ekiple işbirliği yapmak,
- 8) Görev ve sorumluluklarını yerine getirebilmek için teknik ekip ve sporcularla en üst seviyede iş birliği sağlamak amacıyla başkanın desteğini almak,

### **Masörün Görev ve Sorumlulukları**

**Madde 15-** Masörün görev ve sorumlulukları şunlardır:

- 1) Sporcuların kendilerini dinç ve zinde hissetmeleri, ruhsal gerginlikten arınmaları için masaj yaparak sportif motivasyona katkı sağlamak,
- 2) Antrenman ve müsabaka öncesi sporcuların kaslarını uyararak sportif aktiviteye hazır hale getirmek,
- 3) Antrenman ve müsabaka öncesi sporcuların pasif ve aktif ısınmalarını sağlamak,
- 4) Antrenman ve müsabaka sırasında oluşabilecek kas gerginliği ve krampları derhal müdahale ederek gidermek,
- 5) Antrenman veya müsabaka sonrasında sporcunun iyi dinlenmesini sağlayarak bir sonraki antrenman veya müsabakaya hazır hale getirmek,
- 6) Doktorun ve beslenme uzmanının verdiği ilaçları, vitamin, mineral, yiyecek ve içecekleri periyoduna ve dozajına uygun kullanması, önerdiği tedaviyi aksaksız yerine getirmesi için sporcuya yardımcı olmak,





7) Geçirilmiş sakatlıklar sonrasında meydana gelebilecek fiziksel güvensizliği giderme sürecinde sporcuya destek olmak,

8) Müsabaka öncesi soyunma odasının Milli Takım içeri girmeden önce müsabaka masaj ve bakımına hazırlanması için yeteri kadar önce salonda, soyunma odasında yerini almak, sporcuların içme sularını, doktorun önerdiği sıvı karbonhidrat-mineral takviyelerini kontrol etmek, hazır bulundurmak,

### **Beslenme Uzmanının Görev ve Sorumlulukları**

**Madde 16-** Beslenme Uzmanının görev ve sorumlulukları şunlardır:

- 1) Kamp süresince antrenman veya müsabaka şiddetine ve antrenman periyotlarına uygun şekilde sporcuların en iyi performansı gösterebilmeleri ve yorgunluğun önlenmesi azaltılabilmesi amacıyla beslenme programları hazırlamak ve sporcular tarafından uygulanmasını sağlamak,
- 2) Antrenman ve müsabaka öncesi, sırası ve sonrasında sporcuların performansta devamlılıklarını sağlayacak, yorgunluğu azaltabilecek beslenme takviyeleri bulundurulması için gerekli tedbirleri almak ve bu beslenme takviyelerinin kullanımını sağlamak, sporcuları ve teknik ekibi bu ürünlerle ilgili bilgilendirmek,
- 3) Antrenman ve müsabaka öncesi, sporcuların maksimum performans gösterebilmelerine engel olabilecek beslenmeye bağlı sağlık sorunlarını saptamak ve düzeltilmesini sağlamak,
- 4) Milli takım aday kadrosunda olan tüm sporcuların performanslarını ve sağlıklarını etkileyebilecek beslenmeye bağlı sağlık sorunlarını düzeltilmesi amacıyla takip etmek,
- 5) Sporcuların sindirim ve kilo sorunlarıyla ilgili performanslarını olumsuz etkilemeyecek özel diyetler hazırlamak ve uygulamasını temin etmek,
- 6) Özellikle alt yapı sporcularının uygun şekilde büyümeleri ve gelişebilmeleri, elit sporcuların da en iyi performansı gösterebilmeleri için vücut kompozisyonlarını ve beslenme durumlarını takip etmek,
- 7) Kamp merkezindeki mutfak ve yemekhane hizmetlerini düzenli ve verimli yürütülmesini sağlamak,
- 8) Kamp merkezlerinde tüketilen gıda maddelerinin sağlık şartlarına uygunluğunu kontrol etmek,
- 9) Sporcuların kamp sonrasında da dengeli ve yeterli beslenmelerini sağlamak için kamp sırasında bilinçlendirme amaçlı çalışmalar yapmak, kamp sonrasında bunları takip etmek.

