



15th International Sport Sciences Congress®

15th - 18th November 2017
Aska Hotel - Lara / ANTALYA / TURKEY

“Physical Activity Sport, Health and Society 2023”

BOOK of ABSTRACTS



www.sbk2017.org



15. ULUSLARARASI • SPOR BİLİMLERİ KONGRESİ®

15 - 18 Kasım 2017
Aska Hotel, Lara / ANTALYA

Fiziksel aktivite, spor, sağlık ve toplum 2023

BİLDİRİ KİTABI



www.sbk2017.org



15. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi
15th International Sport Sciences Congress

15-18 Kasım 2017, Aska Hotel, Lara-Antalya
15st-18th November, 2017 Aska Hotel, Lara -Antalya

BİLDİRİ KİTABI
BOOK OF ABSTRACTS



Değerli Spor Bilimciler,

Spor Bilimleri Derneğinin organizatörlüğünde 15-18 Kasım 2017 tarihleri arasında Antalya'da düzenlenecek olan 15. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'nde sizleri ağırlayacak olmaktan büyük mutluluk duymaktayız.

Sporun bireysel ve toplumsal işlevleri, bilindiği gibi, eğitimden sağlığa, ekonomiden medyaya kadar kamu ya da özel tüm sektörlerin ilgisini bu alana yoğunlaştırmasına neden olmaktadır. Spora olan ilgi ve farkındalık düzeyindeki artış, mevcut bilimsel bilgi ve teknolojinin sürekli gözden geçirilmesini, yenilenmesini ve yeni beklentilere uygun olarak biçimlendirilmesini zorunlu kıldığından, spor bilimleri de farklı bilim alanlarındaki yeni yaklaşımların ve teknolojik yeniliklerin sporda taşıyabileceği anlama ilişkin bilimsel bilgi üretimini hızlandırmakta, üretilen bilgiyi düzenlenen çeşitli organizasyonlarda paylaşıma ve tartışmaya açmaktadır.

Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'ne 1000 civarında ulusal ve uluslararası spor bilimci, yönetici ve uygulamacının katılımı beklenmektedir. Kongrede, multidisipliner bir yapı gösteren spor bilimlerinin "Hareket ve Antrenman Bilimleri", "Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi", "Spor Sağlık Bilimleri", "Sporda Psiko-Sosyal Alanlar", "Spor Yönetim Bilimleri" ve "Rekreasyon" temel alanları, eğitim, sağlık, fen ve sosyal bilimler verileri çerçevesinde, düzenlenecek sempozyumlar, paneller, çalıştaylar gibi bilimsel ortamlarda tartışılacaktır.

Kongrenin tüm katılımcılar için verimli geçmesi dileğiyle, saygı ve selamlarımızı sunarız...

Saygılarımla,

Prof. Dr. Mehmet GÜNAY
Kongre Başkanı

Dear Sports Scientists,

We are more than pleased to host you in the 15th International Sport Sciences Congress to be organized in Antalya, between November 15th - 18th 2017 by the Sport Sciences Association.

As is known, individual and social functions of sport significantly attract the attention and interest of all sectors, both public and private, from education to health and economy to media. Since the increase in the level of interest and awareness on sport requires continuous review and update of the available scientific knowledge and technology and restructuring of the same according to the emerging expectations, sport sciences also allow for the increasing generation of scientific knowledge to transfer new approaches and technological innovations in different fields of science and for the share and discussion of the generated knowledge in various events.

Around 1000 national and international sport scientists, managers and practitioners are expected to join the International Sport Sciences Congress. The main areas such as "Movement and Training Sciences", "Physical Education and Sport Pedagogy", "Sport Health Science", "Psycho-Social Aspects of Sport", "Sport Management Sciences" and "Recreation" under the multi-disciplinary structure of sport sciences will be discussed during the congress in the scientific symposia, panels and workshops to be organized within the context of education, health, science and social sciences data.

We extend our deepest gratitude to all participants and wish for a productive congress.

Yours sincerely,

Prof. Dr. Mehmet GÜNEY
Chairman of the Congress

KURULLAR / COMMITTEES

Kongre Onur Kurulu

Osman Aşkın BAK- Gençlik ve Spor Bakanı

Prof. Dr. Uğur ERDENER - Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi Başkanı, Uluslararası Olimpiyat Komitesi Asbaşkanı

Mehmet BAYKAN - Spor Genel Müdürü

Münir KARALOĞLU - Antalya Valisi

Menderes Mehmet Tevfik TÜREL - Antalya Büyükşehir Belediye Başkanı

Aydın ERGÜN - Aksu Kaymakamı

Halil ŞAHİN - Aksu Belediye Başkanı

Mehmet Muharrem KASAPOĞLU - Spor Toto Teşkilat Başkanı

Hidayet TÜRKOĞLU - Türkiye Basketbol Federasyonu Başkanı

Suat ÇELEN - Türkiye Cimnastik Federasyonu Başkanı

Kongre Organizasyon Kurulu

Mehmet GÜNAY - Gazi Üniversitesi (Kongre Başkanı)

Mitat KOZ - Ankara Üniversitesi

Gülfem ERSÖZ - Ankara Üniversitesi

Gıyasettin DEMİRHAN - Hacettepe Üniversitesi

Cengiz ARSLAN - Fırat Üniversitesi

Ömer ŞENEL - Gazi Üniversitesi

Ebru ÇETİN - Gazi Üniversitesi

Timuçin GENCER - Ege Üniversitesi

Burhanettin HACICAFEROĞLU - Antalya Gençlik Spor İl Müdürü

Spor Bilimleri Derneği Yönetim Kurulu

Mehmet GÜNAY - Gazi Üniversitesi (Başkan)

Cengiz ARSLAN - Fırat Üniversitesi (Başkan Yardımcısı)

Mitat KOZ - Ankara Üniversitesi (Genel Sekreter)

Ebru ÇETİN - Gazi Üniversitesi (Muhasip Üye)

Gıyasettin DEMİRHAN - Hacettepe Üniversitesi (Üye)

Timuçin GENCER - Ege Üniversitesi (Üye)

Hayri ERTAN - Anadolu Üniversitesi (Üye)

Spor Bilimleri Derneği Denetleme Kurulu

M. Levent İNCE - ODTÜ

Tahir HAZİR - Hacettepe Üniversitesi

Cengiz AKALAN - Ankara Üniversitesi

Spor Bilimleri Derneği Onur Kurulu

İbrahim YILDIRAN - Gazi Üniversitesi

Aysel PEHLİVAN - Haliç Üniversitesi

Haydar DEMİREL - Hacettepe Üniversitesi

Spor Bilimleri Derneği Önceki Başkanları

Caner AÇIKADA

Yavuz TAŞKIRAN

Hasan KASAP

M.Ferit ACAR

Birol DOĞAN

Haydar DEMİREL

Gıyasettin DEMİRHAN

Bilim Kurulu

Dr. Gülfem ERSÖZ (Başkan)

Bilim Kurulu Üyeleri

Dr. M. Ferit ACAR	Dr. Ökkeş Alpaslan GENÇAY	Dr. Salih PINAR
Dr. Caner AÇIKADA	Dr. Cecilia GEVAT - ROM	Dr. Scott POWERS - USA
Dr. Seydi Ahmet AĞAOĞLU	Dr. Mahmood GOUDARZI - IRN	Dr. Reza RAJABI - IRN
Dr. Bülent AĞBUĞA	Dr. Mehmet GÜNAY	Dr. Özcan SAYGIN
Dr. Nadhim AL-WATTAR - IRQ	Dr. Rüştü GÜNER	Dr. Metin Vehbi SAYIN
Dr. Tayfun AMMAN	Dr. Ali GÜR	Dr. Robert C. SCHNEIDER - USA
Dr. Branislav ANTALA - SK	Dr. Hakan GÜR	Dr. Ömer ŞENEL
Dr. Ramiz ARABACI	Dr. Recep GÜRSOY	Dr. Kemal TAMER
Dr. Canan Koca ARITAN	Dr. Özbay GÜVEN	Dr. Halil TAŞKIN
Dr. Cengiz ARSLAN	Dr. Nevin Atalay GÜZEL	Dr. Yavuz TAŞKIRAN
Dr. Hasan ASADI - IRN	Dr. Josef HACKFORTH - GER	Dr. Yalçın TAŞMEKTEPLİĞİL
Dr. F. Hülya AŞÇI	Dr. Ulrich HARTMAN - GER	Dr. Şefik TİRYAKI
Dr. Kaukab AZEM - IND	Dr. Can İKİZLER	Dr. İlhan TOKSÖZ
Dr. Dana BADAU - ROM	Dr. Osman İMAMOĞLU	Dr. Fereidoon TORNNEVİS - IRN
Dr. Müslüm BAKIR	Dr. M. Levent İNCE	Dr. Volga Bayrakçı TUNAY
Dr. Abdulkerim Kasım BALTACI	Dr. Ayşe KİN İŞLER	Dr. Semiyha TUNCEL
Dr. Gül BALTACI	Dr. Çetin İŞLEYEN	Dr. Fehmi TUNCEL
Dr. Perican BAYAR	Dr. Ivo JIRASEK - CZ	Dr. Ioan TURCU - ROM
Dr. Bülent BAYRAKTAR	Dr. Rasim KALE	Dr. Özkan TÜTÜNCÜ
Dr. Gökhan BAYRAKTAR	Dr. Arslan KALKAVAN	Dr. Bülent ÜLKAR

Dr. Cem Şeref BEDİZ	Dr. Turgut KAPLAN	Dr. Saadet Rana VAROL
Dr. Selda BEREKET	Dr. Kürşat KARACABEY	Dr. Metin YAMAN
Dr. Turgay BİÇER	Dr. Selma KARACAN	Dr. Faruk YAMANER
Dr. Peter BONOV - BUL	Dr. Seydi KARAKUŞ	Dr. Azmi YETİM
Dr. Nefise BULGU	Dr. Suat KARAKÜÇÜK	Dr. İbrahim YILDIRAN
Dr. Gürbüz BÜYÜKYAZI	Dr. Oğuz KARAMIZRAK	Dr. İlker YILMAZ
Dr. Kanat CANUZAKOV - KGZ	Dr. Hasan KASAP	Dr. Bekir YÜKTAŞIR
Dr. Georgiados COSTANTINOS - GRE	Dr. Metin KAYA	Dr. Kairat ZAKIRYANOV - KAZ
Dr. Burhan CUMRALIĞİL	Dr. Mehmet KILIÇ	Dr. Ali Murat ZERGEROĞLU
Dr. Hatice ÇAMLIYAR	Dr. Fatih KILINÇ	Dr. Mehmet Akif ZİYAGİL
Dr. Vedat ÇINAR	Dr. M. Settar KOÇAK	Dr. Erdal ZORBA
Dr. Bekir ÇOKSEVİM	Dr. Erkut KONTER	Dr. Christoph BREUER - GER
Dr. Ekrem ÇOLAKHODZIÇ - BİH	Dr. Feza KORKUSUZ	Dr. Jurgen BUSCHMANN - GER
Dr. B. Muzaffer ÇOLAKOĞLU	Dr. Mounire KOUACHE - ALG	Dr. Roger ENOKA - USA
Dr. H. Birol ÇOTUK	Dr. Mitat KOZ	Dr. Karyn HAMILTON - USA
Dr. Mireala DAMIAN - ROM	Dr. Emin KURU	Dr. James HARDY - ENG
Dr. Daniela DASHEVA - BUL	Dr. Füsün ÖZTÜRK KUTER	Dr. Emanuele ISIDORI - ITA
Dr. Haydar DEMİREL	Dr. Mehmet KUTLU	Dr. Axel KNICKER - GER
Dr. Gıyasettin DEMİRHAN	Dr. Alin Larion - ROM	Dr. Jeffrey MARTIN - USA
Dr. Ali Ahmet DOĞAN	Dr. İfet MAHMUTOVIÇ-BİH	Dr. Bryan McCORMICK - ABD
Dr. Birol DOĞAN	Dr. Renato MANNO - ITA	Dr. Dusan MITIC - SRB
Dr. Gazanfer DOĞU	Dr. Sami MENGÜTAY	Dr. Simona PAJAUJIENE - LT

Dr. Khaled EBADA - EGY	Dr. Nevzat MİRZEOĞLU	Dr. Jim PARRY - UK
Dr. Güner EKENCİ	Dr. Eric MUELLER – AUT	Dr. Zsolt RADAK- HUN
Dr. Niyazi ENİSELER	Dr. Neagu NICOLEA - ROM	Dr. Harald TSCHAN - AUT
Dr. Razvan ENOİU - ROM	Dr. Margot NIESSEN - GER	Dr. Dusco BJELICA - MONTENEGRO
Dr. N. Güven ERDİL	Dr. Bahtiyar ÖZÇALDIRAN	Dr. Stevo POPOVIC - MONTENEGRO
Dr. Emin ERGEN	Dr. Dilara ÖZER	Dr. Musa SELİMİ - KOS
Dr. Nevin ERGUN	Dr. Kamil ÖZER	Dr. Erzhan MAKHANBET - KAZ
Dr. Nurtekin ERKMEN	Dr. N. Kemal ÖZERKAN	Dr. F. Filiz ÇOLAKOĞLU
Dr. Ali Emre EROL	Dr. Sema ALAY ÖZGÜL	Dr. Asuman Seda SARACALOĞLU
Dr. Hayri ERTAN	Dr. Aysel PEHLİVAN	Dr. Ferman KONUKMAN - QATAR
Dr. Serkan HAZAR		

Hakem Kurulu

Dr. A Filiz ÇAMLIGÜNEY	Dr. Deniz DEMİRCİ	Dr. Yahya POLAT
Dr. A Oya ERKUT	Dr. Devrim YAZICI	Dr. Yakup Akif AFYON
Dr. Abdurrahman AKTOP	Dr. Ebru ÇETİN :	Dr. Hakan ÜNAL
Dr. Abdurrahman KEPOĞLU	Dr. Ekrem Levent İLHAN	Dr. Hakkı ÇOKNAZ
Dr. Adnan TURGUT	Dr. Elif KARAGÜN	Dr. Hakkı ULUCAN
Dr. Ahmet ALPTEKİN	Dr. Elif ŞIKTAR	Dr. Haluk KOÇ
Dr. Ahmet Haktan SİVRİKAYA	Dr. Emine ÇAĞLAR	Dr. Hamdi PEPE
Dr. Akın ÇELİK	Dr. Emine ÇAĞLAR	Dr. Hasan AKKUŞ
Dr. Ali AYCAN	Dr. Emrah ATAY	Dr. Hasan Birol YALÇIN
Dr. Ali KIZILET	Dr. Erbil HARBİLİ	Dr. Hasan ŞAHAN
Dr. Ali TEKİN	Dr. Ercan GÜR	Dr. Hayrettin GÜMÜŞDAĞ
Dr. Alparslan İNCE	Dr. Erdinç ŞIKTAR	Dr. Hayri DEMİR
Dr. Alparslan KARTAL	Dr. Erkal ARSLANOĞLU	Dr. Hüdaverdi MAMAK
Dr. Alparslan ÜNVEREN	Dr. Erkan DEMİRKAN	Dr. Hürmüz KOÇ
Dr. Alparslan YILMAZ	Dr. Erkan Faruk ŞİRİN	Dr. Hüseyin KIRIMOĞLU
Dr. Alpay GÜVENÇ	Dr. Erkut TUTKUN	Dr. Hüseyin ÜNLÜ
Dr. Alper ASLAN	Dr. Erman ÖNCÜ	Dr. İbrahim BOZKURT
Dr. Alper KARADAĞ	Dr. Ertuğrul GELEN	Dr. İbrahim Bülent FİŞEKÇİOĞLU
Dr. Alper UĞRAŞ	Dr. Esin Esra ERTURAN	Dr. İbrahim CİCİOĞLU
Dr. Ani AGOPYAN	Dr. Esin GÜLLÜ	Dr. İbrahim EDİN
Dr. Atilla PULUR.	Dr. Evren TERCAN	Dr. İbrahim ERDEMİR

Dr. Ayda KARACA	Dr. Evrim ÇAKMAKÇI	Dr. İdris YILMAZ
Dr. Aydın ŞENTÜRK	Dr. Fahri AKÇAKOYUN	Dr. İlhan ADILOĞULLARI
Dr. Ayşe Dilşad MİRZEOĞLU	Dr. Faik ARDAHAN	Dr. İlhan ŞEN
Dr. Ayşe Gökçe ERTURAN İLKER	Dr. Fatih BEKTAŞ	Dr. İker ÖZMUTLU
Dr. Ayşe TÜRKSOY	Dr. Fatih ÇATIKKAŞ	Dr. İmdat YARIM
Dr. Aytekin SOYKAN	Dr. Fatih KIYICI	Dr. İsmail GÖKHAN
Dr. Baki YILMAZ	Dr. Fatma ÇELİK KAYAPINAR	Dr. Kadir PEPE
Dr. Baybars Recep EYNUR	Dr. Fatma İker KERKEZ	Dr. Kemal GÖRAL
Dr. Bergün MERİÇ BİNGÜL	Dr. Fatma Neşe ŞAHİN	Dr. Kerem Yıldırım ŞİMŞEK
Dr. Betül BAYAZIT	Dr. Ferda GÜRSEL	Dr. Korkmaz YİĞİTER
Dr. Bilal ÇOBAN	Dr. Fırat AKÇA	Dr. Kürşad GÜLBEYAZ
Dr. Bilal Utku ALEMDAROĞLU	Dr. Fikret RAMAZANOĞLU	Dr. Kürşat SERTBAŞ
Dr. Bilehan BAYDİL	Dr. Fikret SOYER	Dr. Latif AYDOS
Dr. Bilge DONUK	Dr. Gökhan ACAR	Dr. Levent ATALI
Dr. Burçin ÖLÇÜCÜ	Dr. Gökhan BAYRAKTAR	Dr. Leyla YILMAZ
Dr. Bülent GÜRBÜZ	Dr. Gökhan ÇALIŞKAN	Dr. M. Fatih KARAHÜSEYİNOĞLU
Dr. Cemal GÜNDOĞDU	Dr. Gönül BABAYİĞİT İREZ	Dr. M. Zeki ÖZKOL
Dr. Cemali ÇANKAYA	Dr. Gülbin R. NALÇAKAN	Dr. Mahmut AÇAK
Dr. Cengiz AKALAN	Dr. Gülfem S. BALÇIKANLI	Dr. Malik BEYLEROĞLU
Dr. Cengiz KARAGÖZOĞLU	Dr. Gülsüm BAŞTUĞ	Dr. Manolya AKIN
Dr. Çağrı ÇELENK	Dr. H. Alper GÜNGÖRMÜŞ	Dr. Mehibe AKANDERE
Dr. Çetin ÖZDİLEK	Dr. Hacı Ahmet PEKEL	Dr. Mehmet ACET

Dr. Mehmet ÖZDEMİR	Dr. Hacı Murat ŞAHİN	Dr. Mehmet BAYANSALDUZ
Dr. Mehmet ÖZTÜRK	Dr. Hakan KOLAYIŞ	Dr. Mehmet Çağrı ÇETİN
Dr. Mehmet TÜRKMEN	Dr. Hakan Salim ÇAĞLAYAN	Dr. Mehmet DALLI
Dr. Mehmet ULUKAN	Dr. Hakan SUNAY	Dr. Mehmet GÜÇLÜ
Dr. Melih Nuri SALMAN	Dr. Recep KÜRKÇÜ	Dr. Mehmet KOÇAK
Dr. Menderes KABADAYI	Dr. Rıdvan EKMEKÇİ	Dr. Mehmet M. YORULMAZ
Dr. Menşure AYDIN	Dr. Rüçhan İRİ	Dr. Mehmet ÖZDEMİR
Dr. Meriç ERASLAN	Dr. Sadettin KİRAZCI	Dr. Yalçın KAYA
Dr. Merve Beyza AKGÜL	Dr. Savaş DUMAN	Dr. Hanife Banu. A.YANCI
Dr. Metin ŞAHİN	Dr. Sefa LÖK	Dr. Yaşar SALCI
Dr. Muhammed Emin KAFKAS	Dr. Selahattin AKPINAR	Dr. Yaşar TATAR
Dr. Muhsin HAZAR	Dr. Selami YÜKSEK	Dr. Yavuz Selim AĞAOĞLU
Dr. Murat AKYÜZ	Dr. Selçuk GENÇAY	Dr. Yıldız YAPRAK
Dr. Murat BİLGE	Dr. Selda UZUN	Dr. Yunus YILDIRIM
Dr. Murat KALDIRIMCI	Dr. Selhan ÖZBEY	Dr. Yusuf CAN
Dr. Murat KANGALGİL	Dr. Selma CİVAR YAVUZ	Dr. Yusuf KÖKLÜ
Dr. Murat ŞENTUNA	Dr. Serap ÇOLAK	Dr. Yücel OCAK
Dr. Murat TAŞ	Dr. Serdar ORHAN	Dr. Yüksel SAVUCU
Dr. Murat TEKİN	Dr. Serdar TOK	Dr. Zafer ÇİMEN
Dr. Mustafa AKIL	Dr. Serkan İBİŞ	Dr. Zekai PEHLEVAN
Dr. Mustafa ATLI	Dr. Serkan REVAN	Dr. Zekeriya GÖKTAŞ
Dr. Mustafa KARAHAN	Dr. Sinan AYAN	Dr. Zeki COŞKUNER

Dr. Mustafa Kayıhan ERBAŞ	Dr. Süleyman Murat YILDIZ	Dr. Zekine PÜNDÜK
Dr. Mustafa YAŞAR ŞAHİN	Dr. Süleyman PATLAR	Dr. Zişan KAZAK ÇETİNKALP
Dr. Mustafa YILDIZ	Dr. Sümmani EKİCİ	Dr. Ziya BAHADIR
Dr. Mutlu TÜRKMEN	Dr. Şahin ÖZEN	Dr. Mert AYDOĞMUŞ
Dr. Mürsel BİÇER	Dr. Şebnem Ş. CENGİZ	Dr. Bilal DEMİRHAN
Dr. Nazmi SARITAŞ	Dr. Şenay ŞAHİN	Dr. Serdar GERİ
Dr. Necip Fazıl KİŞHALI	Dr. Şerife VATANSEVER	Dr. Murat ERDOĞDU
Dr. Nimet Haşıl KORKMAZ	Dr. Şükrü Serdar BALCI	Dr. Murat ERDOĞAN
Dr. Nurettin KONAR	Dr. Tahir HAZIR	Dr. Sebahattin DEVECİOĞLU
Dr. Nurper ÖZBAR	Dr. Tamer KARADEMİR	Dr. Burak GÜRER
Dr. Nusret RAMAZANOĞLU	Dr. Taner BOZKUŞ	Dr. Betül AKYOL
Dr. Oğuz ÖZBEK	Dr. Tarık SEVİNDİ	
Dr. Oğuzhan YONCALIK	Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU	
Dr. Okan ÇAKMAKÇI	Dr. Tennur YERLİSU LAPA	
Dr. Olcay KİREMİTÇİ	Dr. Timuçin GENÇER	
Dr. Olcay MÜLAZIMOĞLU	Dr. Tonguç Osman MUTLU	
Dr. Önder DAĞLIOĞLU	Dr. Turgay ÖZGÜR	
Dr. Özcan SAYGIN	Dr. Turgut Kaplan	
Dr. Özden TAŞĞIN	Dr. Turhan TOROS	
Dr. Özer YILDIZ	Dr. Ufuk ALPKAYA	
Dr. Özgür BOSTANCI	Dr. Uğur ABAKAY	
Dr. Özgür ÖZKAYA	Dr. Uğur Altay MEMİŞ	

Dr. Özlem ORHAN

Dr. Ümid KARLI

Dr. Pınar GÜZEL

Dr. Vedat AYAN

Dr. R. Feridun DORAK

Dr. Vedat ÇINAR

Dr. Ragıp PALA

Dr. Veysel KÜÇÜK

Dr. Çetin YAMAN

Dr. Yağmur AKKOYUNLU

Bilim Alanı Sorumluları

Antrenman ve Hareket Bilimleri: **Ayşe KİN İŞLER**

Spor Yönetimi ve Organizasyon: **Azmi YETİM**

Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi: **İbrahim YILDIRAN**

Engellilerde Beden Eğitimi Ve Spor: **Cengiz ARSLAN**

Sporda Psiko-sosyal Alanlar: **Hülya AŞÇI**

Rekreasyon: **Settar KOÇAK**

Spor ve Sağlık Bilimleri: **Mitat KOZ**

Ödül Kurulu

Ömer ŞENEL (Başkan)

Ali Ahmet DOĞAN (Başkan Yard.)

Recep GÜRSOY (Antrenman ve Hareket Bilimleri)

Nevzat MİRZEOĞLU (Spor Yönetimi)

Suat KARAKÜÇÜK (Rekreasyon)

M. Levent İnce (Beden Eğitimi)

Biröl DOĞAN (Sporda Psiko-sosyal Alanlar)

Selda BEREKET (Spor ve Sağlık)

Bilimsel Sekreteryä

Ahmet PEKEL

Elif ÖZ

İmdat YARIM

Evrin ÜNVER

Neşe ŞAHİN

Mustafa ALTUNSOY

Funda KOÇAK

Seyfi SAVAŞ

DESTEKLEYEN KURUM VE KURULUŞLAR SUPPORTING INSTITUTIONS AND ORGANIZATIONS



İÇİNDEKİLER TABLE of CONTENTS

KURULLAR / COMMITTEES	6
DESTEKLEYEN KURUM VE KURULUŞLAR	16
SUPPORTING INSTITUTIONS AND ORGANIZATIONS.....	16
İÇİNDEKİLER / TABLE of CONTENTS.....	17
DAVETLİ KONUŞMA ÖZETLERİ / KEYNOTE SPEECH ABSTRACTS	20
DAVETLİ SEMPOZYUM ÖZETLERİ / INVITED SYMPOSIUM ABSTRACTS	26
SÖZEL BİLDİRİ ÖZETLERİ / ORAL PRESENTATION ABSTRACTS	85
ANTRENMAN ve HAREKET BİLİMLERİ / TRAINING and MOV. SCIENCES.....	86
Spor Biyomekaniği / Sports Biomechanics.....	211
SPOR ve SAĞLIK / SPORT and HEALTH	223
Fiziksel Aktivite ve Fiziksel Uygunluk / Physical Activity and Physical Fitness.....	224
Spor Fizyoloji / Sport Physiology.....	237
Sporcu Beslenmesi / Sport Nutrition.....	261
Spor ve Sağlık / Sports and Health	274
SPORDA PSİKOSOSYAL ALANLAR / PSYCHOSOCIAL FIELDS IN SPORT	302
Egzersiz ve Spor Psikolojisi / Exercise and Sport Psychology.....	303
Spor Sosyoloji / Sports Sociology.....	396
Spor Tarihi / Sports History	409
ENGELLİLERDE SPOR / SPORT IN DISABLED	421
Engellilerde Spor / Sport in Disabled.....	422
SPOR YÖNETİMİ / SPORT MANAGEMENT	443
Spor Yönetimi / Sport Management	444
Spor Ekonomisi / Sports Economics	452
Spor İşletmeciliği / Sport Bussiness	458
Spor Yönetimi / Sport Management	463
REKREASYON / RECREATION.....	487
BEDEN EĞİTİMİ / PHYSICAL EDUCATION.....	518
KISA SÖZEL BİLDİRİ ÖZETLERİ / SHORT ORAL PRESENTATION ABSTRACTS.....	572
ANTRENMAN ve HAREKET BİLİMLERİ / TRAINING and MOV. SCIENCES	573
Spor Biyomekaniği / Sports Biomechanics.....	724

SPOR ve SAĞLIK / SPORT and HEALTH	744
Çocuk, Kadın ve Spor / Child ,Woman and Sport	745
Fiziksel Aktivite-Fiziksel Uygunluk / Physical Activity-Physical Fitness	750
Spor Fizyolojisi / Sport Physiology	773
Sporcu Beslenmesi / Sport Nutrition.....	792
Spor ve Sağlık / Sports and Health	795
SPORDA PSİKOSOSYAL ALANLAR/ PSYCHOSOCIAL FIELDS IN SPORT.....	824
Egzersiz ve Spor Psikolojisi / Exercise and Sport Psychology.....	825
Motor Gelişim / Motor Development.....	929
Spor Felsefesi / Sports Philosophy.....	933
Spor Sosyolojisi / Sports Sociology.....	938
Spor Tarihi / Sport History	967
Toplumsal Cinsiyet ve Spor / Society- Gender and Sport	971
ENGELLİLERDE SPOR / SPORT IN DISABLED	978
SPOR YÖNETİMİ / SPORT MANAGEMENT.....	998
Spor Ekonomisi / Sports Economy	1012
Spor Yönetimi / Sports Management.....	1016
REKREASYON / RECREATION.....	1075
BEDEN EĞİTİMİ / PHYSICAL EDUCATION.....	1133
POSTER BİLDİRİ ÖZETLERİ / POSTER PRESENTATION ABSTRACTS	1208
ANTRENMAN ve HAREKET BİLİMLERİ / TRAINING and MOV. SCIENCES.....	1209
Spor Biyomekaniği / Sports Biomechanics.....	1349
SPOR ve SAĞLIK / SPORT and HEALTH.....	1354
Çocuk, Kadın ve Spor / Child, Woman and Sport	1355
Fiziksel Aktivite- Fiziksel Uygunluk Physical Activity- Physical Fitness	1358
Spor Fizyolojisi Sport Physiology	1376
Sporcu Beslenmesi Sport Nutrition.....	1413
Spor ve Sağlık Sports and Health	1422
SPORDA PSİKOSOSYAL ALANLAR PSYCHOSOCIAL FIELDS IN SPORT.....	1453
Egzersiz ve Spor Psikolojisi / Exercise and Sport Psychology.....	1454
Motor Gelişim / Motor Development.....	1515
Spor Sosyolojisi / Sports Sociology.....	1517
Spor Tarihi / Sport History	1535
ENGELLİLERDE SPOR / SPORT IN DISABLED	1538

<i>Engellilerde Spor / Sport in Disabled</i>	1539
SPOR YÖNETİMİ / SPORT MANAGEMENT	1572
<i>Spor Yönetim / Sport Management</i>	1573
<i>Spor Yönetimi / Sport Management</i>	1590
REKREASYON / RECREATION	1633
BEDEN EĞİTİMİ / PHYSICAL EDUCATION	1661
<i>Beden Eğitimi ve Spor / Physical Education and Sports</i>	1662

DAVETLİ KONUŞMA ÖZETLERİ

KEYNOTE SPEECH ABSTRACTS

Exercise is Medicine: Adding Years to Life and Life to Years

Robert Scales, Ph.D.

Mayo Clinic-Arizona, Division of Cardiovascular Diseases, 13400 East Shea Boulevard, Scottsdale, AZ 85259, USA

Mail: connect@robertscales.com, rscalesjnr@yahoo.com

Abstract: If there was medicine that was free, had no side effects, and was likely to make a person feel good and improve their health, would you prescribe it? Would you be surprised if this medicine did not come in a pill bottle or a needle? This 'prescription' is of course a well-designed physical activity and exercise program. It is important that the program is well-designed, because a poorly designed exercise plan could result in side effects such as injuries to the body. In this presentation, participants will hear some compelling research to support the medicinal qualities of exercise, which reinforces the American of College of Sports Medicine's Exercise is Medicine (EIM) global initiative to encourage primary care physicians to promote physical activity to every patient at every visit. A quality improvement process that uses cardiology-based exercise consultations to help physicians deliver preventive medicine will be described. The presentation will also offer suggestions that may assist in the delivery of the message that EIM by using the techniques of motivational interviewing to empower people to adopt an active lifestyle. This message comes at a time when the life expectancy in Turkey ranks lower than many countries around the world and the rate of obesity has more than doubled in the past 20 years.

Biomechanical and Physiological Performance in Team Sports

Herbert Wagner

Mail: herbert.wagner@sbg.ac.at

Professional team sports like American and Australian football, basketball, field and ice hockey, rugby, soccer, team handball and volleyball are characterized by a frequent change in intensities, physical confrontations and various and quite complex movements during the game. The physical demands in team sports are similar; however, physical demands also differ due to differences in the tactical and technical components. The aim of the present paper is to analyze the biomechanical and physiological performance in elite team sports.

Jumping, sprinting, overarm and change of direction movements are fundamental skills in different team sports. Three-dimensional (Vicon Motion) kinematic analysis have shown an equal order of the proximal-to-distal sequencing and similar angles in the acceleration phase in team handball throw, tennis serve and volleyball spike (Wagner et al., 2014). However, these general motor patterns appear to be modifiable in situations such as for throwing or hitting a ball with or without a racket, and due to differences at takeoff. Adaptations to different conditions were also found in indoor or beach volleyball spike jump (Tilp et al., 2008). Kinetic and kinematic analysis in change of direction tasks revealed a better performance due to increased lower body strength that enables athletes to execute the change of direction movement in a lower body position (Spiteri et al., 2013).

Physiological capacity and physical demands during match play in team sports were evaluated using heart-rate monitors and local position measuring systems. There were found differences not only between different team sports (Varley et al., 2014) but also between first and second half of a game or different playing positions (Luteberget et al., 2017). Physiological capacity (relative workload) during the game were mostly determined relative to the heart-rate at maximal oxygen uptake (VO₂max) during an incremental endurance test and found around 65-80% of VO₂max in different sport games. However, measuring oxygen uptake or blood lactate during a team sport game is not possible, consequently simulated tests were utilized. The team handball game based performance test revealed peak blood lactate of 11.6±3.0 mmol/l and peak oxygen uptake of 54.5±5.6 ml/kg.min (Wagner et al., 2016). However, the interaction to the performance in general performance tests was very low (Wagner et al., 2017).

In conclusion the knowledge about specific demands in team sports is still insufficient. Consequently, the increase of this knowledge will be the great challenge in sport science in the next decade.

“WISE Formula”

Danyel Tobias Reiche

Mail: dr09@aub.edu.lb

WISE standing for the promotion of women sports (W), the institutionalization of the promotion of Olympic sports (I), the specialization in medal promising sports (S) and the early adoption of trends such as sports newly added to the Olympic program (E). My work aims to contribute to a better understanding of forces impacting medal results that can be influenced by governments, with the WISE formula at the center of the analysis. The WISE formula is not a tool for predictions. It should be understood as a simple model with few explanatory variables that presents general guidelines for governments on how to develop elite sport policies. While detailed policies need to be adjusted to the country specific context, it provides a framework for how a country can succeed at the Games.

Exploring the Concept of Engagement in Physical and Sport Education

Peter Hastie

Auburn University, USA

Mail: hastipe@auburn.edu

The focus of this presentation is the concept of “engagement”, and particularly how it applies to the area of physical education. The presentation will begin with a brief history of how engagement has been conceptualized in schools, and the various dimensions that make up the idea of engagement have evolved. Attention will then turn to how engagement has been used in physical education research, with the understanding that there is still a lack of clarity of consensus about the term. Within this section, the value of having a consolidated and consistent measure will be highlighted, with sample studies that could follow. The presentation will conclude with a discussion of appropriate ways in which to quantify the various dimensions (cognitive, emotional, behavioral and agentic) of engagement. This will include the outlining of a survey that measures the perspective of the student, as well as an observation system that seeks to quantify behavioral engagement.

Sport And Recreation Participation: Theoretical Approaches With Management Implications

Kostas Alexandris, PhD

Aristotle University of Thessaloniki, Greece

Mail: Kalexand@phed.auth.gr

It is well recognized today that physical inactivity is a growing problem internationally.

Halal et al. (2012) reported that 31% of the adult population world-wide is physically inactive. Still this estimation seems quite modest, since it has been reported, for example, that in the European Union 59% of the EU citizens never or seldom exercise, while only 41% of EU exercises at least once a week. The proportion of non-participants increased from 39% (2009) to 41% (2013). Considering that physical inactivity is associated with obesity, poor health, increased medical expenses, lower work productivity and poor quality of life (Min-Lee et al., 2012), it is expected that promoting an active life-style would have been among the top priorities among governments and local authorities today. Unfortunately, this is not the case for many countries world-wide. Two questions arise from this introduction: What can academics / researchers do in order to help increasing physical activity participation? And, how academics / researchers can co-operate with practitioners and policy makers in order to effectively promote an active life style? It is evident that theoretical and applied research on the factors that constraint from the one side and promote on the other side sport and recreation participation is required by academics / researchers. Results of good research should be published and utilized by practitioners in order to design strategies to effectively promote sport and recreation participation. This presentation will offer some directions on how the study of sport and recreation participation can be approached. A decision-making model will be presented in order to explain how an individual negotiates personal decisions for taking part in sport and recreation. On presenting this model, several intrinsic (e.g., motivation, constraints, personality, attitudes) and extrinsic (e.g., socio-economic, cultural) factors will be discussed, by using certain theoretical frameworks (Alexandris & Funk, 2016). Emphasis will be given on designing good research with valid results, which should be of theoretical and applied value. Theoretical value means that the results can be publishable, while applied value means that the results can be used by practitioners. The presentation will also propose several examples of how such research can guide the development of marketing strategy for sport and health practitioners. Finally, clear directions for future research in this area will be provided.

DAVETLİ SEMPOZYUM ÖZETLERİ

INVITED SYMPOSIUM ABSTRACTS

Psychological Effects of Exercise

F. Hülya Aşçı

Sport Sciences Faculty, Marmara University, Istanbul, Turkey

Mail: fhulya@marmara.edu.tr

Physical activity or exercise has become increasingly popular in recent years and much research describing the psychological benefits of fitness has emerged from a variety of settings. Participation in physical activity or exercise is not only associated with physiological improvement in aerobic capacity, cardiovascular functioning, muscular strength, flexibility and body composition, but it also provides psychological benefits. Several extensive reviews and meta- analysis support the role of exercise in the promotion of positive psychological and mental health (3). Empirical support of the role of physical activity or exercise in the psychological and mental health promotion range from changes in mood states (2), locus of control (4), anxiety (1) and cognitive processes (6). Furthermore, several researchers (5) have identified self-esteem as the psychological variable with the most potential to reflect psychological benefits as a result of regular participation in physical activity/exercise. In summary, the aim of this presentation was to summarize the recent studies that examined the exercise and mental health relations. In this presentation, the cross sectional studies that adressed the the relationship between exercise and mental health and also the interventional studies that examined the effects of different exercise programs on the mental health will be discussed.

1. Aşçı, F. H. (2003). The effects of physical fitness training on trait anxiety and physical self-concept of female university students. *Psychology of Sport and Exercise*, 4, 255-264.
2. Morgan, W. P. (1985). Affective beneficence of vigorous physical activity. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 17, 94-100.
3. Netz, Y., Wu, M., Becker, B. J., & Tenenbaum, G. (2005). Physical activity and psychological well being in advanced age: A meta-analysis of intervention studies. *Psychology and Aging*, 20, 272-284.
4. Perri, A., & Templer, D.I. (1985). The effects of an aerobic exercise program on psychological variables in older adults. *The International Journal of Aging and Human Development*, 20, 167-172.
5. Sonstroem, R. J., & Morgan, W. P. (1989). Exercise and self-esteem: Rationale and model. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 21, 329-337.
6. Tomporowski, P. D., & Ellis, N. (1986). Effects of exercise on cognitive process: A review. *Psychological Bulletin*, 99, 338-345.

Spor Pazarlama Mutasyonu: Siberya'ya Yolculuk

Metin Argan

Anadolu Üniversitesi, Eskişehir, Türkiye

Mail: margan@anadolu.edu.tr

Özet Gelenekselden dijital pazarlamaya doğru gidişi sembolize eden anlayış mutasyon olarak karakterize edilebilmektedir. “Pazarlama 4.0” veya “Endüstri 4.0” olarak sembolize edilen mutasyonda; pazarlama 1.0 ürün odaklı bir anlayışı, pazarlama 2.0 odağında tüketici olan anlayışı, pazarlama 3.0 bilgisayar ve internetle birlikte insana yönelen bir anlayışı, pazarlama 4.0 ise siber sistemler, nesnelerin interneti ve sanallaştırmayı ortaya koyan bir anlayış söz konusudur. Mekanik bir anlayıştan robotik bir anlayışa geçişi temsil eden işletmecilik (business 4.0) anlayışı, iletişimden süper insana dönüşümü tasvir eden pazarlama anlayışı (marketing 4.0) ve sadece talep edenden insan olmaya vurgu yapan müşteri (customer 4.0) anlayışı mutasyonda önemli paradigmlar olarak ortaya çıkmaktadır. İçinden bulunduğumuz siber dünya nesnelerin kendi aralarında iletişim kurduğu

(internet of things) bir yapıyı temsil ettiğinden, geleneksel bakış açısı ile pazarlamaya bakış açısının ortadan kalktığı dönemlere doğru gidilmektedir. Bu bağlamda, konuşma kapsamında sanayi ve pazarlamadaki dönüşüm temelinde siber dünyaya yönelik ele alınarak, bu dönüşümün spordaki yansımaları ele alınacaktır. Pazarlama ve internet, tüketici veya taraftarlar arasında dolaşarak onların ürünlerle daha fazla etkileşim kurmalarına neden olmakta ve onlara daha fazla değer ve veri sunmaktadır. Nesnelerin interneti aracılığıyla taraftarların müsabaka ya da internet ile etkileşim kurmaları sağlanarak, bu da siber dünyaya daha fazla katılım içerisinde olma anlamı taşır. Sonuç olarak, bu konuşma kapsamında, spor pazarlaması anlayışlarındaki değişimler temelinde siber dünyadaki uygulamalar üzerinde durulacaktır.

Anahtar Kelimeler: Pazarlama 4.0, Endüstri 4.0, Dijital pazarlama, Siber pazarlama, Pazarlama mutasyonu.

Spor Pazarlaması ve Güncel Eğilimler

Sema Alay Özgül

Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul, Türkiye

Mail: salay@marmara.edu.tr

18. ve 19.yüzyıldaki gelişmelerle 1877’de Sanayi Devrimi ile önceden **savaş-spor ilişkili spor** anlayışı değişikliğe uğrayarak, **kapitalizm-spor ilişkisine** girmeye başlamıştır. Toplumdaki her alan ve birey üretimde bulunan birer araç halini almıştır. Sağlıksız birey, sağlıksız sanayii, ülkelerin işletimsel ekonomilerine zarar vermektedir. Bunun için, maliyeti azaltmak ve kâr artırımı, amaçtır. Buradan anlaşılacağı üzere, genel gidiş profesyonel sporların ivmelenmesinde yönetimle birlikte özellikle pazarlama anlayışını gündeme getirmiştir. Profesyonel sporlar ve sağlık için spor işletmeleri artık kâr amaçlı çalışan birer kurumdur. Her ürün ve hizmette olduğu gibi sporun pazarlaması da günümüzde olmazsa olmazlar içindedir.

Spor pazarlaması; temel ürün ve /veya hizmeti spor ve sporla ilintili bir kurumun, **kâra dayalı ilişkiler ve müşteri değeri** anlayışla müşterilerinin istek ve ihtiyaçlarını yerine getirirken, bir spor ürününün üretilmesi, fiyatlandırılması, tutundurması ve dağıtımı ile ilgili tüm faaliyetlerin planlanması ve uygulanması sürecidir.

Pazarlama denilince elde pazarlanacak bir şeyin/bir şeylerin olması lazım gelir. Sporda neler pazarlanır sorusuna verilecek en temel yanıt: sporun temel faydaları (sağlık, eğlence, sosyalleşme, başarı gibi), maçlar/yarışlar/karşılaşmalar, fiziksel beceri, spor malzemeleri, tesisler ve bunlarla ilgili hizmetler. Spor alanının- ürün, pazar, finans, tutundurma- nadide özellikleri vardır ve bu özellikler konusunda usta olmak için yalın, kolay bir yol yoktur. Ancak özelliklerin neler olduğunun bilinmesi gerekir.

Spor ürünü, pazarı, finansmanı ve tutundurulması gerçekten üstün meziyetler gerektiren ve bilgi gerektiren birer husus. Bunun için Spor pazarlaması yönetim sürecine stratejik olarak bakmamız gerekir. Spor Pazarlaması yönetimindeki taktiksel ve stratejik bileşenleri bir arada düşünerek ya da eş zamanlı olarak harekete geçirerek pazarlama işini yürütmek gerekmektedir. Günümüzde spor pazarlaması ‘elimde iyi oyuncular ve iyi ekipten oluşan bir takımım veya sağlık için-spor merkezim olsun’dan çok daha öte bir uzmanlık. Spor pazarlaması alan-yazını incelediğimizde, en çok dikkati çeken husus, stadyumların daha fazla dolu olması ile ilgili araştırmaların fazlalığı dikkat çekmesidir. Seyirci artırımında tali pek çok sebep söylenebilir ancak bu sebepler “tüketiciler/seyirciler ne ister, ne bekler?” sorusuna alınacak yanıtlarla somut olarak ortaya konulabilir ki, burada karşımıza “tüketici değeri” ve “kazanca dayalı ilişki” kavramı karşımıza çıkar. Pazarlamanın öncü ilim insanı Kotler “pazarlama müşteri değeri ve ilişkilerle başlar” der. Spor pazarlaması öncülerinden Mullin, Hardy ve Sutton bu hususa kısmen değinmişlerdir, ancak ilerleyen zamanlarda müşteri değeri ve ilişkiler kavramları onlar için de daha fazla temel teşkil edecektir. Spor pazarlamacılarının bu kavramlardan hareketle, pazarlama yönetim sürecini ele almaları ve eylemde bulunmaları gerekmektedir.

