

# TENİSE KATILIM STRATEJİLERİ

2020

TÜRKİYE

# İÇİNDEKİLER

Tenise Katılım Stratejileri.....	3
Neden Tenis?.....	5
Temel Hedefleri ve Katılım Stratejilerini Nasıl Geliştirebiliriz?.....	6
ODAK NOKTASI 1: TANITIM VE ERİŞİLEBİLİRLİK.....	8
Basın Yayın Organları.....	8
Erişilebilirlik.....	8
ODAK NOKTASI 2: TENİS YAYGINLAŞTIRMAK.....	9
Ulusal Tenis Günü.....	9
Ulusal Tenis Haftası.....	9
Plaj Tenisi.....	9
ODAK NOKTASI 3: KATILIM PROGRAMLARI.....	10
Çocuklar için Tenise Başlangıç Programı: "Tenis ile Geleceğe".....	10
"Tenis ile Sağlıklı Kal" Programı.....	10
Girişim Hızlandırma Programı.....	11
Atölye Çalışmaları.....	11
ODAK NOKTASI 4: TENİS KULÜPLERİ.....	12
I-KORT Sistemi.....	12
Kulüp Puanlama Sistemi.....	12
Sporcu Yetenek Tespiti.....	13
ODAK NOKTASI 5: TENİS ETKİNLİKLERİ.....	14
Ortaokul ve Liseler.....	14
Üniversiteler.....	14
Senyörler.....	14
Gönüllülük.....	15
Kulüpler.....	15

# TENİSE KATILIM STRATEJİLERİ



250  
ATP  
WORLD TOUR

# NEDEN TENİS?

**Tüm Vücudu Çalıştırması:** Tenis oynamanın en büyük avantajı oyun sırasında tüm vücudunuza kullanmanıza ihtiyacınız olmasıdır. Bacaklarınızı kullanarak yapacağınız yürüme ve koşma hareketi, atlama ve sıçrama gibi hareketler bacak kaslarınızın zamanla gelişip güçlenmesine yardımcı olurlar.

**Kalp Sağlığı:** Bir spor olarak tenis, sürekli başlangıçlar ve duraksamaları içerir. Oyun boyunca sürekli hareket etseniz bile ritminiz sabit değildir. Bunu sürekli olarak yaparak, kalp atışı her vuruşta daha fazla kan pompalayabildiğinden kardiyovasküler sisteminiz gelişir.

**Bilişsel Verimlilik Artışı:** Tenis oynamak yoğun düşünceler ve karar verme yeteneğine ihtiyaç duyar. Vücudunuzun hareketlerini rakibiniz ve topun geliş veya gidiş yönüne doğru ayarlamamız ve hesaplama oyun şartlarını da dahil etmeniz gerekir. Böylesine kuvvetli bir düşünce pratiğini sürekli hale getirmek, stratejilerini analiz etmeye vaktiniz olmadan eyleme dönüştürmenize yardımcı olur.

**Sosyal Gelişim ve Etkileşim:** Diğer oyuncularla tanışabilir, arkadaşlıklar kurabilir ve onlarla rekabete girerek sosyal yeteneklerinizi geliştirirsiniz.

**Mevsim Şartlarından Bağımsızlık:** Bazı sporları yılın sadece belli bölümlerinde yapabilecekken tenisi yılın her döneminde yapabilirsiniz. Sıcak havalarda açık alan kortlarını, soğukta da kapalı alan kortlarını tercih edebilirsiniz.

**Kemik Gelişimi:** Kemiklerin gelişimine yardımcı olan tenis, uzun süre ayakta durmaya ve oyuncunun dengesini sağlayabilmesine dayanır. Düzenli olarak tenis oynayanlarda hareketsizlikten kaynaklanan duruş bozuklukları önlenir.

**Kilo Kontrolü:** Tenisin en önemli faydalarından biri kilo vermenize yardımcı olmasıdır. Çok fazla hareket etmeniz kalori yakmanıza yardımcı olur. Ortalama 1 saat boyunca tenis oynayan bir erkeğin 600 kalori, kadınların ise 420 kalori yaktığı bilinmektedir.