## **ÜÇÜNCÜ BÖLÜM**

### **Son Hükümler**

#### **Talimatta Yer Almayan Hususlar**

**Madde 17-** Bu talimatta yer almayan hükümlerle ilgili kararı, yönetim kurulu verir.

#### **Yürürlük**

**Madde 18-** Bu talimat, Spor Genel Müdürlüğü ile Türkiye Judo Federasyonu resmi internet sitelerinde yayımlandığı tarihinde yürürlüğe girer.

#### **Yürütme**

**Madde 19-** Bu talimat hükümlerini Türkiye Judo Federasyonu Başkanı yürütür.

**KAMP -GÖREV-İZİN YAZISI ADRES CETVELİ****EK-1**

Takım adı	Faaliyet	Kamp tarihi	YER (İl - Otel - Ülke)
		...../...../200..	
		..../..../200..	

NO	Adı soyadı	Unvanı	Kurum adresi
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			
31			
32			
33			
34			
35			
36			
37			
38			

**Sorumlu Baş antrenör imza****SON BİLİDİRİM TARİHİ****HEDEF YARIŞMANIN ADI**

**MİLLİ TAKIM ANTRENMAN CETVELİ****EK-2**

<b>TAKIM</b>	<b>Faaliyet</b>	<b>TARİH (İlk-Son)</b> ..... / ..... / 200.. ..... / ..... / 200..	<b>YER (İl - Otel - Ülke)</b>
--------------	-----------------	--	-------------------------------

**YAPILMASI PLANLANAN**

Antrenman Gün Sayısı	
Toplam Antrenman Sayısı	
Antrenmanların Tercih Edildiği Salon (Varsa)	
İlk Antrenmanın Tarih ve Saati	
Son Antrenmanın Tarih ve Saati	
Her Bir Antrenmanın Ortalama Toplam Süresi	

**Takvimlendirilmiş Çift-Tek Antrenman Günleri (Kutular işaretlenerek)**

pazartesi	salı	çarşamba	perşembe	cuma	cumartesi	pazar	pazartesi	salı	çarşamba	perşembe
cuma	cumartesi	salı	çarşamba	perşembe	cuma	cumartesi	pazar	pazartesi	salı	çarşamba
perşembe	cuma	cumartesi	pazar	pazartesi	salı	çarşamba	perşembe	cuma		

**KAMP DETAYLARI**

Antrenmana katılan sporcu sayısı	.....	Kampa davet edilen sporcu sayısı	.....
Antrenmana katılmayan sporcu sayısı	.....	Kampa davet edilen toplam kişi sayısı	.....
Kamp merkeziyle ilgili değerlendirme	Kötü		
	Orta		
	iyi		

**KONAKLAMA DETAYLARI**

MİLLİ TAKIM KAMP MERKEZİ KONAKLAMA	Giriş	GÜN	
		SAAT	
	Ayrılış	GÜN	
		SAAT	

**SEYAHAT DETAYLARI**

<b>GİDİŞTE</b>	Hava Limanı:	Tarih:	Uçuş Saati:
<b>DÖNÜŞTE</b>	Hava Limanı:	Tarih:	İniş Saati:

Sorumlu Baş antrenör

İmza

NOT: Son bildirim tarihi, faaliyetten 20 gün öncedir.