Spor pazarlamasında güncel eğilimler nelerdir diye baktığımızda ise; Küreselleşme, sporda kadın ve kadın sporları, kadın taraftarlar, dijital devrim (bilet satışları, halkla ilişkiler, tutundurma, sponsorluklar) başı çeken konular olarak karşımıza çıkmaktadır.

Coach, Manager or Leader

Fereidoon Tondnevis

Mail: tondnevis@yahoo.com

In the past several years, I have realized that there is no real unified, agreed upon and accepted understanding of the difference between a manager and a leader among my students. As a result, they didn't have a consensus for how those two terms are defined and students had different understanding of the two concepts. The lack of consensus for what exactly these two terms mean, could also be attributed to the fact that different text books that students use, probably have various definitions for the two concepts. In most of leadership and management textbooks, the concept of leading and managing are discussed side by side and the difference and similarities between the two is discussed. In other words, the goal is to discuss these two concepts in a clear and logical fashion that clearly distinguishes the two. This becomes of paramount importance in the field of sports managements where there needs to be a clear reference and understanding as to whether the coach is also a manger or a leader or both. It is this clear understanding of the difference and the ranking of management and leadership that significantly helps organizations like Northern American Society to effectively and profitably manage various programs at clubs, teams, sports organizations and sports events.

Since the beginning of the 20th century, various experts in the field, have discussed the principles of management and have outlined the duties of managers and directors. Among them, Koontz, Weihrich and O'Donnell have defined management and its principles using the term the managerial functions and have outlined the five principles of management as: planning, organizing, staffing, leading (Leadership) and controlling. Leadership is an important and crucial part of management. With this view, we can also view sport coaches the same way. A coach, is like a manager who needs to have a vision and a mission. With this way of looking at the connection between management and leadership and the mission, coaches would then question themselves what goals need to be set? The next step is planning to achieve those set goals. Coaches need to be managers before being leaders but also need to lead in their management positions.

One of the most important matters that every manager needs to be completely aware and mindful of, is leadership. In conclusion if managers would like to satisfactory perform their managerial duties they need to be able to lead effectively at the same time.

Educating Prospective Physical Education Teachers to Use the Spectrum of Teaching Styles

Nikolaos Digelidis

School of Physical Education and Sport Science, University of Thessaly, Greece

Email: nikdig@pe.uth.gr

Abstract

As educators in higher education we are interested in transforming students' perceptions, attitudes and behaviors in relation with the use of a variety of teaching styles. Obviously, we have solid reasons for that. Nevertheless, students' experiences in Physical Education within 12 years of school time and a series of blocking beliefs may play an important role in their understanding and their intentions to use new knowledge or different approaches in teaching than those they already have some experience. Consequently, many questions arise in relation with the effectiveness of the training we provide to prospective teachers. After many years of Spectrum experience, how teachers use it in schools? How do students and teachers acquire knowledge, skills, competencies in order to use the Spectrum? How do student-teachers structure Spectrum-related knowledge? What is the role or impact of their past experiences with Physical Education in relation with the Spectrum?

Aimed at giving rational explanations, a series of research studies and empirical information will be presented that might be useful to those of us who are teaching the Spectrum to students and teachers:

- i. PE Teachers in many countries still are in favor of the use of reproductive teaching styles.
- ii. Teachers' perceived ability in using mostly reproductive teaching style plays an important role in predicting these behaviors. On the contrary, perceptions that production styles promote students' learning predicted the use of these teaching approaches.
- iii. PE teachers prior experiences act as a catalyst on their decision to rely on the reproduction cluster of teaching styles.
- iv. PE teachers who usually participate in mandatory seminars report that the influence of these seminars was weak and thus the reproduction teaching approach is their typical teaching choice.
- v. PE student teachers' experiences with teaching styles related positively with their intention to implement these teaching styles as physical education teachers in the future
- vi. PE students' perceive that learning is mostly a transmissive process rather constructivist and that PE lesson has a unidimensional character.

These results lead our thought into some proposals for the training and knowledge we provide to our students or seminars for teachers: a) design seminars aim at promoting PE teachers' intrinsic motivation, b) design the in-site PE teacher's education as a long-term and gradual process which demands the combination of training and implementation of innovative teaching approaches. The implementation of innovative approaches is not a smooth and simple process but requires systematic effort on their behalf in order to effectively implement them.

Selected references

- Digelidis N. (2007). The spectrum of teaching styles: From theory to praxis. Thessaloniki, GR: Kyriakidi Publications.
- Lawson, H. A. 1983. Toward a model of teacher socialization in physical education: entry into schools, teachers' role orientations, and longevity in teaching (part 2). *Journal of Teaching in Physical Education*, 3(1), 3-15.
- Mosston M. & Ashworth S. (2008). *Teaching Physical Education* (5th edition). NY: Benjamin Cummings.

- Syrmpas Y., Digelidis N. (2014). Physical education student teachers' experiences with and perceptions of teaching styles. *Journal of Physical Education and Sport*, 14, 52-59.
- Syrmpas Y., Digelidis N., Watt, A. (2015). An examination of Greek physical educators' implementation and perceptions of Spectrum teaching styles. *European Physical Education Review*, 1-14. DOI: 10.1177/1356336X15598789
- Syrmpas, I., Digelidis, N., Pasco, D., & Chen, S. (in press). Greek preservice physical education teachers' mental models of production and reproduction teaching approaches. *European Physical Education Review*.
- Syrmpas, I., Digelidis, N., Watt, A. & Vicars M. (2017). Physical Education Teachers' Experiences and Beliefs of Production and Reproduction Teaching Approaches. *Teaching and Teacher Education*, 66, 184-194.
- Vosniadou, S. (2007). The conceptual change approach and its re-framing. In S. Vosniadou, A. Baltas, & X. Vamvakoussi (Eds.), *Advances in learning and instruction series: Reframing the conceptual change approach in learning and instruction* (pp. 1-15). Amsterdam, The Netherlands: Elsevier Science.

Physical Education and Mental Functions

Giyasettin Demirhan

Hacettepe University Faculty of Sports Sciences, Beytepe, Ankara, Turkey

Mail: demirhan@hacettepe.edu.tr

A child or a young adult who grows up as an individual who is educated as a physically/physically educated person can participate in any physical education class throughout his or her life. Because of this, physical education (PE) class is important for education system that exercise, sports and regular physical activity are taught in physical education class. In other words, human beings create cultures, and movement and physical education are ways for the physical culture and literacy. In this context, the purpose of this presentation is to provide information on the positive effects of physical education on human mental functions of children and young people. As it is already known, regular physical activity, sport and exercise are crucial for a high-quality life, and children and young people must perceive physical activities as a part of their lives. Children and young people can improve their general health levels by participating in regular physical activities, sport and exercise and decrease the disease risks they may face in future. A great deal of studies has been conducted in recent years on whether or not physical activity, sport and exercise affect the academic performances of children and young people. Recent studies show that cognitive functions and academic performance of children and young people who have high physical activity and physical fitness levels are higher than the others. For this reason, many researchers have intensified on the effects of physical activity, exercise and sports on academic performance and cognitive functions. As a conclusion, the effects of the types, severity, frequency and duration of acute or chronic physical activities differ on academic performance and cognitive functions. The success at physical activities, sport and exercise have an important effect on the development of self-conception, positive attitude and self-sufficiency of children and young people.

Keywords: Physical education, Exercise, Sports, Physical activity, Mental functions

Öğretmen ve Antrenörlerin Öğretim Yöntemleri Kullanımı: Sorunlar ve Öneriler

Mustafa Levent İnce

Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Ankara, Türkiye

Mail: mince@metu.edu.tr

Spor eğitiminde başarılı öğrenme, öğrencilerde beceri, bilgi ve olumlu tutum sporcularda ise spora özgü yetkinlik, özyeterlik, bağ ve karakter geliştirme ile açıklanmaktadır. Güncel alanyazında bu özelliklerin sadece sunuş stratejisine dayalı sınırlı öğretim yöntemleri/teknikleri kullanılarak yeterince geliştirilemeyeceği güçlü bir şekilde vurgulanmaktadır. Kalıcı öğrenme için öğrenenin buluşuna dayalı problem çözme öne çıkararak; öğrenilenin yaşama/müşabaka performansına etkili bir şekilde aktarılması için ise öğrenenin başlattığı/tasarladığı/ ve kendi kendine öğrenmeyi uyguladığı öğretim yöntemlerinin/tekniklerinin öğretmenler/antrenörler tarafından kullanımında önemli gözükmektedir. Bugüne kadar yapılan araştırmalar öğretmen ve antrenörlerin yoğun olarak sunuş stratejisine dayalı öğretim yöntemlerini/tekniklerini kullandıklarını ve bunlara buluşa dayalı öğretim yöntemleri/tekniklerine göre daha çok değer verdiklerini göstermektedir. Bu sunumun amacı 1) araştırma bulgularına dayalı olarak öğretmen ve antrenörlerin öğretim strateji/yöntem/teknik (beden eğitiminde Mosston öğretim stilleri) kullanımı ve bunlara verdikleri değeri ortaya koymaktır, 2) ilgili araştırmaların dayandığı araştırma problemi, seçilen araştırma yöntemi, veri toplama ve analizi yöntemlerini ve sınırlılıklarını eleştirel bir bakış açısıyla irdelemektir ve 3) geleceğe dönük araştırma önerilerinde bulunmaktır.

Anahtar Kelimeler: Öğretmen, Antrenör, Öğretim Yöntemleri

Use of Teaching Methods by Teachers and Coaches: Challenges and Recommendations

Successful learning in sports education is explained by the development of skill, knowledge and positive attitude for students, and sport specific competency, self-efficacy, connection and character for athletes. In the current literature, it is strongly emphasized that developing these characteristics as intended with only the use of reproductive teacher/coach centered teaching methods/techniques is not possible. Use of problem-solving teaching methods/techniques in which learners discovery is at the center of deep learning, and use of learner designed/initiated and self-teaching teaching methods/techniques in which learning is transferred to life/competition settings effectively by the learner with the guidance of teachers/coaches look to be important. Studies conducted so far show that teachers and coaches are heavily using reproduction (more teacher/coach centered) based teaching methods/techniques and they also give more value to those methods than the discovery (production; more learner-centered) oriented teaching methods/techniques. The purpose of this presentation is to: 1) examine the in-service teachers and coaches use and value perceptions of teaching strategies/methods/techniques (Mosston spectrum of teaching styles in physical education) based on research findings, 2) critically analyse relevant research studies by their research problems, research methods, sampling procedures, data collection, data analysis and limitations, and 3) present recommendations for further research on the topic.

Keywords: Teacher, Coach, Teaching Methods

Türkiye’de Spor Yönetimindeki Değişimlerin Değerlendirilmesi

Gazanfer DOĞU

Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu, Türkiye

Mail: gazanferdogu@gmail.com

Gençlik ve Spor Bakanlığı

(GENÇLİK VE SPOR BAKANLIĞININ TEŞKİLAT VE GÖREVLERİ HAKKINDA KANUN HÜKMÜNDE KARARNAME (1) Kanun Hük.
Kar. nin Tarihi: 3/6/2011, No: 638)

Görevler

MADDE 2- 1) Gençlik ve Spor Bakanlığının görevleri şunlardır:

- a) Gençliğin kişisel ve sosyal gelişimini destekleyici politikaları tespit etmek, farklı genç gruplarının ihtiyaçlarını da dikkate alarak gençlerin kendi potansiyellerini gerçekleştirebilmelerine imkân sağlamak, karar alma ve uygulama süreçleri ile sosyal hayatın her alanına etkin katılımını sağlayıcı öneriler geliştirmek ve bu doğrultuda faaliyetler yürütmek, ilgili kurumların gençliği ilgilendiren hizmetlerinde koordinasyon ve işbirliğini sağlamak.
- b) Gençliğin ihtiyaçları ile gençliğe sunulan hizmet ve imkânlar konusunda inceleme ve araştırmalar yapmak ve öneriler geliştirmek, gençlik alanında bilgilendirme, rehberlik ve danışmanlık yapmak.
- c) Gençlik çalışma ve projelerine ilişkin usul ve esasları belirlemek.
- ç) Gençlik çalışma ve projeleri yapmak, bu çalışma ve projeleri desteklemek, bunların uygulama ve sonuçlarını denetlemek.
- d) Spor faaliyetlerinin plan ve program dâhilinde ve mevzuata uygun bir şekilde yürütülmesini gözetmek, gelişmesini ve yaygınlaşmasını teşvik edici tedbirler almak.
- e) Spor alanında uygulanacak politikaları tespit etmek ve uluslararası kuralların ve talimatların uygulanmasını temin etmek

Bakanlığın 6 görevinden 4 ünün Gençlik 2 sinin ise Spor ile ilgili olması kanunu hazırlayanların Gençlik Hizmetlerini ne kadar önemsediklerinin açık bir göstergesidir.

Teşkilat

MADDE 3- (1) Bakanlık, merkez teşkilatından oluşur.

Hizmet birimleri

MADDE 6- (Değişik: 8/8/2011-KHK-649/10 md.) (1) Bakanlığın hizmet birimleri şunlardır:

- a) Gençlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü.
- b) Proje ve Koordinasyon Genel Müdürlüğü.
- c) Eğitim, Kültür ve Araştırma Genel Müdürlüğü.

Bakanlığın Teşkilat yapısında da görülmektedir ki bünyesinde mevcut bulunan 3 genel müdürlüğün 1 tanesi Gençlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü iken diğer 2 genel müdürlükte sanki Gençliğe yönelik faaliyet göstereceklermiş gibi bir izlenim bırakmaktadır. Çünkü Sporumuzun sorumluluğunu sürdürmeye devam eden ve bu kanun hükmünde kararname ile ismi ve mevzuatında değişikliklerle Gençlik Hizmetleri sorumluluğundan soyutlanmış Spor Genel Müdürlüğü Bakanlığa bağlı kuruluş olarak faaliyetine devam etmektedir. Sporla ilgili proje, eğitim ve araştırma ihtiyaçlarını karşılayan hizmet birimleri Spor Genel Müdürlüğü bünyesinde faaliyetlerini devam ettirmektedirler (örneğin: Eğitim Daire Başkanlığı, Bilim ve Araştırma Kurulu, SESAM,vb.).

Hatta Bakanlık sadece Merkez Teşkilat olarak oluşturulmuş olup, Bakanlık birimlerinin Taşra hizmetlerini (özellikle Gençlik hizmetlerini) Spor Genel Müdürlüğünün Taşra Teşkilatı yürütmektedir. Öyle ki, Spor Genel Müdürlüğünün İl Müdürlüklerinin adı sonradan görevlerine uygun düzeltilerek “Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü” yapılmıştır.

Bu yeni yapılanma ile Spor yönetiminde aksayan bazı hususlara çözüm arayışı içinde yeni yapılarda kurulurken (Sportif Değerlendirme ve Geliştirme Kurulu) “Merkez Danışma Kurulu” ve “Tahkim Kurulu” gibi çok önemli yapılardaki aksaklıklara yönelik hiç bir şey yapılmamıştır.

İçinde bulunduğumuz bu dönemde en öncelikle dile getirmek istediğim sorun “Sporun Yönetimine SİYASETİN çok fazla müdahil olması” hususudur. Bir yandan “Özerk Spor Federasyonları” mevzuatında çağdaş bir değişiklik ile adı “Bağımsız Spor Federasyonları” yapılırken diğer taraftan federasyonların genel kurul yapılarına çerçeve mevzuatlar adı altında müdahalelerle iktidar partisinin direk siyasi etkisi belirleyici hale getirilmiştir (örneğin: genel kurul üye sayısının %10 u oranında Spor Genel Müdürlüğü temsilcileri, vb.).

Şu an elimizde bulunan ve kıymetini bilerek sahip çıkmamız gerekenler:

1. Anayasamızın 59. Maddesi:

« B. Sporun geliştirilmesi ve Tahkim (EKLENMİŞ FIKRA 29.03.2011 RG NO: 27889 KANUN NO: 6214/1)

MADDE 59 – Devlet, her yaştaki Türk vatandaşlarının beden ve ruh sağlığını geliştirecek tedbirleri alır, **sporun kitlelere yayılmasını teşvik eder.**

Devlet başarılı sporcuyu korur.

Spor federasyonlarının spor faaliyetlerinin yönetimine ve disiplinine ilişkin kararlarına karşı ancak zorunlu tahkim yoluna başvurulabilir. Tahkim kurulu kararları kesin olup bu kararlara karşı hiçbir yargı merciine başvurulamaz.

Bu maddenin anayasamıza girmesinde büyük emeği olan RAHMETLİ PROF.DR.NECMETTİN ERKAN' ı saygıyla anıyorum.

Devletin tüm kurumları anayasaya uygun **HERKES İÇİN SPOR** a önem vermeli.

2. Gençlik ve SPOR POLİTİKASI Belgesi:

Lütfen OKUYUN....Devlet neler neler TAAHHÜT ediyor.

Bu belgedeki **HEDEFLER** gözetilerek hareket edilse.....!

Dünyanın en **ÇAĞDAŞ spor yönetimine** sahip oluruz.

3. Sportif Değerlendirme ve Geliştirme Kurulu:

Gençlik ve Spor Bakanlığına bağlı bu kurul Türk Spor Teşkilatını ve özellikle Spor Federasyonlarını **DEĞERLENDİRİP KURUMSALLAŞMALARINA** yardımcı olmaktadır.

Bu kurul Spor Federasyonlarına tüm faaliyetlerinde dikkat edecekleri **27 Maddelik ESASLAR** hazırlamış ve onlardan bu esaslar kapsamında TAAHHÜTLER de bulunmaları istenmiştir.

Spor Federasyonlarının TAAHHÜTLERİNE UYMALARI takip edilmelidir.

TEMENNİLERİM...!

1. **SPONSORLUK** Kanunda değişiklik yapılarak **BELLİ ORANDA VERGİDEN DÜŞME** sağlanır.
2. Tüm Spor Yönetim Kurumlarında **ÖZELLİKLE SPOR FEDERASYONLARI** nda **LİYAKAT** öne çıkar.
3. Sporda **ÇEŞİTLİLİK** toplumumuzun Kültürünün bir parçası olur.
4. Ülkemiz Spor Politikasında **KAÇ MADALYA** değil **HALKIN % KAÇI AKTİF SPOR YAPIYOR** ön plana çıkar.

Spor Politikasının Genel Sosyoekonomik Politikalar Üzerine Yansımaları

Müslim Bakır

Okan Üniversitesi, UBYO Spor Yöneticiliği Bölümü, İstanbul, Türkiye

Mail: muslim.bakir@okan.edu.tr

ÖZET

Farklı kategoride yer alan birçok devlet yönetiminin elit spordaki başarıya aşırı şekilde odaklanmasının çeşitli şekilde açıklaması bulunmaktadır. Bu açıklamalar uluslararası platformda itibar kazanma ve diplomatik olarak tanınma, ideolojik rekabet, uluslararası sportif başarının üreteceği “iyi hissetme” duygusu ile elit spor yarışmaları düzenlemenin sağlayacağı ekonomik etkiye kadar bir dizi yarar beklentisini kapsamaktadır. Yakın bir geçmişte ise, büyük ölçekli spor etkinliklerine ev sahipliği yapmak, turizmin promosyonu (ör. Sidney, 2000) ve kentsel dönüşüm (ör. Barselona 1992 ve Londra 2012) tarzında ekonomik gelişmenin bir formu olarak kaşımıza çıkmıştır.

Elit spora odaklanmanın yukarda ifade edilen nedenlerinden dolayı bu alanı başarılı bir şekilde geliştirmenin bileşenlerini belirlemek amacıyla önemli sayıda girişimde bulunulmuştur. Bu çalışmalardan Fisher and Borms (1990), Abbot et.all (2002), Digel (2002), Green and Oakley (2001) Oakley and Green (2001), UK Sport(SPLISS Consortium) (2006) önem arz eden girişimlerdir. Her ne kadar her girişim başarılı bir elit spor sistemi geliştirmek için farklı sayıda anahtar nitelikli bileşenler belirlemişlerse de, analizler arasında örtüşme bulunmaktadır. Analizlerde örtüşen bileşenleri özellikle şu üç uygun grupta toplamak mümkündür;

- Bağlamsal bazda, ör. Fon(para) kaynaklarına ulaşılabilirlik
- Sürçle ilgili olarak, ör. Yetenek belirleme sistemi
- Spora(branşa) özel olarak, ör. Antrenman tesisleri

Hükümetlerin elit sporu, elit spor endüstrisinin oluşturulması, şans oyunları gelirlerinin spor tesislerinin inşası için tahsis edilmesi gibi farklı uygulamalar üzerinden desteklemelerinin nedenleri bilimsel kanıtlara dayanmaktadır. Benzer şekilde, spora katılım düzeyinin artırılması ve genel olarak sporu geliştirmeyi amaçlayan hükümet politikaları da bilimsel tartışma konularıdır.

Spor politikası ile ilgili olarak dikkate alınması gereken bir diğer hususta spor endüstrisinin hükümet politikaları ile kesişiminin genel olarak spor politikası altında kabul gören alanlarla sınırlı olmayışıdır. Hükümetler, spor örgütlerinin faaliyetlerini düzenleyen politikaları yasalaştırmakta ve aynı zamanda diğer politik amaçlarına ulaşabilmek adına spordan istifade etmektedirler.

Spor politikası olarak tanımlanan alanların dışında kalıp spor politikasıyla ilişkilendirilen hükümet politikası alanları belli spor faaliyetlerine bireylerin ne şekilde katılabileceğini belirleyen, spora dahil olan bireyleri koruma amacı güden, sporla ilgili bahisleri kontrol altına alma amacı güden, sporun medyada ne şekilde yayınlanacağına ve beden eğitiminin ne şekilde verileceğine dair politikaları içermektedir. Hükümetler sporu, düzenlemeye yönelik hükümet politikası alanlarının yanı sıra fiziksel aktiviteyi ve sağlığı artırmak, kentsel dönüşümün gerçekleşmesini desteklemek, sosyal hayata katmak ve toplumsal gelişimi kuvvetlendirmek gibi daha geniş politikaları şekillendirmek için bir araç veya yol olarak kullanılmaktadırlar.

Anahtar Kelimeler: Spor Politikası, Spor, Politika, Yönetim

Kaynaklar

De Bosscher, V., De Knop, P., Van Bottenburg, M. And Shipli, S. (2006) A conceptual framework for analysing sport policy factors leading to international sporting success, *European Sport Management Quarterly*, 6(2) 185 – 215. Green, M., & Houlihan, B. (2005) Elite Sport Development: Policy Learning and political priorities. London: Routledge. Houlihan, B. And Green, M. (2007) Comparative Elite

Sport development: systems, structure and public policy Hoye, R., Nicholson, M. And Houlihan, B. (2010) Sport and policy, issues and analysis. Elsevier.

Yönetimde Karar Süreçleri ve Etik Uygulamalar

Nevzat Mirzeoğlu

Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi , Spor Yöneticiliği Bölümü Sakarya, Türkiye

Mail: nevzatmirzeoglu@sakarya.edu.tr

Yönetim doğası gereği etik yoğun bir alandır. Yönetimi karar verme sanatı olarak ele aldığımızda, yöneticinin yaptığı işi de, sadece “karar vermek” olarak sınırlandırabiliriz. Ve yöneticinin her verdiği karar birilerini (iş gören, müşteri vb.) ilgilendirmekte ve etkilemektedir. Etik ise insanla ilgili; insanın yapıp etmeleri, eylem ve söylemleri ile ilgilidir. Sizin davranışlarınız ötekini (insanları, hayvanları, doğayı vb.) ilgilendiriyor ve etkiliyorsa ki öyledir; bu konu bir problem haline gelmekte ve etğin konu alanına girmektedir. Yöneticiler her gün kişisel ve mesleki dürüstlüklerinin sınıandığı birçok durumla karşı karşıyadır. Bunlara karşı gösterdikleri tutumları sonucunda; dolandırıcılık, savurganlık, görevi ihmal veya görevi kötüye kullanma gibi etik dışı uygulamalar ve bunların sonucunda da her şeyden öte, yetersiz ve niteliksiz hizmet ortaya çıkmaktadır. Böyle bir sonuca neden olmamak için rehber alınması gereken bir kılavuz var mıdır? Yönetici bu ikilemi nasıl aşmalıdır?... Bu sunumda, modern yönetim anlayışında iş görenler yönetimlerinden ne bekler, yönetimde etik neden önemli, karar süreçlerinde etik ilkelerden nasıl yararlanabiliriz konuları üzerinde durulacaktır.

II. Meşrutiyet Döneminde Osmanlı Ermenilerinin Spor Faaliyetleri

Nejla Günay

Gazi Üniversitesi, Gazi Eğitim Fakültesi, Sosyal Bilimler ve Türkçe Eğitimi Bölümü, Ankara, Türkiye

Mail: ngunay@gazi.edu.tr , gunaynejla@gmail.com

II. Meşrutiyet ilan edildikten sonra 1909 yılında “Cemiyetler Kanunu” çıkarıldı. Bundan sonra farklı amaçlar taşıyan birçok cemiyet kuruldu. Bunlar arasında sportif amaçlar taşıyan cemiyetler de vardı. II. Meşrutiyet, “Eşitlik, özgürlük, adalet” in uygulanacağı “Osmanlılık” politikası vaadiyle ilân edilmişti. Buna rağmen bu dönemde farklı etnik grupların kendi millî değerlerini öne çıkarmaya çalıştığı görülmektedir. Bu durumun spor faaliyetlerine de yansıdığı ve Rumlar, Ermeniler gibi etnik unsurların kendi spor kulüplerini kurup sporcuların millî kimliklerini öne çıkardıkları tespit edilmektedir.

Ermeniler spor alanında cemiyetler kurup bunlar bünyesinde çeşitli branşlarda takımlar oluşturdular. Bireysel spor dallarında elit sporcular yetiştirerek onların başarılarını kendi toplumlarına mal ettiler. Sporu Ermeni cemaati arasında yaygınlaştırmak için izci teşkilatı ve avcı kulüpleri kurdular.

Ermenilerin bu faaliyetlerini sadece İstanbul ile sınırlamayıp Anadolu’nun farklı bölgelerinde sporla ilgili çalışmalar yürüttükleri görülmektedir. Ermeni toplumunun spora olan ilgisinin oldukça yüksek olduğu ve çok sayıda spor kulübü kurdukları tespit edilmiştir. Bu kulüplerden bazıları birden fazla branşta faaliyet gösterirken, bazılarının sadece futbol kulübü olarak çalıştığı görülmektedir. Ermenilerin, bazı Ermeni okullarının ve avcı kulüplerinin bünyesinde spor kulüpleri açtıkları görülmektedir. Bu şekilde açılan jimnastik veya futbol kulüplerinin sayısında 1912 yılında artış olduğu gözlenmektedir.

Spor faaliyetleri sadece sporcularla sınırlandırılmadı ve Ermeni ahali arasında birlik ve beraberliğin tesisi için sporun birleştirici gücünden faydalandı. Ermeniler, çeşitli müsabakalar düzenlemek suretiyle sporla halkı buluşturdular. Ermeniler, sporun birleştirici gücünü fark ettikten sonra bunu kendi toplumlarının “milliyetçilik” duygusunu yükseltmek için kullandılar. Bu amaçla, Ermeniler tarafından İstanbul’da her yıl periyodik olarak çeşitli spor şenlikleri düzenlenmiş ve bu şenliklere ahalinin katılımının yüksek olması sağlanmıştır. Bu şenlikler bazen de çok daha kapsamlı spor müsabakaları olarak organize edilmiştir. Bu türlü organizasyonlar için o dönem basınında “Olimpiyat” veya “Spor Bayramı” ifadelerinin kullanıldığı tespit edilmiştir.

Ermeniler, sporun bir bilim olduğu yönünde konferanslar verip kitaplar çıkarmak gibi çeşitli çalışmalar yaptılar. Öte yandan sadece sporla ilgili yayın yapan gazeteler de çıkardılar. Bunlardan en önemlisi, 1911 yılından itibaren ayda bir kez Ermenice çıkarılan “Marmnamarz (Beden Eğitimi/Jimnastik)” idi. Marmnamarz dergisinin öncülüğünde Mayıs 1911’de İstanbul’daki Ermeni spor kulüplerinin girişimiyle “Kadıköy Union Club” spor alanında “Spor Olimpiyatları” düzenlendi.

1912 yılında Stokholm’de yapılan olimpiyatlarda, Şavarş Krisyan’ın girişimleriyle iki Ermeni sporcu Osmanlı Devleti’ni temsil etti. Stokholm Olimpiyat Oyunlarında; Vahram Papazyan 1500 metre yarışlarını tamamlayamadı. Mıgır Mıgıryan ise disk atma ve pentatlonunda beşinci oldu.

Sportive Activities Of The Ottoman Armenians During The Second Constituional Period

Nejla Günay

Mail: ngunay@gazi.edu.tr , gunaynejla@gmail.com

The law of communities was published in 1909 after the announcement of the second constitution. This was followed by the foundation of different communities with different purposes. These communities included sport clubs, as well. Second Constitution was announced with the promise of Ottomanism policy which was based on equality, freedom and justice. However, it was seen that different ethnicities tried to put forward their own national values. This situation also had effects in sportive activities and ethnicities such as Rums and Armenians founded their own sport clubs, where the athletes prioritized their ethnical identities.

Armenians formed sportive communities and created teams competing in different branches. By raising elite athletes in individual sports, they attributed their success to their own nation. They founded scouting and hunting clubs to popularize sports among the Armenians.

It is seen that these acts by the Armenians were not limited to Istanbul and they also led sportive activities in different regions of Anatolia. It is known that the Armenians valued sports and founded numerous clubs. It is seen that some of these clubs competed in different branches, while some of them were only football clubs. It is also seen that Armenians founded sport clubs as a part of some Armenian schools and hunting clubs. It is realized that the number of gymnastic or football clubs formed that way increased in 1912.

The sportive acts were not limited to the athletes and used as a unifying factor among the Armenian society. They united the people with sports by organizing exhibitions. After realizing the unifying side of sports, Armenians used it to increase the nationalistic ideas among their people. As a result, numerous sport festivities were organized periodically every year and the attendance of the folk was ensured. These festivities were sometimes organized as extensive sportive competitions. For these competitions, it is seen that they used the names 'Olympics' or 'Sports Festival' in the press.

Armenians conducted acts such as giving conferences about sports being a science and publishing books about sports. Moreover, they also published newspapers only on sports. The most important one of these newspapers was 'Marmnamarz' (translates to Sports Science/Gymnasts), which was published annually starting from 1911. This journal fronted the organization of 'Sports Olympics' in 'Kadikoy Union Club' by taking the support of Armenian sport clubs of Istanbul.

Two Armenian athletes represented the Ottoman Empire in 1912 Stockholm Olympics, thanks to the efforts of Shavarsh Krisyan. In these games, Vahram Papazian could not complete the 1500 meters competition; nevertheless, Migir Migirian got the fifth place in discus throw and pentathlon.

Performans, Rekabet, Rekor: Türk Menzil Okçuluğuna Modern Sporun Prensipleriyle Bakış

İbrahim Yıldiran

Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara, Türkiye

Mail: yildiran@gazi.edu.tr

Modern sporun 18.-19. yüzyıllar süresince kendini daha önceki fiziksel aktivite formlarından ayıran performans, rekabet ve rekor prensipleriyle İngiltere’de doğduğu ve Aydınlanma düşüncesi ile endüstriyel toplum düzeninden etkilenecek biçimlendiği görüşü literatürde genel olarak kabul görmektedir. Performans prensibi performans geliştirici özelleşmiş, rasyonel antrenman yöntemlerinin kullanımına; rekabet prensibi yarışma organizasyonlarının oluşumuna ve yarışma şartlarının kurallara bağlanmasına yol açarken, rekor prensibinin ön şartı, sportif performansın nicel verilerle kesin olarak belirlenebilmesiydi. Spor tarihçisi Allen guttmann, *From Ritual to Record: the Nature of Modern Sports* (1978) adlı eserinde, doğasını analitik bir yaklaşımla irdelediği modern sporun ayırt edici karakteristik özelliklerini, *dünyevilik, fırsat eşitliği, özelleşmeluzmanlaşma, rasyonelleşme, bürokratikleşme, sayısallaştırma ve rekor arayışı* olarak belirlemiş; farklı devir ve kültürlerin sporlarını bu kriterlerle değerlendirmiş ve “rekor arayışı” özelliğinin başka hiçbir devir ve kültürde söz konusu olmadığı sonucuna varmıştır. Ancak, eserin tam da rekor arayışı alt başlığında İstanbul Okmeydanı’nda hayret uyandıran mesafelere ok atıldığı bilgisine de yer vermesine rağmen, bunu “rekor” kavramıyla ilişkilendirmemiştir. Oysaki Türk menzil (mesafe) okçuluğu, kurumsal yapılanması, seçimle başa geçen yöneticileri, yasası, bağlayıcı kuralları, bürokrasisi, özel meydanları, sporcu sicil ve lisans kayıtları, yüksek performans çabası, tanımlanmış antrenman ve yarışma organizasyonları, katılımda fırsat eşitliği, bireysel ve bölgesel rekabet anlayışı, rekor olgusu ve objektif mesafe ölçümleri göz önüne alındığında, oluşumu endüstri devrimiyle paralellik gösteren modern sporun prensipleriyle kıyaslanmayı hak etmektedir. Dolayısıyla bu sunumda, spor kulüplerine benzer bir örgüt yapısıyla 15. yüzyıl başlarından 19. yüzyıl sonlarına kadar yaşayabilen Osmanlı dönemi rekor hedefli Türk menzil okçuluğunun modern sporun ayırt edici karakteristik özellikleri bakımından tartışılması amaçlanmaktadır.

Performance, Competition, Record: A Look at the Turkish Flight Archeries with the Principles of Modern Sports

İbrahim Yıldiran

Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara Türkiye

Mail: yildiran@gazi.edu.tr

The view that modern sport was formed in the UK through its performance, competition and record principles, which distinguished itself from its previous forms of physical activity during the 18th and 19th centuries, and that it was shaped by the influence of industrial society on the basis of the Enlightenment is generally accepted in the literature. Performance principle is to use rational, customized training methods to improve performance; the principle of competition leads to the formation of competition organizations and to the rules of competition, while the precondition of the record principle was to determine precisely the quantitative benefits of sportive performance. Allen Guttmann, a sport historian, explores the distinctive characteristics of modern sport that he has analyzed in an analytical approach to nature through his analysis of *secularism, equality of opportunity to compete and in the conditions of competition, specialization of roles, rationalization, bureaucratic organization, quantification, and the quest for records* in his book entitled *From Ritual to Record: The Nature of Modern Sports* (1978), evaluating the sports of different periods and cultures with these criteria and concludes that the "record seeking" feature was not related to any other period and culture.

However, he did not associate his work with a "record", although his work provided information about the arrow at the distance that astonished the Istanbul Okmeydanı in the sub-title of the quest for records. Nonetheless, as far as Turkish distance archery, institutional structuring, elected executives, legislation, binding rules, bureaucratic organization, special squares, athletic registers and license records, high performance endeavor, defined training and competition organizations, equality of opportunity to compete and in the conditions of competition, understanding of individual and regional competition, record case and record registration processes and objective distance measurements are concerned, the formation deserves to be compared with modern sporting principles which are parallel to the industrial revolution. Therefore, this presentation aims to discuss the Turkish range archery aimed at the Ottoman period which survived from the beginning of 15th century till the end of 19th century in terms of characteristic features of modern sport with an organization similar to sports clubs.

Osmanlı Öncesi Selçuklu ve Beylikler Döneminde Faaliyette Olan Pehlivan Tekkeleri

Mehmet Türkmen

19 Mayıs Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun, Türkiye

Mail: turkmenafsin@hotmail.com

ÖZET

Çalışmada, Selçuklu ile Beylikler döneminde faaliyette bulunmuş ve Osmanlıda da aktif olan pehlivan tekkelerinden bahsedilecektir. Spor tarihi literatürlerinde eski ve başka uygarlıklara ait bazı spor veya güreş örgütleri yer alırken, Osmanlı ve öncülü olan Türk devletlerindeki bu tür kurumsallaşmalar uluslararası yayınlarda yeterli düzeyde yer almamaktadır.. Nakil kaynaklar ve arşiv taramasıyla yapılan bu çalışma, tarihsel içerikli ve isteklidir. Tarihi tespitler ise konuya meşruiyet ile güvence sağlar ve pehlivanlık geleneğinin geçmişten günümüze, günümüzden yarınlara intikaline imkân hazırlar. Bu bağlamda pehlivanlığın kurumsal birikimi ve bunun tespiti bugün önem arz etmektedir. Çalışma söz konusu kurumların geçmişini anlamaya yönelik bir araştırma amacı taşımakla birlikte geleceğinin inşası bakımından da önem arz etmektedir.

Selçuklu ve Osmanlıda merkez-çevre diyagramı vardır. Merkezlerde 11-12. yüzyıllarda, çevrelerde ise 13-14. yüzyıllarda “alp” kavramı Farsça “Pehlevân/ pehlivan” sıfatına dönüşmüştür. Selçuklunun son ve Osmanlının kuruluş dönemlerinde ise Orta Asya’nın “ata” kavramı da “baba” veya “dede” ye dönüşmüştür. Anadolu’ya gelen ve değişik yörelere yerleşen oymak ve boyların liderleri bu isimleri almışlardır. Yerleşimlerinin tesadüflere göre değil, her birinin bir görev ve sosyal bir örgütlenmenin bir parçasını oluşturacak şekilde yapılmışlardır. Bu yapılanma içerisinde ana karakteri oluşturan tekke veya zaviyelerde “alp/ pehlivan” yetiştirmişlerdir. “Er” liğiyle yaşayan “alp örgütü”, bu özelliklerini tek bir nitelik olarak sentezlemiş bulunduğu için “alplik” veya “pehlivanlık” sözkonusudur. Alp kavramı Göktürk yazıtlarında “kür+er/ güreşçi” sözcüğüyle eş anlamlara gelmekte ve aynı zamanda güreşçinin bir örgütsel kişi kalıbı olduğu da görülmektedir. Burada “alplik/ erlik” örgütten kişiye yansımış oluyor. Zira bu örgütlerde yetişen kişiler fiziki performanslarının yansırı büyük bir seciye ve karakter sahibi olmalıydılar.

Sonuç olarak; Bektâşi senkretizmlî tarikat faaliyeti yürüttükleri bilinen, pehlivan sıfatına haiz insanlar yetiştirdikleri bilinmeyen bu tekkelerden dördü (Ahi Pehlivan, Keçeci Baba, Pehlivan Gazi ve Dede Baba) incelendi. Evlâdilik olan bu dört tekleden Pehlivan Gazi ve Dede Baba 12. yüzyılda, Ahi Pehlivan ve Keçeci Baba ise 13. yüzyılın sonunda faaliyete başladıkları, 1830’larda kapatıldıkları ve bu tarihlerden sonra asla eski fonksiyonlarını yapamadıkları, 1860’lı yıllardan sonraları ise ziyaret edilen kutsal mekânlar olarak görülmüşlerdir. Bunlardan Niksar’daki Ahi Pehlivan zaviyesinin güreşçiden ziyade okçu yetiştirdiği, diğerlerinin ise güreşe ağırlık verdikleri anlaşılmıştır. Bunlarla ilgili BOA’nde 96, VGMA’ dede 32 olmak üzere 128 belgeye rastlanılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Tekke ,Pehlivan.

The Wrestling Schools in The Pre-Ottoman Seljuk And Beyliks Period

ABSTRACT

The wrestling schools which operated in the Seljuk and Ottoman periods, and which were also active during the Ottoman period, will be discussed in this study. While some sports or wrestling organizations belonging to the ancient and other civilizations take place in the literature on sports history, such kind of organizations in the Ottoman and the preceding Turkish states are not given sufficient place in international publications. This study, which is based on transferred sources and archival browsing, is done on demand with a historical content. Historical findings provide legitimacy and assurance to the issue and enable the wrestling tradition to be transferred from the past to the present and from present to the future. In this context, the organizational background of wrestling and exploring this

background have tremendous significance. While the study intends to identify the past of these organizations, it is also important for building its future.

There is the center-outskirt diagram in the Seljuk and Ottoman states. The term "alp (brave)" turned into the Persian "Pehlevan/Pehlivan (wrestler)" by the 11th - 12th centuries in the central regions and by the 13th -14th centuries in the outskirts.

In the early foundation periods of the Seljuk and Ottoman states, the Central Asian term "ata (ancestor)" turned into "baba (baba)" or "dede (grandfather)". The leaders of the tribes and clans that came and settled in different areas of Anatolia, were given these names. Their settlement was not coincidental but in such a way that each formed a part of a task and a social organization. The schools and monasteries, which formed the basic element in this structure, raised "wrestlers". As the "Organization of Wrestler" based on "manhood" synthesized these features in a single quality, "bravery" or "wrestling" is the topic here. In Göktürk scripts, the term "brave" was identical to the term "wrestler", and a wrestler was also observed to be an organizational stereotype. Here "bravery/manhood" is reflected upon the person from the organization. Because the persons trained in these organizations had to possess a great character and moral quality besides their physical performance.

As a result; four of these schools (Ahi Pehlivan, Keçeci Baba, Pehlivan Gazi and Dede Baba) which were known to be conducting sect activities of Bektashi syncretism, yet, not known to be raising wrestlers, were studied. Among these four long-serving schools, Pehlivan Gazi and Dede Baba started operating in the 12th century whereas Ahi Pehlivan and Keçeci Baba started operating in late 13th century. After they were closed in the 1830s, they could never function as they used to and after the 1860s, they were regarded as sacred places to visit. It was observed that Ahi Pehlivan in Niksar raised archers rather than wrestlers while the others focused more on wrestling. 182 documents in total were found about these. 96 of these were in the Ottoman Archives of the Prime Ministry and 32 of these were in the Archive of the General Directorate of Foundations.

Keyword: Dervish Lodge, Wrestler, Complete Athlete, Moral Sportsman

Sporda Yaratıcılık ve Geliştirilmesi

Mustafa Ferit ACAR

Girne Amerikan Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Girne, KKTC

Mail: mustafaferitacar@gmail.com

Dünyanın yaratıcı yeteneğinin sadece çok küçük bir miktarının-tüm dünyadaki yaratıcı sınıfın belki 150 Milyon üyesinin- enerjisini kullanarak bugün ürettiğimiz zenginliğe bir bakın. Daha milyarlarcasının yaratıcılığını açığa çıkaran ve kullanan bir sistemden gelecek ekonomik büyüme ve kalkınma olanaklarını düşünün (R. Florida,2010).

Bu saptama her alanda gelişimin ana gücünün yaratıcılıkla ilişkisine vurgu yapmaktadır. Geçmişte de spor alanında da böyle olmadı mı ? Yüksek atlamada D.Fosbury sırtla geçiş tekniğiyle yılların Brumel tekniğini değiştirerek şampiyon olmadı mı ? Cimnastikte Efsane Japon Kato ve Tsukara gibileri halen dahi zorlukla uygulanan teknikleri yaratmadılar mı ? Ya hayranlıkla seyrettiğimiz Pele'ler, Cruyflar, Maradona'lar ve Messi'lere bu hayranlıklarımız nereden geliyor. İşte bunların hepsinin cevaplarını yaratıcılık kavramında inceleyerek bulabiliriz.

GENEL OLARAK YARATICILIK TANIMLAMALARI:

- Yaratıcılık, bilinenlerden yola çıkarak eski ile yeni arasında ilişki kurmak, alışılmışın dışındaki farklılıkları yakalayarak, deneyerek, özgün etkinlikler oluşturma çabasıdır.
- Yaratıcılık öğrenilebilen ve geliştirilebilen bir durumdur.
- Aslında insanoğlu yaratıcılıkla ilgili yeterli kaynaklarla doğmuştur. Sorun bu kaynakların zaman içinde eksik tanımı, yanlış inanç ve eylem kalıpları yüzünden tahribata uğramasıdır.

SPORDA YARATICILIĞIN TANIMLANMASI:

- Sporda varolan teknik elemanlarının, yarışmaların beklenmeyen anlarında farklı şekilde uygulanmasında, taktik varyasyonlarda rakibi şaşırtan alışılmamış çözümler üretmede, hatta müsabaka sonunda sevinç gösterilerinde bile farklılıklarla karşımıza çıkar.

SPORDA YARATICILIK EĞİTİMİNİN GENEL KOŞULLARI:

- Yeterli bilgi birikimine sahip olunması.
- Farklı araç ve gereçlerden yararlanmak.
- Uygun eğitim ortamının sağlanması.
- Motivasyon.
- Taklitlerden yararlanma.
- Kalıplaşmanın önlenmesi.
- Kültürü çeşitlendirme.
- Bağlantılar arama.