# TENİSE KATILIM STRATEJİLERİNİ NASIL GELİŞTİREBİLİRİZ?

TTF  
TENNİS FEDERASYONU



# ODAK NOKTASI 1

## TANITIM VE ERİŞİLEBİLİRLİK

### BASIN YAYIN ORGANLARI

Ülke çapında insanların ilgisini ve merakını artırmakta medya araçları büyük önem taşımaktadır. Bu sebeple medya organlarının en büyüğü ve en etkililerinden biri olan televizyondan tenis sporunun yaygınlaşması adına doğru bir şekilde faydalanmak oldukça önemlidir. Tenis müsabakaları, tenis sporunun gereksinimleri, tarihi vb. bilgilendirici içeriklerin olduğu bir televizyon programı erişimi ücretsiz olan TRT kanalında yayınlanacaktır. Yapılacak programın içeriğinin federasyon ve TRT ile ortaklaşa belirlenecek olmasıyla beraber programa profesyonel sporcular konuk olarak alınacaktır.

Federasyona ait sosyal medya platformları aktif olarak kullanılarak küçükten büyüğe profesyonel sporcuların iş birliği ile organize edilecek çevrimiçi veya yüz yüze etkinliklerin tanıtımı gerçekleştirilecektir. Tanıtımların görsel ve yazılı paylaşımları ilgili mecralarda yapılacaktır. Profesyonel sporcular, antrenörler, sporun içinden popüler isimler ve spora katkı sağlayabilecek toplum tarafından bilinirliği yüksek profiller ile iş birliği eşliğinde yapılacak çevrimiçi etkinlikler federasyona ait Youtube ve Instagram hesaplarından yayınlanacaktır.

### ERİŞİLEBİLİRLİK

Kâr amacı gütmeyen tesislerin çoğalması ve kolay erişilebilirliği tenis ekosisteminin güçlenmesine katkı sağlayacaktır. Türkiye Tenis Federasyonu ve ülkemizin çeşitli belediyelerinin tenisi tabana yaymak amaçlı ortak düzenleme çalışmaları olacaktır. Bu ortaklıkların katkı sağlayacağı alanların başında rekreasyon alanlarının kullanımı gelmektedir. Federasyon ve belediyelerinin ortak çalışması sonucunda yapılan düzenlemeler ile oluşan rekreasyon alanları tenis oynamaya uygun hale getirilecektir. Bu sayede yapılan kortlar aynı zamanda basketbol, voleybol ve badminton sporunun yapılması için de kullanılabilir. Gerçekleşecek etkinlikler ve müsabakalar tesisin yoğun kullanılmasına sebep olacağından her spor etkinliğinde olduğu gibi bu etkinliklerde de sponsor destekleri olacaktır. Bu durum federasyon ve belediyeler için ek gelir kaynağı yaratacaktır.

Rekreasyon alanları ve diğer tüm tenis tesisleri engelli sporcuların kullanımına uygun bir şekilde düzenlenecektir. Erişilebilirliğin kolay olması engelli bireyleri de cesaretlendirecektir.



# ODAK NOKTASI 2

## TENİSİ YAYGINLAŞTIRMAK

### ULUSAL TENİS GÜNÜ

Türkiye Tenis Federasyonu'nun belirleyeceği bir tarih her sene ülkemizde "Tenis Günü" olarak kutlanacaktır. O güne özel olarak federasyona ait tesislerde ve binalarda etkinlikler ve dostluk müsabakaları düzenlenecektir. Tenis Günü'nün duyurulması amacıyla şehirlerdeki reklam panolarında, medya araçlarında, belediye binalarında ve tüm okullarda duyuru ve reklamlar yayınlanacaktır. Bu sayede insanların tenisle beraber keyifli vakit geçirmeleri tenis kültürünün pozitif yönde artmasını sağlayacaktır. Bu da potansiyel tenis sporcusu sayısının artmasına yardımcı olacaktır.

### ULUSAL TENİS HAFTASI

Ulusal tenis haftası, ülke genelinde düzenlenecek olan geniş çaplı katılım çalışmalarıyla belediyeler, okullar, spor kulüpleri, dernekler vb. kurumların bir araya gelerek organize edeceği etkinlikler ile bir hafta boyunca kutlanacaktır. Düzenlenecek festivaller, müsabakalar ve eğlenceli etkinliklerle tenise katılımın artması hedeflenmektedir. Tüm ülkenin davetli olacağı organizasyonlar tenisin tabana yayılması adına önemli bir rol oynayacaktır.

### PLAJ TENİSİ

Plaj tenisi, tenis gibi raketle oynanan sporlar ile plaj sporlarının birleştirilmesi sonucunda bulunmuş bir spordur. Bu spor Uluslararası Tenis Federasyonu tarafından 2008'de onaylanmıştır. Ülkemiz üç tarafı denizlerle çevrili geniş sahil bölgelerine sahip olan bir bölgede yer almaktadır. Ülkenin sahil kesiminde yer alan bölgelerdeki belediyeler ve spor kulüpleri ile yapılan ortaklıklarla sezonun yoğun geçtiği yaz aylarında turnuvalar ve dostluk müsabakaları düzenlenecektir.