MİLLİ TAKIM KAMPI MALZEMESİ TALEP LİSTESİ			EK-4
FAALİYETİN ADI	TARİH	MALZEME	ADET
Antrenman Kampı - ? Müsabaka kampı- ?	Teknik ekip ve sporcular için talepler	EŞOFMAN	
		JUDOĞİ	
		KROS AYAKKABISI	
		T-ŞORT	
		ŞORT	
		ANORAK	
		ÇORAP	
		ÇANTA	
		HAVLU	
		TERLİK	
	KAMP YERİ İÇİN TALEPLER	ANTRENMAN MİNDERİ	
		AĞIRLIK MALZEMELERİ	
		VİDEO	
		DİĞER ANT.MALZEMELERİ	
<b>Son bildirim tarihi, faaliyetten 20 gün öncedir.</b>			
NOT	Örnek olarak verilen bu cetvel, içindeki yazılar silinerek WORD formatında doldurulabilecek ya da talep edilen her türlü malzeme, sayısında ve/veya fonksiyonunda herhangi bir yanlış anlamaya neden olmayacak netlikte ve ayrıntıda farklı bir cetvel üzerinde gösterilebilecektir.		
	Giyilecek malzemenin ebadı (Ayakkabı numarası, forma/tişört ölçüsü, vb) Baş antrenör tarafından düzenlenecek ayrı bir listede verilecektir.		
TARİH	SORUMLU BAŞ ANTRENÖR	İMZA	
KATEGORİ	?	TOPLAM SPORCU VE DİĞER GÖREVLİ SAYISI:	





Ferdi derece

GOLD

SİLVER

BRONZ

### ORGANİZATÖR ÜLKE HAKKINDA İDARİ DEĞERLENDİRME

Organizasyonun kalitesi/ ev sahibi ülkenin gösterdiği konukseverlik/ antrenman zamanlamasına gösterilen özen - şehir içi ulaşım koşulları/ hakem kalitesi/ seyirci yoğunluğu/ spor tesisinin durumu (soyunma odaları, salon, vb)/ yemekler, sağlık, güvenlik

### MİLLÎ TAKIM HAKKINDA İDARİ DEĞERLENDİRME

Teknik ekip/ Sporcular/ Masör - Fizyoteapist/

ÖNERİLER

NOT

Son bildirim tarihi, yurda dönüşten 7 gün sonra.

TARİH

SORUMLU BAŞ ANTRENÖR

İMZA



## YURT DIŞI MÜSABAKALARA GİDERKEN DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN HUSUSLAR

		EK-7
FAALİYETİN ADI		
FAALİYETİN BAŞLANGIÇ TARİHİ		
FAALİYETİN BİTİŐ TARİHİ		
YOLA ÇIKIŐ TARİHİ		
UÇUŞ SAATİ – UÇUŞ NO		
DÖNÜŐ SAATİ – UÇUŞ NO		
KATILIM PAYI DEKONTU	OK	
DÖVİZLER	OK	
PASAPORTLAR	OK	
UÇAK BİLETLERİ	OK	
SPORCU LİSANS VİZESİ	OK	
YURT DIŞI ÇIKIŐ PULU	OK	
<b>DOSYA İÇERİŐİ</b>		
SİGORTA POLİÇESİ	OK	
M - 4 FORMU	OK	
CELA-FİLA ŐAMPİYONAYA KATILIM FORMU	OK	
REGLEMAN	OK	
TURNUVA BÜLTENİ	OK	
DÖVİZ BORDROLARI	OK	
HAVA LİMANI İZİN YAZISI	OK	
<b>MALZEME KONTROL</b>		
VİDEO	OK	
TÜRK BAYRAĐI (yeterince)	OK	
İSTİKLAL MARŐI CD	OK	
SPORTİF MALZEMELER	OK	
ROZET,FLAMA V.B	OK	
DOKTOR KONTROLÜNDE ACİL SAĞLIK	OK	





<b>MALZEMELERİ</b>		
<b>BESLENME İHTİYAÇ LİSTESİ</b>	OK	
<b>BAŞ ANTRENÖR İMZA</b>		



**MİLLÎ TAKIM ADAY KADRO FORMU****EK-8**

TAKIM	FAALİYETİN ADI	TARİH (İlk-Son)	FAALİYETİN YAPILACAĞI ÜLKE	ŞEHİR	SALON	RAKIM	TAHMİNİ HAVA SICAKLIĞI

NO	ADI SOYADI	SPORCUNUN KULÜBÜ	SIKLETİ
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			

**Sorumlu Baş antrenör****İmza**NOT: Son bildirim tarihi, faaliyetten **20** gün öncedir.



MİLLÎ TAKIM FORMLARI – EK-9		
SIKLET/KG	ADI SOYADI	TARİH