- Ekip çalışmalarına yer verme (beyin fırtınaları).
- Eğiticilerin Tutumu:
 - Eğitici kalıplaşmış öğretim davranışlarından uzak kalmalıdır.
 - Otoriter bir ortamda yaratıcılık geliştirilememektedir. Ortamın eğitici tarafından destekleyici hale getirilmesi gerekir. Mizah ve şakalaşma ortamları yaratıcılığı kolaylaştırır.
 - Eğitici, sporcuları çekinmeden yeni şeyler incelemeye yönlendirmelidir. Zaman, zaman risk almalarını teşvik etmelidirler.
 - Sporcuların sıra dışı, beğenilmeyen soru, düşünce ve çözümlerini saygı ile karşılamalıdır.
 - Yaratıcı düşünceler, düşünce aşamasında bile olsa ödüllendirilmelidir.
 - Eğitici, kullandığı ölçme ve değerlendirme tekniklerini çoğaltmalıdır.
 - Eğitçinin kendisi de yaratıcı olmalıdır. Kendi yaratıcılığını da geliştirmeye çalışmalıdır.

SPORDA YARATICILIĞI GELİŞTİRME TEKNİKLERİ:

- Hareket ideomotorik bir eylemdir. Bu eylemde zeka boyutu önemlidir. Bu nedenle karmaşık taktikleri çözümlemede gereksinim duyulan zekayı çeşitli yollarla (spor dışında) geliştirme çalışmaları yapılmalıdır.
- Hareketler tanınmış bir sporcunun uyguladığı bir teknik ya da birkaç sporcunun tekniğinin karışımı ile yapılmaya çalışılmalıdır.
- Hareketler abartı ile yapılmaya çalışılmalıdır.
- Takım sporlarında, o maçta yer alabilecek oyuncuların listesinin veya oyun sisteminin ne olması gerektiğine ilişkin görüşler değişik yollarla (yazılı ve sözlü) sporculardan istenebilir.
- Çok fazla kontrole ihtiyaç duyulmayan, ya da karar verebilme olgunluğuna ulaşıldığının görüldüğü durumlarda karar (penaltıyı atma vs.) antrenör tarafından oyunculara devredilebilir.
- Film ve video kayıtları başlatılıp, durdurularak, sorularla sporcular farklı teknik ya da taktik düşünmelere zorlanmalıdır.
- Son yıllarda yaygınlaşan FIFA 17, Football Manager gibi bilgisayar oyunları futbolda taktik simülasyonlar yoluyla taktik becerilerin, oyun zekasının ve yaratıcılığının geliştirilmesinde son derece yararlıdır.
- Antrenmanlarda pozisyonlar sonlandırıldıktan sonra durdurularak (yaratıcı duraklatma) sporcuya bir düşünme payı bırakılarak yaptığı hareketten farklı bir teknik veya yolla çözüm bulup, sonuca gitmesi ya da alternatifleri sıralaması istenebilir.
- Antrenmanın sonunda yapılan tam saha oyun esnasında zaman zaman tam serbest bir bölüm uygulaması yapılmalıdır.
- Önemli maçlar, kuvvetli rakipler, çok başarılı ya da başarısız olunan bir müsabaka video filmine kaydedilerek bu film üzerinde çalışma yapıp alternatifler tartışılmalıdır.
- Yazı tahtasında soru-cevap şeklinde pozisyonlar sporcularla tartışılmalıdır. Teknoloji geliştikçe slayt, film, bilgisayar gibi olanaklardan yararlanılmalıdır.
- Antrenmanın sonunda sporculardan yeni öğrendikleri hareketlerin evrelerini, hareketlerin püf noktalarını, kendi hatalarını yazmaları veya çizmeleri, antrenmanları özetlemeleri istenebilir.

Antrenman Yükünün Hesaplanmasında Birim Zorluğu

Caner Açıkada

Lefke Avrupa Üniversitesi, Lefke, KKTC

Mersin 10, Türkiye

Mail: acikada@hacettepe.edu.tr

Sportif performansın optimize edilmesinde antrenman yükünün (AY) doğru hesaplanması önemlidir (Wallace ve diğ., 2008). AY'nin doğru hesaplanmasında antrenman hacmi ve şiddeti önemlidir (Wallace ve diğ., 2008). AY'nin hesaplanmasında, antrenman hacminin kimi zaman kilo veya ton olarak (Egan ve diğ., 2006), kimi zaman saat, dakika ve saniye cinsinden (Brink ve diğ., 2014; Moreira ve diğ., 2015), kimi zaman ise tekrar olarak (Murphy ve diğ., 2014) ifade edildiği görülmektedir. Aynı şekilde antrenman şiddeti de kimi zaman kilo üzerinden kaldırılan maksimal kilonun (1 maksimal tekrar: 1MT) yüzdesi (%), kimi zaman saat, dakika ve saniye üzerinden en iyi zamanın %'si olarak, kimi zaman ise en iyi tekrarın veya kalp atım hızının (kah) %'si olarak ifade edilmektedir (Wrigley ve diğ., 2012; Murphy ve diğ., 2014; Coutts ve diğ., 2009). Bir sporcunun maksimal şiddet değeri yorgunluk ve psikolojik durumuna bağlı olarak değişebilmektedir. Oysa, verili bir zaman diliminde bir sporcunun maksimal; en son yapılan maksimal belirleme antrenmanı veya tahmin üzerinden yapılmaktadır (Baechle and Earle, 2008). Bu ölçek, 1MT ölçülenden fazla veya az olmasına neden olabilmektedir. Bu durum, AY'nin farklı olmasına neden olabilmektedir.

Sporcunun yaptığı ve antrenörün verdiği antrenmana dış AY, sporcunun yaptığı ve sübjektif olarak algıladığı zorluk derecesine iç AY adı verilmektedir (Wallace ve diğ., 2008). Dış AY sporcunun yaptığı ve tamamlaması gereken antrenman yükü olarak ele alınmakta ve yarattığı etkiden bağımsız olarak ele alınmaktadır. Antrenmanın yarattığı etki; meydana gelen fizyolojik etki iç AY olarak adlandırılmakta ve sporcunun antrenman uyumunu etkileyen öge olarak görülmektedir. Bu nedenle, dış AY ile iç AY'nin birbirine eşit olması için hareket edilen ölçekler anlık değişebildiği için farklı olabilmektedir. Bu nedenle klasik yaklaşımda antrenman hacmi ve antrenman şiddeti üzerinden hareket edilerek antrenman yükünün hesaplanması daha sorunlu bir yaklaşımdır (Wallace ve diğ., 2008).

Bu nedenle, AY'nün belirtildiği klasik yöntemler olan antrenman hacmi, şiddeti, frekansı, süresi ve kapsamını ifade edecek yeni ve güvenilir bir yaklaşıma gereksinim vardır. Yapılan araştırmalar açısından iç AY'yi gösteren ögenin 0-10 arasında değişen ve Borg skalasının (CR 10-Skala) yapıldığı görülmektedir (Borg ve diğ., 1985; Coutts, 2003; Day, 2004; Foster, 1998; Foster ve diğ., 2001).

Kaynakça

Borg GAV, Hassmen P, and Langerstrom M. Perceived exertion in relation to heart

rate and blood lactate during arm and leg exercise. Eur J Appl Physiol 65: 679-685,

1985.

Baechle TR, and Earle RW. Essentials of Strength Training and Conditioning. Champaign, IL: Human Kinetics, 2008.

Brink MS, Frencken WGP, Jordet G, and Lemmink KAPM. Coaches' and Players' Perceptions of Training Dose: Not a Perfect Match. International Journal of Sports Physiology and Performance, 2014, 9, 497 -502.

Coutts AJ. Validity of the session-RPE method for determining training load in team sport athletes. J Sci Med Sport 6: 525, 2003.

Coutts AJ, Rampinini E, Marcorac SM, Castagnad C, Franco M. Impellizzeri Heart rate and blood lactate correlates of perceived exertion during small-sided

soccer games. *Journal of Science and Medicine in Sport* (2009) 12, 79—84.

Day M. Monitoring exercise intensity during resistance training using the session-RPE

scale. *J Strength Cond Res* 18: 353–358, 2004.

Egan AD, Winchester JB, Foster C, and McGuigan MR. Using Session Rpe To Monitor Different Methods Of Resistance Exercise. *Journal of Sports Science and Medicine* (2006) 5, 289-295.

Foster C. Monitoring training in athletes with reference to overtraining syndrome.

Med Sci Sports Exerc 30: 1164–1168, 1998.

Foster C, Florhaug JA, and Franklin J. A new approach to monitoring exercise

training. *J Strength Cond Res* 15: 109–115, 2001.

Murphy AP, Duffield R, Kellett A, and Reid M. Comparison of Athlete-Coach Perceptions of Internal and External Load Markers for Elite Junior Tennis Training. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 2014, 9, 751-756.

Moreira A, McGuigan MR, Arruda AFS, Freitas CG, and Aoki MS. Monitoring internal load parameters during simulated and official basketball matches. *J Strength Cond Res* 26(3):

861–866, 2012.

Wallace L, Coutts A, Bell J, Simpson N, and Slattery K. Using Session-RPE to Monitor Training Load in Swimmers NSCJ, December 2008;30(6): 72-76.

Wrigley ve diğ., 2012; Murphy ve diğ., 2014; Coutts ve diğ., 2009

Tekrarlı Sprint Performansına Fizyolojik ve Metabolik Yanıtlar

Ayşe KİN-İŞLER

Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, Spor ve Antrenörlük A.B.D, Ankara,Türkiye

Mail: ayse.kinisler@hacettepe.edu.tr

Tekrarlı sprint performansı takım sporları için önemli bir performans bileşeni olarak görülmektedir. Bilindiği gibi takım sporlarında sporcular, kısa mesafeleri kısa dinlenme aralıklarıyla tekrarlı bir şekilde koşmaktadır. Ayrıca futbol ve basketbol gibi takım sporlarında bir maç sırasında sporcular düşük ile yüksek şiddet arasında değişen farklı sayıda tekrarlı sprint koşusu da yapmaktadır. Örneğin futbolcuların bir maç sırasında ortalama her 90 saniyede bir 2-4 saniyelik, basketbolcuların ise bir maç sırasında 2-6 saniye arasında değişen 100-105 tekrarlı sprint koşusu yaptıkları belirlenmiştir. Bu durum tekrarlı sprint performansının takım sporları için önemli bir performans bileşeni olduğunu göstermektedir. Tekrarlı sprint performansının öneminin artmasıyla birlikte tekrarlı sprintler sırasındaki performans bileşenleri, yorgunluk-toparlanma ilişkisi ve tekrarlı sprint performansını arttırmak için kullanılan antrenman yöntemlerine yönelik araştırmalar da artmıştır. Yazılı kaynaklar incelendiğinde tekrarlı sprint performansının farklı test protokolleriyle (laboratuvar/saha testleri), farklı tekrar ve mesafelerde (5x6 s, 10x5 s, 6x15m, 8x40m vb.) ve farklı toparlanma süreleriyle (30 s, 45 s, 60 s, 120 s vb.) uygulandığı ve değerlendirildiği görülmektedir. Ayrıca tekrarlı sprint performansını geliştirmek için farklı antrenman yöntemleri de kullanılmaktadır. Çalışmalar tekrarlı sprint performansının oksidatif kapasite, kreatinfosfat yenilenmesi ve laktat eliminasyonu gibi fizyolojik ve metabolik faktörlere bağlı olduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda bu sunumda yazılı kaynaklarda tekrarlı sprint performansını değerlendirmek ve geliştirmek için kullanılan yöntemler ve testler ile bu yöntem ve testlere verilen fizyolojik ve metabolik yanıtlar incelenecek ve tekrarlı sprint performansını geliştirmek için uygulanabilecek antrenman yöntemleri üzerinde durulacaktır.

Molekülden Organizmaya İnaktivitenin Bedeli

Haydar A. Demirel

Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara, Türkiye

Mail: haydar.demirel@hacettepe.edu.tr

Son altmış yıldır yürütülen epidemiyolojik çalışmalar fiziksel inaktivitenin koroner damar hastalığı, inme, hipertansiyon, kolon ve meme kanseri, tip 2 diyabet ve osteoporozun da yer aldığı çok sayıda patolojik ve klinik koşul ile ilişkili olduğunu ve başta kalp hastalıkları olmak üzere çeşitli kronik hastalıklardan kaynaklanan ölümler için temel bir risk teşkil ettiğini açık bir şekilde ortaya koymuştur. İnsan ve deney hayvanlarında gerçekleştirilen araştırmalar uzun süreli inaktivitenin maksimum kardiyak çıktı, pik oksijen kullanımı, kemik ve kas kitlesi ile kas kuvvet ve dayanıklılığında azalmaya yol açtığını, karın içinde yağlanmayı ve insülin direncini artırdığını göstermektedir. İskelet kası insan vücut ağırlığının %40-45'ini oluşturan bir doku olup hareket, soluk alma, glisemik kontrol, metabolik genlerin regülasyonu gibi önemli görevler üstlenmektedir. Düzenli yapılan egzersizler, tekrarlayan kasılmalar yolu ile başta iskelet kasları olmak üzere bir çok organ ve dokuda çeşitli adaptasyonlara yol açar. İskelet kasında kas kitle ve kuvvet artışı şeklinde gözle görülebilir değişiklikler olarak karşımıza çıkan bu adaptasyonlara; kas kasılmasına bağlı olarak meydana gelen intrasellüler sinyaller aracılığı ile oluşan mitokondri biyogenezi, transkripsiyonel yanıtlar ve metabolik regülasyon şeklinde kendini gösteren moleküler düzeydeki değişiklikler öncülük eder. Bu sunumda egzersiz ile iskelet kasında meydana gelen bazı moleküler değişiklikler ve böylece kronik hastalıkların önlenmesinde etkili olan metabolik yanıtlar tartışılacaktır.

From Molecule to Organism : Burden of Inactivity

Epidemiological studies over the last sixty years has shown that physical inactivity is associated with numerous pathological and clinical conditions including coronary vascular disease, stroke, hypertension, colon and breast cancer, type 2 diabetes and osteoporosis. In addition, physical inactivity is one of the main risk factors for deaths from a variety of chronic diseases, especially from a coronary heart diseases. Studies in humans and experimental animals have shown that long-term inactivation leads to reduction in maximum cardiac output and peak oxygen consumption, decrease in bone and muscle mass, decreased muscle strength and endurance as well as increased visceral fat tissue and insulin resistance. Skeletal muscle is consist of 40-45% of the human body weight and carries out important tasks such as movement, breathing, glycemic control, regulation of metabolic genes. Regular exercises lead to various adaptations to many organs and tissues in the organism. Basic adaptations which can be observed by naked eye are increased levels of muscle mass and strength of skeletal muscle. It has been shown that intracellular signals that occur due to muscle contractions lead to changes at the molecular level that induce mitochondrial biogenesis, transcriptional responses, and metabolic regulations. In this presentation, we will discuss some of the exercise related molecular changes and metabolic responses in the skeletal muscle that play a role in the prevention of chronic diseases.

Sağlıklı Yaşam İçin Egzersizde Güncel Yaklaşımlar

S. Rana VAROL

Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir, Türkiye

Mail: ranavarol@gmail.com

Günümüzde birçok sağlık sorunun hareketsiz yaşama bağlı olduğu kabul edilmektedir. En çok karşımıza çıkan sağlık problemleri olan kardiyovasküler, metabolik ve mental hastalıkların prevalansının gün geçtikçe arttığı görülmektedir. Düzenli yapılan fiziksel aktivitelerin birçok hastalık riskini azalttığı herkesçe kabul edilmesine rağmen, temel sorunun zaman yetersizliği olduğu ileri sürülmektedir. Bir süredir Amerikan Spor Hekimliği Kolejinin, yetişkinlerin haftanın her günü en az 30 dk yapacakları orta şiddetteki aktiviteler ile sağlık yararları elde edecekleri görüşünü savunmakta iken, son dönemde haftada en az 3 kez gerçekleştirilecek kısa süreli (en az 20 dk) ve yüksek şiddetli egzersizlere vurgu yaptığı görülmektedir.

Bu sunumda, yüksek şiddetli interval egzersizlerin orta şiddetli egzersizler ile karşılaştırılması, bunlara ek olarak son dönemde popülerliği artan zumba, pilates, yoga gibi aktivitelerin düzenli yapılması sonucunda elde edilen sağlık ve fitness ile ilgili birçok faktördeki değişimler konu edilecektir. Sunulacak sonuçlar ile, egzersiz için harcanan zamanı kısaltarak fiziksel aktivite düzeylerinde artışları kolaylaştırmaya katkı sağlamak hedeflenmektedir.

Anahtar Kelimeler: İnterval Antrenman, Metabolik Hastalık, Pilates, Zumba, Yoga

Current Approaches in Exercise for Healthy Life

It is assumed that inactivity is associated with lots of health problems such as cardiovascular, metabolic and mental diseases which prevalence are rapidly increasing. Although regular exercise is known as an important strategy in the prevention and management of such diseases, lack of time has regularly been shown to be a major barrier to physical activity. For a while, the American College of Sports Medicine has advocated that adults should accumulate at least 30 minutes of moderate-intensity exercise on most days of the week to attain health benefits. However, more recently, the committee underline shorter-duration (ie, a minimum of 20 minutes), higher-intensity exercise to be undertaken on a minimum of 3 times per week.

In this presentation, It is focused on health and fitness outcomes of regular such high intensity exercises with comparing of moderate-intensity exercises, in addition to these, some type of popular exercises, zumba, pilates, yoga, in the recent time. All those information may contribute to increase in physical activity levels by shortening the time spent for exercise.

Keywords: Interval Training, Metabolic Diseases, Pilates, Zumba, Yoga

Balancing Technology With the Human Touch to Promote Exercise is Medicine: Lessons Learned From Mayo Clinic

Robert Scales, Ph.D.

Mayo Clinic-Arizona, Division of Cardiovascular Diseases, 13400 East Shea Boulevard, Scottsdale, AZ 85259, USA

Mail: connect@robertscales.com, rscalesjnr@yahoo.com

Abstract: Dr. William Worrall Mayo founded the Mayo Clinic over 150 years ago. It is the first and largest integrated, not-for-profit medical group practice in the world. Mayo Clinic consistently ranks as one of the best hospitals in the United States. Physicians from all over the world continue to observe and learn from Mayo Clinic. Mayo Clinic's primary value of respect and compassion for patients continues to guide the medical practice. In this presentation, participants will hear how cardiology is partnering with primary care to practice team-based medicine and deliver the American College of Sports Medicine's Exercise is Medicine initiative. This includes the option of medically-directed exercise consultations that incorporate the key components of motivational interviewing and effective communication to promote physical activity. Examples will be provided to show how Mayo Clinic is preparing for the future with a model of healthcare delivery called Connected Health, which utilizes emerging technologies to enhance the patient experience and provide clinical services remotely to keep people healthy between the medical visits.

Yükseköğretim Kurumlarında Fiziksel Aktivite ve Spor

Kemal Tamer

Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara, Türkiye

Mail: ktamer54@gmail.com

Bugünkü anlamda ilk üniversitelerin kuruluşu Ortaçağ Dönemi'nin sonlarına doğrudur. Kayıtlar, öğrencilerin başlangıçtan itibaren oyun ve sporla ilgili çalışmalara katıldıklarını, ancak akademik yetkililerin fiziksel aktivitelerin üniversite kavramı ile bütünleşmesine karşı çıkarak, engellemeye çalıştıklarını göstermektedir.

17. yüzyıldan itibaren, Aydınlanma Felsefesinin de etkisiyle, giderek artan sayıda üniversite genellikle "Akademik Sanat" adı altında eskrim, binicilik gibi sınırlı sayıda fiziksel ve sportif eğitimi öğrencilerine sunmaya başlamıştır. 19. yüzyılın sonlarına doğru sporun eğitim sistemi içerisinde yer almaya başlamasıyla, İngiliz İmparatorluğu ile Amerika Birleşik Devletleri'nde yayılmaya başladığı görülmüştür. 20. yüzyılda Amerikan üniversitelerinin etkisiyle, sporun eğitsel değerleri, dünyanın her yerinde üniversite programları içerisinde kendisine daha fazla yer bulmuştur (Gallien,2004).

İlk spor birlikleri ya da üniversite kulüpleri, 1905'lerde Amerika Birleşik Devletleri (ABD) ile Avrupa'da görünmeye başlamış ve hızlı bir şekilde ulusal birlikler ile federasyonlar şeklinde organize edilmişlerdir. Jean Petitjean, 14 ülkeden öğrencileri bir araya getiren ilk "Dünya Üniversite Oyunlarını 1923 yılında Paris'te düzenlemiştir. Bu organizasyon sırasında kurulmasına karar alınan, ancak, 1949 yılında kuruluşu gerçekleşen ve "bugünün yıldızları yarının liderleri" parolasıyla yola çıkan Uluslararası Üniversite Sporları Federasyonu (FISU);mükemmel olma, takım çalışması, yenilik, heyecan ve dürüstlük değerleri üzerine kurulu olan felsefesi (FISU Global Strategy 2017-2027) ışığı altında 1959 yılından itibaren iki yılda bir tekli yıllarda Dünya Üniversite Spor Oyunları'nı (Yaz-Kış) ve çiftli yıllarda Dünya Üniversite Şampiyonalarını düzenlemektedir. 1999 yılında kurulan Avrupa Üniversite Sporları Birliği (EUSA) ise, tekli yıllarda üniversite takımlarının katıldığı Avrupa Üniversite Şampiyonalarını ve çiftli yıllarda Avrupa Spor Oyunları'nı düzenlemektedir.

Bugün üniversitelerin öğrencilere sundukları spor aktiviteleri sayı ve çeşit olarak birbirlerinden büyük farklılıklar göstermekte olup, oldukça geniş bir alanı kapsamaktadır. Üniversite düzeyindeki spor, informal rekreasyonel etkinliklerden üst düzeyde organize edilen elit spor yarışmaları arasında değişen formlardadır.

Üniversitelerde rekreasyon etkinliklerine katılımın öğrenciler üzerinde etkilerine bakıldığında, ilk sıralarda ruhsal iyi halin geliştiği, stres düzeyini düşürdüğü ve ders yüküyle başa çıkmaya yardımcı olduğu, kendine güveni artırdığı yer almıştır. 16 üniversiteden 2600 öğrenci üzerinde yapılan çalışma sonucunda; rekreatif spor programı ve etkinliklere katılımı ile genel üniversite memnuniyeti ve başarı arasında pozitif ilişki olduğu görülmüştür (Danylchuk,2007).

Öğrenci nüfusunun çok küçük bir bölümünü kapsayan elit spor yarışmaları ise, üniversitelerarası yapılan yarışmaları yani okul takım sporlarını kapsar. ABD'de1906 yılında kurulan Amerikan Kolej Sporları Birliği (NCAA) buna verilecek en güzel örnek kurumlardan birisidir.

Emmert'e (2017) göre katılımcıların "önce öğrenci sonra öğrenci-sporcu" olarak değerlendirildiği ve başka hiçbir ülkede benzeri olmayan NCAA, 1100 yükseköğretim kurumunun üye olduğu her yıl 19.000'den fazla takımın ve yaklaşık yarım milyon öğrenci-sporcunun katıldığı, kendini finanse edebilen demokratik bir yapıya sahiptir. NCAA'ın üniversite sporlarının organizasyonu için belirlediği en önemli üç temel hedefin "sporcu öğrenciler için en iyi eğitim ortamını sunmak, sağlıklı olmalarını sağlamak ve adaletli olmak" olduğu ve sadece spor sahalarında değil, aynı zamanda yaşamda da başarılı olacak insanlar yetiştirdikleri belirtilmektedir. ABD'de, spor takımları üniversitelerini temsil ettikçe, spor ve üniversite zaman içerisinde birbirleriyle özdeşleşerek neredeyse aynı

anlamda kullanılmaya başlanmıştır. Sporsuz üniversite ortamının düşünülmemeyeceği ABD’de,NCAA’ye üye üniversiteler yıllık 2.9 milyar dolardan fazla sporcu bursu vermektedirler (NCAA,2015).

Türkiye’de ise üniversitelerarası spor organizasyonları Türkiye üniversite sporları federasyonu (TÜSF) tarafından düzenlenmektedir. 1996 yılında kurulan TÜSF faaliyetlerine yaklaşık 180 üniversiteden 30.000 öğrenci-sporcu katılmaktadır. Türkiye’de özellikle vakıf üniversiteleri seçkin sporcu öğrencilere her yıl giderek artan sayıda sporcu bursu vererek onların eğitimlerine katkıda bulunurken aynı zamanda üniversite eğitimleri sırasında sporu devam ettirmelerine de yardımcı olmaktadır.

Öğrenci ve ailelerin gözünde, bir üniversite öğrencisi olmanın başlıca amacı; öğrencinin gelecekte en iyi şartlarda yaşam mücadelesi verebilmesi için gerekli becerileri ve alışkanlığı kazanmasıdır.

Öğrenci sporcular diğer öğrenciler gibi aynı akademik eğitimi alırlar, ancak onlar mezun olduklarında spor deneyimleri sayesinde artı olarak daha donanımlı, işe hazır ve başarılı olabilmeleri için gerekli zaman yönetimi, baskı altında iyi performans gösterebilme, kritik düşünebilme ve yüksek iletişim kurabilme (Öztürk,2011)gibi pratik beceriler kazanırlar. Başarılı ve donanımlı bireylerin yetiştirilmesi Amerikan üniversite sporlarının temelini oluşturmaktadır. ABD’de “öğrenci sporcuların %90’ı, üniversite sporlarının kişisel sorumluluk algısını artırdığını, takım çalışma becerilerini ve iş etiğini geliştirdiğini” ifade etmişlerdir. Ayrıca üniversite sporlarındaki deneyimlerinin liderlik, birlikte çalışabilme, organizasyon, iletişim gibi sosyal becerileri kazandırdığını belirtmişlerdir(Emmert,2017).

Gün geçtikçe daha fazla kurum genel bilgi ve kültüre ek olarak, temel bir nitelik olan sosyal becerileri talep etmekte ve beklemektedir. Bu ise, istihdam ve insan kaynakları için bir gerekliliktir (Lynen ve Sperle,2007). Üniversite sporları, öğrenciler gerçek rekabetçi bir dünyaya girmeden önce onların en iyi yaşam mücadelesi verebilmeleri için pozitif değerler öğrenmelerine yardımcı olacak önemli bir eğitim ortamı sunar (Wang ve Kuo,2017). Üniversite sporları aynı zamanda özgürlük için de uygun bir ortam sağlar. Aslında spor bir oyundur. Oyun kuralları gerektirir. Kurallar özgürlük sağlar. Çünkü kurallar herkese aittir ve herkese uygulanırlar. Kurallar eşitlikler: hepimiz için aynı haklar ve zorunluluklar geçerlidir. Kurallar saygıyı öğretir, adaleti sağlar. Bu nedenle spor, eğitimin amacına ulaşması için fiziksel hareketlerin bir araç olarak kullanıldığı uygulamalı bir alandır.

Bazı uluslararası kuruluşlar, toplumun daha materyalist ve teknolojiye bağımlı bir yapıya kavuştuğu 21. yüzyılda gençlerin eğitiminin çok önemli bir sorun haline geliyor olması nedeniyle sporu, gençlerin eğitimi için bir araç olarak teşvik etmişlerdir.

Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Örgütü (UNESCO)’ya göre 21. yüzyılda öğrenmenin en önemli değerleri arasında “Var Olmak” ve “Birlikte Yaşamak” yer almaktadır. “Var Olmak” ve “Birlikte Yaşamak” spor sayesinde değer kazanmakta ve gerçekleşmektedir.

Dünya Sağlık Örgütü’ne (WHO) göre, fiziksel aktivite ve spora katılmak kişinin bedensel, ruhsal ve sosyal sağlığı için önemlidir. Uzun zamandır spor, sağlıkla doğrudan ilişkilendirilmiş olup “Spor Sağlıktır” olgusu bütün toplumlar tarafından kabul görmüştür.Yine son zamanlarda Dünya’da, kalp, şeker, kanser ve solunum hastalıklarında artış görülmektedir. WHO’nun 2003 raporunda bu hastalıkların en önemli nedenlerinden birisinin sedanter yaşam tarzı olduğu belirtilmektedir. Sedanter yaşamın 1 yılda Dünya’da 1.9 milyon ölüme neden olduğu tahmin edilmektedir.

Avrupa Birliği, sporun sadece üst düzeyde bir yarışma olmadığını, her yaştaki kişiler için eğitimin önemli bir parçası olduğunu vurgulamak amacıyla 2004 yılını “Avrupa Spor ile Eğitim Yılı” olarak kabul etmiştir. Birleşmiş Milletler ise, sadece bir yıl sonra barış, dostluk ve farklılıkları birleştirmek için bir araç olması düşüncesiyle 2005 yılını “Uluslararası Spor ve Beden Eğitimi Yılı” olarak ilan etmiştir (Sriboon,2007).

Sosyal ekonomi ve teknolojinin gelişmesiyle birlikte cep telefonları ve diğer elektronik cihazlar insan yaşamının giderek daha fazla bir parçası haline gelmiştir. Özellikle akıllı telefonlardaki gelişim sonucu cep telefonlarının kullanımında patlayıcı bir büyüme görülmüş ve bu da insanların yaşam tarzlarında büyük değişime neden olmaktadır. Örneğin, çok sayıda araştırma cep telefonlarının aşırı kullanımının üniversite öğrencilerinde zayıf ve yetersiz uyku, baş ağrısı ve öğrenme yeteneğinde düşüşe neden olduğunu

göstermektedir. Araştırmalar neticesinde, iyi bir spor yaşam tarzına sahip üniversite öğrencilerinin fiziksel ve ruhsal sağlık bakımından daha avantajlı oldukları sonucuna varılmıştır (Sun ve Zou,2017).

İnternet bağımlılığının insan yaşam kalitesi ve fiziksel aktivitesi üzerinde anlamlı düzeyde olumsuz etkisi görülmektedir. Fiziksel aktivitenin ise, yaşam kalitesi üzerinde anlamlı düzeyde olumlu etkisi vardır(Keleş,2016). Buna karşılık fiziksel antrenmanın üniversite öğrencilerinin yaşam tarzlarındaki davranış stillerini değiştirmelerine yardımcı olduğu ve onları önemli ölçüde ruhsal baskıdan(Yıldırım,2015), özellikle de üniversite öğrencisi olma baskısından kurtardığı görülmektedir (Huang ve Chen,2017). Fiziksel aktivite, öğrencilerin yaşam kalitesini artırmak için internet bağımlılığına karşı bir alternatif olarak kullanılabilecek çok önemli bir araçtır.

Günümüzde obezite dünya genelinde bir numaralı sağlık sorunudur. Dünya’da obezitenin giderek artması sonucunda sağlık, fitness ve sporun önemine olan küresel ilginin de arttığı gözlemlenmektedir. Bu artan ilgi, sosyal bilinci artırarak genel olarak üniversite sporlarının gelişmesini de pozitif yönde etkilemeye devam edecektir. Bu etki daha çok, az sayıda öğrenciye hitap eden üniversite takımları yerine, daha çok sayıda öğrenciye hitap eden kitle sporları yani rekreatif sporlar üzerinde olacaktır.

Son yıllarda, Dünya’da ve özellikle ülkemizdeki üniversitelerde yeni spor ve rekreasyon tesislerinin inşasında gözle görünür bir gelişme gözlemlenmektedir. Ancak, bu gelişmelerin henüz ihtiyacı karşılayacak düzeyde olmadığı söylenebilir. Wang’e (2017) göre spor dostu üniversite kampüsleri inşa ederek; sağlıklı spor yapmayı desteklemek, öğrencileri sporu günlük yaşamlarının bir parçası yapmaları için yönlendirmek, sporu bilinçli bir şekilde üniversite öğrencilerinin hareket alanı içine almak, üniversite öğrencilerinin fiziksel kalitelerini yükseltmek bugün modern dünyada bir ihtiyaçtır.Spor dostu kampüsler inşa etmek; üniversite öğrencilerinin pozitif ve sağlıklı bir yaşam davranışı geliştirmelerine, fiziksel kalitelerini iyileştirmelerine, yaşam boyu devam ettirebilecekleri fitness alışkanlıkları kazanmalarına yardımcı olur. Spor dostu kampüsler inşa etmek sadece üniversite öğrencilerinin yaşam tarzını etkilemez, aynı zamanda dolaylı olarak ailelerinin yaşam tarzını ve sağlıklı spor formunun devamlı olarak bir nesilden diğerine aktarılmasını önemli derecede etkiler. Böylece spor dostu üniversite kampüsleri, toplum kalitesinin tamamını geliştirir.

Yukarıda belirtilen hedefler, ancak spor dostu üniversite kampüslerinde bütün öğrenci ve personele hizmet verebilecek yeterli sayıda spor tesisleri, kaliteli spor malzemeleri ve yüksek kalitede özel hizmet sunulması ile gerçekleşebilir. Öğrencilerin günlük spor yapma ihtiyaçlarını karşılayabilmeleri için gerekli olan zamanı akıllıca kullanmalarına yardımcı olacak modern teknolojiyi de kullanarak bilimsel ve sağlıklı bir spor ortamı sunmak, onlarda spor sevgisini artıracak ve yaşam boyu pozitif davranışlar kazandıracaktır.

Temeli sosyal, eğitsel ve kültürel değerler üzerine kurulu insan aktivitelerinden oluşan sporun, eğitim gibi temel bir insan hakkı olduğu düşüncesiyle, hiçbir öğrenci “zamanını derslerine ayırmak için sporu bırakmak zorunda kalmamalıdır”. Sporun bir tarafta, eğitimin ise karşı tarafta olması söz konusu olamaz. Ortak amacının iyi ve başarılı insan yetiştirmek olan yükseköğretim ve üniversite sporları birbirinden ayrılmaz bir bütün olarak değerlendirilmelidir.

Kaynaklar

Danylchuk, K. (2007) “Leisure Sport and Sport Entertainment in the University” Universiade Bangkok 2007 FISU Conference, 9-12 August 2007 s.49-58.

Emmert, M. (2017) “College Sport in America: Creating a Lifetime of Opportunity” FISU World Conference on Development thorough Sport, Taipei 2017 SummerUniversiadeAugust 2017 s.4-11.

FISU Global Strategy(2017-2027)August 2017 s.5.

Gallien, C.L. (2017)“Education and Sport ”Fisuforum Lisbon 2004 Education Through University Sport s.37-46.

Huang, P.W &Chen, H.C (2017) “The Effect of Physical Activity between Internet Addiction and Quality of Life among the University Students” FISU World Conference on Development thorough Sport, Taipei 2017 Summer Universiade August 2017 s.254.

Keleş, B.A & Taşkiran, T.A (2016) “ Üniversite öğrencilerinin okul içi etkinliklere katılım durumları ile yaşam kaliteleri arasındaki ilişki” Spormetre, 2017, 15 (1), s.11-18.

Lynen, P. & Sperle, N. (2007) “Life Qualification Through UniversitySport” Universiade Bangkok 2007 FISU Conference, 9-12 August 2007 s.488-491.

NCAA. (2015 February 1). Scholarships. NCAA.org:<http://www.ncaa.org/student-athletes/future/scholarsip>'den alınmıştır.

Öztürk, Ö.T. ve ark.(2011) “Üniversite takımlarında sporcu olan öğrencilerle spor yapmayan öğrencilerin iletişim becerisi düzeylerinin karşılaştırılması” Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi, 2011, 22 (2), s.43–53.

Sriboon, N. (2007) “SportAcademic Development” ” Universiade Bangkok 2007 FISU Conference, 9-12 August 2007 s.348-351.

Sun, Y.S. & Zou, H.J (2017) “A Research on Promoting Effect of Physical Training on College Students' Lifestyle” FISU World Conference on Development thorough Sport, Taipei 2017 Summer Universiade August 2017 s.192.

Wang, F. (2017) “Thinking about Building Sport-Friendly Campuses” FISU World Conference on Development thorough Sport, Taipei 2017 SummerUniversiadeAugust 2017 s.356.

Wang ,S.F & Kuo, C.H. (2017) “Philosophical View of Sport Competition: Globalizing and Universalizing Participation to University Sport” FISU World Conference on Development thorough Sport, Taipei 2017 Summer Universiade August 2017 s.2-3.

Yıldırım, İ. ve ark. (2015) “Üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivite ile depresyon ilişkisi” Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Cilt 9, Özel Sayı, 2015 s.32-39.

Beden Eğitimi ve Sporda Öğretim Programı Geliştirme; Amaç ve İçerik İlişkisi

Hatice Çamlıyer

Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölüm Başkanı, Manisa, Türkiye

Mail: hatice.camliyer@bayar.edu.tr

Program Aristo'ya göre bağlantılı ilkelerden oluşan bir sistem meydana getiren bilgi içeriğidir. Akıl yolu ile elde edilir. Bilgi tecrübe edilirse daha değerlidir ve bu yolla daha fazla başarı elde edilir. Bir başka deyişle, belirli bir etkinlikte, amaçlı hareketlerle, kontrollü denemeler yapılarak sonuca gidilmesidir.

Günümüzde gelişmeler çok hızlıdır. Fen ve teknolojiye yeni buluşlar, uzay bilimindeki yeni gelişmeler, dünya savaşları sonunda ortaya çıkan uluslararası kuruluşların gittikçe yaygınlaşan uğraş alanları, kültür geçişleri, ülkeler arasındaki ekonomik yarışma ve dayanışma, yeni yeni politik blokların ortaya çıkması ve globalleşme (küreselleşme), özgürlük ve demokrasi kavramı üzerinde yapılan tartışmalar, bireylerin, bu ve benzeri gelişmelere uyum sağlayabilecek bir şekilde eğitilmelerini zorunlu hale getirmiştir.

Buna karşılık, eğitim süreçleri hemen bütün ülkelerde geleneksel ve tutucu nitelik taşımaktadır ve teknolojik gelişmelerin gerisinde kalmaktadır. Endüstriyel ürünleri yaratanlar kendi pazarını oluşturmakta insanları kendi amaçları doğrultusunda yönlendirmektedirler. Özellikle az gelişmiş ve gelişmekte olan ülkeler, yalnızca kültürü tanıtmak ve yaymakla yetinip, gelişme ve değişimde sosyal dinamizmin ve çağ koşullarının gerisinde kalmıştır.

Topluma ve dünyaya uyum sağlama konusu ile ilgili oluşan öğrenci ve yetişkin sorunları, okul öncesi eğitimden yüksek öğretime kadar yeni düzenlemeleri zorunlu kılmaktadır. Tüm uyarlamaları aynı anda yapmanın kaos yaratacağı göz önünde bulundurularak, amaca en yakın konularda bir denge içinde güncellemelere gitmek en uygun olanıdır.

Böyle bir dengelemenin el yordamıyla gerçekleşmesi olanaksızdır. Eğitim kurumlarının ve uygulamalarının çağ koşullarına göre düzenlenmesi ve geliştirilmesi bilimsel bir yaklaşımı gerektirmektedir. Günümüzde, çoğu ülkede eğitim kuruluşları, telaşlı, hareketli ve sorunlu bir görünüm içindedir. Ülkemizde de durumun aynı olduğu söylenebilir. Telaş, zamandan ekonomiyi sağlarsa olumlu karşılanabilir, fakat çoğunlukla görüldüğü gibi, telaş yüzeysel, geçici, parça parça, bireysel birikime dayalı subjektif önlemler ile sonuçlandığı zaman onarılması güç karar ve uygulamalara götürebilir. Bu durum özellikle eğitim alanı için doğrudur. Çünkü eğitimde uygulanan bir sistemin sonuç vermesi yirmi beş yıl almaktadır; sistem, genel olarak karşılığını bu süre içinde üretici konuma getirmektedir.

Eğitimde pek çok faktör etkileşim halindedir. Bu nedenle eğitim alanında çalışanların, nedenler, sonuçlar ve öneriler üzerinde çeşitli ve bağlantılı faktörleri göz önünde bulundurarak, konuyu analitik bir yaklaşımla titizlikle ele almaları gerekmektedir. Uygulamalı bir alan olan eğitimi, komisyon tartışmaları ile kağıt üzerinde çizmek fazla iyimserlik olur.

Beden Eğitimi ve Spor bilimleri multidisipliner bir bilim dalıdır. O zaman oluşturulacak eğitim ve öğretim programları da buna göre yapılandırılmalıdır. Spor eğitiminin temellerini fizyoloji, anatomi, biyomekanik, biyokimya, , ölçme değerlendirme, istatistik, beslenme, ilk yardım vb fen ve matematik birikimini gerektiren derslerle; psikoloji, sosyoloji, eğitim (Öğrenme-Öğretme), tarih, hukuk, felsefe vb gibi sosyal etkileşimi geliştiren dersler oluşturmaktadır.

İyi Bir Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Programının Özellikleri; sinir-kas iletişimde verimliliği arttırmalı, fiziksel uygunluğu sağlamalı, algısal-motor fonksiyonları geliştirmeli, duygusal ve sosyal gelişmedeki verimliliği arttırmalı, öğrenme becerisini ve kapasitesini arttırmalı ve serbest zaman kullanımı ile ilgili verimliliğini arttırmalıdır. **05/10/2017**

Otizm ve Spor

Arslan Kalkavan

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Rize, Türkiye

Mail: akalkavan@hotmail.com

Sosyal ve iletişim becerilerinin oluşmasını etkileyen otizm, ilk kez 1943 yılında insanlarla iletişime girmeyen ve çevresine karşı duyarsız olan çocukların diğer zihinsel engelli ve şizofren çocuklardan farklı olduğunu saptayan Amerikalı psikiyatrist Kanner (1943) tarafından tanımlanmıştır. Otizm spektrum bozukluğu ya da yaygın gelişimsel bozukluk, doğuştan gelen veya yaşamın ilk üç yılı içinde ortaya çıkan, yaşam boyu devam eden, sosyal etkileşimde, sözel ve sözel olmayan iletişimde problemler, tekrarlayıcı davranışlar, zaman zaman uyum problemleri ve kısıtlı ilgi alanları ile kendini gösteren, karmaşık ve nörolojik bir gelişimsel bozukluk olarak tanımlanmaktadır Cartez (2008).

Otizm Türleri: Bilimsel kaynaklar otistik spektrum bozukluğunu çeşitli şekillerde sınıflandırmaktadır. Amerikan psikiyatri birliğinin 2000 yılında yayımladığı kılavuza göre (DSM-IV-TR), otizm spektrum bozukluğu kapsamında beş ayrı kategori yer almaktadır. Bunlar; **otizm, asperger sendromu, çocukluk disintegratif bozukluğu, atipik otizm ve rett sendromu** dur.

Spor Eğitimsi ve Yöneticisinin Rolü: Spor eğitimsi ve yöneticisinin çalışması otistik çocuklar ve ailelerine pozitif bir deneyim sağlamada gerekli bir unsur olduğunu göstermektedir. Otistik çocuklarla çalışan spor yöneticileri ve antrenörlerin bireysel olarak katılımcıların ihtiyaçlarını fark etmesi ve anlaması gerekmektedir.

Antrenörlerinin uyguladıkları spor aktivite eğitimi, ailelerin güvenliğini sağlanması ve katılan otistik çocukla ilgili daha kapsamlı bilgi elde edilmesi bakımından uzun bir sürece yayılması gerekmektedir (Fennick ve Royle, 2003).

Otistik çocukların güvenli bir ortamda sportif aktiviteye katılması, fiziksel ortam içerisindeki veya yakınındaki potansiyel tehlike ve riskler hakkında bilgi sahibi olmaları sağlanmalıdır. Uygulamalarda yardımcılarından veya ebeveynlerden destek alınabilir. Çocukları sürekli olarak gözlemek ve yapılandırılmış bir ortam sağlamak tehlike içeren durumları önleyebilir.

Antrenman konuları; otizmin etkileri ve nedenleri, otistik çocukların davranış eğilimleri, çocukların katılımını engelleyen nedenler ve otistik çocuklara uygulanan sportif alıştırma gibi konuları kapsamalıdır (AutismSpeaks,2013).

Spor Eğitimsi ve Ailenin Desteği: Spor aktivitesine katılan otistik çocukların aileleri için teşvik edici ve katılımı cesaretlendiren bir çevre oluşturmak, antrenör ve aileler arasında açık ve saygıya dayalı bir iletişimi kurulmasını sağlamaktadır.

Antrenör yalnızca katılımcı ile değil aileler ile de pozitif bir ilişki kurmalıdır. Spor yöneticisinin de bu sürece dahil olması gerekmektedir. Yine de antrenör hem çocuklarla hem de aileleriyle daha fazla zaman harcayan kişi olarak iletişimi kuran başlıca insan olacaktır. Antrenör antrenman veya oyun öncesi ve sonrasında da ailelerle özel konuları tartışabilir. Açık bir iletişim ortamı kurmak güveni teşvik ederek ailelerle antrenör arasında yardımlaşma ve anlayış ortamı sağlayacaktır (Shu ve Lung, 2005).

Antrenörün çocuğun otistik olduğuna yönelik bir şüphesi oluşması durumunda, aile ile iletişim kurarken saygılı bir tavır takınması gerekmektedir.

Otistiklerin Eğitiminde Sporun Yararları: Otistik çocukların spora uygulamalarına katılması, çocuklara normal olma hissi, yaşlılarıyla eğlenceli aktivite deneyimi sağlaması ve çok önemli olan kişiler arası iletişim becerilerini geliştirmesi nedeniyle olmaz olmaz bir gerekliliktir (Autism Speaks, 2013).