# ODAK NOKTASI 3

## KATILIM PROGRAMLARI

### ÇOCUKLAR İÇİN TENİSE BAŞLANGIÇ PROGRAMI: "TENİS İLE GELECEĞE"

İlkokul çağındaki çocukları kapsayan bu programda, oyun yoluyla öğrenme felsefesi ana fikirdir. Program, daha küçük sahalarda, daha kısa raketler ve düşük hacimli toplar olmak üzere değiştirilmiş ekipmanlar kullanılarak uygulanacaktır. Program Türkiye Tenis Federasyonu tarafından dizayn edilerek federasyonun ve anlaşmalı kulüplerin tesislerinde uygulamaya konacaktır. Türkiye Tenis Federasyonu'nun açıklamış olduğu tarihlerde başvurular yapılacaktır. Programın içeriğine göre; çocuklar, federasyona ait yetkin hocalar tarafından eğitilecek bununla beraber eğlenceli, ilgi çekici aktiviteler, turnuvalar yapılacaktır. Bu program sayesinde, erken yaşta tenisle tanışan çocuklar doğru yönlendirilme ile sosyal becerilere sahip bir birey haline gelecektir.

### 'TENİS İLE SAĞLIKLI KAL' PROGRAMI

Bir tenis kortunda çeşitli kardiyo egzersizlerini ve çeşitli eğlenceli tenis egzersizlerini yüksek enerjili bir müzik ile bir araya getiren, tüm fitness seviyelerine yönelik bir tenis egzersiz programıdır. Program sağlıklı, eğlenceli ve aktif bir yaşam tarzı sürdürmeye odaklanmıştır. Her yaşta ve kabiliyetten insanlara hitap eden bir programdır. Yetkin hocalar eşliğinde verilen eğlenceli ve eğitici bir saha içi grup fitness dersidir. Program, kulüplerde veya herhangi bir tenis tesisinde uygulanabilir yeterliliğe sahiptir. Program Türkiye Tenis Federasyonu tarafından hazırlanarak federasyonun ve anlaşmalı kulüplerin tesislerinde uygulamaya konacaktır.

## GİRİŞİM HIZLANDIRMA PROGRAMI

Tenis sporuyla alakalı, farklı kategorilere ayrılmış girişimleri tanıtmak ve paylaşmak için düzenlenecek bir seminer programı oluşturularak federasyon tarafından belirlenen bir tarihte ülke genelinde bir etkinlik düzenlenecektir. Tenisin tüm paydaşları etkinlikte yer alacaktır. Her yaş kategorisinden katılımın serbest olduğu bu etkinlik, insanların tenis sporundaki yenilikçi fikirlerini sunabilecekleri bir platform oluşturacaktır. Seminer sonunda federasyon tarafından oluşturulan bir komitenin onayından geçen fikirlere fon sağlanarak tenise katkıda bulunulacaktır.

## ATÖLYE ÇALIŞMALARI

Milli Eğitim Bakanlığı ile bir protokol yapılarak okullarda eğlenceli yarışma formatında tenisi sevdirmek için atölye çalışmaları yapılacaktır. Federasyon tarafından belirlenen tenis eğitmenleri ve takvimlerinin uygunluklarına göre belirli profesyonel tenisçiler bu atölye çalışmalarında görev alacaktır. Bu sayede, çocuklar erken yaşta tenise olan yeteneğini ve ilgisini keşfedecektir. Bu da profesyonel tenisçi potansiyelimizi arttıracaktır.

Yerel Belediyeler ile yapılacak protokollerle toplumun kullanımına açık olan parklarda her ayın bir pazar günü, her yaştan katılımcılara yönelik mini festivaller düzenlenecektir. Bu festivallerin duyuru ve tanıtımı belediyelere ait park, bahçe gibi kamusal alanlarda, okullarda ve spor tesislerinde yapılacaktır. Katılımların ücretsiz olması katılım oranının artmasını sağlayacaktır.



