



**TFF**

**Türkiye Futbol Federasyonu**

**Turkish Football Federation**



**TFF**

**SAĞLIK EĞİTİM PROGRAMI**

**TAKIM MASÖRLERİ**

**1. BASAMAK KURSU**

**3 - 4 Ağustos 2009**  
**Sheraton Hotel / İstanbul**



**TFF**

**Türkiye Futbol Federasyonu**

**Turkish Football Federation**

Sevgili Sağlık Ekibi Çalışanları,

Profesyonel liglerdeki takımların en önemli parçalarından biri olan ve “takımın arkasındaki takım” olarak değerlendirdiğimiz sağlık ekiplerinin her yıl bir araya geldikleri eğitim programımıza hoş geldiniz.

Türkiye Futbol Federasyonu tarafından düzenlenen bu eğitimlerde profesyonel kulüplerin bünyesinde görev alan doktorlar, fizyoterapistler ve masörlerden oluşan yaklaşık 700 uzman, Sağlık Kurulumuz ve eğitimlerimiz tarafından son talimatlar ve spor hekimliği alanındaki gelişmelerle ilgili olarak bilgilendirilecektir.

Türkiye Futbol Federasyonu olarak, sahadaki futbol kadar güzel futbola saha dışından direkt etki edebilecek unsurlarla da yakından ilgileniyoruz. Yeniden yapılandırdığımız Sağlık Kurulu ve Onur Kurulumuz bu alandaki en yetkin isimlerden oluşmaktadır. Yönetim Kurulumuz tarafından geçen ay kabul edilen “Sağlık Ekiplerinin Yapılanmaları ve İşleyişleri” talimatı da birçok yenilikleri kapsamaktadır.

Bunların en önemlilerinden birini, sağlık ekiplerinin kadro yapısında yarattığımız genişlik oluşturuyor. Kulüplerin mukavele yaparak bulundurması gereken sağlık mensubu sayısını artırarak bu sektörde çalışanlara istihdam yarattığımız gibi sözleşme sahibi bu kişilerin özlük haklarının da garanti altına alınmasının önünü açtık. Kulüplere ilk başta maddi külfet gibi görünen bu değişiklik sporcu sağlığı, yüksek sportif performans ve sporcunun çok daha kısa zamanda sahalara dönmesi konusunda önemli bir avantaj yaratacağı için kulüpler tarafından da memnuniyetle karşılandı.

Kulüplerin 2010-2011 sezonundan itibaren kadrolarında spor psikiyatristi veya psikoloğu, beslenme uzmanı ve performans antrenörü bulundurma gerekliliği de TFF Yönetim Kurulu'nun aldığı bir diğer önemli karar.

Bu eğitimlere katılımınız için teşekkür eder, sizlerle birlikte daha birçok “ilk”lere imza atabilmeyi dilerim.



**Mahmut ÖZGENER**  
Türkiye Futbol Federasyonu Başkanı

## SAĞLIK KURULU BAŞKANINDAN

Sağlık Kurulumuz bünyesinde uzun süredir yürütülen çalışmalar neticesinde **Sağlık Kurulu İç Talimatı ve Sağlık Ekiplerinin Yapılanmaları ve İşleyişleri Talimatı** tamamlanarak TFF Yönetim Kurulunun onayını takiben yürürlüğe girmiştir.

“Sağlık Ekiplerinin Yapılanmaları ve İşleyişleri Talimatı” gereğince kulüplerimizde çalışan/çalışacak Sağlık Ekibi üyelerinin katılması gereken Eğitim Programımızı 2009-2010 Sezonumuz başlamadan yapacağız. Lisans almak için zorunlu olan eğitimin ilk basamağı,  
• **Takım Doktorları için 27 - 28 Temmuz 2009,**  
• **Takım Fizyoterapistleri için 27 - 28 Temmuz 2009,**  
• **Takım Masörleri için ise 3 - 4 Ağustos 2009,**  
tarihlerinde İstanbul Bakırköy sahilinde **Sheraton Ataköy Hotel**'de gerçekleştirilecektir.

Programın iki bölümde yapılmasının nedeni, takımlarımızın yaklaşan liglere hazırlıkları sırasında sağlık elemanlarının tümünün eksik olduğu bir döneme yol açmamak amacıyla.