Otistik bireylerin sosyalleşmesi ve topluma kazandırılmasında spor önemli bir araç olarak motor becerilerin geliştirilmesinde, psikolojik açıdan geriliklerin ve eksikliklerin düzeltilmesinde, haz alma ve başarı duygusu tatma yönündeki eksikliklerin giderilmesi için kullanılır (Karaküçük, 2013).

Sporla sosyalleşme kapsamında yapılan buz pateni, ata binme, yüzme, masa tenisi oynama, karşılıklı pas yapma vb. aileden uzakta ve bağımsız bir şekilde yapılan etkinlikler, otistik çocukların sosyal ilişkilerinde büyük bir role sahiptir.

Spor otistik çocuklarda kasların güçlenmesi, el-göz ve denge koordinasyonunun artması, gelişmesi ve otistik çocukların en büyük problemi olan sosyal ilişkilerin oluşmasına yardımcı olmaktadır. Spor yolu ile artık engelli tanımından uzaklaşıp, sporcu kimliği ile ön plana çıkar. Böylece, toplumla bütünleşerek daha mutlu, daha doyumlu bireyler olarak yaşamlarını sürdürme imkânı yakalarlar.

Otistik bireylerin hareket becerileri kazanmaları, sosyal uyumsuzluklarını azaltmaları, postür bozukluklarının giderilmesinde ve denge problemlerinin ortadan kaldırılmasında spor olmazsa olmaz bir olgudur.

Sportif faaliyete katılan çocuklar yarışmayı, kazanma ve kaybetme duygularını tadarak farklı duygularla mutlu olmayı öğrenmeye başlarlar.

Sportif aktivitelerde sergilenen performans kişilik gelişimlerine yardımcı olur ve toplum tarafından kabul görülmelerini sağlar. Spor yapmak suretiyle çocukların beden dili, jest ve mimik kullanmalarına katkı sağlar.

Kas ve eklemlerini istenilen düzeyde kullanmasına yardımcı olur. Çocuğun denge, dikkat ve yoğunlaşma yeteneklerini geliştiriyor. Enerjilerini sporla boşalttıkları için hareketlilikleri azalır.

Bireyin ihtiyacı olan uyarıları hareket çalışmalarıyla merkezi sinir sistemine doğru bir şekilde iletir. Spor yapma tüm beden uyum içinde hareket etmesini sağlar.

Çocuklarda farkındalık kendi bedenini tanımakla başlar. Çocuklara zemin üzerinde yuvarlamasına, sürünmesine, uzanmasına fırsat vermek önemlidir. Çünkü bu sayede sosyal ve duygusal gelişimini hızlandırmak daha kolay olacaktır.

Yardımlaşma ve iş birliği yapma, arkadaşlarına ve oyun kurallarına saygı gösterme gibi sosyal davranışları da kazanarak olumlu bir benlik gelişimi sağlar. Çocukların sportif aktivitelere katılmayla eğlence, heyecan gibi duyguları gelişir, duygu dünyasına renk katar.

Spor Dalı Ve Otizm:

Otizmli çocuğa beceri eğitimi verilirken en önemli noktalardan birisi çocuğun çok iyi gözlemlenmesi, ilgi ve beğenilerinin, hoşlandığı ya da huzursuz olduğu ortamların tespit edilmesidir. Örneğin müzikten hoşlanan ancak kendisine dokunulmasına izin vermeyen bir çocuğa yaklaşmak, ona dokunmayı öğretmek onun kendisini rahat hissettiği müzikli bir ortamda daha kolay olacaktır.

Otistik çocukların yüzme, basketbol, tenis, vb. kaba motor becerilerin kullanılmasını gerektiren bazı hareketleri daha geç öğrendikleri, ince motor becerilerinin de oldukça zayıf olduğu, çocukların yaşlılarıyla çok seyrek etkileşime girdikleri ve girdikleri bu ilişkinin de genellikle sınırlı ve olumsuz olduğu gözlenmektedir. Bu nedenle çoğu otistik çocukta uygun sosyal beceriler ve oyun davranışları son derece sınırlı kalmaktadır.

Genelde bireysel branşlar masa tenisi, tenis, atletizm, bisiklet sporlarını ve yüzmeyi tavsiye edilir. Bunların yanında çocukların yeteneğine ve algısına göre Yüzme, Binicilik, Atletizm, Bowling, Yürüme, Mücadele Sporları, Bisiklet, Basketbol Voleybol, Hentbol ve Futbol gibi spor dallarına yönlendirme yapılabilir (Ohrberg, 2013).

Otizmli çocukların güzel vakit geçirdiği tüm spor dalları onların gelişimine olumlu katkılar sunacaktır.

The Olympic Champions of Anatolian Children during the Roman Empire Era

Abdurrahman Uzunaslano

Mail: abdurrahmanuzunaslano@gmail.com

The Greek tradition of Olympics approximately dates back to the 8th century AD. The Olympics emerged in earlier times and spread to the Greek origin lands in a short period of time and became a common cultural heritage of those nations. It is regarded as the mother of those sportive events and organisations emerged in modern times. The first Olympics were held four times a year for the honour of Zeus who was the chief god of the Greek pantheon of Elis on Mora Peninsula. In times, by addition of the new and varied types of sportive disciplines they turned into being colossal organisations. The Olympic Games attracted huge number of Greek origin people living scattered from the trade and military colonies established by the Greeks in almost every part of the Mediterranean Basin. The games continually sustained its fame till late antiquity.

Since their first celebrations, the Olympic Games whose strict rules put forward by the commission designated by the Elis City Council have been observed and inspected by those members; one of those strict rules was to match all athletes not according to their weight category but their age grouping. The precise weight measurements applied to match the athletes and sportsmen in today's modern games, which we are familiar with, were not available during the antique period. But the *hellenodikai* which were responsible for inspecting and auditing the rules of the Olympic Games were in charge of matching all the athletes participating into the games according to the contest disciplines and they basically divided the athletes into two age groups. They were "child" (*pais*) and "adult" (*aner*). The two age groups were only allowed to compete in the games according to their age groups. As the athletes did not have their proper birth records, the *hellenodikai* categorized and matched those athletes and sportsmen by their declarations, and according to their physical appearances, so the sources reveal that they sometimes matched a child athlete with an adult, though mistakenly. Even though it is seen that at some local and less important games the age grouping was three: "children" (*paides*), "stars" (*ageneioi*) and "adults" (*andres*), the rule of two age grouping at regular Olympic Games was kept till the termination of the games in 4th Century AD.

The bronze tablets on which the names of those champion athletes found in the excavations carried out in Olympia revealed that the rule of basic two age grouping was strictly obeyed. So as to those mentioned rules, it is known that many athletes from many cities of Asia Minor competed in those games at children's category during the Roman Empire Era and some of them became champions at Olympics. Our major sources and knowledge on those athletes reside in the antique authors' works and honorary inscriptions. Especially, some details on honorary inscriptions exhibit that a great number of child athletes participated in the Olympics and represented their homeland successfully. The presentation deals with the child athletes from Asia Minor who competed and became champions at Olympics at the categories of wrestling, boxing, running, pentathlon and other categories during the Roman Empire Era.

Anadolu Spor Tarihi; Antropolojik Bir Bakış

Timur Gültekin

Mail: tgultekin@ankara.edu.tr

Spor, temelde “birey”in sağlıklı ve zinde olması amacıyla yapılan etkinlikler olmasına rağmen gerek spor tarihine gerekse günümüzdeki sportif aktivitelere baktığımızda bu işlevinin çok ötesinde olduğunu söyleyebiliriz. Antropoloji insanı hem bir biyolojik varlık hem de sosyal/kültürel bir varlık alanı olarak ele alır ve inceler. Dolayısıyla antropolojinin spora yaklaşımı, diğer alanlardan farklı olarak, hem biyolojik hem de sosyal/kültürel yöndendir. Anadolu, Paleolitik dönemden günümüze çeşitli bölgelerden gelmiş farklı kültürlerden birçok değişik grup tarafından yurt edinilmiş ve uzun insanlık tarihi boyunca, kültürel, ekonomik dilsel ve sosyal özellikleri ile dünyanın değişik coğrafyaları ile etkileşim içinde olmuştur. Bu kadar zenginliği içinde barındıran Anadolu hiç kuşkusuz ki spor tarihi açısından da Dünya ölçeğinde çok önemli bir yere sahiptir. Sportif etkinlikler, Anadolu’nun kültürel zenginliğini oluşturarak geçmiş uygarlıkların toplumsal yaşam sahnelerinin en önemli biçimlendiricilerinden birisi olmuştur. İnsanlık tarihi bu kadar eskilere giden Anadolu topraklarında spor tarihine ilişkin çalışmaların son dönemlerde yoğun bir şekilde çalışılmasına rağmen yeterli düzeyde olmadığı, özellikle arkeolojik ve antropolojik kazılardan çıkan bulguların spor bilimciler ve diğer alanlardaki bilim insanlarıyla disiplinler arası titiz çalışmalarla hak ettiği şekilde ortaya konması gerekir. Bu çalışmanın amacı, Prehistorik çağlarda, avcı toplayıcılardan başlayarak tarım ve yerleşik hayata geçişle birlikte Anadolu’da kurulan uygarlıklar ve bu uygarlıklardaki sportif aktiviteler, spora ilişkin kültürel birikimleri antropolojik ve arkeolojik veriler ışığında ortaya konmasıdır. Sportif aktiviteler insan yaşamında oldukça önemli bir yere sahiptir. Sportif aktivitelerin varlığı insanlık tarihi yani insanın ortaya çıkmasıyla başlar. İnsanlar hayatta kalabilmek için devamlı doğayla bir mücadele halindedir. Bu mücadeleyi vermek için ortaya koyduğu fiziksel aktiviteler, insan bedeninin fiziksel gelişiminin yanı sıra insanın sosyal ve zihinsel gelişimine de katkı yaptığı yadsınamaz bir gerçektir. Toplayıcılıktan avcı- toplayıcılık ve devamında tarım devrimi boyunca insanların bulundukları devirlerin fiziksel faaliyetlerine yönelik kültürel uygulamalarda bulunduklarını söyleyebiliriz. Bu fiziksel faaliyetler zamanla belirli dönüşümlerden geçerek oyun, yarışma ve halkın katıldığı eğlencelerden, günümüz organize, rekabetçi ve profesyonel spora dönüştüğünü görmekteyiz. Günümüzde yapılan spor aktivitelerinin birçoğunun tam benzeri olmasa da tarih öncesi veya eski çağ toplumlarında da görmek mümkündür. Sonuç olarak insan yaşamının vazgeçilmez unsurlarından olan sportif aktiviteler geçmişten itibaren değişerek günümüze kadar toplumların vazgeçilmezi haline gelmiştir.

II.Meşrutiyet Döneminde Avrupa'da Eğitim Gören Öğrencilerin Kurduğu "Türk Yurdları"Nın Terbiye-İ Bedeniye ve Spor Alanında Ki Faaliyetleri

Mehmet Şahingöz

Gazi Üniversitesi,Gazi Eğitim Fakültesi Öğretim Üyesi, Ankara, Türkiye

Mail: mehmetshahingoz@gmail.com

Osmanlı Devleti Tanzimat'la birlikte hızla Avrupa'ya açılmaya başladı. Daha sonraki dönemlerde de gelişen teknoloji ve bilimi ülkeye taşıyabilmek, çağdaşlaşmak, medenileşmek, Batı'yı daha yakından tanımak, Avrupalı devletlerle Osmanlı devleti arasındaki gelişmişlik farkını ortadan kaldırmak gayesiyle Avrupa ya öğrenciler gönderilmeye başlanmıştır.

Başta İsviçre, Fransa ve Almanya olmak üzere Avrupa'nın çeşitli ülkelerine gönderilen Osmanlı vatandaşı öğrenciler, aralarındaki dayanışmayı artırmak amacıyla bulundukları şehirlerde çeşitli dernekler kurmaya başladılar.

Özellikle Trablusgarp ve Balkan savaşlarının acı mağlûbiyetinin Avrupa'daki Osmanlı Tebaası öğrenciler arasında yarattığı infial, ülkede kurulan Türkçü derneklere paralel olarak Avrupa'nın çeşitli şehirlerinde "**Türk Yurdu**" adıyla Türkçü bir dernek etrafında toplanmaya sevk etmişti. Başta Lozan olmak üzere Cenevre, Nöşatel, Paris ve Berlin gibi şehirlerde Türklük esasına dayanan "Türk Yurdu" adı altında bir takım öğrenci derneklerinin kurulduğunu görüyoruz.

Bu dernekler çeşitli şehirlerde kurulmuş olmasına rağmen "**Lozan Türk Yurdu**"nun öncülüğünde ortak hareket ederek "**Millî şuura**" sahip bir nesil yetiştirmek fikrinde idiler.

Millî şuura sahip olmanın önemli unsurlarından birinin de gençliğin fikren ve bedenlen eğitimden geçtiğinin farkında olan "**Yurtçular**", Sporun ilkokullara ders olarak konması, millî oyunların ihyası, bu oyunlarda Türk Dünyası ile müşterekliğin sağlanması, Beden terbiyesi hakkında izci teşkilâtları oluşturarak bu teşkilatlarda yetenekli zabıtların görev alması ve İsveç jimnastiğine önem verilmesi gibi kararları alınmışlardır.

Bu uğurda yapılacak her teşebbüsü "**Yurdun**" bütün kuvvetiyle destekleyeceği, "**garb irfanına**" doğru bir cereyan husûle getirmek için mekteplerin açılması, Türk çocuklarına "**talebe evleri**" açılması, spor cemiyetleri kurulması, millî ihtiyaçlara uygun kitaplar ve risalelerin yayınlanması, Spor eğitimi, beden ve sağlık mekteplerinin açılması, hastalıklı çocuklar için havadar yerlerde sağlık mekteplerinin açılması, ilk mekteplerde sporun bir ders olarak okutulması" hususları faaliyet programlarında önemli yer tutmaktadır. Bu tür faaliyetleri "**Türklüğe ihtida**" olarak gören "**Yurtçular**" bu amaçların gerçekleştirilmesi için ülke içinde cemiyetler açmak ve diğer cemiyetlerle de işbirliği yapılmasını kararlaştırmışlardır.

II.Meşrutiyet döneminde Türk yurdu ve benzeri derneklerin hedefi "mücadeleci, zorluklara karşı ruhsal açılardan da dayanıklı, becerikli, zamanını ve mekânını kullanmayı iyi bilen, sabır ve metanet sahibi, kendinde başarıma kudreti gören ve başarı için azmin gerekliliğinin farkında olan, çalışkan, öğrenmeye meraklı, intizamlı, itaatli, vatan ve millet bilincine sahip, vatana ve millete karşı görevlerini bilen ve bu görevleri yerine getirmek için her açıdan hazır gençler yetiştirmeye çalışılmak" olmuştur.

Anahtar Kelimeler: II.Meşrutiyet, Türkçü dernekler, Terbiye-i Bedeniye, Lozan Türk Yurdu , Gençlik eğitimi,

How to Collect (Olympic) Sports? Recommendations and Policies for Sport Collections

Christian Wacker

museOn | weiterbildung & netzwerk, University Freiburg, Germany

Mail: christian.wacker@museon.uni-freiburg.de, netowacker@gmail.com

Collecting sport artefacts has a relatively short tradition, especially compared with so-called fine arts collections. Whereas kings, dukes and sovereigns had already been collecting paintings, sculptures, ceramics, jewellery and other valuable objects since the Renaissance times, sport is primarily a phenomenon of the period following the industrial revolution. Thus, sporting artefacts have only been assembled and documented for a little over 100 years. Many national sport collections had been established alongside nationalisation processes after the colliding of the empires during the First World War. The collection of the IOC goes back to Pierre de Coubertin, who himself had been keen to capture the memories of the Olympic Games and opened a first Olympic Museum in 1934. Today the Olympic Museums Network lists 28 Olympic museums around the world. Collecting sports in associations, federations and clubs is more recent and many sport entities only start to value their heritage. A museum for FIFA e.g. only opened in 2016.

During the last ten years many new sport museums had been founded for representative reasons or the self-projection of a club without considering the main goal of a museum and its "duty to acquire, preserve and promote their collections as a contribution to safeguarding the natural, cultural and scientific heritage" (ICOM, Code of Ethics, Paragraph 2). A collection might exist without a museum, but a museum is not more than an exhibition shell without collection. The collecting entity should be clear about the type of collection and the way of collecting. A collection should not be the deposit for old things not used anymore, but the place for things with an aura, for things that tell stories and for things to commemorate emotional moments in sports. Collections need policies!

Sport collections including Olympic collections therefore should not only store tickets, medals, posters, stamps, pennants, mascots, pins, sports items and clothes, trophies etc. They might be also interested in stories like interviews, films and snapshots. This paper will draw attention to a sensitive and organised way to collect sports professionally following the principles of the International Council of Museums ICOM. Examples of policies for sport collections will be discussed with a focus on the importance of intangible sport heritage for the future.

The relevance of Pierre de Coubertin and the Olympic Movement Today

Marcia De Franceschi Neto

Sport+Culture - Germany

Mail: marciawacker@gmail.com

From the very beginning, the introduction of the Modern Olympic Games is tightly bound up with the name of Pierre de Coubertin, who was born into an aristocratic Parisian family. He studied law and political science from 1883 to 1886. Already during his studies, he devoted himself to educational reforms and during numerous journeys became acquainted with the English and later United States educational systems. In 1889, he organised an important Congress for establishing sport in the French educational system, and in 1894, the famous founding congress to launch the Modern Olympic Games. From 1897 to 1924, Pierre de Coubertin was President of the IOC and steered the history of the still infant institution, which was again and again a pawn in the power struggle the Olympic Games. It is probably thanks to Pierre de Coubertin's diplomatic skills and energy that it was nevertheless possible to establish an Olympic Movement after the First World War. However, after 1924, he relinquished all his official duties and took no further part in the Olympic Games until his death in 1937.

120 years later, at the 127th IOC Session in Monaco on 8th and 9th of December 2014, the document "Olympic Agenda 2020" was approved. In 2015 Unesco in collaboration with IOC and other International organizations launched the guidelines "Quality Physical Education". Follow this document in 2016 "The Fundamentals of Olympic Values Education" was published by the Commission for Education at IOC. The three documents refer back to the original principles of Coubertin's educational ideas for Olympic Games. Could sport as means of education be the rehabilitation of Olympic Games after the Rio 2016 scandals?

The Legacy Of The Olympic Games Of Athens 2004

Konstantinos Georgiadis

*Dean, Faculty of Human Movement and Quality of Life Sciences, University of Peloponnese, Greece
Honorary Dean, International Olympic Academy*

Mail: kgeorgia@uop.gr

The research focuses on the Olympic legacy of the Athens 2004 Olympic Games, ten years after they took place. The aim of the research was to present the results of the country-wide survey conducted through questionnaires to a country-wide sample of 600 correspondents, men and women from urban and non-urban regions.

More specifically, the research records the legacy, the benefits that resulted from the Games as well as their negative effect.

In addition, the purpose of the paper is to answer the following questions: Were the Olympic Games a good investment for the city and the country? Did the Games create a modern infrastructure and enhance state modernization? Did the Olympic Games leave a social legacy? And what is the impact at an economical and touristic level?

"Physical Activity, Sport And Health in an Ageing Society"

Elizabeth C.J. Pike

Mail: e.pike@herts.ac.uk

This presentation will examine the role of physical activity in later life by providing stories of ageing drawing on policy documents, public health messages and media reports about the benefits of physical activity for older people. I will give consideration to the ways in which such texts in neoliberal societies often appear to unquestioningly accept the need for older members of the population to take individual responsibility for engaging in 'active ageing' in order to 'age well', such that this has become a new framework for, and norm of, ageing. The presentation will question the extent to which narratives of ageing may present opportunities for older people to resist age-based marginalisation and experience ageing as a positive process, in ways that might inform future policy and practice in making more appropriate provisions for older people's physical activity. In particular, I will review evidence which suggests that older people seek social and inclusive activities that emphasise health, fitness, and cooperation, rather than those necessarily featuring competition and physical force, presenting research evidence from studies of older people who are increasingly engaging in outdoor adventurous sporting activities.

Çocuklarda Obezite: Günlük Ritme (Circadian Rhythms) Uyum Çalışmalarında Klinik Dışı Sosyal Terapi Desteği

Nefise Bulgu

Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi - Rekreasyon Bölümü, Ankara, Türkiye

Mail: nbulgu@hacettepe.edu.tr

Obezite Türkiye’de ve dünyada çocuk ve yetişkin yaş gruplarında hızlı bir artış göstermektedir. WHO’nun verilerine göre 2015’te fazla kiloluların sayısının 2-3 milyar, obezlerin ise 700 milyona ulaşacağı beklenmektedir. Bir sağlık krizi olarak global bir epigenetik risk boyutunda ele alınan obesitenin tedavisinde sosyal ve biyolojik süreçlerin etkileşiminin önemsenmesi, sorunun multi-disipliner çerçevede ele alınmasına neden olmuştur. Son çalışmalarda obezitenin; genetik, çevresel, psikolojik, endokrin, metabolik, kültürel ve sosyo ekonomik faktörlerin birbiri ile ilişkisi üzerinde durulmaktadır. Obezitenin beslenme davranışının günlük yaşam kalıbının bir göstergesi olduğunun belirtilmesi yanında, günümüzde psikolojik ve sosyal faktörlerin de bu sonuç içinde ele alınması gerektiği fikri de öne çıkmaktadır. Özellikle, Fransız Devriminden sonra önemsenen toplum sağlığı politikalarında “tıp bir sosyal bilimdir ve halk sağlığı politikaları sadece tıbbın biyolojik boyutuna değil sosyal boyutuna da odaklanmalıdır” görüşü, obezite çalışmalarında, politik, sosyal ve çevresel desteğin önemine işaret etmektedir. Bu çerçevede obezitenin de dahil olduğu tıbbi uygulamalarda, sosyal boyutun da dikkate alınmasının önemi ortaya çıkmaktadır. Sosyal boyutu; sosyal terapi, sosyal jet lag ile sınırlayan bu sunum; günlük ritimde (24 saatlik zaman diliminde); sosyal terapi uygulamalarının, obezite tedavisine destek olacağı görüşünü dile getirmektedir. Sirkadiyen saat enerji dengesini düzenler; onunla sosyal jet lag (sosyal ve biyolojik zaman arasındaki fark) arasındaki dengesizliğin kiloyu etkilemesi (kiloyu artırması), sosyo terapinin bu dengeyi kurmada tedaviye destek olabileceği savını güçlendirmektedir. Bu görüşün savunulmasında çalışmaların günlük ritmin aksamasının epidemik obeziteye olumsuz yansımış olduğunun görülmüş olması önemlidir. Bu sunumda; özellikle sosyal terapi uygulamalarının obez çocukların günlük ritimlerini düzenleyerek, onların fiziksel sermayelerini nasıl güçlendirmede etken olduğu bunun da toplumsal uyumu/başarıyı gerçekleştirmede (obezite tedavisinde) destek olabildiği tartışmaya açılacaktır. Sosyo terapi; korunma, saygı, yeni yaşam tarzına yöneltme ve anılar aracılığıyla oluşturulan bir ortamda, grubun, eşitlik, demokrasi, katılım, sorumluluk, yaparak/uygulayarak öğrenme ve burada- ve şimdi evrelerinin sonucunda ulaşılmak istenen sosyal barış ve uyumu hedefler.

Learn How to lose well " Coach the Coach"

Nadhim Al-Wattar (PhD)

Mosul University . Iraq

Mail: nadhimyousif@yahoo.com

Positive Sports Coaching is an innovative evidenced based way of coaching teams and individuals built around the science of positive psychology. The Power of Positive Coaching is about understanding, meeting and supporting each athlete's emotional and social needs, and teaching them about responsibility, self-discipline, social interaction, and self-reliance through sports.

The presentation interested in Matthew Scholes PSC models which provided coaches and sporting organizations with the tools to implement a positive psychology approach. The PSC Models developed for the Four Pillars of a Positive Sports Organizations (coaches, athletes, administration and supporters).

As a researchers in this field we think that it is necessary for us to take in our consideration how can we get benefits from positive sports psychology as new direction in psychology? and we need to learn coaches how to lose well with Other sports teams and deal well with players ? Empower them with accountability for their performance to help them to doing well.

High Intensity Training (HIT) in Sport - Possible Benefits And Failures

Hartmann, Ulrich

Institute of Movement and Training Science in Sport II, Faculty of Sport Science, University of Leipzig, Jahnallee 59, D 04109 Leipzig, Germany

Mail: uhartmann@uni-leipzig.de

High Intensity Training (HIT) seems to be an attractive and modern method for a further increase of endurance performance in young talented as well as in well trained athletes.

First It will be shown and discussed that this is not a new method at all, second how the effect of this method is influenced by the background of physiology and the level of individual adaptation and third also about the possible positive / negative effects of the use of this kind of load as well as their consequences to endurance capacity and individual human performance.

It will be discussed if or if not HIT can support and eventually increase the performance of athletes of different quality levels and if the use of this method is appropriate to replace long term endurance training methods.

The existing literature is very heterogeneous about the awaited effects, the different methods and athletes who have been involved for interpretation, and the still existing discordant results of research. One of the reasons are the lack of studies with a really high level and quality of involved athletes and the still missing model and knowledge of muscular adaptation and a given loads over the time.

Takım Sporlarında Kondisyon ve Periyotlama: Sorunlar ve Çözüm Önerileri

Yavuz Taşkiran

Gedik Üniversitesi / Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul, Türkiye

Mail: ytaskiran@gmail.com

Flavius Philostratus'dan bu yana sportif antrenmanların zaman dilimlerine bölünmesi periyotlama olarak açıklanmıştır. Periyotlama, bazı motorsal veya diğer deyişle kondisyonel özelliklerin geliştirme, kontrol ve uygulama dönemlerini kapsar. Kondisyonel antrenmanlar, içerdikleri egzersizlerin yapısı, kapsamı, süresi, şiddeti, sıklığı gibi bazı ölçütlerin iyi biçimde belirlenmesi ve uygulanması ile sonuç verir.

Yapılmakta olan sporun teknik, taktik ve tekno-motorik özellikleri, antrenman planları ve içindeki periyotları doğrudan etkiler. Ancak son yıllarda çeşitli sporlarda farklı yarışma takvimlerinin uygulanması, bölgesel ve kıta yarışmalarına uyum göstermeyen maç programları bireysel veya takım sporcularının performanslarını olumsuz etkilemektedir.

Periyotlama, öncelikle maç ve yarış programları dikkate alınarak yapılmalıdır. Yıllık ve Perspektif planlar yanısıra, periyotlar içerisindeki mezo ve mikro devreler yeniden gözden geçirilmelidir. Her sporda neredeyse mutlak zorunluluk olan dayanıklılık, kuvvet ve sürat geliştirici egzersizlerin bu periyotlardaki yerleşimi ve geliştirme sıralamaları tartışmalıdır.

Örneğin, maksimal kuvveti geliştirme amaçlı yapılacak egzersizler öncesi hangi hipertrofik egzersizler seçilmelidir? Bu egzersizlerden önce anatomik adaptasyon süreci ne kadar sürmelidir? Birim antrenman programlarında egzersizlerin yüklenme şiddeti açısından değerlendirilmesinde kullandığımız bilgiler yeterli midir?

Sporda yüksek performans beklentili antrenmanlarda periyotlama sorunları güncelliğini korumaktadır. En önemli motorsal özelliklerden biri olan dayanıklılık için hazırlanan antrenman programları günün hangi saat dilimine konulmalıdır? Hangi zaman dilimleri aerobik ya da anaerobik egzersizler için daha verimlidir?

Matveyew'den Harre'ye, Bomp'a'dan Dick'e uzanan teorik bilgilerimizi uygulamada ne ölçüde kullanabiliyoruz? Günlük biyoriitm eğrilerimiz, antrenman periyotlamalarına uyum gösterebiliyor mu? İçsel biyolojik saat dediğimiz sirkadiyen ritmin moleküler çaptaki kontrol mekanizması keşfedilmişken, acaba bu gelişmeyi periyotlama çalışmalarını yaparken kullanabilir miyiz?

Bu sunumda, periyotlama farklılıkları, planlama zorlukları, yarışma takvimleri ile birlikte antrenmanlarda yaşanan zorluklar ve karşılaşılan problemleri çözmede bazı yaklaşımlar getirilecektir. Belli hedeflere ulaşmada net planlar, optimal periyotlamalar ve disipline edilmiş uygulamaların yapılması gereklidir.

Zaman dilimlerine ayrılmış aktiviteler yanında uygulamalarda görev yapan teknik insanların, geliştirilecek özelliklerin aktarımı esnasındaki vücut dilleri periyotlamalardaki verimliliği etkiler mi acaba?

Sporcu Beslenmesinde Rehberlik

Aysel Pehlivan

Haliç Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, İstanbul, Türkiye

Mail: ayselpehlivan22@gmail.com

Sporcu beslenmesi alanı profesyonellerin birlikte çalışmasını gerektiren multidisipliner bir alandır. Antrenör, koç, kondisyoner, yönetici, yemeği planlayanlar, sağlayanlar hep birlikte çalışarak sporcuya etkili bir rehberlik yapılabilir.

Sporcunun beslenme bilgisi, aerobik dayanıklılık, kuvvet, sürat, odaklanma, konsantrasyonu artırma, yorgunluğu azaltma ve toparlanmayı hızlandırmada etkindir. Yapılan bilimsel çalışmalar ve uyarılar sporcunun beslenme davranışını değiştirmesinde yeterli değildir. Beslenme değişikliği için, sporcunun kendi yaşamının içinde uygun bir plan yapılmalıdır.

Spor çalışanları sürdürülebilir performans beslenmesi modelini kullanabilirler. Bu yaklaşımın arkasındaki kavramlar; değerlendirme, eğitim ve uygulamadır. Her düzeydeki sporcunun önce günlük yaşamı, beslenmesi, besin ihtiyaçları değerlendirilir. Sonra, planlama ve öneriler spor branşına, kişiye özgü hale getirilir, eğitime geçilir.

Beslenme tavsiyesinde bulunmak ve bir spor beslenme programı düzenlemek farklıdır. Spor beslenme programında birlikte çalışılması gereken pek çok katman vardır. Bir beslenme programının amacı, sporcuya pratikte uygulayabileceği iyi beslenme bilgisi ve alışkanlıkları kazandırmaktır. Bu programda, günlük besin seçimi, antrenman veya maç öncesi, sırasında, ve sonrası öğünler ayı zamanda hidrasyon önerileri yer almalıdır. Sporcunu günlük antrenman planının bir parçası olmalıdır. İyi beslenme programları, karbonhidrat, protein ve yağın gram önerileri ötesine gider.

Sporcu ve antrenörlerin arasında kurulan iyi ilişki sporcunun başarılı beslenmesini geliştirir. Beslenme uzmanı ile antrenörler arasındaki iyi ilişki, sporcunun programa uyumu artırır.

Spor beslenme uzmanı, sporcuya çalışırken kişisel sağlık bilgilerini toplar, değerlendirir ve analiz eder. Tıbbi bilgilerin gizliliği birçok ülkede kanunen korunur ve profesyoneller yasaların farkında olmalıdır.

Sporcunun beslenme programı basamakları:

1. Değerlendirme: Sporcunun fiziksel, fizyolojik, sosyal, kültürel, beslenme alışkanlıkları, bilgi düzeyi, sevdiği sevmediği besinler, alerjileri, ilaçları, yaralanmaları, hedefleri ve zaman çizgisinin... değerlendirilmesi.
2. Değer tahmini: Sporcunun alması gereken ve aldığı enerji, tüm besin öğelerinin belirlenmesi.
3. Beslenme eğitimi: Günlük yaşam, antrenman öncesi, sırasında ve sonrası için beslenme, yarışma günü ve toparlanma için beslenme eğitimi verilmesi.
4. Takip ve değerlendirme: Verilen beslenme program kontrolü ve vücut kompozisyonunu değerlendirme.

Counseling On Athletes' Nutrition

Aysel Pehlivan

Haliç University School of Physical Education and Sports, Istanbul, Turkey

Sports nutrition is a multidisciplinary field where the cooperation of all the people within the organization, from the coach to the administration to the chef. All of these people should work together to properly guide the athlete in terms of nutrition.

A good knowledge in nutrition will lead to an increase in aerobic capacity, strength, speed, focus, concentration and recovery as well as a decrease in fatigue. Reminders and following studies is not enough to put the athlete in the right nutritive path. A personalized attention to the athletes daily life is very important when trying to reach the nutritive goal.

Sportspeople can use the sustainable performance nutrition model. The concepts behind this approach are; evaluation, training and implementation. The athletes of all levels are first assessed for their daily life, nutrition and nutritional needs. Then, recommendations are made based on the athlete's field and personality. Then, education sessions begin. And finally, after reevaluations the nutrition plan is made.

Writing a diet and planning an athlete's nutrition is a whole different concept. The sports nutrition program has many layers that need to be worked together. The goal of a nutrition program is to give an athlete, good and practical nutrition information. This plan should include daily food selection. Planning of pre, during and after training/match meals and also hydration recommendations. The program should be integrated to an athlete's daily training schedule. Good nutritional programs go beyond the gram recommendation of carbohydrates, proteins and fats.

The good relationship established between the athlete and the coaching staff improves the successful nutrition of the athlete. A good relationship between the nutritionist and the coaching staff improves the nutrition program.

The sports nutritionist collects, evaluates and analyzes personal health information while working with an athlete. The confidentiality of medical information is legally protected in many countries and professionals should be aware of the laws.

Steps in athlete's nutrition program:

1. Assessment: The physical, physiological, social, cultural, nutritional habits of the athlete, level of knowledge, evaluation of the foods, allergies, medications, injuries, targets and timeline.
2. Estimation of value: The energy that the athlete must take and the energy it receives is the stage in the determination of all food items.
3. Nutrition education.
4. Follow ups and evaluation.

Smartphones and Wearables: Using Technology to Assess And Intervene on Behaviors Across The 24 Hours

Matthew P. Buman, PhD

FACSM is an Associate Professor of Exercise Science and Health Promotion at Arizona State University. USA

Mail: Matthew.Buman@asu.edu

Dr. Buman's research focuses on the dynamic interplay of sleep, sedentary, and more active behaviors, and how collectively these behaviors can be harnessed for health promotion and disease prevention. His work involves the assessment of behaviors across the 24 hours and innovative technology-supported interventions designed to singly or in combination improve behaviors across the 24 hours. Dr. Buman is currently the principal investigator of three large studies funded by the US National Institutes of Health (NIH); has authored over 100 peer-reviewed articles; is a standing member of the Psychosocial Risk & Disease Prevention (PRDP) NIH study section; and currently serves as a Special Consultant to the 2018 US Health and Human Services Physical Activity Guidelines Advisory Council.

Time is disproportionately distributed between sleep, sedentary behavior (i.e., sitting), and physical activity, and increasing one behavior by necessity requires decreasing time in another behavior. The time-dependent nature of these behaviors inextricably requires scientists to consider all of these behavior when understanding the impact of physical activity on health, as well as when intervening to improve lifestyle behaviors. Dr. Buman will present data in three domains: (1) validation and calibration of research- and consumer-grade wearable devices that measure the full 24 hour spectrum of behaviors; (2) technology-supported interventions that target behavior change across the 24 hours through smartphone and wearable technologies; and (3) environmental and cultural influences that may impact behaviors across the 24 hours.

Sporda Kişilik Çalışmaları

Perican Bayar

Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara, Türkiye

Mail: pbayar@ankara.edu.tr

Spor psikolojisi alanında yapılan çalışmalar tarihsel olarak ele alındığında en fazla çalışılan konulardan birisinin de kişilik ve spora katılım olduğu görülür. Coleman Griffith ile başlayan sistematik çalışmalarda psikologlar başarılı sporcunun kişiliğini anlamak için çaba göstermişlerdir (.....).

1930'lardan 1960'lara değin geçen zamanın egzersiz ve spor psikolojisi araştırmaları açısından durgun bir dönem olarak tanımlanmasına karşın, kişilik konusunda önemli kabul edilebilecek çalışmalarında yapıldığı yıllar olmuştur (Weinberg&Gould,2011). 1960'lardan itibaren araştırma sayısının katlanarak arttığı ve 1960 ve 1970 li yıllarda sadece kişilik üzerine yapılan çalışmaların 1000'in üzerine çıktığı tahmin edilmektedir. Son 20 yılda ise giderek sporda kişilik konusunu içeren çalışma sayısı azalma göstermiştir (.....).

Egzersiz ve spor psikolojisinde kişilik çalışması yapmanın Martens'ten günümüze doğru 2 soruyu cevaplamayı amaçlamaktadır. İlki, kişilik performans üzerine etkili mi? İkincisi ise spor kişiliği etkiliyormu? İlk sorunun yanıtı şampiyonların kişilik özellikleri belirlenirse, o kişilikte sporcu seçimi sağlanabilir, ikincisi sorunun yanıtı ise antrenman programlarına yerleştirilecek özel çalışmalarla kişilikte bir kısım değişimler sağlanabilir. Bu soruları yanıtlayabilmek için sporda psikodinamik, özellik, rum, etkileşimsel ve fenomenolojik olmak üzere 5 farklı kuramsal yaklaşımla kişilik araştırmaları yürütülmektedir. Günümüzde kişiliğin ölçülmesinde kişisel ve durumsal faktörleri birlikte değerlendiren etkileşimsel ve fenomenolojik yaklaşımlar tercih edilmektedir. Genel kişilik ölçekleri kişilik hakkında bazı faydalı bilgiler sunsa da duruma özgü ölçümler davranışı daha güvenilir bir biçimde yordamaktadır (Weinberg&Gould2015).

Psikolojik testler yararlı olmalarına karşı tek başlarına sportif başarının kestirilmesi için yeterli değildirler. Kullanıldıklarında ise etik bir biçimde kullanılmalıdırlar. Kişilik testlerini uygulayanlar ölçüm hataları ve test uygulama ilkeleri hakkında bilgi sahibi olmalı, testin uygulanışı ve yorumlanışına ilişkin kendi sınırlılıklarını bilmeli, testleri takım seçimi için kullanmaktan kaçınmalı, sporculara her zaman testle ilgili açıklamalar yapmalı, geribildirim vermeli gizliliği garanti etmeli ve testin uygulanmasında bireye özgü bir yaklaşım benimsemeli, özel kişilik öğelerini anlamalı ve değerlendirmelidir.

Sporda Dayanıklılık Nasıl Geliştirilir?

“Çetin Ceviz Olmak”

Turgay Biçer

Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Öğretim Üyesi, Egzersiz ve Spor Psikolojisi Derneği Kurucu Başkanı, İstanbul, Türkiye

Mail: turgay@marmara.edu.tr

ÖZET: Üst düzey sporlarda spor dalı, amacı ne olursa olsun, temel kavramları kazanmak ve başarıdır. Bu kavramlar hem sporcuların hem de takımların mutluluk hem de mutsuzluk kaynağıdır.

Sporcular, ister bireysel ister takım olsun temel amaçları da hedeflenen amaçlara ulaşmak ve kendilerini gerçekleştirmektir ama ne yazık ki her sporcu be hedefine ne de amacına çok zaman ulaşamadığı gibi kendi performansının sınırlarına bile ulaşamamaktadır yetenek ve diğer teknik becerilerine rağmen. Bunların nedenleri çok olmakla birlikte asıl amacımız bu makalede sporcuların hala onca gelişmiş antrenman tekniklerine ve çalışmalarına rağmen bir türlü istenilen düzeyde performans gösterememeleri ve yaşanan hayal kırıklıkları ve bunların doğal sonucu olarak kaybedilen kupalar, yarışlar, puanalar ve beklentiler olmaktadır.

Dünya genelinde ivme kazanan ve hala ülkemizde emekleme aşamasında olan spor psikolojisi ve buna bağlı psikolojik beceri çalışmalarının eksikliği, yukarıda değindiğimiz bir türlü “istenilen düzeyde performans gösterememenin” nedenlerine ışık tutmaktadır. Psikolojik beceri çalışmaları yeter kadar önemsenmediğinde ve yapılmadığında ne yazık ki sahip olunan teknik ve fiziksel özellikler kazanmak için günümüz sporlarında yeterli olmamaktadır.

Sporda Psikolojik sağlamlık veya dayanıklılık olarak adlandırılan olgu spor psikolojisinin ana temasını oluşturmaktadır. “Çetin Ceviz” Olarak ta adlandırılan bu olgu, sporcuların her şart ve koşulda üst düzey performans göstermeleri bu açıdan kazanılan beceriler sonunda gerçekleşebilir. Sporcu her şart ve koşulda yapabileceğinin en iyisine odaklandığında maçı veya yarışı kazanmazsa bile kendinden memnuniyeti artacağı gibi yaşayacağı olumsuz duygular da azalacak ve yarına daha güvenle bakabilecek duygusal ve zihinsel becerilere kavuşacaktır.

Özetle, sporda psikolojik beceriler teknik, kondisyon ev diğer unsurlar kadar önemlidir ve bir o kadar da hafife alınamaz. Takımlar ve sporcular psikolojik beceri antrenmanları yapmıyor veya yaptırılmıyorsa, yarış ve maçlara hazır olarak çıkamayacakları gibi kendilerini gerçekleştirme konularında sıkıntı yaşayacaklardır. Dayanıklılık çalışmaları yapmak sporcuyla sadece maçlara değil hayata da hazırlayacaktır.

Psychological Effects of Exercise

F. Hülya Aşçı

Sport Sciences Faculty, Marmara University, Istanbul, Turkey

Mail: fhulya@marmara.edu.tr

Physical activity or exercise has become increasingly popular in recent years and much research describing the psychological benefits of fitness has emerged from a variety of settings. Participation in physical activity or exercise is not only associated with physiological improvement in aerobic capacity, cardiovascular functioning, muscular strength, flexibility and body composition, but it also provides psychological benefits. Several extensive reviews and meta- analysis support the role of exercise in the promotion of positive psychological and mental health (3). Empirical support of the role of physical activity or exercise in the psychological and mental health promotion range from changes in mood states (2), locus of control (4), anxiety (1) and cognitive processes (6). Furthermore, several researchers (5) have identified self-esteem as the psychological variable with the most potential to reflect psychological benefits as a result of regular participation in physical activity/exercise. In summary, the aim of this presentation was to summarize the recent studies that examined the exercise and mental health relations. In this presentation, the cross sectional studies that adressed the the relationship between exercise and mental health and also the interventional studies that examined the effects of different exercise programs on the mental health will be discussed.

7. Aşçı, F. H. (2003). The effects of physical fitness training on trait anxiety and physical self-concept of female university students. *Psychology of Sport and Exercise*, 4, 255-264.
8. Morgan, W. P. (1985). Affective beneficence of vigorous physical activity. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 17, 94-100.
9. Netz, Y., Wu, M., Becker, B. J., & Tenenbaum, G. (2005). Physical activity and psychological well being in advanced age: A meta-analysis of intervention studies. *Psychology and Aging*, 20, 272-284.
10. Perri, A., & Templer, D.I. (1985). The effects of an aerobic exercise program on psychological variables in older adults. *The International Journal of Aging and Human Development*, 20, 167-172.
11. Sonstroem, R. J., & Morgan, W. P. (1989). Exercise and self-esteem: Rationale and model. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 21, 329-337.
12. Tomporowski, P. D., & Ellis, N. (1986). Effects of exercise on cognitive process: A review. *Psychological Bulletin*, 99, 338-345.

Sporun Turizm Sektöründeki Önemi

Sami Mengütay

Mail: hoca.sami@gmail.com

Haliç Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, İstanbul, Türkiye

Endüstrileşme ile birlikte dinlenme, eğlenme ve seyahat etme ihtiyaçlarının lüks ihtiyaçlar kategorisinden çıkıp, zaruri ihtiyaçlar arasında kabul görmesi ve bunun kaçınılmaz olması, insanların bu ihtiyaca cevap verecek imkanları yaratmasını zorunlu kılmaktadır. Bu durum özellikle 2. Dünya Savaşından sonra turizm sektörünün hızlı bir şekilde gelişmesine neden olmuştur.

Turizmin ödemeler dengesi üzerindeki olumlu etkisini dikkate alan ülkeler potansiyel kaynaklarını turizm hizmetine sunmak durumundadır. Dolayısı ile bu potansiyel kaynaklardan SPOR pazarlanabilen en önemli bir ürün olarak karşımıza çıkmaktadır

Günümüzde spor, turizm sektöründe en çok gelişme potansiyeli olan alanlardan biri olup modern toplumların yaşamının önemli bir bölümünü oluşturmaktadır. Bugün turizm ürünlerini yaratmak için yapılan pazar araştırmaları sporun profesyonel ve rekreasyonel aktiviteleri ile ilgili organizasyonlarının, hızla gelişen olağanüstü fırsatlarla dolu bir turizm ve seyahat pazarı olduğunu göstermektedir.

Tursab'ın 2001 yılında yaptığı araştırmaya göre dünya genelinde o zaman 450 milyar dolar olan turizm pastası içinde spor turizmi %32 lik bir payla yaklaşık 150 milyar dolarlık bir dilime sahipti ve gene aynı araştırmada Türkiye'nin %32 olan spor turizmi pastasından %1.28 lik bir paya sahip olduğu belirtilmişti.