# ODAK NOKTASI 4

## TENİS KULÜPLERİ

### I-KORT SİSTEMİ

Bir spor dalının gelişen dijital çağa hızlı ve doğru bir şekilde uyum sağlaması gerekmektedir. Dijital gelişimler insanların hayatlarını kolaylaştırdığı için onların ilgisini her geçen gün daha çok çekmektedir. İlgilendikleri konu özelinde daha aktif bir şekilde etkileşimde bulunmaktadır. Dünya'da örnek diyebileceğimiz birçok spor federasyonunun bu gelişmelere karşı çeşitli uygulamaları ve projeleri vardır. Aynı şekilde, TTF'nin de dijital uygulamalar alanında yapmış olduğu İ-KORT gibi başarılı çalışmaları tenise katılım stratejileri kapsamında daha da genişleterek insanların tenise karşı etkileşimini artıracaktır. I-KORT yenileme çalışmaları şu anda devam etmektedir. Bu uygulama üzerinden çevrimiçi bir şekilde kort rezervasyonları yapılabilecek, TTF'nin düzenlediği etkinliklere dair görsel materyaller, öğretici videolar vb. ilgi çekici içeriklere erişim sağlanabilecektir. Uygulamadan alınan veriler sayesinde kaç insanın, hangi şehirlerden ve hangi derecede etkileşim sağladığı görülebilecektir. Bu durum hem tenise katılımı arttıracak hem de insanların etkileşimini görmemize yardımcı olacaktır.

### KULÜP PUANLAMA SİSTEMİ

Tesisler, koçluk, katılım programları ve yönetim alanlarında ölçülen performansa dayalı özel destek sağlamak için kulüplere sunulacaktır. Kulüplerin güçlü ve zayıf yönlerini tam olarak anlamasını ve halkın katılmak için bir kulüp seçerken bilinçli bir seçim yapmasını kolaylaştıracaktır. Kulüp Markası statüsü kazanan kulüpler için ek bir avantaj, bir dizi servis sağlayıcıdan satın alma oranlarına erişebilmektir. Kulüp puanlama sistemi, Türkiye Tenis Federasyonu ile bağlantılı tüm tenis kulüpleri tarafından kullanılabilir. Bir derecelendirme elde etmek için kulüpler gerekli kanıtlarla birlikte tesislerinin ve programlarının ayrıntılarını sergileyeceklerdir. Kulüp Puanlama Sistemi, Türkiye Tenis Federasyonu tarafından yürütülen ücretsiz bir program olacaktır.

## SPORCU YETENEK TESPİTİ

Federasyonun belirleyeceği tarihlerde ülke genelindeki umut vaat eden oyuncuların keşfedilmesi için Oyuncu Keşif Yarışmaları düzenlenecektir. Bu yarışmalar kapsamında federasyon tarafından belirlenen antrenörler ilçeleri ziyaret ederek yetenekli oyuncuları belirleyecektir. Bu oyunculara maddi ve manevi destek sağlanarak oyuncular uygun tenis kulüplerine yerleştirilecek bu sayede spor kariyerlerinde ilerlemelerine yardımcı olunacaktır. Aynı zamanda bu oyunculara burs ve tenis ekipmanı imkanı da sağlanacaktır.



# ODAK NOKTASI 5

## TENİS ETKİNLİKLERİ

### ORTAOKUL VE LİSELER

Tüm ortaokul ve liselerde tenis oynamaya ve antrenman yapmaya elverişli kortların olmaması çocukların tenisle tanışmalarının önüne geçmektedir. Bu sebeple tüm ortaokul ve lise seviyesi eğitim veren okulların bağlı olduğu ilçelerdeki federasyonlar, spor kulüpleri, dernekler, belediyeler vb. kurumlardan az bir tenis kortu bulundurulacak ve o ilçeye bağlı okullarda okuyan öğrenciler öğrenci kartları ile kortlardan faydalanabilecektir.

İlçeler arası turnuvalar düzenlenecek ilçe şampiyonları arasında finaller yapılacaktır. Bu turnuvalar sayesinde, henüz tenise yeni başlamış oyuncular ülkenin en iyi oyuncularına karşı rekabet edecektir. Erken yaşta kazanılan tenis sevgisi, potansiyel profesyonel sporcu şansı yaratır. Bu sayede tenise ilgi duyan her oyuncu ileride profesyonel sporcu olmasa bile ömür boyu tenise katılım sağlayabilecektir.

### ÜNİVERSİTELER

Türkiye Tenis Federasyonu ve Yüksek Öğretim Kurulu'nun ortak çalışmaları ile üniversitelerde daha güçlü bir tenis varlığı dizayn edilmek amacıyla tesis açısından yeterli imkânı olmayan üniversiteler tespit edilerek gerekli maddi ve manevi destekler verilecektir. İmkânı olmayan üniversitelere verilen desteklerle fırsat eşitliği sağlanarak tenise katılım oranı arttırılacaktır. Bir üstteki maddede belirtildiği gibi maddenin içerdiği kurumlarda yer alacak olan kortlara üniversite öğrencileri de öğrenci kartlarıyla erişim sağlayabilecektir. Ek olarak, alan olarak müsait olan üniversite kampüslerine federasyonun sağlayacağı ek maddi destekle kortlar yapılacak aynı zamanda ekipman desteği de sağlanacaktır. Tanıtım ve Erişilebilirlik bendinin ikinci maddesinde belirtildiği gibi yapılan kortlar aynı zamanda basketbol, voleybol ve badminton sporları için kullanılabilir. Üniversitelerde seçeceğimiz gençler "tenis elçisi" olacak ve kurumlarında Federasyonun İl Temsilcileri ile koordineli etkinlikler düzenleyecektir.