Talimatın 3. Maddesi gereği takımlarımızda çalışacak tüm sağlık ekibi çalışanlarının ve takımlarda çalışmak isteyen tüm ilgili meslek üyelerinin bu kursa ve aynı program içersinde ileride düzenlenecek kurslara katılımı zorunludur. **Sağlık ekibi elemanlarının bu kurslara katılımına kulüpler tarafından maddi destek sağlanması gerekmektedir** [Sağlık Ekiplerinin Yapılanmaları ve İşleyişleri Talimatı, Madde 5 (i)] .

Futbolcularımızın tam sağlıklılık halinin sağlanması ve performanslarının arttırılmasına yönelik çalışmaların önemli bir ayağını oluşturan eğitim faaliyetlerimizin Türk Futbolunun gelişimine başarılı bir şekilde hizmet etmesinin konu ile ilgili herkesin katkısı ve katılımı ile mümkün olabileceği açıktır.

Yaklaşan yeni sezonumuzda herkese sağlık ve başarı dileklerimizle...



**Prof.Dr. Ömer TAŞER**  
Türkiye Futbol Federasyonu  
Sağlık Kurulu Başkanı

# TFF YÖNETİM KURULU VE TFF SAĞLIK KURULU

## TFF Yönetim Kurulu

### Başkan

Mahmut Özgener

### Başkan Vekilleri

Lutfi Arıboğan

Servet Yardımcı

### Üyeler

Zafer Yıldırım

Oğuz Çarmıklı

Tuncay Karartı

Yunus Egemenoğlu

Levent Kızıl

Ufuk Özerten

Mehmet Baykan

Mehmet Ali Aydınlar

Arif Koşar

Süleyman Atal

Turan Meçikoğlu

Hakan Kanık

## TFF Genel Sekreteri

Ahmet Güvener

## Sağlık Kurulu Üyeleri

Prof. Dr. Ömer Taşer

Doç. Dr. Bülent Bayraktar

Doç. Dr. Cem Çetin

Uzm. Dr. Sarper Çetinkaya

Prof. Dr. Nurzat Elmalı

Doç. Dr. Mehmet Erdem

Prof. Emin Ergen

Prof. Dr. Hakan Gür

Prof. Dr. Sinan Karaoğlu

Doç. Dr. Önder Kılıçoğlu

Doç. Dr. Yavuz Kocabey

Doç. Dr. Levent Köstem

Doç. Dr. Gökhan Metin

Diş Hekimi Muhlis Polat

Prof. Dr. Yaman Sarpel

Uzm. Dr. İbrahim Şahin

Prof. Dr. Remzi Tözün

Doç. Dr. İlker Yücesir

# TFF SAĞLIK EĞİTİM PROGRAMI

1. GÜN 3 Ağustos 2009 Pazartesi

10:00-10:30 Açılış

[10:30-11:20] Kemik Anatomisi  
Selman Demirci

[11:30-12:20] Eklem Anatomisi  
Ayşin Kale, Selman Demirci

12:20-13:30 Öğle Yemeği

[13:30-14:10] Kas Anatomisi I  
Özcan Gayretli

[14.20-15.00] Kas Anatomisi II  
Özcan Gayretli

15.00-15.30 Kahve Molası

[15.30-16.20] Genel Fizyoloji  
Mehmet Ünal

[16.30-17.20] Kan Fizyolojisi  
Mehmet Ünal

[17.30-18.20] Kalp-Dolaşım Fizyolojisi  
Gökhan Metin

[18.20-18.30] Soru- Cevap

# TAKIM MASÖRLERİ 1. BASAMAK KURSU

2. GÜN 4 Ağustos 2009 Salı

(09:00-09:50) Solunum Fizyolojisi  
Gökhan Metin

(10:00-11:00) Egzersiz Fizyolojisi  
Cengiz Dinç

11:00-11:30 Kahve Molası

(11:30-12:20) Kas, Kas Kasılması ve Kasılma Tipleri  
İlker Yücesir

12:20-13:30 Öğle Yemeği

(13:30-14:20) Enerji Metabolizması  
İlker Yücesir

(14:30-15:20) Sıvı Elektrolit Dengesi  
İbrahim Güner

15:20-15:50 Kahve Molası

(15:50-17:30) Forum: Etik Değerler ve Masörlerin Güncel Sorunları  
Moderatör : Aziz Alturfan - Mehmet Kurtoğlu  
Konuşmacı : Erkan Kazancı  
Uğur Durul  
İlia Ginoviç



**TFF**

**Türkiye Futbol Federasyonu**

**Turkish Football Federation**

[www.tff.org](http://www.tff.org)