İzmir Ticaret Odasının 2009 Temmuz Ar&Ge bülteninde Spor Turizmi Uluslar arası Konseyi'nin (STIC) araştırmasına göre sportif faaliyetlerin 182 milyar dolarlık bir endüstri haline geldiği belirtilmektedir. Aynı kaynakta belirtilen araştırmaya göre spor etkinlikleri yılda 47 milyon geceleme yapılmasına neden olmakta ve konaklayan spor turistinin otel giriş ücreti ve diğer ihtiyaçları için günlük 180 dolar harcadığını ortaya koymaktadır. Gene TURSAB'ın 2014 yılında yaptığı araştırmada dünya turizm pastasının 1.2 trilyon dolara ulaşmış olduğu buna karşılık 550 binin üzerinde yabancı turist Türkiye'ye sportif faaliyet amaçlı gelip 900 milyon doların üzerinde harcama yaptığı belirtilmekte olup spor turizminin toplamdan aldığı payın yüzde 1.5 düzeyinde olduğu belirtilmiştir

Ülkenin sporuna, sporcusuna, spor tesislerine, dünyadaki imaj, prestij ve ihracatına ve gelen turist sayısına büyük katkıda bulunan olimpiyatlar 1980 lere kadar ev sahibi toplumlara önemli bir ekonomik yük getiren büyük spor organizasyonlarıydı. Ancak 1984 Los Angeles Olimpiyat Oyunlarından itibaren bu oyunlar Atina olimpiyatları hariç önemli birer ekonomik kazanç kaynağı haline dönüşmüştür.

Spor Turizminin ekonomik yönünü ele alan ülkeler, bir taraftan uluslararası spor organizasyonlarını ülkelerine almaya çalışırken, diğer taraftan ülkelerinde doğa sporları ve rekreasyonel sporlar üzerinde yatırım yapma ve pazarlama çalışmalarına ağırlık vermektedirler. Spor turizminde esas gelir o organizasyon için gelen turist yapacağı harcamalardır.

Amacı ne olursa olsun SPOR, uluslar arası örgütlerinin ortaya koyduğu EVRENSEL DEĞERLER ile ele alınmak kaydıyla her kesimin faydalandığı önemli bir araçtır. Bunu sağlamak için çeşitli işbirliği anlaşmaları yapılmaktadır. Dünya Turizm Ajansı (WTA) ile Uluslar arası Olimpiyat Komitesi (IOC) arasında 2001 yılında Barcelona da imzalanan işbirliği protokolü ve Uluslar arası spor örgütlerinin kendi şampiyonalarını organize etmek isteyen şehir ve / veya ülkeler için ilan ettiği organizasyon kriterlerini içeren sözleşmeler bu hususta gösterilebilecek güzel birer örnektir.

Sonuç olarak turizm ve spor birbiriyle yakın ilişkisi olan ve birlikte ele alınması gereken konulardır. Bu her iki konunun bütünleşmesi ile ortaya konulacak olan turizm politikalarını olumlu etkileri kaçınılmazdır.

Ekorekreasyon

Suat Karaküçük

Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Rekreatyon Bölümü, Ankara, Türkiye

Mail: ksuat@gazi.edu.tr

ÖZET Türkiye’de yeni sayılabilecek ve gözlemediğimiz kadarıyla ilk defa kullanılan ve bundan sonra da farkındalıklı olarak kullanılmaya devam edileceğini umduğumuz bir kelime olan “Ekorekreasyon”, Dr.Akgül ile beraber 2016 yılında yayımladığımız “Ekorekreasyon:Rekreasyon ve Çevre” isimli kitapta detaylı olarak ele alınmıştır.

Doğa koruma ve farkındalık mesajı içinde saklı olan “ekorekreasyon” kavramının, bilimsel ve popüler yaşamda daha görünür olması ve konuşulurluğu için tanıtmaya ve yaygın olarak kullanımına katkı vermek arzusu bu konuyu gündeme taşıma nedenimiz olmuştur.

Ekorekreasyon, son yıllarda artan çevre sorunlarına karşı olarak geliştirilmiş, yapılan aktivitelerin ve bunun için yaratılan ortamların,yapay oluşumların, doğaya karşı sorumluluk içeren, doğayı koruyan, değiştirmeye çabalamayan, sürdürülebilir ve sonraki nesillere zarar görmemiş olarak bırakabilme isteğinin zorunluluğundan dolayı kullanılması tercih edilen bir kavramdır.

Giderek doğa üzerindeki ekolojik baskısı artan özellikle sportif ağırlıklı bütün rekreasyonel etkinliklerin, ekolojik duyarlılıkla, koruma, geliştirme, sürdürülebilirlik ve doğa etkinlik kaynaklarının taşıma kapasitesi dikkate alınarak kullanılması bilinciyle gerçekleştirilmesini ve artık çevresel veya ekolojik konuların gündeme getirilmesini zorunlu hâle getirmiştir.

“Ekorekreasyon”; öncelikle doğada yapılan her türlü rekreasyonel etkinliğin ve yine rekreasyonel kullanımlar için kent içi veya kent dışında yapılacak yapay ve doğal organizasyonların ekolojik denge korunarak, çevrenin değiştirilmesine çalışılmadan, yok olmasının önüne geçerek ve çevreyi geliştirerek sürdürülebilir politikalarla yapılmasının gerekliliğini zihinlere taşımakta ve bu yönde çağrışımlar yapmaktadır.

Ekorekreasyon, her çeşit boş zaman aktivitesinin üretim, tüketim, planlanma, programlanma, organizasyon ve politikalarının hayata geçirilmesinde, bu amaçla yaşama geçirilen tesislerin yapımında,araç-gereç ve malzemelerin kullanımında “çevre” olgusuna öncelik vererek ve çevreyi merkeze alan uygulamaların yaşama geçirilmesini işaret eder.

Rekreasyonel kaynakların yoğun kullanımı, öncelikle rekreasyon programlarını hazırlayanlar, rekreasyon lider veya uzmanları ve faaliyetlerin katılımcıları yani “ekorekreasyonistler” üzerine büyük sorumluluk yüklemektedir.

Ekorekreasyon ; doğa insanın yararlandığı sürece önemlidir ve herşey insan içindir görüşünü öne çıkaran ve bugün için çevresel sorunların kaynağını oluşturduğuna inanılan“ *insan merkezci-antroposentrik*” görüşününü reddeder.Bu görüşün tersi olan “doğanın kendisi önemlidir” ve bu yüzden korunmalıdır yaklaşımını ifade eden “ *doğa merkezci-ekosentrik*” görüşü çevre politika ve uygulamalarının, her çeşit rekreasyon aktivitelerinde gözetilmesi ve yaşama geçirilmesi konusunu temel ilke olarak benimser.

ECORECREATION

Suat Karaküçük

Gazi University Sport Sciences Faculty Recreation Department, Ankara, Turkey

Mail: ksuat@gazi.edu.tr

SUMMARY

The word 'Ecorecreation', as we have observed, is a rather recent term and may even be the first use for the Turkish literature in the recreation field. The term itself and the philosophy behind had been discussed in depth at the book "Ekorekreasyon: Rekreasyon ve Çevre" (Ecorecreation: Recreation and Environment) which has been written and published in 2016 by Dr. Karakucuk and Dr. Akgul.

The origin of our desire to rise a question about this matter and this notion 'Ecorecreation' has been to make it more visible and more valuable in both scientific and popular literature since it features the messages "Protect the Environment" and "Create an Awareness".

Ecorecreation (Ekorekreasyon) is a concept that is developed and preferred to use against the gradually rising environmental issues. The concept offers limiting or quitting the activities being harmful to environment and/or altering the environment for amusement of people. Showing more respect to nature, accepting it as it is and not trying to chance it, preserving it for the descendants are also essentials.

It is now inevitably necessary to discuss and rise and awareness about the ecological damage of all recreational activities and especially sports. All of these activities and sports must be carried out with regard to the ecologic respect, the idea of protection and preservation of the nature, the concept of maintainability and the bearing capacity of the environment.

Ecorecreation, firstly propounds the inspiration of keeping the balance of human interaction with nature while putting all city or country recreation into practice. Natural organizations or in another word organizations in nature must be implemented according to ecological equilibrium with no intention to alter ecological conditions. Destruction of nature for the sake of construction of artificial structures for recreational purposes should never be embraced: on the contrary, policies should be developed for sustainability and betterment for the environment.

Ecorecreation puts the maximum importance into ecology and values the environment phenomenon at each level of leisure and recreation activities from production, consuming, planning, programming, organization, policies to tools and facilities.

Use of recreational resources lays a great burden on the recreation leaders, recreation programmers, recreation specialist and even the participants whom we may call all the ecorecreationists.

Ecorecreation denies the idea of anthropocentric view towards the nature which suggests that the nature is only important so that the humans can benefit from it, and all were created for human beings. This is the essence of all environmental problem in the first place. Instead, ecorecreation supports the idea of ecocentric view which advocates that the nature itself is great value, thus it must be preserved, and all of the environmental policies and implications must be arranged accordingly: for amusement of mankind, every kind of leisure and recreation activities must embrace and embody the idea of protecting and preserving the nature as it is for sustainability.

Spor Arkeolojisi: Spor Yarışma Materyalleri ve Tarihsel Gelişim Süreçleri

Cengiz Arslan

Fırat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ, Türkiye

Mail: carlsan@firat.edu.tr, carlsan23@gmail.com

Spor günümüzde büyük kitlelerin ilgi odağı olmuş, ekonomi, sağlık, kültür, eğitim ve teknolojiyle olan yakın ilişkisinden dolayı multidisipliner bir alan olarak görülmektedir. Sporun bu multidisipliner mirasının ilgili olduğu alanlardan birisi de arkeolojidir. Sporun arkeolojik değerlerini anlamak için tarihe bakmak gerekir. Sporun arkeolojik ve kültürel mirası üzerine yapılan literatürü gözden geçirildiğinde, bazı istisnalar dışında, çok az şey yapıldığı görülmektedir. Spor arkeolojisi nedir? Spor arkeolojisi bize sporun yarışma materyalleri ve kültürü hakkında bize ne söyleyebilir? Ve spor arkeolojisi bizi daha geniş arkeolojik gelişim ve süreçleri hakkında bilgilendirebilir mi? Sorularına cevap bulmak, spor arkeolojisi ve mirasının ne olduğunu daha iyi tanımlayabilmek ve anlayabilmek amacıyla bu araştırma planlanmıştır.

Arkeoloji insanlık tarihinin yaşam süreçlerinde, sosyal ve kültürler vb. gibi birçok farklı yönlerini ele alan uzun bir tarihe sahiptir. Bu nedenle, Arkeolojik kalıntılar ve geçmiş uygarlığının izlerini keşfetmek yoluyla antik zamanları anlamamızı sağlayan bir bilim dalıdır. Spor arkeolojisi, sporun gelişim sürecini, toplumdaki rolünü ve spor mirasının değerini anlamayı bize nasıl sağlayabileceğini göstermeyi amaçlıyor. Spor arkeolojisine giderek artan bir ilgi duyulmaktadır. Arkeoloji ve spor birlikte ele alındığında en başta “Antik Stadyumlar” gelmektedir. Antik çağlarda yarışma odaklı olarak tasarlanmış bu yapıların örnekleri özellikle, Yunan, Anadolu (Finike-Phoenicia), Roma ve Mısır uygarlıklarında görülmektedir. Antik dönemden günümüze stadyumlarda spor yarışma materyallerinde, insan ergonomisine uygun mimari tasarımlar, sportif donanımlar, kurallar vb. gibi birçok değişimler meydana gelmiştir. Bu amaçla Dünya’da birçok ülke sporda inovatif endüstriyel materyal geliştirme çalışmaları hız kazanmaya başlamıştır. Sporun arkeolojik kalıntıları ancak geçen yüzyılın sonlarından beri, spor tarihi üzerine yazılan kitaplar ile sağlandı. Adolf Furtwangler (1853-1907), Julius Jüthner (1866-1949) gibi arkeologların yayınladıkları kitaplardaki spor geçmişine dair arkeolojik tablolardan bilgiler derlenmeye çalışılmıştır. Arkeolojide spor arkeoloji ayrımını ilk gündeme taşıyan Labib BOUTROS (1979) olmuştur, daha sonra Jason Wood (2005; 2011), John Schofield (2012), Rick Peterson and David (2012) ele almıştır. 16-17 Nisan 2014 Manchester’ de The Theoretical Archaeology Group (TAG) tarafından düzenlenen konferansta Paul Murtagh and Phil Richardson tarafından sunulan bildiri “Spor Arkeolojisi: Teori, Yöntem ve Uygulama” adlı çalışma, son olarak 18-21 Mayıs 2017 SIA 46th Annual Conference, Houston/ABD’de Cengiz Arslan tarafından sunulan “Tarihi süreçte antik ve modern olimpiyat stadyumları ve endüstriyel arkeoloji açısından yarışma materyallerindeki gelişme ve sporcu performanslarına etkisi” adlı çalışma ile arkeoloji ve spor ilişkili araştırmaların az sayıda olduğu görülmekte ve Dünya’da ve ülkemizde bilimsel çalışma eksikliği göze çarpmaktadır.

Spor arkeolojisinin miras değerinin henüz iyi şekilde anlaşılmadığı ve bu değerlerin yeterince ortaya çıkarılamadığı açıktır. Spor arkeoloji sporun tarihi geçmişi ile yakından ilgilenen bir bilim alanı olarak her geçen gün ilgisini arttırmakta ve antik toplumların sosyal ve kültürel hayatlarının bir parçası olan antik olimpiyat yarışma materyal ve şekillerini ortaya çıkarmak için arkeolojik kalıntıların spor kültürü gözüyle birçok bilimsel yoruma ihtiyaç duyulmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Arkeoloji, Yarışma, Antik Stadyum, Olimpiyat,

Sport Archeology: Sport Competition Materials and Historical Development Processes

Cengiz Arslan

Firat University, Faculty of Sport Sciences, Elazig, Turkey

Mail: carslan@firat.edu.tr, carslan23@gmail.com

Today, sports have been the center of attention for the society, and they are seen as a multidisciplinary area due to their close relationship with economy, health, culture, education and technology. One of the areas where this multidisciplinary heritage of sport is related is archeology. In order to understand the archeological values of the sport, it is necessary to look at the history. While observing the literature on the archaeological and cultural heritage of the sport, it seems that very little has been done except for some exceptions. What is sports archeology? What can sports archeology tells us about sports contest materials and culture? And can sports archeology inform us about the wider archaeological development and processes? In order to find answers to their questions, it was done to better understand what sports archeology and heritage are.

Archeology, in human life history, has a long history which deals with many different aspects such as social and cultural etc. For this reason, it is a science that enables us to understand ancient times through discovering the remains of archaeological remains and past civilizations. Sports archeology aims to demonstrate how we can provide the meaning of the sport development process, its role in society and the value of the sporting heritage. There is an increasing interest in sports archeology. Archeology and sports are as "Antique Stadiums" if to be considered together. Examples of these constructions designed in the antiquity focus mainly on Greek, Anatolian (Finike-Phenicia), Roman and Egyptian civilizations. From antiquity to present, in stadiums, sports contest materials, architectural designs, sporting equipment, rules and so on in accordance with human ergonomics. Many changes have done. For this purpose, many countries in the world have begun to accelerate their efforts to develop innovative industrial material. The archeological remains of the sport have only been provided by books written on the history of sports since the last century. It have been attempted to compile information on archaeological tables on the sports past in the books published by archaeologists Adolf Furtwangler (1853-1907), and Julius Jüthner (1866-1949). In archeology, Labib BOUTROS (1979) is the one who carried the distinction between sports and archeology. Then Jason Wood (2005; 2011), John Schofield (2012), Rick Peterson and David (2012), in 16-17 April 2014 presentation by Paul Murtagh and Phil Richardson at the Conference organized by TAG in Manchhester "Sports Archeology: Theory, Method and Practice", finally presented by Cengiz ARSLAN at the SIA 46th Annual Conference, Houston / USA, May 18-21, 2017 "*Historically, in the context of ancient and modern Olympic stadiums and industrial archeology, the development of competition materials and the impact on athletic performances*" a small number of studies on archeology and sports have been produced. As you can see, there is a lack of sufficient scientific studies in the world and in our country.

It is clear that the heritage value of sports archeology is not well understood yet and that these values cannot be sufficiently revealed. Sports archeology increases interest every day as a scientific field closely related to sports history and to reveal the ancient Olympic competition materials and forms that are part of the social and cultural life of ancient societies, many scientific interpretations of the archaeological remains of the sport culture are needed.

Keywords: Sports, Archeology, Contest, Ancient Stadium, Olympic,

Türkiye’de Pilates Uygulamaları

Emre BAĞCI

Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara, Türkiye

Mail: ebagci@gazi.edu.tr

Türkiye’de “spor” kavramı ilk kez 1982 anayasasında kendine yer bulmuştur. Böylece spor ve sporcu Anayasa’nın teminatı altına alınmıştır. Anayasanın 59. Maddesinde;

“Devlet, her yaştaki Türk vatandaşlarının beden ve ruh sağlığını geliştirecek tedbirleri alır, sporun kitlelere yayılmasını teşvik eder. Devlet başarılı sporcuyla korur”

yazmaktadır. Burada belirtilen görevin yerine getirilmesi için Spor Genel Müdürlüğü (SGM) kurulmuştur. SGM 3289 sayılı kuruluş yasası ile teşkilatlanmış ve görevleri belirlenmiştir. Genel Müdürlük, Merkez Teşkilatı, Ana Hizmet Birimleri, Danışma ve Denetim Birimleri, Yardımcı Birimler ve Bağlı Birimlerden meydana gelir. Ana hizmet birimlerinden bir tanesi Spor Federasyonları Başkanlıklarıdır. Yine SGM çatısı altında Sürekli Kurullar bulunur ve bu kurullardan biri de Merkez Danışma Kuruludur (MDK). MDK spor federasyonlarının kurulması ve meşgul olacakları spor dalları hakkında görüş bildiren bir kuruldur.

Pilates branşı MDK kararı ile Türkiye Cimnastik Federasyonuna (TCF) bağlanmıştır. Bu tarihten itibaren Pilates ile ilgili tüm resmi çalışmalar TCF tarafından yapılmaya başlanmıştır. Birçok eğitmen yurtiçi ve yurtdışında Pilates konusunda kursa tabi tutulmuş, birçok yabancı eğitmen ülkemize getirilerek eğitmenlerimizin eğitimleri için gerekli ortamlar sağlanmıştır. Pilates salonları ve içerisinde Pilates eğitimi verilen spor merkezlerinin tescil edilmesi için gerekli olan izinler de yine TCF tarafından verilmektedir.

Pilates, Joseph H. Pilates tarafından geliştirilen bir antrenman metodudur. Babası ödüllü bir cimnastikçi, olan Joseph Pilates Almanya doğumludur. Kendisinin geliştirdiği bu egzersiz metodu ile ilgili ilk stüdyosunu 1929 yılında New York’ta kuvvet gelişimi sağlamak amacı ile açmıştır. 1980’li yıllara kadar çok da popüler olmayan sistem bu yıllardan sonra yeni nesil eğitmenler ile popülerliğini kazanmış ve hızlı bir şekilde yayılmaya başlamıştır.

Spor kültürünün artması, insanlarda hareketsizliğe bağlı olarak gelişen hastalıkların yaygınlaşması ve özellikle obezite riski insanları düzenli aktiviteye itmektedir. Bu sebeple insanlar sürekli olarak spor yaşantılarına başlamak için arayış içerisinde olmaktadır ve bir şekilde sportif aktivitelere yönelmektedir. Arz talep meselesinden yola çıkarak, günümüzde açık ve kapalı alan spor alanları sayısında sürekli bir artıştan bahsedilebilir. Özellikle özel sektör tarafından açılan spor merkezlerinde üye sayısının artırılması ile ilgili ciddi çalışmalar yapılmaktadır. Gerek üye potansiyelinin artırılması, gerekse mevcut üyelerin sürekliliğinin sağlanması amacı ile çeşitli pazarlama çalışmaları ön plana çıkmaktadır. Aynı amaca yönelik bir eğitim farklı ortamda, farklı ekipmanla yada müzik ile uygulanmaktadır. Temeli Joseph Pilates’e uzanan Pilates branşında da birçok sistemden, ekolden bahsetmek mümkündür. Aslında temelinde bir kişi tarafından çıkarılan bir egzersiz uygulaması olmasına rağmen bugün, farklı uygulama şekillerinde, farklı ekipmanların kullanılması ile bir çok sistemin ve ismin ortaya çıktığı bir branş olmuştur.

Burada önemli olan konu; bu yeni egzersiz çeşitlerinin resmiyet kazanması, bir spor federasyonu tarafından idare edilmesidir. Bahsi geçen spor çeşitlerinin Gençlik ve Spor Bakanlığı çatısı altında bulunması ve belli yasal düzenlemeler ile uygulanması şarttır.

Spor camiası içerisinde bulunan tüm eğitmenlerin, spor merkezi işletmecilerinin, üniversitelerin spor eğitimi veren ilgili birimlerinin bu konuda bilgili olması ve eğitmen adaylarını doğru yönlendirmeleri de büyük önem arz etmektedir.

Kaynaklar

1. <https://www.tbmm.gov.tr/anayasa/anayasa82.htm>
2. <http://www.mevzuat.gov.tr/Metin.Aspx?MevzuatKod=1.5.3289&MevzuatIliski=0&sourceXmlSearch=>

SÖZEL BİLDİRİ ÖZETLERİ

ORAL PRESENTATION ABSTRACTS

ANTRENMAN ve HAREKET BİLİMLERİ / TRAINING and MOV. SCIENCES

SB16

Bireye Özgü Kuvvet Antrenmanının Diz Kas Kuvvet Dengelerine Etkisi Var Mıdır?

¹Serkan İbiş, ¹Zait Burak Aktuğ, ¹Rüçhan İri

¹Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Niğde

Email : serkanibis@ohu.edu.tr, zaitburak@gmail.com, ruchaniri@ohu.edu.tr

Giriş ve Amaç: Futbolda ACL ve hamstring yaralanmalarının en önemli nedenleri arasında bilateral farkının (BLF) yüksek, hamstring/quadriceps (H/Q) oranının düşük olması gösterilmektedir. Çalışmamızın amacı 8 haftalık bireysel kuvvet egzersizlerinin diz kas kuvvet dengesine etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya amatör olarak futbol oynayan 42 erkek gönüllü futbolcu katılmıştır. Futbolcular her biri 14 kişiden oluşan kontrol grubu (KG), maksimal kuvvet antrenman grubu (MKAG) ve bireysel kuvvet antrenman grubu (BKAG) olmak üzere 3 gruba ayrılmıştır. MKAG ve BKAG'daki futbolculara haftada 3 gün olmak üzere 8 hafta boyunca alt ekstremiteye yönelik kuvvet egzersizleri uygulanmıştır. Futbolcuların dominant (D) ve nondominant (ND) bacak konsantrik ekstensiyon ve fleksiyonu 60°s-1, 180°s-1 ve 300°s-1 açısal hızlarda izokinetik dinamometre ile tespit edilmiştir. Elde edilen veriler SPSS programına girildikten sonra grupların ön test ve son test aralarındaki farklılığı belirlemede Wilcoxon testi uygulanmıştır.

Bulgular: İstatistiksel analiz sonucunda, MKAG ve BKAG'nun hamstring ve quadriceps peak torklarının (PT) son testlerinde artış meydana geldiğini belirlemiştir ($p<0.05$). 60°s-1, 180°s-1 ve 300°s-1 açısal hızlarda D ve ND bacak H/Q oranının BKAG'da arttığı tespit edilmiştir ($p<0.05$). Ayrıca BLF'da hiçbir grupta istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmamasına rağmen, BLF'in BKAG'da D ve ND bacaklarda belirgin olarak azaldığı belirlenmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak, H/Q oranının artırılması ve BLF azaltılması için sporcuların kuvvet eksiklikleri göz önüne alınarak yapılan bireysel egzersizlerin en etkili yöntem olduğu belirlenmiştir.

Does Individual-Specific Strength Training Have An Effect Upon Knee Muscle Strength Balances?

Introduction And Purpose: It has been indicated that, the most significant reasons for ACL and hamstring injuries in football are high bilateral deficit (BLD) and low hamstring/quadriceps (H/Q) ratio. The purpose of our study was to investigate the effect of 8-week individual-specific strength exercises upon knee muscle strength balance.

Methods: Totally 42 male volunteer football players playing football amateurishly participated into the study. Each of the football players were categorized into 3 groups including 14 each as control group (CG), maximal strength training group (STG) and individual-specific strength training group (ISTG). Strength exercises for lower extremity were performed to the football players in STG and ISTG groups for 3 days in a week during 8 weeks. Dominant (D) and non-dominant (ND) leg concentric extension and flexion of the football players were determined using isokinetic dynamometer (Biodex) at 60°s-1, 180°s-1 and 300°s-1 angular velocities. After entering the obtained data in SPSS program, Wilcoxon test was performed for determining the difference between pre-test and post-test of the groups.

Results: As result of the statistical analysis, it was determined that increase occurred in post-tests of hamstring and quadriceps peak torques (PT) of STG and ISTG groups ($p<0.05$). Dominant and non-dominant leg H/Q ratio was specified to increase in ISTG group at 60°s-1, 180°s-1 and 300°s-1 angular velocities ($p<0.05$). Although no statistically significant difference was found in terms of bilateral deficit in any groups, BLD was noticed to decrease significantly in dominant and non-dominant legs in ISTG group.

Conclusions: Consequently, it was determined that individuals exercises performed considering the strength deficiencies of the sportsmen was the most efficient method for increasing H/Q ratio and decreasing bilateral deficit.

SB21

Amatör Fitness Sporcularında ACTN3 Geninin Görülme Sıklığının Değerlendirilmesi

¹Raif Zileli, ²Onur Eroğlu, ³Şerife Vatansever, ²M. Ali Nalbant

¹Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi, Sağlık Yüksekokulu, Bilecik, Türkiye

²Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Moleküler Biyoloji Ve Genetik Bölümü, Bilecik, Türkiye

³Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Bursa, Türkiye

Email : raif.zileli@bilecik.edu.tr, onur.eroglu@bilecik.edu.tr, serifevatansever@yahoo.com, alinalbant93@gmail.com

Amaç: Bu çalışmanın amacı amatör fitness sporcuları ile sedanterlerde ACTN3 geninde R577X polimorfizminin sportif performans açısından değerlendirilmesidir.

Yöntem: Çalışmaya 26 amatör fitness sporcusu ve 26 sedanter olmak üzere toplamda 52 gönüllü kişi katılmıştır. ACTN3 geninde R577X polimorfizminin belirlenmesi için her gönüllüden EDTA'lı tüplere 2 ml kan alınmıştır. DNA izolasyonu standart protokollere göre yapılmıştır. Polimorfizm, Polimeraz Zincir Reaksiyonu (PZR) ve Restriksiyon Uzunluk Polimorfizmi (RFLP) yöntemleri kullanılarak saptanmıştır. Çalışmamızın istatistiksel analizleri SPSS 21,0 programı kullanılarak değerlendirilmiştir. Allelik frekanslar direkt sayım ile tespit edilmiştir. Gruplar arasındaki genotiplerin dağılımının karşılaştırılması χ^2 -testi ile yapılmıştır.

Bulgular: Yapılan istatistiksel analizler sonucunda 26 amatör fitness sporcusundan 8 (% 30.8) RR, 18 (%69.2) RX, 0 (%0) XX genotipi; 26 sedanterden 7 (%26.9) RR, 11 (%42.3) RX, 8 (%30,8) XX genotipi saptanmıştır. Gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0,05$).

Sonuç: R alleli hızlı performansla, X alleli ise dayanıklılıkla ilişkilendirilmektedir. Buna göre çalışma sonuçlarına dayanarak Amatör fitness sporcularında RX genotipi sedanterlere göre daha yüksek oranda bulunmuştur. Fitness sporcularının hiçbiri XX genotipi taşıyıcısı değildir. Fitness anaerobik bir spor branşı olup, bu sporu yapanların R alleli taşıyıcısı olması beklenmektedir. Sonuçlarımıza göre amatör sporcularda R alleli taşıyan fenotipler daha yüksek oranda görülmüştür. Ancak, istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Sportif performans birçok bileşenden etkilenen bir kavramdır. Genetik faktörler de bunlardan sadece biridir. Sonuçlar sadece genetik faktörlere bağlı olarak değerlendirilmemelidir. Bu gibi çalışmaların daha fazla örneklem grubuyla yapılması önerilmektedir.

Anahtar kelimeler: Vücut Geliştirme, ACTN3, R577X Polimorfizmi, Sportif Performans

The Assessment of ACTN3 Gene among Amateur Fitness Athletes in terms of Prevalance

Aim: This study aims to assess sportive performance of R577X polymorphism of ACTN3 gene among amateur fitness athletes and sedentary.

Method: 26 amateur fitness athletes and 26 sedentary; totally 52 voluntaries participated in this study. Two ml of blood let from each volunteer is put in to tubes with EDTA. DNA isolation was performed in accordance with standard protocols. Polymorphism is determined by applying polymerase chain reaction (PCR) and Restriction Fragment Length Polymorphisms (RFLP) techniques. Statistical analysis of study was carried out using SPSS 21.0 program. Allelic frequencies were determined by direct counting, and comparisons of the distribution of genotypes between groups were performed using χ^2 -tests.

Results: As a result of the statistical analysis 8 (30.8 %) RR, 18 (69.2 %) RX, 0 (0 %) XX genotypes were detected out of 26 amateur fitness athletes; 7 (26.9 %) RR, 11 (42.3 %) RX, 8 (30.8 %) XX genotypes were detected out of 26 sedentary. There is no significant difference among the groups ($p>0,05$).

Conclusion: While R allele is related to sprint performance, X allele is related to endurance. Based on the results of this study, RX genotype is found more common in amateur fitness athletes compared to sedantaries. None of amateur fitness athletes has XX genotype. Since fitness is an anaerobic sport branch, fitness athletes are expected to have R allele. According to our results, R allele is more common in fitness athletes. However, there is no statistical differences. Sportive performance is a concept which is affected by various components. Genetic factors are among them. The results should not be evaluated by only considering genetic factors. It is advised that this type of studies should be done with more sample groups.

Keywords: Body Building, ACTN3, R577X Polymorphism, Sportive Performance

SB45

Elit Seviyedeki Güreşçilerin Bacak Kuvvetleri Ve Denge Performansları İle Sakatlık Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Sezen Çimen Polat, ¹Celal Bulgay, ¹İmdat Yarım, ¹İbrahim Cicioğlu, ¹Ebru Çetin

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : sezencimen@gazi.edu.tr, sezencimen@gazi.edu.tr, celalbulgay@hotmail.com, cetinebruu@gmail.com

Özet: Bu çalışmada, elit güreşçilerde bacak kuvveti ve denge performanslarının sakatlık geçmişleri ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma grubunda yaşları (24,27±3,18) yıl, boy uzunlukları (171,86±5,44) cm ve vücut ağırlıkları (79,27±11,16) kg olan 18 elit serbest güreşçi yer almıştır. Sporcuların son bir yıl içindeki alt ekstremitte sakatlık geçmişlerinin bilgisi sporcularla bire bir röportaj yapılarak elde edilmiştir. Performansı belirlemek için yapılan laboratuvar testleri sırasıyla, boy uzunluğu, vücut ağırlığı, yıldız denge testi, izokinetik bacak kuvvetidir. Araştırmada elde edilen veriler ortalama ve standart sapma şeklinde sunulmuştur. Normalite testi Shapiro-Wilk testi ile gerçekleştirilmiştir. Normal dağılım gösteren tüm parametreler içinde Pearson Korelasyon testi yapılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p<0,05$ kabul edilmiştir. Araştırmada yer alan güreşçilerin sağ bacak ratio ve hamstring kuvvetleri ile sakatlık geçmişleri arasında ilişki olduğu belirlenmiştir. Sol bacak hamstring, quadriceps, ratio, sağ bacak quadriceps ve sağ ve sol bacak denge performanslarıyla sakatlık geçmişi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Sonuç olarak elde edilen veriler, serbest güreşçilerde üst bacak kuvvet değerlerinde hamstring ve quadriceps kasları arasında olması gereken ideal oranlamanın bozulduğunu göstermektedir. Bu durum totalde kuvvet kaybının da etkisiyle olası sakatlık riskini arttırabileceği konusunda fikir verebilir.

Anahtar Kelimeler: Serbest Güreş, Sakatlık, Kuvvet, Denge.

Analysis Of The Relationship Between Leg Power And Balance Performance With Injury Condition

Abstract: The purpose of this study correlation between leg power and balance performance of elite wrestlers with their injury history. In the research group, there are 18 elite freestyle wrestlers at the age of (24,27±3,18) years, with the height of (171,86±5,44) cm and with the weight of (79,27±11,16) kg. Information regarding injury history of their lower extremity for the in year is collected via interviews. Laboratory tests taken to determine height, weight, star excursion balance test and isokinetic strength (Isomed 2000-Germany). Data obtained from the study are submitted as mean and standard deviation. Test of normality is carried out by Shapiro-Wilk test. For all parameters with normal distribution, Pearson Correlation Test is performed. Significance level is accepted as $p<0,05$. A relationship is determined between the wrestlers' right leg ratio and hamstring power. There is no statistically significant relationship between left leg hamstring, quadriceps, ratio, right leg quadriceps, right and left leg balance performance with injury history. As a result, the data showed that upper leg strenght is not ideal ratio in subjects. This can provide insight that possible injury risk gets higher together with power loss in total.

Keywords: Free style Wrestling, Disability, Strenght, Balance.

Uzun Mesafe Atletlerde ACE (I/D) ve ACTN-3 R577X Polimorfizmlerinin Dağılımı

²M. Ali Nalbant, ³Raif Zileli, ¹Onur Eroğlu

¹Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi, Biyoteknoloji Uygulama Ve Araştırma Merkezi (Bilecik, Türkiye)

²Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Moleküler Biyoloji Ve Genetik Bölümü (Bilecik, Türkiye)

³Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi, Sağlık Yüksekokulu (Bilecik, Türkiye)

Email : alinalbant93@gmail.com, raif.zileli@bilecik.edu.tr, onur.eroglu@bilecik.edu.tr

Giriş ve Amaç Bu çalışma, milli ve amatör orta mesafe atletizm sporcuları ile sedanterlerde ACE geninin İnsersiyon/Delesyon ve ACTN3 geni R577X polimorfizmlerinin dağılımı incelenmiştir.

Yöntem Çalışmamıza 5 milli uzun mesafe atlet, 11 amatör uzun mesafe atlet ve 10 sedanter olmak üzere toplamda 26 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Her bir gönüllüden EDTA'lı tüplere 2 ml kan alınmıştır. DNA izolasyonu sonrası Polimeraz Zincir Reaksiyonu (PZR) ve Restriksiyon Fragment Uzunluk Polimorfizmi (RFLP) uygulanmıştır. ACE geni ve ACTN3 geni genotip dağılımı ve I, D, R, X allel frekansının istatistiksel dağılımları ki-kare testiyle yapılmıştır. Ayrıca SPSS 21 programı üzerinden cross tablo oluşturularak yüzde değerleri karşılaştırılmıştır. Bulgular Yapılan analizler sonucunda ACE ve ACTN3 genlerindeki allel dağılımlarına bakıldığında; ACTN3 geninde hem milli hem de amatör atletlerde %80 oranında RX genotipi sedanter gruba göre anlamlı iken, ACE geninde ise II ve ID genotipleri milli ve amatör atletlerde sedanter gruba göre yüksek oranda bulunmuştur.

Tartışma-Sonuç Literatürde ACE I alleli dayanıklılık, D alleli ise sürat ile; ACTN3 geninde ise R alleli sürat, X alleli dayanıklılık performansı ile ilişkilendirilmektedir. Uzun mesafe milli atletlerde ACE II ve ID genotipleri yüksek bir yüzdeyle görülmekte, böylelikle I allelinin dayanıklılık özelliğini desteklediği yönündeki literatür bilgileri pekişmektedir. Uzun mesafe amatör atletlerde, beklenenin aksine DD genotipinin yüksek oranda bulunması onların milli ve başarılı birer uzun mesafe sporcusu olamayacağı anlamına gelmemektedir. Çünkü sportif performans birçok parametreden etkilenmektedir. Genetik faktörler de bunlardan sadece bir tanesidir. Uzun mesafe atletlerde, ACTN3 geni X alleli yüksek bir frekansta dağılmıştır. Aynı şekilde RX/XX genotip yüzdeleri de yüksek bir orana sahiptir. Bunun yanında, çabuk kuvvet genotipi olarak kabul edilen RR genotipinin hem amatör hem de milli atletlerde %0 gibi bir oranla bulunması, X allelinin ve XX genotipinin literatürde belirtildiği gibi "dayanıklılık genotipleri" olma özelliklerini desteklemektedir.

The Distribution of ACE (I / D) and ACTN-3 R577X Polymorphisms in Long Distance Athletes

Aim: This study examined the distribution of R577X polymorphism of ACTN3 and Insertion/Deletion polymorphisms of ACE genes among national and amateur athletes and sedentary.

Method: 5 national long distance athletes, 11 amateur long distance athletes and 10 sedentary; totally 26 voluntaries participated in this study. Two ml of blood let from each volunteer is put in to tubes with EDTA. Polymerase chain reaction and Restriction Fragment Length Polymorphisms techniques were performed following the DNA isolation. The ACE and ACTN3 genes genotype distribution and statistical distribution of I, D, R, X allel frequencies were performed by chi-square test. In addition, the percentages were compared via SPSS 21 programme by creating cross table.

Findings: As a result of the analyzes, 80% of the RX genotype in ACTN3 gene was found to be significant and II-ID genotypes in the ACE gene were found higher in the national and amateur athletes than the sedentary group. Discussion: The ACE gene I allel and ACTN3 X allel are related to endurance, ACE gene D allel and ACTN3 R allel are related to sprint in the literature.

ACE II and ID genotypes are found at a high percentage in long distance athletes and it corresponds with the literature. In long distance athletes, despite the aspected outcome, having DD genotypes at high percenteges does not mean that they can not be succesfull middle distance athletes because sportive performance is effected by various parameters. Genetic factors are one of the parameter of sportive performance. Long distance athletes ACTN3 gene X allele showed a high frequency distribution. Similarly RX/XX genotype percentage have high frequency. In addition, RR genotype's; which is known as explosive power; non existance in both national and amateur atheletes supports the idea that X allele and XX genotypes are endurance genotypes as stated in the literature.

6 Yaş Grubu Çocuklarda Aktif Video Oyunları ve Denge Antrenmanlarının Statik Dengeye Etkisinin İncelenmesi

¹Abdurrahman Demir, ¹Manolya Akın

¹Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Mersin

Email : kanokayak@hotmail.com, manolya66@gmail.com

Giriş ve Amaç: Aktif video oyunları(AVO), rehabilitasyon alanında çok sık kullanılan, hareketliliği ve dengeyi geliştiren motive edici özelliğe sahiptirler. Bu çalışmada, Aktif video oyunları ve denge antrenmanlarının 6 yaş çocukların statik denge gelişimlerine ne denli etkili olduğunu belirlemek amaçlanmıştır.

Metot:Araştırmaya, 6 yaşında 54 çocuk Mersin Üniversitesi Etik kurulundan izin alınarak Helsinki kriterlerine uygun bilgilendirilmiş olur alma formu ile gönüllülük esasına göre katılmıştır. Spor yapmamış ve ön test sonuçlarına göre fiziksel özellikleri birbirine benzer, farklı denge antrenmanı yapan 2 grup ve antrenman yapmayan kontrol grubu oluşturulmuştur. Deney gruplarına haftada üç gün 8 haftalık antrenman yaptırılmıştır. Denge antrenmanları, 'wobble board' denge tahtası, aktif video oyunları ise 'nintendo wii oyun konsolu' ile uygulanmıştır. Tüm grupların statik denge ölçümleri 'Denge Hata Skoru Sistemi' kullanılarak ölçülmüştür. Parametrik sonuçlar için iki yönlü varyans analizi, non-parametrik sonuçlar için ise 'Kruskall Wallis' testi uygulanmıştır.

Bulgular: Ön-test statik denge ölçümlerinde deney grupları ve kontrol grubu arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür($p>.05$). Araştırma sonrasında yapılan ölçümlerde aktif video oyunu ile wobble board denge antrenmanına katılan gruplar arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur($p>.05$). Grupların son testlerinde bakıldığında zeminde ve köpükte çift ayak değerleri arasında fark olmadığı($p>.05$) tek ayak ve tandem duruşlarda ise anlamlı farklar olduğu görülmüştür($p<.05$).

Sonuç: Araştırmamızda denge antrenmanının ve aktif video oyunlarının statik dengeyi aynı oranda geliştirdiği bulunmuştur. Kontrol grubunda ise anlamlı bir gelişimin olmadığı görülmüştür. Türkiye'de daha çok klinik alanda fizyoterapistler tarafından kullanılan aktif video oyunları sporda denge alanında kullanılmamıştır. Çocuklar üzerine Kanada'da, Amerika'da ve genç sporcular üzerine Yunanistan'da yapılan araştırmalarda aktif video oyunlarının dengeyi geliştirdiği görülmektedir. Bu sonuç aktif video oyunlarının 6 yaş çocuklarda denge antrenmanları kadar etkili olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda Aktif video oyunları dengeyi geliştirmek için alternatif bir yöntem olarak önerilebilir.

Kaynak: Bateni, H. (2012). Changes in balance in older adults based on use of physical therapy vs the Wii Fit gaming system: a preliminary study. Physiotherapy, 98(3), 211-216.

Examining The Effects Of Active Video Games and Balance Training on Static Balance in 6 Years Old Children

Introduction and Objective:Activevideo games(AVGs) have a motivating feature that improves mobility and balance. In this study it was aimed to determine the effect of active video games and balance training on static balance development of 6 years old children.

Method:54 children aged 6 years old participated in research voluntarily on informed consents from according to Helsinki criteria by taking permission from Mersin University Ethics Committee. The balance training were applied to a group with a 'wobble board' and another group with 'nintendo wii game console' from activevideo games.. The pre and post-test static balance measurements of all groups were measured using 'Balance Error Scoring System' and differences between the groups were examined.

Findings:In pre-test static balance measurements there was no significant difference between experimental groups and control group($p>.05$). There was no significant difference between the groups participating in active video game and wobble board balance training in the measurements made after the study($p>.05$). In the post tests of the groups, it was found that there was no difference between the two foot values in both the floor and the foam($p>.05$), and there was a significant difference in both the floor and the foam in single foot and tandem postures($p<.05$).

Conclusion:Both the Wobbel Board and the active video Nintendo Wii game console training have been found to improve the static balance in children. It has been seen that there is no meaningful development in the control group. Research on children in Canada, the United States and on young athletes in Greece has shown that active video games have improved the balance. This result shows us that active video games are as effective as balance training in 6 years old children.

Kaynak: Bateni,H.(2012).Changes in balance in older adults based on use of physical therapy vs the WiiFit gaming system:a preliminary study. Physiotherapy, 98(3), 211-216.

Sekiz Haftalık Pilates Egzersizlerinin Sedarter Kadınlarda Kuvvet Ve Özgüven Üzerine Etkisinin İncelenmesi

¹Leyla Sarıtepe, ¹Özhan Bavlı

¹Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Çanakkale

Email : leylasrtp@hotmail.com, ozhanbavli@hotmail.com

Giriş ve amaç: Bu çalışmanın amacı düzenli pilates egzersizlerinin sedanter kadınların benden kütle indeksi, kuvvet performansı ve bireysel özgüvenleri üzerine etkisinin incelenmesidir. Yöntem: Çalışmaya yaş ortalaması 31,92±5,76 yıl olan, daha önce pilates egzersizi yapmamış, sağlıklı 25 sedanter kadın gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar rastgele iki gruba (15 deney grubu ve 10 kontrol grubu) ayrılmış, deney gurubu sekiz hafta boyunca (3gün/hafta) pilates egzersizlerini (kademeli artan 1 saatlik mat egzersizleri) uygularken, kontrol gurubu herhangi bir egzersiz programına katılmamıştır. Katılımcıların çalışma öncesi ve sonrası; boy, kilo, statik (plunk duruşu; plank pozisyonunda maksimum durabilme süresi gözlemlendi) ve dinamik (mekik testi; 30 saniye boyunca dizler bükülü ve kollar ensede maksimum mekik tekrarı gözlemlendi) kuvvet performansları ve bireysel özgüven düzeyleri (Tokinan 2008 tarafından geliştirilen ölçeğe göre) gözlemlenmiştir. Veriler SPSS programında, grupların öntest-sontest derecelerinin analizi için Wilcoxon işaretli sıra testi, guruplar arası öntest-sontest derecelerinin farkı için Kruskal Wallis analizi kullanılmıştır. Bulgular p<0,05 düzeyinde anlamlı kabul edilmiştir.