## SENYÖRLER

Tenisi halihazırda gündelik yaşamının bir parçası haline getirmiş veya sağlıklı bir yaşam, sosyal bir çevre gibi birçok nedenle tenisi hayatına dahil etmek isteyen senyör sporcuları için gereken imkanların sağlanması tenisin gelişimi ve yaygınlaşması adına oldukça önemlidir. Bu kapsamda senyör lisanslı oyuncu sayısını artırmak ve sporcuları tenisin içinde tutmak için en üst seviyede çaba sarf edilecektir. Klasman, teşvik, özel ve uluslararası turnuvaların sayısını artırarak, turnuvalar sporcularımız için daha cazip hale getirilecektir. Meslek grupları arasında tenis ligi gerçekleştirilecektir. Baro mensupları, Mühendisler, Öğretmenler, Doktorlar vb. meslek gruplarından sporcular bu liglerde bir araya gelecektir. Bu organizasyonlar çocuklarını tenis ile tanıştırmak isteyen tenisçi velilerin artması ile altyapıdan oyuncuların çoğalması için de fırsat yaratacaktır.

## GÖNÜLLÜLÜK

Ülkemizde 2019 yılı Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından "Gönüllük Yılı" olarak ilan edilmiştir. Dünyada birçok yapı gönüllüler üzerine kurulmaya başlamış ve bu oluşum giderek gelişmiştir. Avrupa Birliği Fonları tarafından spor gönüllüğü desteklenmektedir. Dünyada birçok üniversite gönüllü katılım gösterip sertifika alan öğrencilerine öğrenim bursları vermektedir. Ülkemizde de gönüllü katılımlara burs veren üniversite örnekleri mevcuttur. Ancak bu durumun, tenis özelinde artması ve gelişmesi önemli bir noktadır. Türkiye Tenis Federasyonu'nun bu konuda birçok örnek çalışmaları ve teşvikleri vardır. Fakat tenisin tabana yayılması ve tenis kültürünün artması için gönüllülük katılımları adına daha fazla çalışma yapılması gereklidir. Bu katılımların artması adına ödüllendirici bir düzen geliştirilecektir. Bu sistem gönüllü olarak etkinliklerde yer alan bireyleri teşvik edecek aynı zamanda onların tenise olan yönelmesini de arttıracaktır. Gönüllü olarak katılacak öğrenciler için Milli Eğitim Bakanlığı ve Yüksek Öğretim Kurulu ile yapılacak anlaşmalar ile öğrencilere sağlanacak burs olanakları minimum %5 maksimum %10 oranında arttırılacaktır. Sadece sporcuların değil aynı zamanda etkinliklerde gönüllü olarak manevi destek sağlayan bireylerin de bu burs imkanlarına sahip olması 'gönüllülük' adı altında yapılan aktivitelerin artmasını sağlayacak bundan dolayı da genele bakıldığında başta gençler olmak üzere her yaşta bireyin kendini daha da geliştirmesi adına bir yol açacaktır. Bunun yanında hem öğrenciler hem de gönüllü destek sağlayan diğer katılımcılar için tenis müsabakalarına erişim ve izleme kolaylıkları, kariyer yönlendirme fikirleri olanağı, alanında önemli kişilerle tanışıp sohbet etme imkânı vb. fırsatlar arttırılacaktır.

## KULÜPLER

Kulüplerimiz ülkemizde tenisi daha ileriye taşıma noktasında en önemli paydaşlarımızdan bir tanesidir. Federasyon mevcut kulüplerin en iyi şekilde faaliyet gösterebilmesi için etkin rol oynayacak ve yeni tenis kulüplerinin kuruluşunda destek mekanizması oluşturacaktır. Aynı zamanda, küçük ölçekli tenis kulüplerinin "kapasitelerinin geliştirilebilmesi" için belli aralıklarla kapasite geliştirme çalışmaları düzenlenecektir.



**TÜRKİYE TENİS FEDERASYONU**