Bulgular: Analiz sonucunda; deney ve kontrol guruplarının öntest sontest ölçümleri arasındaki fark ortalamaları sırasıyla; mekik: 5,4±1,2 tekrar, -0,4±1,6 tekrar, plunk: 13,1±3,4 saniye, 0,3±2,4 saniye, BKİ: -0,6±0,2 kg/m², 0,2±0,2 kg/m², özgüven: 4,9±1,6 puan, -0,2±1,1 puan olarak belirlenmiştir. Deney gurubunun gözlemlenen tüm değişkenleri çalışma öncesine göre anlamlı şekilde değişim göstermiştir (P<0,05). Kontrol gurubu ise Beden Kütle İndeksi dışında çalışma öncesine göre, gözlemlenen diğer değişkenlerin hiçbirinde anlamlı değişim göstermemiştir (p>0,05). İki gurubun gözlemlenen değişkenler açısından karşılaştırılması sonucunda ise; gözlemlenen tüm değişkenler dikkate alındığında deney gurubu, kontrol gurubuna göre anlamlı şekilde değişim göstermiştir.

Sonuç: Sonuç olarak; 8 haftalık pilates antrenmanlarının sedanter kadınlarda Beden Kütle İndeksi, statik ve dinamik kuvvet performansları ve bireysel özgüven özellikleri üzerine olumlu etkiler yarattığı belirlenmiştir. Bu nedenle sekiz haftalık pilates çalışmalarının sedanter kadınlarda etkili bir antrenman metodu olarak kullanılabileceği söylenebilir.

Investigation The Effects Of Eight Weeks Of Pilates Workout On Strength Performance And Self Confidence Of Sedentary Women

The aim of this study was to investigate the effects of eight weeks of pilates workout on strength performance, body mass index and self confidence of sedantary women. Totally 25 sedentary healthy women, average age was 31,92±5,76 years and didn't perform pilates exercises before, participated in to the study voluntary. Participants divided in to two groups (experiment n:15 and control n: 10) randomly. Experiment group did pilates workout for eight weeks for three days in a week which was 1 hour duration with gradually inceased mat exercises. Control group didn't any exercise during the study. Body height, body weight, dynamic strength (curl up test ; maximum curl up, in 30 seconds with the knees bent and hands located on the nape was recorded), static strength (plunk test: maximum duration in plunk position was recorded) performance and self confidence which was developed by Tokinan 2008, were measured before and after the study. Data analysed by using SPSS. Wilcoxon Signed Rank Test used to pretest-posttest analysis. Kruskal Wallis used for pretest-posttest differences by groups.

Findings accepted at $p < 0,05$ level. Differences of average scores in pretest and posttest of experiment and control groups were; Curl up: $5,4 \pm 1,2$ repeat, $-0,4 \pm 1,6$ repeat, plank: $13,1 \pm 3,4$ second, $0,3 \pm 2,4$ second, BMI: $-0,6 \pm 0,2$ kg/m², $0,2 \pm 0,2$ kg/m², self confidence: $4,9 \pm 1,6$ point, $-0,2 \pm 1,1$ point as found respectively. Analysis showed that experiment group statically changed in all observed parameters but the control group did not show any significant change except for the BMI. Analysis proved that there was statistical difference between groups in all parameters. Experiment group statistically more changed than the control group after the eight weeks of pilates workout.

According the findings it is possible to say that eight weeks of pilates workout was the usefull exercise type to improve strength, self confidence and Body Mass Index of sedentary.

Kosova'da 11-17 Yaş Erkek ve Kız Öğrencilerin Eurofit Test Sonuçlarının Değerlendirilmesi

¹Milaim Berisha, ¹Murat Çilli

¹Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

Email : milaimberisha3@gmail.com, mcilli@gmail.com

Bu çalışmada, Kosovada 11-17 yaş erkek ve kızlarda eurofit test sonuçlarının karşılaştırılması amaçlanmıştır. Çalışmaya tüm bölgelerdeki, şehir ve kırsal alanda yer alan okullardan rastgele seçim yöntemi ile belirlenen, 347 kadın 395 erkek olmak üzere, 742 öğrenci dahil edilmiştir. Kadın ve erkek öğrenci oranının belirlenmesinde Kosova genel nüfus oranı (%52 erkek %48 kadın) göz önünde bulundurulmuştur. Öğrencilerin Boy, Kilo, Vücut yağ yüzdesi, Vücut kitle indeksi (BMI) değerlerinden oluşan antropometrik özellikleri ve flamingo denge, disklerle dokunma, otur ve eriş, durarak uzun atlama, el kavrama kuvveti, mekik çekme, bükülü kolla asılma, mekik koşu 10x5m ve, dayanıklılık mekik koşusu (20m) testlerinden elde ettikleri değerlerden oluşan motorik özellikleri karşılaştırılmıştır. Sonuç olarak, ergenlik döneminde kadın ile erkek öğrencilerin antropometrik özellikleri arasında istatistiksel olarak farklılık bulunmazken, yaş arttıkça erkeklerin kadınlara göre daha ağır ve uzun olduğu gözlenmiştir ($p<0.05$). Genel olarak incelendiğinde denge testi, disklerle dokunma ve esneklik testlerinde kadın ile erkekler arasında istatistiksel olarak fark bulunmazken ($p>0.05$), uzun atlama, el kavrama kuvveti, mekik, bükülü kolla asılma, 10x5 m mekik, ve 20 m dayanıklılık testleri değerlerinde erkekler kadınlara göre daha başarılı oldukları görülmektedir ($p<0.05$). Kosova'da yaşayan çocukların, daha çok genetiğe bağlı olduğu düşünülen antropometrik özellikler, kolların hızı, bacakların hızı ve çevikliği gibi motorsal testlerde diğer ülkelere göre daha başarılı olduğu gözlenirken, yaşam tarzı, beslenme ve antrenman gibi etkenlerden daha çok etkilendiği düşünülen esneklik, dayanıklılık gibi motor testlerde diğer ülkelere göre daha başarısız oldukları gözlenmiştir.

Anahtar kelimeler: EuroFit, cinsiyet, Kosova, fiziksel uygunluk

Evaluation Of Eurofit Test Results Of 11-17-Year-Old Male And Female Students in Kosovo

This study aims to compare EuroFit test results of 11-17-year-old males and females in Kosovo. 742 students were included in the study, and 347 females and 395 males were determined by random selection from the schools in urban and rural areas of all regions. Kosovo's general population rate (52% male 48% female) was considered when determining the proportion of male and female students. Anthropometric characteristics including height, weight, and Body Mass Index (BMI) of students and the motoric characteristics including the values obtained from the tests such as flamingo balance, plate tapping, sit and reach, standing broad jump, handgrip strength, sit-ups (30 sec), bent arm hang, 10x5m shuttle run and 20 m endurance were compared. As a result, there was no statistically significant difference between the anthropometric characteristics of male and female students in adolescence; however, it was observed that as the age increased, males were heavier and taller than females ($p<0.05$). In general, while there was no statistically significant difference between males and females in flamingo balance, plate tapping and sit and reach tests ($p>0.05$), males were determined to be more successful than females in standing broad jump test, handgrip strength test, sit-ups (30 sec) and 20 m endurance tests ($p<0.05$). It is observed that students in Kosovo are more successful than the other countries regard to motoric tests such as the anthropometric characteristics, which are thought to be more related to genetics, and speed/agility of arms and legs. On the other hand, they are unsuccessful in comparison with other countries with regard to flexibility and endurance in tests which are thought to be influenced by factors such as lifestyle, nutrition, and training.

Keywords: EuroFit, Gender, Kosovo, Physical fitness

SB92

Elit Seviyedeki Serbest Still Güreşçilerde Balistik Isınmanın İzokinetik Kuvvet, Denge, Çeviklik, Esneklik ve Sürat Üzerine Etkisi

¹Ebru Çetin, ¹Sezen Çimen Polat, ¹İmdat Yarım, ¹Celal Bulğay, ¹İbrahim Cicioğlu

¹Gazi Üniversitesi Ankara

Email : ecetin@gazi.edu.tr, sezencimenpolat@gmail.com, imdat@gazi.edu.tr, celalbulgay@hotmail.com, cicioglu@gazi.edu.tr

Bu araştırmanın amacı, elit seviyedeki güreşçilerde balistik ısınmanın izokinetik kuvvet, denge, çeviklik, esneklik ve sürat üzerine etkisinin incelenmesidir. Çalışmaya yaşları (20,15±2,11) yıl, boy uzunluğu (174,54±7,14) cm, vücut ağırlığı (81,67±15,36) kg olan 13 elit serbest güreşçi katılmıştır. Tanımlayıcı bilgi olması amacıyla vücut kitle indeksi (26,78±4,43) kg.m⁻², vücut yağ yüzdesi (13,02±6,01) %, istirahat kalp atım sayısı (65,38±8,14) atım/dk değerleri de alınmıştır. Çalışmada güreşçilere ölçümler bir gün arayla ön ve son test olarak uygulanmıştır. Ön testte bireysel olarak her güreşçiye 10 dk koşu bandında (Hp Cosmos, Germany) submaksimal düzeyde ısınma protokolü uygulanmıştır. Protokolde sporcuların submaksimal egzersiz şiddet düzeyi karvenon metoda göre % 70 olarak belirlenmiştir. Her güreşçi için bu şiddet telemetre (Polar Oy Finland) ile ölçülmüştür. Son test olarak balistik ısınma protokolü uygulanmıştır. Bu ısınma protokolü 10 dk 13 farklı hareketten oluşan büyük kas gruplarına yönelik hareketleri içermektedir. Hem ön test, hem son test sonrasında ısınma protokollerinin hemen arkasından sırasıyla güreşçilerin esneklik, sürat, çeviklik, pençe kuvveti, denge ve izokinetik bacak kuvveti parametreleri ölçülmüştür. Araştırmada elde edilen veriler iki farklı ısınma protokolü sonrası alınan sonuçları karşılaştırmak amacıyla Friedman testi, gruplar arası farkı bulabilmek için Wilcoxon işaretli sıralar testi uygulanmıştır. Elde edilen veriler değerlendirildiğinde balistik ısınma protokolünün esneklik, sağ pençe kuvveti, sağ yana ve öne denge, sol öne, yana ve çapraza denge, sağ ve sol hamstring ve sağ quadriceps kuvvet parametrelerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak, serbest güreşçilerde balistik ısınma protokolünün sıradan bir ısınmaya göre özellikle kuvvet olmak üzere pek çok parametrede daha etkili olabildiği söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Serbest Stil Güreş, Balistik Isınma, İzokinetik Kuvvet, Denge, Çeviklik

Effect Of Ballistic Warm Up On Isokinetic Strength, Balance, Agility, Flexibility and Speed On Elite Freestyle Wrestlers

The aim of this study is to analyse the effect of ballistic warm up on isokinetic strength, balance, agility, flexibility and speed on elite freestyle wrestlers. 13 elite freestyle wrestlers have been participated to the study at the age of (20,15±2,11) years, with the height of (174,54±7,14) cm, and with the weight of (81,67±15,36) kg. Body mass index (26,78±4,43) kg/m² and body fat percentage (13,02±6,01)% values are taken as descriptive information. Measurements are applied every other day as pretesting and post test. As pretesting, warm up protocol at submaximal level for 10 minutes at the treadmill (Hp Cosmos, Germany) has been applied individually for every wrestler. Exercise intensity has been determined as 70% according to karvenon method. The intensity has been measured with telemetre (Polar Oy Finland). Ballistic protocol has been applied as last test. This protocol involves 13 different movements for multi muscle groups for 10 minutes. Flexibility, speed, agility, hand grip strength, balance and isokinetic leg power parameters have been measured right after warm up protocols, both at pre and post test. Friedman test has been applied to data acquired from the reserach in order to compare the results for two different warm up procedures. Wilcoxon Signed Rank test has been applied in order to find the difference between the groups. When the results are evaluated, statistically significant differences have been determined in flexibility, hand grip strength, balance, hamstring, quadriceps strength and ratio parameters. As a result, it can be said that ballistic warm up protocol can be more efficient than an ordinary warm up, in terms of many parameters especially including strength. Key Words: Freestyle Wrestling, Ballistic Warm-up, Isokinetic Strength, Balance, Agility

Tenisçilerde El Kavrama Kuvvetinin Spora Başlama Yaşı ile İlişkisinin İncelenmesi

¹Ramazan Sanlav, ²Ramazan Sanlav, ²Mehmet Kutlu

¹İstanbul Gelişim Üniversitesi

²İstanbul Gelişim Üniversitesi / İstanbul

Email : rsanlav@gelisim.edu.tr, rsanlav@gelisim.edu.tr, mkutlu@gelisim.edu.tr

Amaç: Bu çalışmanın amacı genç tenisçilerde el kavrama kuvvetinin spora başlama yaşı ve spora katılım süresi ile ilişkisini incelemektir.

Gereç ve Yöntemler: 2016 Türkiye Üniversitelerarası Tenis Şampiyonası'na katılan sporculardan 41 kadın, 49 erkek tenisçi çalışmaya gönüllü olarak katılmışlardır. Deneklerin el kavrama kuvvetleri Takei marka (Takei Scientific Instruments Co., Ltd, Niigata City, Japan) el dinamometresi ile üç maksimal tekrar yapılarak ölçülmüştür. Verilerin istatistiksel analizi için SPSS 20.0 paket programı kullanılmıştır.

Bulgular: Ortalama spora katılım süresi erkek tenisçilerde 10.8 (± 3.9) yıl, kadın tenisçilerde ise 6.7 (± 3.6) yıl olarak saptanmıştır. Tüm denekler göz önüne alındığında, el kavrama kuvveti dominant el için 38.9 (± 12) kg, diğer el için ise 35.2 (± 11) kg bulunmuştur. Spora katılım süresi ile el kavrama kuvveti arasında dominant el için $r=0.59$, diğer el için ise $r=0.50$ düzeyinde anlamlı pozitif ilişki bulunmuştur ($p<0.01$).

Sonuç: Genç yetişkin tenisçilerde spora başlama yaşı ne kadar erken ise el kavrama kuvveti de o ölçüde daha yüksek bulunmaktadır. Erken yaşta spora başlamanın raket kavrama kuvvetini ve dolayısı ile sportif performansı artırabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Sözcükler: Tenis, el kavrama kuvveti, spora katılım süresi

Examination of Relationship Between Hand Grip Strength with Age of Sport Participation in Tennis Players

Objective: The purpose of this study is to examine the relationship between hand grip strength with age of sports participation and duration of sports participation in young tennis players.

Materials and Methods: 41 female and 49 male tennis players who participated in the 2016 Turkish University Tennis Championship were included in the study. Hand grip strengths of the subjects were measured by three maximal repetitions with hand dynamometer (Takei Scientific Instruments Co., Ltd., Niigata City, Japan). SPSS 20.0 package program was used for statistical analysis of the data.

Results: Mean sports participation durations were 10.8 (± 3.9) years for male tennis players and 6.7 (± 3.6) years for female tennis players. Hand grip strength was 38.9 (± 12) kg for the dominant hand and 35.2 (± 11) kg for the other hand when all of the participants were considered. There was a significant positive correlation between duration of sports participation and hand grip strength at $r = 0.59$ for the dominant hand and $r = 0.50$ for the other hand.

Conclusion: Young adult tennis players have a higher hand grip strength at earlier age of sports participation. It is thought that starting earlier age of sports participation may increase grip strength of racket and sportive performance.

Keywords: Tennis, hand grip strength, duration of sports participation

SB202

12 Haftalık Eksantrik-Pliometrik Antrenman Programının Genç Güreşçilerin Antropometrik Özellikleri ve Vücut Yağ Yüzdeleri Üzerine Etkisinin Araştırılması

¹Samet Şanslı, ²İsmail Kaya

¹Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

²Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Email : Samet_borest@hotmail.com, ismail.kaya@dpu.edu.tr

Bu çalışmanın amacı; 12 Haftalık Eksantrik-Pliometrik Antrenman Programının Genç Güreşçilerin Anaerobik Performans, Bacak kuvveti, Vücut Kompozisyonu ve Vücut Yağ Yüzdelerinin araştırılmasıdır. Bu çalışmada 15-19 yaş grubu 15'i denek, 15'i kontrol grubu olmak üzere 30 güreşçi çalışma evreni olarak belirlendi. Denek ve Kontrol grubu güreşçiler çalışmaya gönüllü olarak katıldı. Ölçümlere katılan denek ve kontrol grubu sporcuların antrenman programlarına bağlı olarak antropometrik parametrelerinin başarı oranlarında ki değişkenleri araştırılmaya çalışılmıştır. Araştırmaya konu olan sporculardan demografik özellikler olarak Adı, Soyadı, D.tarihi, Boyu, Kilo, Yağ Ölçümleri (Biceps, Triceps, Subscapula, Subrailiac, Abdominal, Uyluk, Baldır, Göğüs), Çevre Ölçümleri (Baş, Omuz, Göğüs, Kol, Ön-kol, Karın, Kalça, Uyluk, Baldır), Ölçümlerde skinfold kayan kaliper ve mezura kullanılmıştır. Vücut yağ yüzdelerinin hesaplanmasında Durnin Womarseley formülü uygulandı. Elde edilen veriler SPSS programıyla Denek ve Kontrol grubu sporcular arasındaki farklılıkları belirlemede $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde bağımsız iki grup için t-test uygulanmıştır. Ayrıca deneklerden alınan ölçümlerin standart sapmaları ve ortalamaları analiz edilerek değerlendirilmiştir. Sonuçların anlamlılık derecesi $P<0,05-0,01$ seviyelerinde kabul edilmiştir. Yapılan çalışmada antrenman sonrası Pliometrik antrenman programının güreşçilerin vücut kompozisyonlarında vücut yağ yüzdelerinin denek grubu lehine anlamlı derecede farklılıklar ortaya koyduğunu göstermiştir. Test sonuçları, denek ve kontrol grubu güreşçilerde antrenman programına bağlı olarak grupların antropometrik $p<0.05$ ve vücut yağ yüzdeleri arasında $p<0.05$ önemli farklar olduğunu gösterdi. Bu çalışmada elde edilen bulgular; antrenman programlarının genç güreşçilerin vücut yağ yüzdeleri üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Anahtar kelimeler: Güreş, Antrenman, Vücut yağ oranı, Performans

The Effects of 12 Week Eccentric-Plyometric Training Programme on Body Composition, and Body Fat Percentages of Young Wrestlers

The objective of this study is to examine the effects of 12 week eccentric-plyometric training programme on body composition and body fat percentages of young wrestlers. In this study, 15-19 age group 30 wrestlers who are 15 subjects and 15 control group were determined as study population. They all participated in the study voluntarily. Changes in physiological and physical parameters based on training programmes were analyzed. Demographic data were Name, Surname, Date of Birth, Height, Weight, besides measurements are Fat Measurement (Biceps, Triceps, Subscapula, Suprailiac, Abdominal, Femoral, Calf, Chest), Body Measurements (Head, Scapular, Chest, Arm, Fore-Arm, Waist, Hips, Femoral, Calf). Skinfold, sliding calliper and tape measure were used. Durnin Womarseley formula was applied to measure body fat percentages. Obtained data were used for t-test for independent two groups with SPSS 17,00 programme, with $\alpha=0.05$ significance level, to determine differences with subject group and control group. Besides, standard deviation and averages were analyzed and evaluated. Significance level was accepted as $P<0,05-0,01$. Plyometric training programme showed that body fat percentages revealed significant differences in favour of subjects. Test results showed that there are significant differences between anthropometric $p<0.05$ and body fat percentages $p<0.05$. Findings obtained from this study presented that training programs have effects on body fat percentages of young wrestlers. Key Words: Wrestling, Training, Body Fat Percentage, Performance.

Kadın Voleybol Liginde Bir Sezon Boyunca Atılan Servis Çeşidi Servis Hızını Etkiler Mi?

¹Cengiz Akarçesme, ²Esen Gürbüzsel, ³Emre Altundağ, ⁴Gül Baltacı, ¹Filiz Çolakoğlu

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

²Gazi Üniversitesi Fen Bilimleri Fakültesi, İstatistik Bölümü, Ankara

³Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü Bolu

⁴Özel Ankara Güven Hastanesi, Ankara

Email : cengizakarcesme@gazi.edu.tr, esen@gazi.edu.tr, emre.altundag@yahoo.com.tr, ybaltaci@hacettepe.edu.tr, filiz@gazi.edu.tr

Giriş: 1990'ların başından 2000'lerin ortasına kadar elit voleybolda kullanılan en sık servis tipinin jump spin servis tip olarak popülaritesini artırdığını araştırmalar göstermiştir. Jump spin servis her iki kolun tam kullanımını içeren çoklu adım ve maksimum sıçramaya yakın bir yüksek vuruş ile karakterizedir. Ancak bu zamana kadar kadın voleybolcularda bunu gösteren bir çalışma bulunmamıştır. Amaç: 2016-2017 voleybol Sultanlar ligi sezonunda atılan servis çeşidinin servis hızını etkileyip etkilemediğini belirlenmesidir.

Yöntem: Bu çalışmaya 23-28 yaş arası (yaş ortalaması 25.67 ± 1.61 n=174) 2016-2017 sezonu kadın voleybol sultanlar liginde yerli (n=1836) ve yabancı (n=1036) oyuncular tarafından atılan toplam 2872 servis dahil edildi. Tüm sporculara müsabaka esnasında kullandıkları servis çeşidine göre (Jump Topspin n=163, Jump Float n=2163, Tennis n=546) servis hızları Radar Ball Coach Pocket ile mil (MPH) cinsinden ölçüldü. Servis hızı, servis çeşidini ve grup etkileşimini değerlendirmek için ilişkisiz örneklem için iki faktörlü ANOVA kullanıldı.

Sonuçlar: Yerli ve yabancı sporcuların servis çeşidine göre servis hız testi ortalama puanları arasında fark anlamlı bulunmuştur $F(2, 2866) = 261,90$, $P = ,000$. Servis hız testi yerli ve yabancı sporcularda anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur $F(1, 2866) = 63.02$, $P = ,000$. Çalışmaya katılan yabancı sporcularının servis hız testi ($X = 38.14$) ortalama puanı, yerli sporcularının aynı test puanlarından ($X = 37.53$) daha büyüktür. Uygulanan servis çeşidinin ve yerli – yabancı sporcuların servis hız düzeyleri üzerindeki ortak etkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur $F(2, 2866) = 88,06$, $P = ,000$.

Tartışma: Bu çalışma servis çeşidine göre servis hız ortalama puanlarının, yerli ve yabancı sporcularının kullandıkları servis çeşidine göre farklılık gösterdi. Servis hızı üzerinde servis çeşidinden Jump Topspin etkili olduğu tespit edilmiştir. Bu nedenle müsabaka öncesi voleybol antrenman programı içerisinde Jump Topspin eğitiminin dahil edilmesi sporcuların servis hızı gelişiminde etkin bir şekilde kullanılabilir.

Does Serve Type Affect Serve Speed During A Season In Women Volleyball League?

Introduction: Research has shown that from the early 1990s until the mid 2000s, the jump spin serve increased in popularity to become the most frequent serve type used in elite volleyball. The jump spin serve is characterized by a high toss, multistep approach, and near maximum jump including full use of both arms. Up to date there is no any study about this subject in women volleyball players.

Purpose: The purpose of this study was to show whether the serve type would be affected serve speed in Sultan's Volleyball League 2016- 17Season.

Methods: A total of 2872 serves were included in this study by native (n = 1836) and foreign (n = 1036) players in the women's volleyball Sultans league between the ages of 23-28 years (average age 25.67 ± 1.61 n = 174) in the 2016-2017 season. Serve

speeds were measured in terms of mileage (MPH) with the Radar Ball Coach Pocket for all the athletes during the competition (Jump Topspin $n = 163$, Jump Float $n = 2163$, Tennis $n = 546$). Two factor ANOVAs were used for unrelated sampling to assess serve speed, type of serve, and group interaction.

Results: There was a significant difference between serve speed test average points according to serve types in national and foreign female volleyball players $F(2, 2866) = 261.90$, $P = .000$. Serve speed test was found as a difference in national and foreign athletes $F(1, 2866) = 63.02$, $P = .000$. Serve speed points in foreign athletes ($X = 38.14$) were greater than national athletes ($X = 37.53$). There were found as differences on common effects used serve types, and serve speed levels of national-foreign athletes $F(2, 2866) = 88.06$, $P = .000$.

Discussion: The results of this study showed that there were different according to the service types and the service speed average scores of national and foreign athletes.

Futbolcularda Sürekli ve Aralıklı Oynanan Dar Alan Oyunlar Sırasında Fizyolojik Yanıtlar ve Teknik Aktiviteler

²Mehmet Yücesoy, ¹Nurtekin Erkmen, ¹Samet Aktas, ³Faruk Güven, ¹Mehmet Durmaz

¹Selçuk Üniversitesi, Konya

²Milli Eğitim Bakanlığı, İstanbul

³Kilis 7 Aralık Üniversitesi, Kilis

Email : gs_bugra_7@hotmail.com, nerkmen@selcuk.edu.tr, sametaktas@selcuk.edu.tr, renovatio10@hotmail.com, mehmetdurmaz4@gmail.com

Bu çalışmanın amacı futbolculara uygulanan sürekli ve aralıklı dar alan oyunlarının fizyolojik parametrelere ve teknik aksiyonlara etkisinin incelenmesidir. Araştırmaya 16 erkek amatör futbol oyuncusu gönüllü olarak katılmıştır (Yaş; $22,37 \pm 1,69$ yıl, boy uzunluğu; $170,89 \pm 5,96$ cm ve vücut ağırlığı; $67,37 \pm 7,47$ kg). Denekler, 4'er kişilik 4 takıma ayrıldılar. 26 m genişliğinde ve 34 m uzunluğunda bir alanda aralıklı (ADO) ve sürekli dar alan (SDO) oyunu olmak üzere 2 farklı dar alan oyunu uygulanmıştır. ADO, 6'şar dk'lık 3 setten oluşan ve setler arası 3 dk dinlenmeyi içermiştir. SDO, dinlenme aralığı olmaksızın 18 dk sürekli yüklenmeyi içermiştir. Fizyolojik yanıtlar için kalp atım sayısı (KAS), algılanan eforun düzeyi (AED) ve kan laktat (LA) düzeyi ölçülmüştür. Teknik aksiyonlar için ise gol vuruşu, pas sayısı, olumlu pas sayısı, olumsuz pas sayısı, gibi aksiyonlar değerlendirilmiştir. Dar alan oyunları sonrasında KAS, AED ve LA'nın anlamlı düzeyde artış göstermiştir. KAS, AED ve LA'nın son test ortalamalarının ADO ve SDO arasında anlamlı farklılık göstermedikleri tespit edilmiştir ($p > 0,05$). Sürekli dar alan oyununda gerçekleştirilen gol vuruşu sayısı aralıklı dar alan oyunundan anlamlı düzeyde daha yüksektir ($p < 0,05$). Aralıklı dar alan oyunda gerçekleşen olumlu pas sayısı, dribbling ve top kazanma sayısının sürekli dar alan oyunundan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$). Toplam pas sayısı, olumsuz pas sayısı, ikili mücadele ve topla oynama süreleri dar alan oyunları arasında farklı bulunmamıştır ($p > 0,05$). Sonuçta, dar alan oyunları sonrasında KAS, AED ve LA'nın arttığı, aralıklı ve sürekli olarak uygulanan dar alan oyunlarının KAS, AED ve LA'da değişime neden olmadığı belirlenmiştir. Bu araştırmanın diğer bir sonucu ise ADO'da olumlu pas sayısı, dribbling ve top kazanma sayısının daha yüksek olduğu, SDO'da ise oyuncuların daha fazla gol vuruşu gerçekleştirdikleri görülmüştür. Anahtar kelimeler: Maç analizi, dar alan oyunu, futbol, fizyolojik yanıtlar.

Physiological Responses and Technical Activities During Continuous and Interval Small-Sided Games in Soccer Players

This study aimed to determine effects of intermittent and continuous small-sided games (SSGs) on physiological and technical activities in soccer players. Sixteen male amateur soccer players volunteered to participate to this study (Mean age; 22.37 ± 1.69 year, height; 170.89 ± 5.96 cm and body mass; 67.37 ± 7.47 kg). Subjects were divided in 4 groups of 4 players.. Four-a-side SSGs were used in a pitch size of 26 m X 34 m and 2 different small-sided games were used in this study. Intermittent SSG (ISSG) included a series of 3 bouts of 6 min duration with 3 min recovery between sets. Continuous SSG (CSSG) was a bout of 18 min duration with no recovery. Heart rate, the rating of perceived exertion, and blood lactate concentration were measured as physical parameters and shoot on target, total pass, accurate pass, inaccurate pass, interception, dribbling, tackle, and possessing the ball were counted. HR, RPE and LA significantly increased after SSGs. No significant difference was found HR, RPE and LA between ISSG and CSSG in post tests ($p > 0.05$). Shoot on target in CSSG was significantly higher than ISSG ($p < 0.05$). Accurate pass, dribbling and interception were higher in ISSG than CSSG ($p < 0.05$). There was no significant difference between ISSG and CSSG in total numbers of pass, tackle, ball- possessing time ($p > 0.05$). As a result that SSGs might cause increases of HR, RPE, and LA and that intermittent and continuous SSGs might not bring about a alteration on HR, RPE and LA. Also, the results revealed that soccer players may perform more accurate pass, dribbling, interception during ISSG than CSSG and that they may practice more shoot on target in CSSG than ISSG during soccer games. Keywords: Match analyses, small-sided games, soccer, physiological responses.

Erkek Uzun Atlayıcıların Yaklaşma Koşu Hızı Kullanılarak Atlama Mesafesinin Tahmin Edilmesi

¹*İşık Bayraktar*, ²*Murat Çilli*

¹Gençlik Ve Spor Bakanlığı, Spor Genel Müdürlüğü, Ankara

²Sakarya Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

Email : isikbayraktar@outlook.com, mcilli@gmail.com

Giriş: Bu çalışmada, erkek uzun atlamada yaklaşma koşu hızı değişkenlerinin atlama mesafesi ile ilişkilerinin incelenmesi ve antrenörlerin pratik olarak kullanabileceği yaklaşma koşu hızına bağlı atlama mesafesi tahmin modelinin geliştirilmesi amaçlanmıştır. Uzun atlamada atlanılan mesafesinin yaklaşık yüzde doksanlık bölümünü sporcunun uçuş mesafesi oluşturmaktadır. Uçuş mesafesini belirleyen biyomekanik faktörler arasında en yüksek etkiye sahip olan yatay hızın, atlanılan mesafe üzerindeki etkisi büyüktür. Bu yüzden özellikle yaklaşma koşusunun son on metrelik bölümünde sporcunun sahip olduğu hız, performansın en önemli belirleyicisi olarak değerlendirilmektedir. Bu nedenle hız değişkeni kullanılarak geliştirilen performans tahmin modelleri uzun atlamada sıklıkla kullanılmaktadır. Genellikle elit sporcular ile üst düzey bir ya da birkaç yarışma sonucuna göre geliştirilen modellerin daha geniş performans gruplarında farklı tahmin özellikleri sergiledikleri gözlenmektedir. Farklı yarışmalarda ve performans açısından geniş bir dağılıma sahip uzun atlayıcılar ile geliştirilecek tahmin modelinin faydalı sonuçlar ortaya koyacağı düşünülmektedir. Yöntem: Araştırmanın verileri, 18,7 (±2,8) yaş ortalamasına sahip 73 erkek uzun atlayıcının 329 geçerli atlayışından oluşmuştur. Bulgular, Türkiye Atletizm Federasyonu'nun faaliyet programında bulunan resmi yarışmalar esnasında elde edilmiştir. Sporcuların uzun atlama yaklaşma koşu sürelerini belirlemek için, basma tahtasından 1m, 6m ve 11m uzaklığa fotoseller yerleştirilmiştir. Her atlayış için, 11-6m, 6-1m ve 11-1m hızları hesaplanmıştır. Ayrıca atlanan resmi mesafe kaydedilmiştir. Yaklaşma koşusuna ait hız değişkenleri ile atlanan resmi mesafe arasındaki ilişkileri açıklamak için korelasyon istatistiği (r) uygulanmıştır.

Bulgular: Yaklaşma koşu hızı değişkenleri ile atlanan mesafe arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif ve yüksek düzeyde ilişkiler bulunmuştur (sırasıyla 11-6m $r=0.81$, 6-1m $r=0.82$, 11-1m $r=0.87$). Atlama mesafesi ve yaklaşma koşu hızı değişkenleri arasında en yüksek ilişkinin olduğu gözlenen son on metre koşu hızı ile atlama mesafesi arasında lineer regresyon modeli oluşturulmuştur ($r^2=0.76$).

Sonuç: Yaklaşma koşusunun son on metredeki hız değerinin, atlama mesafesinin %76'sını açıklayabildiği gözlenmiştir. Tahmin denkleminde göre, erkek uzun atlayıcıların yaklaşma koşu hızlarındaki 0,1 m/s hız artışı ile atlama mesafelerinin 10,6 cm gelişeceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: uzun atlama, hız, tahmin modeli

Prediction Of Jumping Distance Using Run-Up Velocity For Male Long Jumpers

Indroduction: The purpose of this study is to investigate the relationships between run-up velocity variables of male long jumpers and jumping distance, and develop a jumping distance estimation model. The athlete's velocity in the last-ten-meter of run-up is considered to be the most important determinant of performance. Models which predict the performance were developed by using speed variables are often used in long jumps. It is observed that models which were developed according to elite athletes and one or more top-level competitions were showing different prediction characteristics in wider performance groups. It is thought that the prediction model which will be developed with the long jumpers which have a wide distribution in different competitions and performance will bring beneficial results.

Methods:The research data was composed of 329 valid trials on 73 Turkish male long jumpers who were 18.7($\pm$ 2.8) years old.The findings were obtained during official competitions which were in the calendar of Turkish Athletic Federation.The photocells which are used to determine running times of athletes have been established 1m,6m and 11m distance from the take-off board.Velocities for 11m-6m section, 6m-1m section, total 10m were calculated for each jump.Also official jump distances were recorded.Correlation statistics(r) were used to express the relationships between parameters.

Results:It was found that there are statistically significant relationships between jump distances and run-up velocity variables(11-6m $r=0.81$,6-1m $r=0.82$,11-1m $r=0.87$,respectively). As a result of the correlation statistics obtained in this study,a linear regression model was formed between the last-ten-meter running velocity and the jumping distance, which was observed to have the highest correlation($r^2=0.76$). Conclusion:It was observed that the velocity for run-up in the last ten meters explained 76% of jumping distance.Based on the estimating equation, it may be stated that 0.1m/s of increase in run-up velocity for male long jumpers will increase their jumping distance by 10.6cm.

Keywords: Long Jump,Velocity,Estimation Model

SB252

Ekstra Ağırlıkla Uygulanan Su İçi ve Kara Pliometrik Antrenmanlarının 15-17 Yaş Grubu Basketbolcuların Bazı Fiziksel ve Fizyolojik Özellikleri Üzerine Etkisi

¹Ali Erdem Cığerci, ²İbrahim Cicioğlu

¹Kastamonu Üniversitesi, Kastamonu

²Gazi Üniversitesi, Ankara

Email : aecigerci@kastamonu.edu.tr, cicioглу@gazi.edu.tr

Bu çalışmanın amacı ekstra ağırlıklı uygulanan su içi ve kara pliometrik egzersizlerin 15-17 yaş grubu basketbolcuların bazı fiziksel ve fizyolojik özellikleri üzerine etkisini araştırmaktır. Çalışmaya 12 su, 11 kara ve 11 kontrol olmak üzere toplam 34 basketbol oyuncusu katılmıştır. Deneklerin yaş, boy ve kilo ortalamaları sırasıyla su grubu için 15,67±0,78, 180,00±6,45, 71,24±10,87; kara grubu için 15,64±0,67, 177,45±7,72, 73,70±13,31; kontrol grubu için 16,18±0,75, 180,36±10,46, 74,84±20,77 olarak bulunmuştur. Su ve kara grupları vücut ağırlıklarının %10'una denk gelen ağırlık yelekleri ile 9 haftalık pliometrik antrenman programına katılmışlardır. Su grubunun antrenmanları bel seviyesindeki suda uygulanmıştır. Su ve kara grupları 12 tekrardan oluşan aynı hareketleri 2 set olarak uygulamışlardır. 9 hafta sonucunda uygulanan egzersizlerin vücut kompozisyonu, motorik performans ve basketbola özgü teknik testlere etkileri ön ve son test düzeninde gruplar içinde ve arasında tekrarlı ölçümlerde varyans analizi yapılarak karşılaştırılmıştır (p<0,05). Yapılan antrenmanlar sonucunda, vücut kompozisyonunda vücut yağ yüzdesinde, motorik performans ölçümlerinde dikey sıçrama, durarak uzun atlama, RAST zirve, ortalama, minimum güç ve yorgunluk indeksi, WANt zirve güç ve yorgunluk indeksi, 10 m, 30 m sürat ve Lane çeviklik testinde, statik (sağ-sol el pençe, bacak ve sırt kuvveti) ve dinamik (squat, leg extension, leg curl, bench press, lat pull down ve shoulder press) kasal kuvvet testlerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık ortaya çıkmıştır. Su ve kara grubu arasında ise sadece vücut yağ yüzdesi ve bench press parametrelerinde su grubu lehine anlamlı farklılık belirlenmiştir. Çalışma sonucunda su ve karada uygulanan ekstra ağırlıklı pliometrik antrenmanların performans verileri açısından fark oluşturmadığı ve su içi pliometrik antrenmanların karada uygulanan pliometrik antrenmanlara iyi bir alternatif oluşturabileceği söylenebilmektedir.

The Effects Of Aquatic And Land Pliometric Trainings With Additional Load On Some Physical And Physiological Features Of 15-17 Age Group Basketball Players

The aim of this study is to search the effects of aquatic and land pliometric trainings with additional load on some physical and physiological features of 15-17 age group basketball players. Totally 34 basketball players consisting of 12 aquatic, 11 land and 11 control participated in the study. The average age, height and weight of subjects were respectively 15,67±0,78, 180,00±6,45, 71,24±10,87 for aquatic group; 15,64±0,67, 177,45±7,72, 73,70±13,31 for land group and 16,18±0,75, 180,36±10,46, 74,84±20,77 for control group. 9 week pliometric trainings were applied by aquatic and land groups with additional load which was equal to 10% of body weight. The trainings of aquatic group were applied in waist level depth. Aquatic and land groups applied the same exercises consisting of 12 repetitions and 2 sets. Effects of exercises after nine weeks were compared with repeated measures MANOVA (p<0,05) for body composition, motoric performance and basketball specific technical tests. As a result of trainings, body fat percentage in body composition, vertical jump, standing long jump, RAST peak, average, minimum power and fatigue index, WANt peak power and fatigue index, 10 m, 30 m sprint and Lane agility test, static (right-left hand grip, leg and back strength) and dynamic (squat, leg extension, leg curl, bench press, lat pull down and shoulder press) muscular strength tests in motoric performance measurements were determined as statistically significant. There was statistically significance in body fat percentage and bench press parameters between aquatic and land pliometric groups on behalf of aquatic group. In conclusion, it was seen that there was no difference between aquatic and land pliometric trainings from the point of performance parameters and aquatic pliometric trainings were a good alternative for land pliometric trainings.

Agonist ve Antagonist Kaslarda Oluşan Koordineli Yorgunluk Düzeylerinin Belirlenmesi

¹Hasan Sözen, ²Abdullah Ruhi Soylu, ¹Ercüment Erdoğan, ¹Alparslan İnce

¹Ordu Üniversitesi, Ordu

²Hacettepe Üniversitesi, Ankara

Email : sozenhasan@yahoo.com, a.ruhi.soylu@gmail.com, ercumenterdogan22@hotmail.com, alparslanince38@gmail.com

Giriş ve Amaç: Egzersiz sırasındaki kas yorgunluğunun gelişimi performansa tutarlı bir şekilde etki etmektedir. Sayısız çalışma kas yorgunluğunun altında yatan fizyolojik kökenlerin MSS'den kasın miofibrillerine kadar değiştiğini ortaya koymuştur. Kasın güç üretme kapasitesindeki bu azalma sonrasında ilgili kasların eklem dinamik stabilizatörleri gibi davranma kabiliyetini etkiler. Bu kapsam doğrultusunda bir eklem etrafındaki iki ya da daha fazla kasın eş zamanlı yorgunluğu koordineli yorgunluk (co-fatigue) olarak tanımlanabilir. Koordineli yorgunluk işe katılan agonist ve antagonist kaslar arasında oluşarak bireylerin sportif beceri düzeylerine veya cinsiyetine göre farklılık gösterebilir.

Bu çalışmanın amacı;squat-press egzersizi sırasında agonist ve antagonist kaslarda oluşan koordineli yorgunluk düzeylerinin belirlenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya 5 sporcu (3 erkek, 2 kadın) ve 5 sedanter (3 erkek, 2 kadın) olmak üzere toplam on kişi katılmıştır.Ölçümler squat press te 15 saniye 45 derece diz açısında izometrik olarak ağırlığın yaklaşık %30'u yük ile ölçülmüştür. Ölçüm beş tekrar olarak alınmış ve her tekrar arasında 2 dakika dinlenme verilmiştir. Squat press kasılma durumu göz önüne alındığında, en aktif kasılma halinde bulunan ve kendi aralarında antagonisti olan vastus lateralis obliquus, rectus femoris, biceps femoris ve semi tendineus kaslarından bilateral olarak ölçümler yapılmıştır. Ölçümler kablosuz yüzeysel Ag/AgCl elektrotlar ile Noraxon marka (Noraxon, Scottsdale, AZ, USA) cihaz ile yapılmıştır. EMG verileri 20 Hz yüksek geçiren Butterworth filtreden geçirildikten sonra hareketin 5 ila 10 saniyelik aralığından medyan frekans hesaplaması yapılmıştır.

Bulgular: Sporcu ve sedanter bireyler ile cinsiyetler arası izometrik squat press anındaki agonist ve antagonist medyan frekans intercept değerlerinde ve agonist ve antagonist medyan frekans intercept değerlerinin oranında (agonist/antagonist) istatistiksel olarak herhangi bir fark bulunmamıştır ($p < 0.05$).

Sonuç: Özellikle ortanca ve ortalama frekanslar, EMG sinyalleri yardımıyla yapılan kas yorgunluğu çalışmalarında sıklıkla yorgunluk indeksinin hesaplanmasında kullanışlılığı bilinmektedir.Ortanca frekans, izgeyi eşit güçteki iki bölüme ayıran frekans değeridir. Koordineli yorgunluk değeri ise agonist ve antagonist kas yorgunluk indekslerinin oranıyla tespit edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Yüzeysel EMG, kas yorgunluğu, koordineli yorgunluğu, agonist-antagonist, squat press.

Determination Of Co-Fatigue Levels in Agonist And Antagonist Muscles

Introduction-Aim: The development of muscle fatigue during exercise has a consistent effect on performance.Numerous studies have shown that the physiological factors underlying muscle fatigue range from CNS to muscular myofibrilment.This reduction in muscle power generation capacity subsequently affects the ability of the respective muscles to behave like dynamic joint stabilizers.In this context, concurrent fatigue of two or more muscles around a joint can be defined as coordinated fatigue (co-fatigue),which may occur between agonist and antagonist muscles and vary according to the level of sporting skills or gender.

The aim of this study is to determine the levels of co-fatigue that occurs in agonist and antagonist muscles during squat-press exercise.

Method: Ten athletes (3males,2females)and 5 sedanters (3males,2females) participated in the study.Measurements were isometrically performed for 15 seconds at a squat press and at the knee angle of 45degrees with a 30% load of body weight.Measurements were repeated five times and a 2-minute rest period was allowed between repetitions.Squat press exercise showed that vastus lateralis obliquus,rectus femoris,biceps femoris and semi tendineus muscles generated the most active contraction force and acted as antagonists of each other.These muscles were bilaterally measured.Measurements were recorded using superficial Ag/AgCl electrodes with a wireless Noraxon (Noraxon,Scottsdale,AZ,USA).EMG data were high pass filtered with a cutoff of 20 Hz using a Butterworth filter and median frequency was calculated between 5and 10seconds of each contraction. Results: There was no statistically significant difference in agonist and antagonist median frequency intercept values and ratio of agonist and antagonist median frequency intercept values between athletes and sedentars, and between the two genders($p>0.05$).

Conclusion: Especially median and mean frequencies are often used to calculate fatigue index in muscle fatigue studies performed with EMG signals.The median frequency is the frequency that divides the power spectrum into two regions with equal power.The ratio of agonist and antagonist musclefatigue indices canbe used todeterminethe co-fatigue value.

Keywords: SurfaceEMG,muscle fatigue,co-fatigue,agonist-antagonist,squat press

Genç Tenis Oyuncularında 6 Haftalık Yüksek Şiddetli Aralıklı Antrenmanlar ile Kortta Yapılan Tenis Antrenmanların Etkilerinin Karşılaştırılması

¹Bülent Kilit, ²Ersan Arslan

¹Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum

²Siirt Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Siirt

Email : bulentkilit@hotmail.com, ersanarslan1980@hotmail.com

Bu çalışmanın amacı genç tenis oyuncularında 6 hafta süre ile yapılan yüksek şiddetli aralıklı antrenmanlar ile kortta yapılan tenis uygulamalarının psiko-fizyolojik, performans ve teknik cevaplar üzerine etkilerinin incelenmesinin yanında uygulama süreleri eşit olan antrenman tiplerinden hangisinin daha etkili olduğunu belirlemektir. 29 erkek tenis oyuncusu (13.8 ± 0.4 yıl) yüksek şiddetli aralıklı antrenman grubu ($n=14$) ve kortta uygulama yapan grup ($n=15$) olarak 2 ye ayrılmıştır. Uygulama süreleri 8-16 dakika arasında değişen ($>85\%$ KAHmax) toplam 203 dakika süren 16 birim antrenman her iki gruba da yaptırılmıştır. Uygulamalar öncesi ve sonrasında psiko-fizyolojik (kalp atım hızı, algılanan zorluk derecesi ve fiziksel aktiviteden hoşlanma seviyeleri), performans ve teknik seviyeleri belirlenmiştir. Maksimum oksijen tüketimi ve vücut yağ yüzdesi değişimleri benzer olmakla birlikte her iki grupta da 6 hafta sonra yapılan ölçümlerde sıçrama ve sprint cevaplarında artış görülmüştür. Bunun yanında kort uygulaması yapan grupta teknik ve çeviklik performans cevapları diğer gruba göre istatistiksel olarak anlamlı şekilde artmıştır. Bunun tersine, yüksek şiddetli aralıklı antrenman yapan grupta 400-m geçiş süresinde istatistiksel olarak anlamlı şekilde artış gerçekleşmiştir. Çalışmamızdan elde edilen sonuçlara göre, yüksek şiddetli aralıklı antrenmanların sürat artışı sağladığı görülürken çeviklik ve teknik cevapların daha iyi olması için kort uygulamalarının yapılmasının daha uygun olduğu görülmektedir.

Effects of 6-Weeks of High-Intensity Interval Training vs. On-court Tennis Training in Young Tennis Players

This study aimed to examine the effects of the 6-week high-intensity interval vs. on-court tennis training on the psychophysiological (heart rate, rating of perceived exertion and physical activity enjoyment scale), performance and technical responses of young soccer players and to analyze which of training type is more effective after equalizing the training duration. Twenty-nine young male tennis players (13.8 ± 0.4 years of age) were divided into two groups: High-Intensity Interval Training (HIIT, $n=14$) and On-court Tennis Training (OTT, $n=15$). Both groups trained with the same total training durations (203 min), lasting between 8 and 16 min for each training sessions ($>85\%$ of HRmax). The psychophysiological (heart rate, rating of perceived exertion and physical activity enjoyment), performance and technical responses were compared before and after the 6-week training period. Our results showed that both training interventions showed similar improvements in physiological responses, such as VO2max and body fat percentage responses. Both HIIT and OTT training strategy increased significantly jumping and sprinting performances from pre- to post-testing. OTT group induced significantly higher performance responses in terms of the agility and technical test performances as compared to HIIT. HIIT induced significantly higher performance responses in terms of the 400m run time as compared to OTT. In conclusion, our results confirmed that tennis-specific on-court drills may be a more effective training method for improving agility and technical ability with greater physical enjoyment, whereas HIIT could be used for speed-based conditioning in young tennis players.

Dirençli Pliometrik Antrenmanın Adolesan Erkek Basketbolcularda Anaerobik Kapasiteye Etkisinin Araştırılması

Ömer PAMUK¹, Kadir GÖK², Ela Naz DÖĞER², Gürkan BİLGİN³, Ömer H. ÇOLAK², Nehir ÇOLAK⁴, Nurlan HASANLI¹, Aliye GÜNDOĞDU¹, Y. Gül ÖZKAYA¹

¹Akdeniz Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya /TÜRKİYE

²Akdeniz Üniversitesi, Mühendislik Fakültesi, Elektrik-Elektronik Mühendisliği Bölümü, Antalya /TÜRKİYE

³Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Teknik Bilimler Meslek Yüksekokulu, Burdur/ TÜRKİYE

⁴Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu, Burdur/ TÜRKİYE

ÖZET

Amaç: Bu çalışmanın amacı 12 haftalık dirençli pliometrik antrenman programının, adolesan erkek basketbolcularda anaerobik kapasite ve yorgunluk indeksi parametrelerine etkisinin araştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmaya yaş ortalamaları 15,8±0,8 yıl olan ve en az 4 yıldır düzenli basketbol antrenmanı yapan 35 erkek katıldı. Çalışmada kontrol (K), pliometrik (P) ve dirençli pliometrik (DP) olarak üç grup oluşturuldu. On iki hafta süresince, tüm gruplar haftada 5 gün, standart basketbol antrenmanlarına devam ettiler. P grubu ek olarak haftada 3 gün düşük güç, yüksek hızda pliometrik sıçrama yaparken, DP grubu ise P grubunda uygulanan pliometrik çalışmayı, "Vertimax®" cihazı kullanarak, dirençli pliometrik antrenman programı olarak gerçekleştirdi. Sporcular fiziksel özellikleri (yaş, spor yaşı, boy, kilo), ortalama anaerobik güç, yorgunluk indeksi ve her bir etapta elde edilen anaerobik güç bakımından çalışmanın başlangıcında ve sonunda karşılaştırıldı. Anaerobik güç ölçümünde tekrarlı sprint koşu testi (RAST) kullanıldı. Her bir gruba ait fiziksel özellikler, ortalama anaerobik güç ve yorgunluk indeksi parametrelerinin ilk ve son ölçümlerinin karşılaştırılmasında t testi, gruplar arası ve tekrarlı karşılaştırmalarda varyans analizi kullanıldı.

Bulgular: Çalışmanın başlangıcında fiziksel özellikler veya anaerobik güç parametreleri bakımından gruplar arasında istatistiksel farklılık bulunmadı. Antrenman programını takiben P ve DP gruplarında ortalama anaerobik performans ve yorgunluk indeksi bulgularında ilk ölçüme göre istatistiksel olarak fark saptanmazken, K ve DP gruplarında her bir etapta elde edilen anaerobik güç değerlerinin arttığı saptandı. Tüm grupların son ölçümlerinin her bir tekrar etabındaki anaerobik güç değerleri incelendiğinde DP grubunda 2,3,4,5 ve 6. etaplarda anaerobik güç değerlerinin diğer 2 gruba göre yüksek olduğu saptandı. P grubunda anaerobik güç, 2,3,4 ve 5. etaplarda K grubuna göre daha düşüktü. **Sonuç:** Bu çalışmanın bulguları, 12 hafta boyunca uygulanan pliometrik antrenman programının olası metabolik, biyomekanik ve/veya nöromusküler değişikliklerle tekrar etaplarında anaerobik gücü azalttığını, dirençli pliometrik antrenman programının ortalama anaerobik güç ve yorgunluk indeksini etkilemediğini, buna karşılık tekrar etaplarında elde edilen anaerobik gücü arttırdığını ortaya koydu.

Anahtar Kelimeler: basketbol, dirençli pliometrik, anaerobik kapasite, rast.

The Effect Of Resistant Pliometric Training On Anaerobic Capacity in Adolescent Male Basketball Players

Ömer PAMUK¹, Kadir GÖK², Ela Naz DÖĞER², Gürkan BİLGİN³, Ömer H. ÇOLAK², Nehir ÇOLAK⁴, Nurlan HASANLI¹, Aliye GÜNDOĞDU¹, Y. Gül ÖZKAYA¹

¹ Department of Sports and Health Sciences, Faculty of Sports Sciences, Akdeniz University, Antalya / TURKEY

² Department of Electrical and Electronics Engineering, Faculty of Engineering, Akdeniz University, Antalya / TURKEY

³ Vocational School of Technical Sciences, Mehmet Akif Ersoy University, Burdur / TURKEY

⁴ Vocational School of Health Services, Mehmet Akif Ersoy University, Burdur / TURKEY

ABSTRACT

The purpose of this study is to investigate the effect of resistance plyometric training program for 12 weeks on selective parameters of anaerobic power in basketball players. Thirty five male athletes aged $15,8 \pm 0,8$ years and exercise-trained for at least 4 years were participated into this study. The athletes were assigned to one of three groups as control (C), plyometric training (P) and resistance plyometric training (RP). All groups continued to a standard basketball training program while P group was additionally trained by a low force, high speed plyometric jumping exercises and RP group was performed same pliometrics with resistance by using the "Vertimax©" device for 3 days a week for 12 weeks. Repetitive sprint running tests (RAST) were used to measure anaerobic capacity. Physical characteristics, mean anaerobic power, fatigue index and anaerobic power obtained at each stage were compared at the pre- and post-training period. A t test was used to compare pre-post training measurements, and analysis of variance was used to compare the differences in repeated measurements among groups. In the pre-, or post-training period, no statistical differences were found in physical or anaerobic power parameters among groups. However, the anaerobic power at the 2nd, 3rd, 4th, 5th and 6th stages of DP group were significantly higher than other two groups, and those at 2nd, 3rd, 4th and 5th stages of P group were lower than C group. **In conclusion**, the results of this study revealed that although pliometric training program applied for 12 weeks resulted a decrease in anaerobic power at repeated stages of running possibly due to metabolic, biomechanical and/or neuromuscular alterations and resistance plyometric training did not cause any effect on mean anaerobic power or fatigue index, a prominent increase in anaerobic power obtained from repeated stages of running test were found by resistance pliometrics.

Key words: basketball, resistance plyometrics, anaerobic capacity, repeated anaerobic sprint test

SB288

Genç Futbolcularda Isınmada Yapılan Ön Yüklenmenin Sıçrama ve Sürat Performansına Akut Etkisi

¹Erhan Işıkdemir, ¹Yusuf Köklü, ¹Özlem Kılıç, ¹Bilal Utku Alemdaroğlu

¹Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

Email : erhanisikdemir20@gmail.com, ykoklu@pau.edu.tr, ozlemkiloglu@pau.edu.tr, utkualemdaroglu@yahoo.com

Çalışmanın amacı, genç sporcularda ısınmada yapılan ön yüklenme sonrası verilen farklı dinlenme aralıklarının, aktif sıçrama ve 10-30 metre sürat performanslarına ve kas aktivasyonlarına olan etkisini incelemektir.

Çalışmada, Denizlispor alt yapısında oynayan 12 futbolcu (yaş:17,0 ± 0,6 yıl; boy uzunluğu: 175,0 ± 3,5 cm; vücut ağırlığı: 67,0 ± 5,4 kg) gönüllü olarak yer almıştır. Çalışmanın ilk haftasında futbolcular, hem yarım skuat hareketi hem de testler için uyum antrenmanı yapılmış ve yarım skuat hareketinde bir tekrar maksimumları (1TM) belirlenmiştir. İkinci haftadan itibaren futbolculara en az iki gün aralıklı, rastgele sıra ile ön yüklenmesiz (ÖYZ) ve 4 farklı dinlenme süresi (1dk, DNL1; 2dk, DNL2; 3dk, DNL3; 4dk, DNL4) kullanarak ön yüklenme sonrasında, aktif sıçrama ve 10 - 30m sürat testleri yapılmıştır. Futbolculara her test gününde öncelikle bisiklet ergonometresinde 60rpm'de 5dk ısınmanın ardından 2dk dinlenme verilmiştir. Sonra 10 tane kendi vücut ağırlıkları ile skuat yaptırılmıştır. Daha sonra 1TM'in %90'ında 3 tekrar yarım skuat performansı gerçekleştirmişlerdir. 3 tekrar yarım skuat sonrası, farklı dinlenme süreleri verilmiş ve sonrasında sıçrama ve sürat testleri yapılmıştır. Futbolcuların ayrıca aktif sıçrama ve 10- 30m sürat testleri sırasında vastus lateralis (VL) ve semitendinosus(ST) kas gruplarına ait kas aktivasyonları kaydedilmiştir.

Tekrarlı ölçümlerde varyans analizi testi sonucunda elde edilen verilere göre futbolcuların DNL4 sonrasında aktif sıçrama, 10 ve 30m sürat performanslarında ÖYZ performanslarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir iyileşme gözlenmiştir (p<0.05). Bununla birlikte DNL4 sonrası futbolcuların aktif sıçrama (sağ ve sol VL ve ST), 10 m (Sağ VL) ve 30m (Sağ VL ve Sol ST) sürat performansları süresince, ÖYZ performanslarından istatistiksel olarak anlamlı daha fazla bir kas aktivasyonu göstermişlerdir (p<0.05).

Sonuç olarak, antrenörler ve spor bilimciler antrenmanın ısınma bölümünde ek ağırlık kullanarak bir ön yüklenme ve sonrasında sıçrama veya sürat performansı gerçekleştirmeyi planlıyor ise, sporcuların sıçrama ve sürat performanslarının daha iyi olması için ön yüklenme sonrasında 4 dk dinleme aralığı verilmesi önerilmektedir.

The Acute Effect Of Pre-Loading in Warm Up On Jump And Sprint Performances in Young Football Players

The aim of this study was to examine the effects of different rest intervals in warm-up period after preloading on counter movement jump (CMJ), 10 and 30 meter sprint performance and muscle activation of young players.

12 players (age: 17.0 ± 0.6 years; height: 175.0 ± 3.5 cm; body weight: 67.0 ± 5.4 kg) participated in the study voluntarily. Players attended familiarization training in the first week of the research for both half squat and performance tests. After familiarization, one repeat maximal of half squat values of the players were determined. Beginning from the second week, the players performed CMJ and 10 and 30m sprint tests without preload and with preload in four different rest interval (1min., DNL1; 2min., DNL2; 3min., DNL3; 4min, DNL4) in randomized order. After standardized warm up procedure, players rested 2min. and performed 10 repetition squat with their own body weight or 3 repetition half squat at %90 of one repeat maximum of their half squat performance and rested in four different rest intervals and performance tests were carried out.

During the whole test process, vastus lateralis (VL) and semitendinosus (ST) muscles' activation of the players were recorded for further analysis. Repeated ANOVA was conducted to analyze the obtained data of the study.

According to results, there was a statistically significant improvement in CMJ and 10 and 30m sprint performances after DNL4 ($p<0,05$). Additionally, there was a statistically significant increase in VL and ST muscle groups' activation of each leg after DNL4 during CMJ, 10m and 30m sprint performances ($p<0,05$).

As a conclusion, when sports scientists and coaches plan preload session with using extra weight in warmup session and then jump and sprint tasks, it is suggested to rest 4min. after preload to get better jump and sprint performances.

Keywords: PAP, Sprint, Jump, Squat

SB292

Sporcularda Fonksiyonel Hareket Analizi ile Alt Ekstremitte İzokinetik Kas Kuvvet Dengesi Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi-Pilot Çalışma

¹Tuğba Birben, ¹Necmiye Ün Yıldırım, ¹Bihter Akınoğlu, ²Tuğba Kocahan

¹Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü , Ankara

²Gençlik ve Spor Bakanlığı, Spor Genel Müdürlüğü, Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı, Eryaman, Ankara

Email : birbentugba@gmail.com, necmiyeu@yahoo.com, rgkardelen@yahoo.com, kocahantu@gmail.com

Giriş ve Amaç: Hareket analiz sistemleri kişi yaralanmadan önce, oluşabilecek sakatlığı tahmin etmede ve olası sakatlığa yönelik önlem almada kullanılan yol gösterici araçlardır (1). Fonksiyonel hareket analizi (FMS) bunlardan biridir ve temel lokomotor, manipulatif ve stabilizer hareketleri gözlemlemeye yöneliktir (2). Benzer şekilde izokinetik sistemler de, kas kuvveti ve imbalansını belirlemek için kullanılan etkili bir yöntem olarak kabul edilmektedir (3). Amacımız FMS ve izokinetik kas imbalansı arasındaki ilişkiyi objektif verilerle kıyaslamaktır.

Yöntem: Çalışmamıza 11 grekoromen güreş sporcusu dahil edildi. Her iki diz izokinetik kas kuvveti 60°/sn açısal hızda 10 tekrar ve 180°/sn açısal hızda 30 tekrar olarak İSOMED 2000 cihazı ile değerlendirildi. Sporcuların FMS değerlendirmeleri Gray Cook'un belirlemiş olduğu 7 temel parametre altında katılımcılara gerekli sözel yönlendirmeler verilerek gerçekleştirildi. Bulgular: 60°/sn ve 180°/sn açısal hızlarında fleksör ve ekstansör pik tork değerleri, fleksiyon/ekstansiyon oranı ve sağ-sol arası fark ile alt ekstremitayı ilgilendiren FMS parametreleri arasında dominant ve nondominant taraflarda korelasyon tespit edildi.

Tartışma: Gerçekleştirdiğimiz pilot çalışma sonucunda FMS'nin alt ekstremitayı ilgilendiren alt parametreleri ile izokinetik diz değerlendirmesi arasında bazı parametrelerde korelasyon olduğu objektif verilerle kanıtlanmıştır. Bu durum bize FMS ile izokinetik test parametreleri arasında ilişki olduğunu göstermektedir. Kişi sayısı ve spor branşı çeşitliliği artırılarak, izokinetik test sonucunda elde edilen hangi parametrelerin sportif yaralanmaları tahmin etmede önemli olduğunu araştıran çalışmalara ihtiyaç vardır.

1. Chimera, Nicole J., and Meghan Warren. "Use of clinical movement screening tests to predict injury in sport." World journal of orthopedics 7.4 (2016): 202. 2. Cook G, Burton L, Fields K, et al. Functional movement screening: Upper and lower quarter applications. Presented at the Mid- America Athletic Trainer's Annual Symposium. Sioux Falls, South Dakota; 1999. 3. Tortop, Yunus. "Güreşçi ve Futbolcuların Quadriceps ve Hamstring Kas Kuvvetlerinin İzokinetik Sistemle Değerlendirilmesi ve Sakatlık Eğilimlerinin Araştırılması." (2009).

The Relationship Between Functional Movement Screen and Lower Extremity Isokinetic Muscle Strength Balance in Athletes-Pilot Study

Introduction And Objectives: Movement analysis systems are the guiding tools which are used in predicting injuries that may result personal injury and in taking precautions against possible injuries (1). Functional movement screening (FMS) is one of them, and observe that the basic locomotor, manipulative and stabilizer movements (2). Similarly, isokinetic systems are accepted as an effective method for determining muscle strength and imbalance (3). Our aim is to compare the correlation between FMS and isokinetic muscle imbalance with objective values.

Method: 11 greekoroman wrestling athletes included in our study. The isokinetic muscle strength of both knees was assessed with ISOMED 2000 instrument at 10 repetitions at 60°/sec angular velocity and 30 repetitions at 180°/sec angular velocity.

The FMS evaluations of the athletes were performed by giving the necessary verbal directions to the participants at the 7 basic parameters that Gray Cook identified. Findings: correlations were found between dominant and nondominant sides of the flexor and extensor peak torque values, the flexion/extension ratio at angular velocities of 60° / sec and 180 ° / sec. and FMS parameters of the lower extremity.

Discussion: As a result of our pilot study, it has been objectively showed that there was a correlation in some parameters between the sub- parameters of FMS in relation with lower extremity and isokinetic knee evaluation. This suggests that there is a relationship between FMS and isokinetic test parameters. There is a need for studies to investigate which parameters of isokinetic test results are important in predicting sporting injuries by increasing the number of cases and variety of sports branches.

1. Chimera, Nicole J., and Meghan Warren. "Use of clinical movement screening tests to predict injury in sport." *World journal of orthopedics* 7.4 (2016): 202. 2. Cook G, Burton L, Fields K, et al. Functional movement screening: Upper and lower quarter applications. 1999. 3. Tortop, Yunus. "Güreşçi.

SB300

8 Haftalık TRX Ekipmanı ile Yapılan Statik ve Dinamik Egzersizlerin Aerobik Performans Üzerine Etkileri

¹Mürsel Biçer, ¹Mustafa Özdal, ¹Süleyman Anbarcı, ¹Gümrah Şan

¹Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep

Email : mbicer@gantep.edu.tr, ozdalm@hotmail.com, gumrahsan26@gmail.com, sanbarci@gmail.com

Bu çalışmanın amacı, TRX ekipmanı ile yapılan statik ve dinamik egzersizlerin aerobik performans üzerine etkilerini araştırmaktır. Çalışmaya 35 sporcu gönüllü olarak katıldı. Çalışmada randomize yöntemle, TRX statik antrenman grubu (TS, n=7, yaş=22,42±1.61 yıl, boy=174,00±0,08 cm, vücut ağırlığı=66,57±6,94 kg), TRX dinamik antrenman grubu (TD, n=8, yaş=20,62±0,91 yıl, boy=170,00±0,06 cm, vücut ağırlığı=62,75±8,97 kg) core antrenman grubu (CG, n=10, yaş=21,00±2,35 yıl, boy=171,30±0,07 cm, vücut ağırlığı=61,50±10,89 kg) ve kontrol grubu (KG, n=10, yaş=20,80±0,91 yıl, boy=172,60±0,08 cm, vücut ağırlığı=63,50±9,31 kg) olacak şekilde belirlendi. 8 hafta ve haftada 3 gün TRX ekipmanı ile TS grubu statik, TD grubu dinamik egzersizlerden oluşan antrenman programına tabi tutuldu. CG'ye core egzersizlerinden oluşan bir antrenman programı uygulandı. KG'ye ise herhangi bir antrenman programı uygulanmadı. Deneklerin aerobik gücü ergoline bisiklet (Sana Bike 450F, Ergosana GMBH, Bitz, Germany) ve ergospirometre (MEC, PFT, ERGO 100) ile ölçüldü. Grupların ön test-son testleri arasında; TS, TD ve CG gruplarının VO2max ve relatif VO2max değerlerinde anlamlılık tespit edilmişken (p<0.05); bu parametrelerde KG'de anlamlılık tespit edilmemiştir (p>0.05). Gruplar arası farklarda; VO2max ve relatif VO2max değerlerinde TS, CG ve KG ile karşılaştırıldığında TD lehine anlamlı farklılık bulunmuştur (p<0.05). Sonuç olarak TRX ekipmanı ile yapılan egzersizlerin aerobik performansı olumlu yönde etkilediği söylenebilir.

The Effects of 8 Week Static and Dynamic Exercises Done with TRX Equipment on Aerobic Performance

The purpose of this study is to investigate the effects of exercises done with TRX equipment on aerobic performance. 35 athletes participated in the study voluntarily. With randomize method, TRX static training group (TRXS, n = 7, age = 22.42 ± 1.61 years, height = 174.00 ± 0.08 cm, body weight = 66.57 ± 6.94 kg), TRX dynamic training group (TRXD, n = 8, age = 20.62 ± 0.91 years, height = 170.00 ± 0.06 cm, body weight = 62.75 ± 8.97 kg), core training group (CTG, n = 10, age = 21.00 ± 2.35 years, height = 171.30 ± 0.07 cm, body weight = 61.50 ± 10.89 kg) and control group (CG, n = 10, age = 20.80 ± 0.91 years, height = 172.60 ± 0.08 cm, body weight = 63.50 ± 9.31 kg) were defined. 8 weeks and 3 days a week with TRX equipment TRXS, TRXD was applied to training program consisting TRXS static exercises and TRXD dynamic exercises. CTG was applied to a training program consisting of core exercises. No training program was applied to CG. The aerobic power of the subjects was measured with an ergoline bicycle (Sana Bike 450F, Ergosana GMBH, Bitz, Germany) and an ergospirometer (MEC, PFT, ERGO100). Among the pre-test and post-test of the groups; significance was determined in VO2max and relative VO2max parameters of TRXS, TRXD and CTG (p < 0.05); no significant difference was found in these parameters for CG (p > 0.05). Among the groups; VO2max and relative VO2max parameters were found significantly different in favor of TRXD compared to TRXS, CTG and CG (p<0.05). As a result, it can be said that the exercises done with TRX equipment affect the aerobic performance positively.

Açık Beceri Çabukluk Test Sisteminin (Reaktif Çabukluk Test Sistemi) Geçerlik Ve Güvenirliği

¹Ahmet Alptekin, ¹Bülent Ağbuğa, ¹Halit Egesoy

¹Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

Email : aalptekin@pau.edu.tr, bakboga@pau.edu.tr, hegesoy@pau.edu.tr

Amaç: Bu çalışmanın amacı, açık beceri çabukluğunu ölçebilmek için geliştirilen açık beceri çabukluk test sisteminin (RÇTS) geçerlik ve güvenilirliğini araştırmaktır. Yöntem: Araştırmaya, Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 84 öğrenci (XYAŞ = 21.49 ± 2.58 yıl, XBOY = 1.73 ± 0.09 m, XVA = 68.79 ± 11.15 kg) katılmıştır. Deneklerin görsel uyarana tepki çabukluğunun ölçümünde (Farrow, 2010) tarafından geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmış olan açık beceri çabukluk test protokolü örnek alınmıştır. Ölçümler toplamda dört hafta sürmüştür. 1. haftasında haftada 3 gün olmak üzere familirizasyon çalışması yaptırılmıştır. 2. haftasının ilk günü RÇTS fotosel kapılarına aynı düzlem ve dikey doğrultuda olacak şekilde ve RÇTS ile eşzamanlı veri toplama amacıyla, geçerlik ve güvenilirliği kanıtlanmış (Enoksen ve ark., 2008) Newtest test sistemi (NT) (Powertimer 300-series) fotosel kapıları yerleştirilmiştir. Isınma protokolünden sonra çalışmaya katılan deneklerin ilk ölçümleri alınarak çabukluk zamanı (toplam zaman) dereceleri kaydedilmiştir. Çalışmanın 3. ve 4. haftasında 2. haftadaki protokol uygulanmıştır. Ölçümlerin alındığı son 3 haftada her bir denek testi 3 kez yapmış, en iyi dereceleri değerlendirmeye alınmıştır. RÇTS'nin geçerlik ve güvenilirliğini belirlemek için çeşitli istatistiksel analizler yapılmıştır. İlk olarak NT'den ölçülen zaman değeriyle karşılaştırmada; 3 hafta boyunca RÇTS'den ölçülen zaman değerinin kendi içindeki güvenilirliği hesaplamak için sınıf içi korelasyon katsayısı (SKK) kullanılmıştır. İkinci olarak, 3 hafta süreyle alınan RÇTS'den ölçülen zaman değerlerinin kararlılığını incelemek için Cronbach's α analizi kullanılmıştır. Son olarak geçerlik hesabı için Pearson korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Tüm hesaplamalarda IBM SPSS istatistik 22 programı kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi 0.05 olarak kabul edilmiştir. Bulgular: RÇTS ve NT'den ölçülen zaman değerleri arasında mükemmel bir uyuma olduğu bulunmuştur (SKK=0.903, %95 GA:0.861-0.934, $p<0.001$). Pearson korelasyon analizi sonuçları da RÇTS ve NT'den ölçülen zaman değerleri arasında neredeyse tam bir ilişki olduğunu göstermiştir ($r=0.994$, $p<0.001$). Sonuç: RÇTS açık beceri çabukluğunu ölçebilmek için geçerli ve güvenilir bir sistem olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Geçerlik, Güvenirlik, Çabukluk, Açık beceri çabukluk test sistemi.

Validity And Reliability Of The Open Skill Agility Test System (Reactive Agility Test System)

Objective: The purpose of this study is to investigate the validity and reliability of the open skill agility testing system (RATS) developed to measure open skill speed. Method: Eighty-four students (XAGE = 21.49 ± 2.58 years, XHEIGHT = 1.73 ± 0.09 m, XBW = 68.79 ± 11.15 kg) from Pamukkale University Faculty of Sport Sciences participated in this research. An open-skill agility test protocol, in which validity and reliability studies were conducted by Farrow (2010) was used in the measurement of visual stimulus reaction speed of subjects. The measurements lasted four weeks in total. During the first week, a three-week weekly familization study was conducted. On the first day of the 2nd week, for the purpose of collecting data concurrently with RATS, Newtest system (Enoksen et al., 2008) photocells doors have been fixed by placing RATS' photocells in the same plane and vertical direction. After the warm-up protocol, taking the initial measurements of the subjects participating in the study; agility (total) time were recorded. During the 3rd and 4th week of the study, the 2nd week protocol was applied. During the last 3 weeks of taking measurements, each subject tested 3 times and the best grades were taken. Various statistical analyzes (intraclass correlation coefficient (ICC), Cronbach's alpha analysis, Pearson correlation coefficient) have been performed to determine the validity and reliability of RATS. IBM SPSS statistics program 22 was used for all calculations. Significance level was accepted as 0.05. Results: A perfect agreement was found between time values measured from RATS and NT (ICC=0.903, %95 CI:0.861-0.934, $p<0.001$). The Pearson correlation analysis results were also showed almost perfect correlation between the time values measured from RCS and NT ($r=0.994$, $p<0.001$). Conclusion: It has been determined that RATS is a valid and reliable system for measuring open skill agility.

Keyword: Validity, Reliability, Agility, Open skill agility test system.

SB322

Çocuklarda Sosyo-Ekonomik Düzeyin Fiziksel Ve Fizyolojik Performanslarıyla İlişkisi*

¹Dursun Güler

¹Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Amasya

Email : dursun.guler@amasya.edu.tr

Özet Amaç: Çocuklarda sosyo-ekonomik düzeyin sporcu performansı ile olan ilişkisinin belirlenmesi ve değerlendirilmesidir.

Yöntem: Çalışmaya, Burdur'daki ortaokullarda okuyan ve okullar arası futbol müsabakalarında futbol oynayan 109 gönüllü sağlıklı erkek öğrenci katıldı. Dataların analizinde, tüm parametrelere yönelik ortalama, standart sapma, maksimum ve minimum değerleri alındı. Çalışmaya katılan tüm öğrencilerin sosyoekonomik düzeyleri ile fiziksel, fizyolojik ve teknik özellikleri arasında ilişki olup olmadığı Korelasyon Analizi (Pearson) testi ile belirlendi.

Bulgular: Değerlendirme sonucunda, anne eğitim düzeyi ile barfikte kol çekme ($P<0,01$) ve dikey sıçrama ($P<0,05$) arasında; baba eğitim düzeyi ile kilo, VKİ, yağ yüzdesi, esneklik, barfikte kol çekme ve dikey sıçrama arasında ($P<0,05$) anlamlı doğrusal ilişki, baba eğitim düzeyi ile ektomorfik yapı arasında anlamlı ($P<0,05$) ters ilişki görülmektedir. Anne ve baba eğitim düzeyi arttıkça anaerobik güçte anlamlı ($P<0,01$) şekilde artmaktadır. Çocukların yaşadıkları çevre modernleştikçe 10 m koşu ($P<0,05$) ve 30 m koşu ($P<0,01$) performansları anlamlı pozitif ilişki göstermektedir. Çocuklar kendilerine ait odaya sahip oldukça vücut yoğunluklarında anlamlı ($P<0,05$) artış gözlenirken, esneklikleri ve endomorfik yapılarında anlamlı ($P<0,05$) düşüş gözlenmektedir. Diğer değişkenlerle performans kriterleri arasında istatistiki bakımdan anlamlı ($P>0,01$, $P>0,05$) bir ilişki bulunmamaktadır.

Sonuç: Sürekli aktif olan çocuklarda, anne-baba eğitimi ve yaşam çevrelerinin kol ve bacak kuvvetleri, yağ düzeyleri, hareketlilik ve anaerobik güçlerine olumlu etkileri olmasıyla birlikte bazı sosyo-ekonomik parametre etkilerinin ortadan kalktığı ifade edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Sosyo-ekonomik durum, sportif performans, sporcu çocuklar

*Bu çalışmanın bir kısım verileri Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Komisyonu tarafından desteklenen 017- NAP-07 no'lu projeden alınmıştır.

The Determined Of The Relationship With Athlete Performance Of The Socio-Economic Level in Children

Abstract Purpose: The aim of this study, it is determined of the relationship with athlete performance of the socio-economic level in children.

Method: Total 109 students who were male football players in the teams which took place in football championships at primary schools in Burdur. At the statistical analyses of the datas were obtained the mean, standard deviation, maximum and minimum values for all parameters and orrelation Analyses (Pearson) tests were used for the evaluation of the relationship between the physical, physiologic and technic characteristics with socio-economic level of the participants.

Finding: it was observed significant relationship between strength in pull-up ($P<0,01$) and vertical jump ($P<0,05$) with education of children's mother. It was observed significant relationship between body weight, BMI (Body Mass Index), fat percentage, flexibility, strength in pull up and vertical jump ($P<0,05$) with education of children's father and, significant negative relationship between ectomorphic structure ($P<0,05$) with education of children's father. It increased as significant ($P<0,01$) children's anaerobic power when education levels of children's father and mother are increasing. It increased as significant children's 10 m run ($P<0,05$) and 30 m run ($P<0,01$) performances when children's living environments are modernizing. It was found that significant relationship between children's body density ($P<0,05$), negative significant relationship ($P<0,05$) between children's flexibility and endomorphic structure that children have to one's room in their home. It was observed non significant relationship ($P>0,05$, $P>0,01$) among other variables Conclusion: As a result, it was able to tell that it increased as positive of their arm and leg strengths, fat levels, flexibilities and anaerobic powers of educations of children's father and mother and living environments and even so, it disappeared effects of some socio- economic parameter at constantly active children,

Keywords: Socio-Economic State, Sportive Performance, Athlete Children.

SUNULMADI

SB324

Farklı Dozlarda Kafeinin Ağızda Çalkalanmasının Tekrarlı Sprint Performansı Üzerine Etkileri

¹Raci Karayığit, ¹Hakan Karabıyık, ¹Burak Çağlar Yaşlı, ¹Mitat Koz, ¹Gülfem Ersöz

¹Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : racikarayıgit@hotmail.com

Giriş: Kafein alımının dayanıklılık, sprint ve kuvvet performansı üzerine etkileri bilinmektedir. Son zamanlarda, özellikle aç karna kafeinin ağızda çalkalanmasının ergojenik etkisi gösterilmiştir. Bilgimize göre, farklı dozlarda kafeinin ağızda çalkalanmasının tekrarlı sprint yeteneği üzerine etkisi ilk kez araştırılacaktır.

Metot: Bu çalışmaya 13 amatör takım sporcusu katılmıştır. Alışma test gününün ardından, katılımcılar randomize, karşıt dengeli, çapraz döngülü araştırma dizaynı ile 4 test gününe katılmışlardır: plasebo (PLA), %1 ağırlık/hacim kafein ağız çalkalama (LCAF), %2 a/h kafein ağız çalkalama (MCAF), %3 a/h kafein ağız çalkalama (HCAF). 10 saat gece boyu açlığın ardından, katılımcılar bisiklet ergometresinde 2 setlik 5x6 saniyelik tekrarlı sprint protokolünü setler arasında 4 dakika, sprintler arasında 24 saniye 60 watta aktif toparlanma ile test protokolünü gerçekleştirmişlerdir. Her sprintten önce katılımcılar 10 saniye boyunca çözeltleri ağızlarında çalkalamışlardır. Kalp atım hızı (KAH), laktat (LA) ve kas ağrısı (KA) dinlenik durumda ve her setten sonra ölçülmüştür. Performans ve fizyolojik parametrelerin analizinde tekrarlı ölçümlerde çift yönlü anova kullanılmıştır.

Sonuç: pik ve ortalama güçte ($p>0,005$), LA ($p>0,005$), KAH ($p>0,005$), KA ($p>0,005$) verilerinde denemeler arası anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Tartışma: Bu çalışma farklı dozlarda kafeinin ağızda çalkalanmasının amatör takım sporcularında tekrarlı sprint performansı ve diğer fizyolojik parametreler üzerine etkisi olmadığını göstermiştir. Sonuçlarımız diğer araştırma sonuçları ile paralellik göstermektedir. Gelecekteki araştırmalar kafeinin ağızda çalkalanmasının dayanıklılık performansı üzerine etkileri incelenmeli. Kizzi J. et al. Influence of a caffeine mouth rinse on sprint cycling following glycogen depletion. Euro J Sport Sci. 2016; 16:1087-1094. Sinclair J. et al. The effects of carbohydrate and caffeine mouth rinsing on arm crank time-trial performance. J Sport Research. 2014; 1: 34-44.

Effects of Different Doses of Caffeine Mouth Rinsing on Repeated Sprint Performance

Intruduction: The ergogenic benefits of caffeine intake on endurance, sprint and strength performance have been well known. Recently, it has been further shown that mouth rinsing of caffeine can be also ergogenic especially in the fasted state. To our knowledge, this is the first time to investigate the effects of different doses of caffeine mouth rinsing on repeated sprint ability.

Method: Thirteen amateur team players participated in this study. Following familiarization, in a randomized, crossover, counterbalanced research design, subjects were submitted to four experimental conditions: Placebo (PLA), %1 w/v caffeine mouth rinse (LCAF), %2 w/v caffeine mouth rinse (MCAF), %3 w/v caffeine mouth rinse (HCAF). Following 10 hour overnight fasting, subjects performed 2 sets of 5x6 seconds repeated sprint protocol with 4 minutes active recovery between sets (60 watt) and 24 seconds active recovery (60 watt) between sprints on a cycle ergometer. Before each sprint, subjects rinsed the solution (placebo or caffeine) 10 seconds durations. Heart rate (HR), blood lactate (LAC), muscle pain (MP) were measured at resting state and immediately after each set. Performance and physiological parameters analyzed by repeated measures two-way ANOVA.

Results: No significant differences were found for peak ($p>0,005$) and mean power ($p>0,005$) at each set, LAC ($p>0,005$), HR ($P>0,005$), MP ($P>0,005$) between sessions at any time points.

Conclusion: This study demonstrated that different doses of caffeine mouth rinsing doesn't effect on amateur team players' repeated sprint performance and other physiological parameters. Our results are consistent with other research. Further research should investigate effect of caffeine mouth rinse on prolonged endurance performance.

SB332

Farklı spor branşlarında dinamik denge yeteneği ve esnekliğin karşılaştırılması

¹Manolya Akın, ¹İnci Kesilmiş, ¹Mehmet Melih Kesilmiş

¹Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Mersin

Email : manolya66@gmail.com, melincikesilmis@hotmail.com, ruimelih@hotmail.com

Eskrim ve yüzme vücudun değişik yerlerine en geniş ölçüde uzanma ve gerilme imkanı veren, bacak ve kolların koordineli kullanılmasıyla yatay hareketin sağlanması için core bölge olarak adlandırılan vücudun denge merkez kasları başta olmak üzere kol, bacak, sırt, omuz, karın kaslarının uyumlu bir şekilde çalıştırıldığı spor dallarıdır. Aynı zamanda eskrimciler hamle durumlarında, yüzücüler ise ayak çırparken plantar ve dorsi fleksiyon hareket açıları için kullanılmalarına ihtiyaç duymaktadırlar. Buradan hareketle bu araştırmanın amacı, eskrimciler ve yüzücülerin dinamik denge yeteneği ve plantar- dorsi fleksiyon hareket açıları için karşılaştırılmasıdır. Araştırmaya yaş ortalaması 15.74±1.90yıl ve antrenman yılı 4.97±.37yıl olan 43 eskrimci ile; yaş ortalaması 15.36±1.65yıl ve antrenman yılı 5.98±2.35 yıl olan 25 yüzücü gönüllü olarak katılmıştır. Dinamik denge yeteneği prokin tecnobody ile bipedal-sağ-sol ayaklar için 30 sn. süresince ölçülmüştür. Plantar ve dorsi fleksiyon ölçümü için katılımcılar muayene masasında oturur pozisyonda iken gonyometre lateral malleolusun üzerinde yerleştirilmiş ve aktif ölçüm yapılmıştır. İstatistiksel analizler için dağılımın normal olması sebebiyle bağımsız gruplar t testi kullanılmıştır. Çift-sağ ve sol ayak dinamik denge yeteneği arasındaki fark eskrimciler lehine istatistiksel olarak fark arz etmektedir (p<.05). Benzer şekilde, sağ-sol ayak dorsi fleksiyon hareket açısı arasındaki fark eskrimciler lehine istatistiksel olarak anlamlıdır (p<0.001). Plantar fleksiyon hareket açıları için ise eskrimciler ve yüzücüler arasında fark gözlenmemiştir. Eskrimciler lehine gözlenen farklar, dorsi fleksiyon eklem hareketlerinin çok sık kullanılması, eskrimde rakibe karşı koyarken denge yeteneğinin gelişiminin desteklenmiş olabileceği ve yüzmenin havuzda gerçekleştiriliyor olmasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Eskrim, Yüzme, dinamik denge, plantar fleksiyon, dorsi fleksiyon.

Comparison Of Dynamic Balance Ability And Flexibility İn Different Sports

Fencing and swimming; allowing the widest range of reaching and stretching to different parts of the body, coordinated use of the legs and arms is the core of the body to provide horizontal movement and the balance center muscles that called the core region, especially the muscles of the arms, legs, backs, shoulders and abdominals. At the same time, the fencers in the case of moves and swimmers while flapping need to use plantar and dorsiflexion movements. So the aim of this research was to compare dynamic balance ability (bipedal, right, left foot) and plantar-dorsi flexion range of motion in fencers and swimmers. 43 fencers participated as volunteer with mean age 15.74±1.90year and mean training year 4.97±2.37year. 25 swimmers participated as volunteer with mean age 15.36±1.65 yr. and mean training year 5.98±2.35 yr. Dynamic balance measured while participants were standing in the anatomical position with prokin techno body for bipedal, right, left foot. Plantar and dorsal flexion range of motion measured while participants in seated position on the examination table and goniometer placed on the lateral malleolus. For statistical analyses; as the distribution showed normality independent samples t test was used. There were significant differences between bipedal (p<0.05), right foot (p<0.05), left foot (p<0.05) dynamic balance ability in favor of fencers. Also there was significant difference between right and left foot dorsal flexion range of motion (p<0.001) in favor of fencers. There was no significant difference in plantar flexion range of motion between fencers and swimmers. It is thought that the differences observed in favor of fencers may be due to the frequent use of dorsal flexion joint movements, the development of equilibrium ability may be supported while countering the rival in fencing, and that the swimming is performed in the pool.

Keywords: Fencing, swimming, dynamic balance, plantar-dorsal flexion

Badmintoncularda Kangoo Jump Kullanımının Dinamik Denge Yeteneği Üzerine Etkisi

¹*İnci Kesilmiş, ¹Manolya Akın, ¹Mehmet Melih Kesilmiş*

¹Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Mersin

Email : melincikesilmis@hotmail.com, manolya66@gmail.com, ruimelih@hotmail.com

Ülkemizde son yıllarda kullanılmaya başlanan kangoo jump; İsveçli bilim adamlarının uzun süren araştırma ve geliştirme çalışmaları sonucunda ortaya çıkmıştır. Kangoo jump antrenmanlarının eklemli koruduğu, anaerobik ve aerobik dayanıklılığı arttırdığı, çoğu sporunun yaşadığı sakatlık risklerini azalttığı, çocuklarda fiziksel gelişim için kullanıldığı bilinmektedir. Performans gelişimini sağlamak için kullanılacak olan antrenman metodları, sporunun beceri seviyesine ve antrenman düzeyine bağlıdır. Her spor dalında olduğu gibi badminton sporunda da yaşa ve cinsiyete göre antrenman programları özenle hazırlanmalıdır. Amaca yönelik yapılan antrenman programları disiplinli ve metodik uygulamalar ile verimli hale getirilebilir. Kangoojump antrenmanlarının postürel denge için olumlu sonuçlandığını gösteren çalışmalar mevcuttur. Fakat, literatür incelendiğinde badminton antrenmanlarında kangoojump kullanımı ile ilgili herhangi bir araştırmaya rastlanamamıştır. Buradan hareketle bu araştırmada 8 haftalık badminton antrenmanlarının ısınma evresinde kangoo jump kullanan grup ile kullanmayan grup arasında çift-sağ-sol ayak dinamik denge parametrelerinin ön test ve son test verilerinin karşılaştırılması amaçlanmıştır. Araştırma öncesinde etik kurul raporu alınmış ve katılımcılara Helsinki kriterlerine göre hazırlanmış bilgilendirilmiş onam formu imzalatılmıştır. Araştırmaya yaş ortalaması 12.75±.98 yıl, boy uzunluğu ortalaması 150.65±6.97 cm, vücut ağırlığı ortalaması 45.37±9.45 kg olan toplam 40 bayan gönüllü olarak katılmıştır. Dinamik denge yeteneği prokin tecnobody cihazı ile denekler ayakta anatomik pozisyonda iken çift-sağ-sol ayaklar için ölçülmüştür. İstatistiksel analizler için dağılım normallik gösterdiğinden bağımsız gruplar t testi kullanılmıştır. Antrenmanlara başlamadan önce gruplar arasında fiziksel özellikler ve dinamik denge değerleri arasında fark bulunmamıştır. 8 haftalık kangoojump antrenmanı sonrasında kangoojump kullanan grup ile kullanmayan grup arasında çift-sağ-sol ayak dinamik denge yeteneği arasındaki fark kangoojump grubu lehine istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (p<.05). Günümüzde farklı antrenman gereçlerine ilgi artmaktadır. Başarılı sporcuların uzun süreli antrenmana katılımı sıkıcılığı artırmaktadır. Antrenmanların ekipmanlar ile desteklenmesi veriminde artmasını sağlayacaktır. Bu nedenle özellikle araştırmamızdaki yaş gruplarının kangoojump ile antrenman yapması hem dinamik denge gelişimine katkı sağlayacak hem de antrenmanları daha eğlenceli hale getireceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Kangoo jump, dinamik denge, badminton.

Effects Of Using Kangoo Jump On Dynamic Balance Ability İn Badminton Players

Kangoo jump started to be used in our country in recent years; It has emerged as result of long-standing research and development work by Swedish scientists. Kangoojump training is known to protect joints, increase anaerobic and aerobic endurance, reduce the risk of disability for most athletes, and be used for physical development in children. The training methods to achieve performance improvement depend on the skill level of the athlete. There are some studies that showed kangooJump workouts are positive for postural balance. However, when the literature is examined, no research has been found on the use of kangoojump in badminton training. In this study it was aimed to compare pre-test and post- test data of bipedal-left-right foot dynamic balance ability between kangoojump group and non-kangoojump group in warming of 8-week badminton training. An ethics committee report was get and informed consent form prepared according to the Helsinki criteria was signed. Totally 40 female participated voluntarily with mean age 12.75±.98 year and mean body height 150.65±6.97 cm and mean body weight 45.37±9.45kg. Dynamic balance measured while participants were standing in the anatomical position with prokin tecnobody for bipedal-right-left foot. Independent samples t test was used for statistical analysis. There was no difference between physical properties and dynamic balance values between the groups before starting the training. The difference between the bipedal-right-left foot dynamic balance ability between the kangoojump group and not using kangoojump group after 8 weeks training was found statistically significant in favor of kangoojump group (p<.05).

Today, interest in different training equipment is increasing. Successful athletes participation of long-term training increases the aridity. Supporting training with equipment will increase productivity. It is considered that the age groups in our research to train with kangoojump will contribute to dynamic balance development and make training more enjoyable.

Genç Kano Sporcularının Bazı Sportif Performans Özelliklerinin Belirlenmesi

¹Selami Yüksek, ¹Fatih Gür, ¹Vedat Ayan, ¹Fatih Bektaş, ¹Burak Kural

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Trabzon

Email : selami.yuksekk@ktu.edu.tr, fatih-gur@hotmail.com, vayan61@gmail.com, fatihbektas61@gmail.com, burakkurall@gmail.com

Bu araştırma; genç kano sporcularının bazı sportif performans özelliklerini belirlemek amacıyla yapıldı.

Araştırmaya Türkiye Olimpiyat Hazırlık Merkezi (TOHM) sporcusu 12 erkek (yaş ortalamaları; 16.41±1.31, boy uzunluğu ortalamaları; 168.5±9.9, vücut ağırlığı ortalamaları; 62.16±11.42, antrenman yaşı ortalamaları; 2.75±1.35) ve 11 kız sporcu (yaş ortalamaları; 16.90±2.07, boy uzunluğu ortalamaları; 161.09±5.06, vücut ağırlığı ortalamaları; 55±5.58, antrenman yaşı ortalamaları; 5.09±2.42) katıldı. Çalışmada tanımlayıcı araştırma modeli kullanıldı. Sporcuların esneklik değerleri; dijital fleksiyon metre cihazı, kuvvet değerleri; el ve sırt dinamometresi, 60 sn. şınav ve mekik testi, sürat değerleri; 20m. sürat testi, çeviklik değerleri; Illinois testi, denge değerleri; Flamingo testi, anaerobik güç değerleri; dikey sıçrama testi ve maksimal aerobik güç değerleri; 20m. mekik koşusu testi kullanılarak belirlendi. Verilerin değerlendirilmesinde aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri kullanıldı.

Erkek sporcuların değerleri, esneklik; 12.39±7.37 cm, dominant el kavrama; 42.43±11.05 kg, sırt kuvveti; 122.54±34.78 kg, şınav; 27.75±9.69 adet, mekik; 26.33±4.16 adet, sürat; 2.98±0.29 sn, çeviklik; 16.97±1 sn, denge; 2.58±2.87 adet, anaerobik güç; 91.53±19.86 kg- m/sn, max.VO₂; 52.4±6.32 ml/kg/dk. olarak bulundu. Kız sporcuların değerleri ise esneklik; 16.66±5.3 cm, dominant el kavrama; 32.64±5.37 kg, sırt kuvveti; 84.18±12.26 kg, şınav; 17.54±5.02 adet, mekik; 25.27±4.77 adet, sürat; 3.27±0.20 sn, çeviklik; 18.46±1.12 sn, denge; 2.09±2.34 adet, anaerobik güç; 74.41±13.44 kg-m/sn., max.VO₂; 36.1±6.77 ml/kg/dk. olarak bulundu.

Sonuç olarak; kano sporcularının sportif performansa doğrudan etki ettiği düşünülen bazı fiziksel ve fizyolojik parametreleri belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel Uygunluk, Kano, Performans.

Determination Of Some Sporting Performance Characteristics Of The Young Canoe Athletes

This study was conducted to determine some sporting performance characteristics of young canoe athletes.

From the Turkey Olympic Preparation Center (TOHM), 12 male athletes (mean age 16.16±1.19, height 168.5±9.9, body weight 62.16±11.42, and mean training age 3.75±1.35) and 11 female athletes (mean age 16.54±1.5, height 161.09±5.06, body weight 55±5.58, and mean training age 5.09±2.42) participated in the study. A descriptive research design was used in the study. Flexibility values of the athletes were determined by a digital flexometer device, the force values by hand and back dynamometer, to determine the endurance values, 60 sec. push-up and pull-up tests were used, speed values were determined by 20m speed test, agility values were determined by Illinois test, balance values were determined using Flamingo test, anaerobic power values were determined by vertical jump test and maximal aerobic power values were determined by 20m pull-up run test. Arithmetic mean and standard deviation used in the evaluation of the data.

The values of male athletes were 12.39 ± 7.37 cm in flexibility, dominant hand grip 42.43 ± 11.05 kg, back strength 122.54 ± 34.78 kg, push-up 27.75 ± 9.69 times, pull-up 26.33 ± 4.16 times, speed 2.98 ± 0.29 sec, agility 16.97 ± 1 sec, balance 2.58 ± 2.87 times, anaerobic power 91.53 ± 19.86 kg-m/sec, max. VO2 52.4 ± 6.32 ml/kg/min. The values of female athletes were 16.66 ± 5.3 cm in flexibility, dominant hand grip 32.64 ± 5.37 kg, back strength 84.18 ± 12.26 kg, push-up 17.54 ± 5.02 times, pull-up 25.27 ± 4.77 times, speed 3.27 ± 0.20 sec, agility 18.46 ± 1.12 sec, balance 2.09 ± 2.34 , anaerobic power 74.41 ± 13.44 kg-m/sec, max. VO2 36.1 ± 6.77 ml/kg/min.

As a result, some physical and physiological parameters believed to have a direct impact on the sportive performance of canoe athletes were determined.

Keywords: Physical Fitness, Canoe, Performance.

Ords: Kango jump, dynamic balance, badminton.

Egzersiz Sonrası Uygulanan Soğuk Su İmmersiyonunun Kardiyak Hasar Üzerine Etkisi

¹Ergün Çakır, ²Ömer Şenel, ³Erkal Arslanoğlu

¹Kafkas Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Spor Yüksekokulu , Kars

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

³Sinop Üniversitesi, Sinop

Email : , osenel@gazi.edu.tr,

Bu çalışma egzersiz sonrası uygulanan soğuk su immersiyonunun kardiyak hasar üzerine etkisini araştırmak amacı ile yapılmıştır. Çalışma grubu, 12 deney (yaş $22,4 \pm 3,16$, boy $176,9 \pm 6,08$, BMI $22,61 \pm 1,27$) ve 11 kontrol grubu (yaş $21,3 \pm 2,21$, boy $175,8 \pm 5,52$, BMI $21,24 \pm 3,15$) olmak üzere toplam 23 erkek futbolcudan oluşmuştur. Sporculardan egzersiz öncesi (EÖ) Troponin(TN) ve Myoglobin(MB) kan örnekleri alınmıştır. Daha sonra sporculara derinlik sıçramasından oluşan kas hasarı egzersiz protokolü uygulanmış ve hemen sonra deney grubuna 10 dakika boyunca 15 0C'de soğuk su immersiyonu uygulanmıştır. Soğuk su immersiyonunun ardından 2 saat (2s) ve 24 saat (24s) sonra kan örnekleri tekrar alınmıştır. Kontrol grubunda olan sporcular ise soğuk su immersiyonu hariç bütün ölçümlere aynı şekilde katılmışlardır. Troponin değişkeni için kontrol grubu ve deney grubunun ölçüm değerleri arasında anlamlı fark bulunurken ($p < 0,05$), myoglobin değişkeni için ise anlamlı farklılığa rastlanmamıştır ($p > 0,05$). Sonuç olarak kardiyak hasarın en spesifik göstergelerinden biri olan troponin enziminin soğuk su immersiyonu uygulanan deney grubunda daha düşük olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar soğuk su immersiyonu uygulanan sporcuların toparlanma sürelerinin daha kısa olabileceğini göstermektedir.

The Impact Of Cold Water Immersion After Exercise On Cardiac Damage

This study aimed to investigate the impact of cold water immersion after exercise on cardiac damage. The study group consisted of a total of 23 male footballers; an experimental group of 12 people (age 22.4 ± 3.16 , height 176.9 ± 6.08 , BMI 22.61 ± 1.27) and a control group of 11 people (age 21.3 ± 2.21 , height 175.8 ± 5.52 , BMI 21.24 ± 3.15). Troponin (TN) and Myoglobin (MB) blood samples were taken from the athletes before exercise (BE). Following that, the muscular damage exercise protocol consisting of a depth jump was applied to the athletes and immediately after that, cold water immersion was applied to the experimental group at 15 0C for 10 minutes. Blood samples were taken again after 2 hours (2h) and 24 hours (24h) after the application of cold water immersion. Athletes in the control group participated in all the other measurements except cold water immersion. While there was a significant difference ($p < 0.05$) between the measured values of the control group and the experimental group with regards to the troponin variant and no significant difference was found for the myoglobin variance ($p > 0.05$). In conclusion, troponin enzyme level, one of the most specific indicators of cardiac damage, was found to be lower in the experimental group to whom cold water immersion was applied. These results indicate that the recovery time of the athletes that are applied cold water immersion may be shorter.

SB347

Judo ve Güreşçilerde Kilo Düşme Periyodunda Antrenman ve Beslenme Durumlarındaki Değişimin Araştırılması

¹Arif Satıcı, ¹Pelin Akyol, ¹Osman İmamoğlu, ¹Egemen Ermiş

¹Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun

Amaç: Kadın judo ve güreşçilerde kilo düşme periyodunda antrenman ve beslenme durumlarındaki değişimin araştırılması amaçlanmıştır.

Materyal ve metot: Çalışmaya gönüllü olarak 132 judo ve 153 güreş branşında toplam 258 kadın sporcu katılmıştır. Sporculara araştırmacılar tarafından geliştirilen anket doldurtulmuştur. İstatistiksel olarak t -testi ve ki kare testi kullanılmıştır.

Bulgular: Kadın judo ve güreşçiler arasında yaş, boy uzunluğu ve ağırlıkları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0,05$). Kadın judo ve güreşçiler arasında spora başlama ve kilo düşmeye başlama yaşları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,001$). Kilo düşme esnasında judo ve güreşçiler antrenman programlarında %36,2 oranında değişiklik yapmaktadırlar. Kilo düşme esnasında antrenman programlarında değişiklik yapma judo ve güreşçilerde birbirinden farklı bulunmuştur ($p<0,001$). Judoocuların %50'si değişiklik yaparken %50'si değişiklik yapmamaktadır. Güreşçilerde bazen değişiklik yapanlar %56,8 olarak bulunmuştur. Tartı öncesi kilo düşmede en çok başvurulan yöntem %35,3 ile koşu iken onu % 29,4 ile sauna takip etmektedir. Araştırmamızda ağırlık indirimi sırasında beslenme alışkanlığında değişiklik yapanlar % 41,3 iken değişiklik yapmayanlar %25,8 ve bazen değişiklik yapanlar %24,0 bulunmuştur

Sonuç: Kadın judo ve güreşçiler kilo düşme esnasında antrenman programlarında ve beslenmelerinde değişim yapmaktadırlar. Kilo düşme aşamasında sebze ve meyve ağırlıklı besinleri tercih etmeleri yanında öğün atlattıkları tespit edilmiştir. Kilo düşme konusunda her iki branştaki kadın sporcularda doğru bir yaklaşıma sahip olmadıkları söylenebilir. Müsabakalara yakın doğru kilo düşme veya kilo kontrolü ve beslenme konusunda bilinçlendirme çalışmaları yapılmalıdır.

Anahtar kelimeler: judo ve güreş, kilo düşme, beslenme

Researching The Changes in The Training And Nutritional Status Of Judoists And Wrestlers During Weight Loss Period

Introduction and Purpose: The objective of this study is to research the changes in the training and nutritional status of female judoists and wrestlers during the weight loss period.

Method: A total of 285 female athletes- 132 judoists and 153 wrestlers- participated in the study voluntarily. The athletes filled in the questionnaire prepared by the researchers. T-test and chi square test were used statistically.

Results: No significant differences were found between the ages, heights and weights of female judoists and wrestlers ($p>0,05$). Significant differences were found between the ages of starting sport and starting losing weight ($p<0,001$). During weight loss, judoists and wrestlers make 36,2% changes in their training program. Making changes in the training program during weight loss was found to differ for judoists and wrestlers ($p<0,001$). While 50% of the judoists made changes, 50% did not make changes. 56,8% of the wrestlers were found to make changes from time to time.

The most used method for weight loss was running with 35,3%, followed by steam bath with 29,4%. 41,3% of the athletes made

changes in their dietary habits during weight loss, while 25,8% did not make changes and 24,0% sometimes made changes.

Conclusion: Female judoists and wrestlers make changes in their training programs and diets during weight loss. In addition to preferring vegetable and fruit based food during weight loss, they were found to skip meals. It can be said that the athletes in both sports do not have a correct approach towards losing weight. Before competitions, consciousness-raising trainings should be made about weight loss or weight control and diet.

Keywords: Judo And Wrestling, Weight Loss, Diet

SB350

Hipoksik Ortamda Yapılan Yüksek Şiddetli İnterval Antrenmanın Performansa Etkileri

¹Hakan Karabıyık, ¹Raci Karayığit, ¹Özkan Güler, ¹Burak Çağlar Yaşlı, ¹Gökтуğ Ertetik, ²Ayşegül Şişman, ¹Gülfem Ersöz, ¹Mitat Koz

¹Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

²Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla

Email : karabiyik@ankara.edu.tr, racikarayıgit@hotmail.com, ozkanguler@msn.com, burakcaglar90@gmail.com, gertetik7@hotmail.com, ayseguul_4@hotmail.com, gersoz@ankara.edu.tr, mkoz@ankara.edu.tr

Giriş: Alçakta yaşa yüksekte antrenman yap metodu elit seviyedeki sporcuların performanslarını arttırmak için kullanılan oldukça popüler bir yöntemdir. Wingate bazlı yüksek şiddetli interval antrenmanı (HIT) antrenman volümü düşük olmasına rağmen fizyolojik ve metabolik adaptasyonları artırır. Bu iki metodun birleştirilmesi ile daha yüksek fizyolojik adaptasyon yaratılacağı düşünülmektedir. Bu çalışmanın amacı 4 haftalık 15 ya da 30 saniyelik HIT antrenmanlarının belli performans parametreleri üzeri etkisini araştırmaktır.

Metod: Fiziksel olarak aktif 34 erkek (yaş 20,68±1,47yıl; boy 176,56±7,14cm; vücut ağırlığı 72,61±10,42kg) çalışmaya katılmış ve hipoksida 15 sn HIT (15HHIT) (9kişi), normoksida 15 sn HIT (15NHIT) (9kişi), hipoksida 30 sn HIT (30HHIT) (8kişi), normoksida 30 sn HIT (30NHIT) (8kişi) gruplarından birine randomize karışık dengeli olarak atanmıştır. Antrenmanlar dört hafta boyunca (ilk iki hafta 4 tekrar, son iki hafta 6 tekrar) , haftada üç kez 15-30sn sprintleri dört dakika dinlenme ile, ya hipoksida (3500m) ya da normoksida (1000m) yapıldı. Ön-son testler, MaxVo₂, tekrarlı wingate (4 tekrar*30sn, 4 dk dinlenme ile) ve kritik güç testleri verilen sıra ile yapıldı. Paired sample t-test ve tek yönlü varyans analizi verilerin analizinde kullanıldı.

Sonuçlar: Anaerobik performansta istatistiksel olarak gruplararası fark bulunmamışken ($p>0,550$), grup içi her grupta istatistiksel olarak fark bulunmuştur (15HHIT: $p<0,045$, 15NHIT: $p<0,02$, 30HHIT: $p<0,034$, 30NHIT: $p<0,033$). Aerobik dayanıklılıkta ne grup içi (15HHIT: $p>0.623$, 15NHIT: $p>0.200$, 30HHIT: $p>0.528$, 30NHIT: $p>0.880$) ne de gruplar arası ($p>0.609$) istatistiksel olarak anlamlı farka rastlanılmamıştır. Kritik güç değerlerinde grup içi anlamlı fark bulunmuş gruplar arası bir farka rastlanmamıştır. Tartışma: Sonuçlar, 15sn ya da 30sn yüksek şiddetli interval antrenmanının aerobik ve anaerobik adaptasyonlarda benzer etkiler yarattığını gösterdi. Sonuçlar literatürdeki çalışmalarla benzerdi. İleriki çalışmalarda 2500-3000m arasındaki yükseltilerde hipoksi antrenmanlarının etkilerine bakılabilir.

The Effects Of High Intensity Interval Training in Hypoxic Conditions On Sports Performance.

Introduction: Recently, live-low, train-high phenomenon which is one of the most popular method and used by elite level athletes to get a step ahead of their opponent. Furthermore, Wingate based high intensity interval training (HIT) promotes metabolic and physiological adaptations, despite it's low training volume. It could be reasonable that combining these two methods to elicit more physiological adaptations. The purpose of this study was to investigate effect of 15or30 seconds HIT training over 4weeks on performance parameters.

Methods: 34recreationally trained males (20,68±1,47years; 176,56±7,14cm; 72,61±10,42kg) were participated in this study and subjected to one of the four groups; 15-sHIT in hypoxia (15HHIT) (N:9), 15-sHIT in normoxia (15NHIT) (N:9), 30-sHIT in hypoxia (30HHIT) (N:8) and 30-sHIT in normoxia (30NHIT) (N:8). Randomise crossover design was used. Trials were performed three times a week during four weeks (4sets for the initial 2week and 6sets for the last 2weeks) as with four minutes resting between 15-30seconds sprints either in hypoxia conditions (3500m) or Normoxia conditions (1000m). MaxVo₂, Repeated Wingate and Critical Power tests were measured as pretest and posttest conditions respectively. Paired sample t-test and one-way anova was used for anlysis of data.

Results: No significant differences were found between groups for anaerobic performance ($p>0.550$) However, significant difference was observed within all training groups (15HHIT: $p<0.045$, 15NHIT: $p<0.02$, 30HHIT: $p<0.034$, 30NHIT: $p<0.033$). Neither within groups (15HHIT: $p>0.623$, 15NHIT: $p>0.200$, 30HHIT: $p>0.528$, 30NHIT: $p>0.880$) nor between groups ($p>0.609$) were not found statistical differences on aerobic endurance performance parameters. Although there were not significant differences between groups, there were significant differences within groups for Critical power parameters Discussion: This study demonstrated that 15-s or 30-s sprint interval training in hypoxia has similar effects on aerobic and anaerobic adaptations. This results are consistency with same topics in the literature. Further researches could investigate the effect of 2500-3000m training in hypoxia on aerobic and anaerobic performance.

2017 Avustralya Açık Erkekler Tenis Turnuvasının Teknik Analizi

¹Menderes Kabadayı, ¹Arif Satıcı, ¹Özgür Bostancı, ¹M. Hakan Mayda

¹Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun

Giriş ve Amaç: Bu çalışma, 2017 Avustralya Açık Erkekler Tenis Turnuvasında yarı final ve final oynayan (1.grup) R.Federer (7 maç), R. Nadal (7), S.Wawrinka (6), G.Dimitrov (6) ve çeyrek final oynayan (2.grup) M.Zverev (5), J.W.Tsonga (5), M.Raonic (5), D. Goffin (5) 'in turnuva süresince oynadığı toplam 46 maçın istatistiklerinin incelenerek performans durumlarının değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırmada kullanılan veriler IBM Slam Tracker ile analizi yapılan www.ausopen.com sitesinden elde edilmiştir. Elde edilen veriler bilgisayar ortamına girilerek ortalamalar, yüzdeler ve standart sapmalar yorumlanmıştır.

Bulgular: 1. ve 2. grup oyuncularının değişkenleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$). Ancak maç başı ortalamalarda 1. Grup-2. Grup sırasıyla; kazanılan puan 127,86-118,80; birinci servisten kazanılan puan 57,90-50,85; oyuncuların kendi servisinden kazandığı puan 79,64-74,30; rakibin servisinden kazandığı puan 45,46-44,50'dir. 1. grup file önü puanı 19,24-26,10 kez ; fakat 1. grup file önüne çıktığı puanların %70,51'inde başarılı olurken 2. grup %65,60'ında başarılı olmuştur. Ayrıca toplam adım sayısı 2680,35-2364,23 'tür.

Sonuç: Yapılan analiz sonucunda 1. grubun çoğu değerlerinin 2. gruba göre daha iyi olduğu görülmektedir. Ayrıca, turnuvada şampiyon olan R. Federer'in değişkenlerin tamamında turnuva ortalamasının üzerinde olduğu, turnuva ace ortalaması 12,85 iken Federer'in 15,42; winner ortalaması 45,87 iken 57,42; servis kırma ortalaması %39,88 iken %44, file önü puanlarında %68,05 iken %72,31 olduğu göze çarpmaktadır. Bunun yanında, turnuva maç başı adım sayısı ortalaması 2522,29 iken Federer'in 1897,02, puan başı adım sayısı turnuvada ortalama 10,80 iken Federer'in 8,02 olduğu görülmektedir. Buradan yola çıkarak, Federer'in ace, winner, file önü ve servis kırma puanlarındaki üstünlüğü yüksek kapasitede teknik, adaptasyon ve doğru oyun kurgusunun olduğu, toplam ve puan başı adım sayısında turnuvanın en az ortalamasına sahip olması ise bu özelliklerinin yanında doğru adımlama ve pozisyon alma özelliğinin olduğu söylenebilir. Oyucular teknik, taktik ve mental olarak daha iyi durumda olmalı ve maçlarının analizleriyle bu yönlerini daha iyi görmeleri ve üst seviyeye çıkarmaları önemlidir.

Technical Analysis Of 2017 Australian Open Men's Tennis Tournament

Introduction and Purpose: This study was conducted to analyze the 46 games played in the 2017 Australian Open Men's Tennis Tournament semi-finals and finals(1st group) by R.Federer(7 games), R.Nadal(7), S.Wawrinka(6), G.Dimitrov(6) and quarter-finals(2nd group) by M.Zverev(5), J.W.Tsonga(5), M.Raonic(5), D.Goffin(5) and to assess performances.

Method: The data used in the study were taken from www.ausopen.com website analyzed by IBM Slam Tracker. The data were entered into the computer and averages, percentages and standard deviations were interpreted.

Results: No statistically significant difference was found between the variables of the 1st and 2nd group players($p>0,05$). However, in terms of averages per game for the 1st and 2nd group, respectively, the scores:127,86-118,80; first serve points won:57,90-50,85; players' own serve points won:79,64-74,30; return serve points won:45,46-44,50. The first group's net points were 19,24-26,10 times; however, while the 1st group succeeded in 70,51% of the net points, 2nd group was successful in 65,60%. In addition, the number of total steps was 2680,35-2364,23.

Conclusion: Most of the first group's values were better than the second group. In addition, it was found that the tournament champion, R.Federer had results higher than the average in all of the variables; tournament ace average:12,85, Federer's:15,42; winner average:45,87, Federer's:57,42; break point conversion:39,88%, Federer's:44%; net point average:68,05%, Federer's:72,31%. In addition, the number of steps per match:2522,29, Federer's:1897,02; the number of steps per points:10,80, Federer's:8,02. And, it can be said that Federer's superiority in ace, winner and break points shows his high capacity technique, adaptation and game making; while the fact that he had the least average in the total number of steps and steps per point shows that he has correct step and position techniques. Players should be better in terms of technique, tactics and mentality and with the analyses of games, it is important for them to analyze themselves and become better.

SB394

Kadın Boksörlerde Müsabaka Periyodu Antrenmanlarının Laktat ve Kalp Atım Hızı Üzerine Etkileri

¹Oktay Çakmakçı, ¹Hakan Doğukan Atçıken, ¹Evrin Çakmakçı

¹Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

Email : ocakmakci2000@gmail.com, dohaat70@gmail.com, evrimcakmakci@gmail.com

Araştırma; 6 haftalık müsabaka dönemi boks antrenmanlarının zirve anaerobik güç, yorgunluk ve toparlanma düzeylerine etkisinin incelenmesi amacı ile yapılmıştır. Çalışmaya yaş ortalamaları 21,16±0,75 yıl olan, Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencisi olan 6 kadın boksör gönüllü olarak katılmıştır. Deneklerin 6 haftalık antrenmanlar öncesi ve sonrası, Wingate kol ergometresi kullanılarak, zirve anaerobik güç, zirve relatif anaerobik güç ve yorgunluk indeksleri ölçülmüştür. Kol Wingate anaerobik güç testi öncesi ve sonrası, Deneklerin yorgunluk ve toparlanma düzeyleri lactate scout cihazı ve Polar RS800 marka cihaz kullanılarak 10 farklı zamanda (istihlat, yorgunluk, 1 dk sonra, 3 dk sonra, 6 dk sonra, 9 dk sonra, 15 dk sonra, 30 dk sonra, 60 dk sonra, 90 dk sonra) ölçülmüştür. Ölçülen parametrelerde; öntest ve sontest arası yorgunluk indeksi ve zirve anaerobik güç düzeyleri benzer, zirve relatif anaerobik güç düzeyinde ($p<0,05$) önemli artış vardır. Öntest ve sontest laktat zamanlamalarında farklılık yoktur. KAH (Kalp Atım Hızı) sontest istihlat değeri, öntest istihlat değerinden önemli ($p<0,05$) düzeyde düşük, diğer zamanlamalar benzerdir. Tekrarlı ölçümlerde; laktat düzeyi hem öntest hemde sontest istihlat düzeyi 60. dk zamanlaması ile benzer 60. dk ya kadar diğer zamanlamalar arasında anlamlı ($p<0,05$) farklılık vardır. KAH düzeyi öntest istihlat değeri 60. dk zamanlaması ile benzer, 60. dk ya kadar diğer zamanlamalar arasında anlamlı ($p<0,05$) farklılık vardır. KAH düzeyi sontest istihlat zamanlaması 90. dk zamanlaması ile benzer, 90.dk ya kadar diğer zamanlamalar arasında anlamlı ($p<0,05$) farklılık vardır. Sonuç olarak; 6 haftalık müsabaka dönemi boks antrenmanlarının kadın boksörlerde laktat toleransını ve eşğini geliştirdiği, zirve anaerobik güçte artış bununla beraber yorgunluk ve toparlanma düzeylerine katkı sağladığı söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Kadın Boksör, Kol Anaerobik Güç, Yorgunluk, Toparlanma.

Effect of Woman Boxers in the Competition Period of Training on Lactate and Heart Rate

Study has been conducted in order to examine effect of 6-week competition period boxing trainings on peak anaerobic power, fatigue and recovery levels. 6 female boxers whose age average was 21,16±0,75 and who were students of Faculty of Sport Sciences in Selçuk University, participated in the study as volunteer subjects. Before and after 6 weeks of training, subjects' peak anaerobic strength, peak relative anaerobic strength and fatigue indexes were measured by using wingate arm ergometer. Before and after arm Wingate anaerobic power test, fatigue and recovery levels of subjects were measured by using lactate scout device and Polar RS800 device in 10 different time periods (resting, fatigue, after 1 min, after 3 min, after 6 min, after 9 min, after 15 min, after 30 min, after 60 min, after 90 min). In the parameters measured; fatigue index and peak anaerobic power levels between pretest and posttest are similar, there are significant increase in peak relative anaerobic power level ($p<0,05$). There is no difference between pretest and posttest lactate timings. HR (heart rate) posttest resting value is significantly lower than pretest resting value ($p<0,05$), other timings are similar. In repeated measurements; with 60 th min timing, there are significant differences ($p<0,05$) in lactate level's both pretest and posttest resting levels between similar 60th min and other timings. There are significant differences between HR level pretest resting level 60 min timing and other timings until similar 60 th min ($p<0,05$). There are significant differences between HR level posttest resting level 90 th min timing and other timings until similar 90 th min ($p<0,05$). Consequently; it can be said that 6-week competition period boxing training improves lactate tolerance and threshold in female boxers and there is an increase in peak anaerobic power, in addition, it contributes to fatigue and recovery levels.

Keywords: Female Boxer, Arm Anaerobic Power, Fatigue, Recovery

Futbolda Hazırlık Periyodu Antrenmanlarının Sürat, Çeviklik Ve Laktat Eşiği Üzerine Etkisi

¹Asım Tunçel, ²Sultan Harbili, ²Erbil Harbili

¹Osmanlıspor Futbol Kulübü, Ankara

²Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

Email : asim.tuncel@hotmail.com, sharbili@selcuk.edu.tr, eharbili@selcuk.edu.tr

Giriş ve amaç: Günümüzde futbol takımları sezon öncesi 4-6 haftalık kısa süreli hazırlık periyodu ile form tutmayı ve müsabakalara hazırlanmayı hedeflemektedir. Antrenörler hazırlık periyodunda temel dayanıklılığın yanında kuvvet, sürat, hareketlilik gibi özellikleri teknik ve taktikle birlikte geliştirmektedir (Aslan ve Karakollukçu, 2010). Hazırlık periyodu antrenmanlarının motorik özellikler üzerindeki etkisinin incelenmesi antrenmanların verimliliği ve sporcuların sezona hazır olup olmadığının değerlendirilmesi açısından önemlidir (Saygın, 2001). Bu çalışmanın amacı, dört haftalık hazırlık dönemi antrenmanlarının futbolcuların sürat, çeviklik ve dayanıklılık performansı üzerindeki etkilerini incelemektir.

Yöntem: Araştırmaya 3. profesyonel futbol ligi takımından 24 futbolcu katıldı. Katılımcılara dört haftalık hazırlık periyodu önce ve sonrası sırasıyla 10m, 30m sürat, çeviklik (İllinois testi) ve dayanıklılık testleri (Modifiye mekik koşu testi) uygulandı. İlk gün sürat ve çeviklik test performansı fotosel yardımıyla, ikinci gün dayanıklılık testi kan laktat değerleri ölçülerek yapıldı. Dayanıklılık performansının değerlendirilmesinde 2, 2.5, 3, 3.5, ve 4 mM/L kan laktat değerlerine karşılık gelen koşu hızları hesaplandı. Verilerin istatistiksel analizinde bağımlı gruplarda t testi kullanıldı.

Bulgular: Hazırlık periyodu antrenmanları sonucunda futbolcuların 10 m ve 30 m sürat test sürelerinin anlamlı azalması ($p<0.05$), 2, 2.5, 3, 3.5, ve 4 mM/L kan laktat değerlerine karşılık gelen koşu hızlarının anlamlı artması hem sürat hem de dayanıklılık performansında önemli gelişmelerin olduğu gözlemlendi ($p<0.05$). Buna karşın çeviklikte önemli bir değişim gözlenmedi ($p>0.05$).

Sonuç: Hazırlık periyodu antrenmanları futbolcuların çeviklik performansı hariç sürat ve dayanıklılık performansında önemli iyileşmelere neden oldu. Futbolda kısa süreli hazırlık periyodu futbolcuların motorik özelliklerinde önemli gelişimlere neden olmakla birlikte oyuncuların müsabaka periyodu için tamamen hazır olmadığı belirlendi.

Anahtar kelimeler: Sürat, çeviklik, dayanıklılık, kan laktatı

Kaynaklar Aslan CS ve Karakollukçu M. (2010). Sezon öncesi hazırlık çalışmalarının bir süper lig takımının seçilmiş fiziksel ve fizyolojik özelliklerine etkileri. *Spormetre, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*,8(2):51-56. Saygın Ö (2001). Hazırlık dönemi antrenman programlarının profesyonel futbolcuların bazı fiziksel ve fizyolojik özelliklerine etkisi. *Atatürk Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*,1(3):102-107.

Effect Of Training İn Preparation Phase On Speed, Agility And Lactate Threshold İn Soccer

Introduction and aim: Today, soccer teams have aimed a preparation for competition phase and an increase in condition with preparation phase short-term of four-six weeks. Trainers have developed the biomotor abilities as strength, speed and mobility beside fundamental endurance with technique and tactic (Aslan ve Karakollukçu, 2010). Examination of effect of preparation phase training on motor abilities is very important for the evaluation of training productivity and whether or not soccer players are ready for in-season (Saygın, 2001). The purpose of the study was to investigate the effects of four-week preparation period training on speed, agility, and endurance performance of soccer players.

Methods: Twenty-four soccer players from third professional soccer league team participated in the study. Participants performed 10 m and 30 m speed test and agility test (Illinois), and endurance test (Modified shuttle run), respectively. First day, photocell was used for speed and agility measurements. Second day, endurance test was performed by players measuring blood lactate. Running velocities corresponding to 2, 2.5, 3, 3.5, ve 4 mM/L blood lactate were calculated in evaluation of endurance. Paired t-test was used in the statistical treatment of data.

Results: It was observed in result of preparation period training that there were significant decreases and increases in the durations of 10 m and 30 m speed tests ($p < 0.05$) and in running velocities corresponding to 2, 2.5, 3, 3.5, ve 4 mM/L blood lactate, respectively ($p < 0.05$). However, it was not determined a significant change in agility ($p > 0.05$).

Conclusion: Preparation period training caused significant recovery in speed and endurance of players except for agility. As a result, it was determined that short-term preparation period caused important changes in motor abilities of soccer players, and that however they entered without being ready to competition period.

Keywords: Speed, Agility, Endurance, Blood Lactate

Genç Futbolcularda Dayanıklılık, Sürat, Çeviklik ve Tekrarlı Sprint Performansı: Geçiş Periyodunun Etkileri

²Erbil Harbili, ¹Asım Tuncel, ²Sultan Harbili

¹Osmanlıspor Futbol Kulübü, Ankara

²Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

Email : ehARBILI@selcuk.edu.tr, asim.tuncel@hotmail.com, shARBILI@selcuk.edu.tr

Giriş ve amaç: Geçiş periyodu yetersiz antrenman uyarısına bağlı oluşan antrenmansızlıkla karakterizedir ve performansta kayıplara neden olur (Joo, 2016). Çalışmanın amacı uzun süreli geçiş periyodundaki antrenmansızlığın farklı yaştaki genç futbolcuların sürat, çeviklik, tekrarlı sprint ve dayanıklılık üzerindeki etkilerini incelemektir.

Yöntem: Araştırmaya bir süper lig takımının alt yapı U15 (n=16), U16 (n=18), U17 (n=16) ve U19 (n=13) takımlarından 63 futbolcu katıldı. Geçiş periyodu 8 hafta sürdü. Haftada hafif 4 antrenman yapıldı. Müsabaka periyodu sonunda ve hazırlık periyodu başında ilk gün 10 ve 30 m sürat, çeviklik (İllinois testi) ve tekrarlı sprint testine, ikinci gün Yo-yo IR1 testine yapıldı. Çeviklik ve sprint testlerinde fotosel kullanıldı. Verilerin istatistiksel analizinde tekrarlayan ölçümlerde iki yönlü (test zamanı x grup) varyans analizi kullanıldı. Müsabaka periyodu sonu ve hazırlık periyodu başında yapılan ölçümler arasındaki farklar eşleştirilmiş gruplarda t testi ile belirlendi.

Bulgular: Geçiş periyodunun boy uzunluğu ve vücut ağırlığı üzerinde etkisi anlamlıydı (sırasıyla $F(1,61)=28.21$, $F(1,61)=20.81$, $p<0.05$). Geçiş periyodunda U15 ve U17 takımlarının boy uzunluğu (sırasıyla, $t(15)=5.19$, $t(15)=6.02$, $p<0.05$), U15 takımının vücut ağırlığı anlamlı artış gösterdi ($t(15)=3.36$, $p<0.05$). Geçiş periyodunun vücut kütle indeksi, 30m sürat performansı, tekrarlı sprint yorgunluk indeksi ve yo-yo testi koşu mesafesi, VO2maks ve KAH üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmadı ($p>0.05$). Geçiş periyodunun 10m sürat performansı üzerinde anlamlı etkisi bulundu ($F(1,61)=8.75$, $p<0.05$). Geçiş periyodunda sadece U16 takımının 10m sürat performansı azaldı ($t(17)=7.26$, $p<0.05$). Geçiş periyodunun çeviklik üzerinde anlamlı etkisi gözlemlendi ($F(1,53)=27.31$, $p<0.05$). Geçiş periyodunda U17 ve U19 takımlarının çevikliği beklenenin aksine artış gösterdi (sırasıyla, $t(15)=5.85$, $t(15)=3.07$, $p<0.05$).

Sonuç: Uzun süreli geçiş periyodunun yaş gruplarında farklı etkiler gösterdiği, dayanıklılık ve tekrarlı sprint performansı üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı, daha çok 10m sürat, çeviklik ve fiziksel özellikler üzerinde etkili olduğu tespit edildi.

Anahtar kelime: Tekrarlı sprint, sürat, çeviklik Kaynaklar Joo HC. (2016). The effects of short-term detraining on exercise performance in soccer players. Journal of Exercise Rehabilitation, 12(1):54-59.

Speed, Agility, Repeated Sprint Performance And Endurance in Young Soccer Players: The Effects Of Transition Phase

Introduction and aim: Transition phase characterizes detraining following an insufficient training stimulus and it causes loss of athletes' performance (Joo, 2016). The purpose of the study was to investigate the effects of detraining in long term transition phase on young soccer players' speed, agility, repeated sprint ability, and endurance.

Methods: Sixty-three soccer players (U15, n=16; U16, n=18; U17, n=16; U19, n=13) participated in the study. Transition phase lasted eight weeks that consist of four light training sessions per week. Soccer players performed 10 m and 30 m speed test, agility test (İllinois), repeated sprint and Yo-yo IR1 tests. Photocell was used in tests related with time.

Two-way (Test time x group) repeated measures ANOVA was used in the statistical treatment. The differences between the end of competition phase and the beginning of the preparation phase were determined using paired-t test.

Results: There was a significant effect of transition phase on height and body mass ($F(1,61)=28.21$, $F(1,61)=20.81$, $p<0.05$, respectively). The height of U15 and U17 teams ($t(15)=5.19$, $t(15)=6.02$, $p<0.05$, respectively) and the body mass of U15 team increased significantly ($t(15)=3.36$, $p<0.05$). There were no significant effects of transition phase on body mass index, 30m sprint performance, repeated sprint fatigue index and Yo-yo test' running distance, VO2max and heart rate ($p>0.05$). A significant effect of transition phase was found on 10m sprint performance ($F(1,61)=8.75$, $p<0.05$). Only 10m sprint performance of U16 team was decreased in transition phase ($t(17)=7.26$, $p<0.05$). A significant effect of transition phase was found on agility ($F(1,53)=27.31$, $p<0.05$). Agility of U17 and U19 teams increased in transition phase contrary to expectations ($t(15)=5.85$, $t(15)=3.07$, $p<0.05$, respectively).

Conclusion: It was revealed that transition phase had significant effects on physical characteristics, 10m sprint and agility rather than that it had not significant effect of on endurance and repeated sprint performance.

Tenis Eğitimi Alan Kadın Öğrencilerde Bazı Kinantropometrik Değişkenlerin ve İzometrik Kuvvetin Forehand-Backhand ve Servis Performansına Etkisi

¹Mine Turğut, ¹Onur Bağcı, ¹Velat Kaplan, ¹Recep Aydın, ¹Ali Özkan

¹Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Bartın

Email : minetrgt@gmail.com

Bu çalışmanın amacı, tenis eğitimi alan kadın öğrencilerde bazı kinantropometrik değişkenlerin ve izometrik kuvvetin forehand-backhand ve servis performansına etkisinin belirlenmesidir. Çalışmaya Bartın Üniversitesi'nde tenis eğitimi alan toplam 11 kadın öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Deneklerin bazı kinantropometrik değişkenlerin ve izometrik kuvvet ölçümleri yapılmıştır. İzometrik bacak, sırt, pençe ve parmak kuvvetlerinin belirlenmesinde izometrik kuvveti dinamometresi kullanılmıştır. Tenise özgü becerilerin belirlenmesinde Broer-Miller backhand-forehand ve servis testi kullanılmıştır. Kinantropometrik değişkenlerin belirlenmesinde, kulaç uzunluğu, arka omuz çap, tam omuz çap, biceps çevresi, dirsek çevresi, bilek çevresi, el uzunluğu, el genişliği, el içi uzunlukları ve baş parmak uzunlukları kullanılmıştır (Bu çalışmada; İzometrik bacak kuvveti, sırt, kuvveti, pençe kuvveti, parmak kuvveti, vuruş performansında ise sağ el baş park uzunluğu ve sağ el işaret parmağı, üst kol çevresi, sol bacak kas kütlesi, sağ bacak kas kütlesi değişkenleri kullanılmıştır). Verilerin analizinde ise bazı kinantropometrik değişkenlerin ve izometrik kuvvet ile forehand-backhand vuruş ve servis performansına arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla Korelasyon Analizi yapılmıştır. Elde edilen bulgular forehand vuruş performansı ile sağ el baş parmak uzunluğu ve üst kol çevresi arasında pozitif ilişki belirlenirken benzer bir ilişkide backhand vuruş performansı ile sağ el baş park uzunluğu ve sağ el işaret parmağı uzunluğu arasında pozitif ilişki bulunmuştur($p<0,05$). Ayrıca servis performansı ile üst kol çevresi, sol bacak kas kütlesi ve sağ bacak kas kütlesi arasında bulunmuştur($p<0,05$). Diğer değişkenler arasında herhangi bir ilişkiye rastlanmamıştır. Sonuç olarak, çalışmadaki bulgular Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda tenis eğitimi alan genç kadın öğrencilerin bazı kinantropometrik değişkenlerinin ve izometrik kuvvetlerinin forehand-backhand ve servis performansının belirlenmesinde önemli olduğunu ortaya koymaktadır. Anahtar Kelimeler: Tenis, İzometrik Kuvvet, Forehand-Backhand, Servis

The Effect Of Some Kinantropometric Variables And Isometric Strength On Forehand-Backhand And Service Performance in Female Students With Tennis Education

The aim of this study, is to determine some kinanthropometric variables and isometric strength in forehand-backhand and service performance in female students receiving tennis training. A total of 11 female students attending Bartın University volunteered to study tennis. Some kinantropometric variables and isometric strength measurements of the subjects were performed. Isometric strength dynamometer was used to determine isometric leg, back, claw and finger forces. Brother-Miller backhand-forehand and service test were used to identify tenancy-specific skills. The femur length, back shoulder diameter, full shoulder diameter, biceps circumference, elbow circumference, wrist circumference, hand length, hand width, hand length and thumb length were used to determine the kinetropometric variables. (In this study; Isometric leg strength, back, strength, paw force, finger strength; right tongue length and right-hand index finger, upper arm circumference, left leg muscle mass, right leg muscle mass variables were used in tennis stroke performance). In the analysis of the data, Correlation Analysis was performed in order to determine the relationship between some kantropometric variables and isometric force and forehand-backhand stroke and service performance. The obtained findings were positive forehand stroke performance and a positive correlation between right hand thumb length and upper arm circumference ($p < 0.05$). A similar relationship was found between the backhand stroke performance and the length of the right-hand park length and the length of the right-hand finger length ($p < 0.05$). No relationship was found between the other variables. In conclusion, the findings of the study show that some of the kinantropometric variables and isometric strengths of young female students receiving tennis training at the School of Physical Education and Sports are important in determining forehand-backhand and service performance. Key words: Tennis, Isometric Force, Forehand-Backhand, Service

SB413

'Kritik Güç' ve 'solunumsal Kompanzasyon Noktası' Gerçekten De Çok Ağır Ve Şiddetli Egzersiz Alanlarının Sınırı Olarak Kabul Edilebilir Mi?

¹Özgür Özkaya, ¹Gökem Aybars Balci, ¹Muzaffer Çolakoğlu

¹Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir

Email : ozgur.ozkaya@ege.edu.tr, gorkem.aybars.balci@ege.edu.tr, muzaffer.colakoglu@ege.edu.tr

Giriş ve Amaç: Kritik güç (KG), çok ağır ve şiddetli egzersiz bölgelerinin sınırı olarak kabul edilir. Solunumsal kompanzasyon noktası (SKN) ise KG'nin basit bir göstergesidir. KG ve SKN'nin aynı fizyolojik düzeyleri işaret ettiği ve birbirlerinin yerine kullanılabileceği iddia edilmektedir. Ancak, KG ve SKN egzersizlerinin VO₂'de stabil bir değer mi verdiği yoksa VO₂'de VO₂maks'a kadar kademeli bir artışa mı neden olduğu daha önce hiç sınırlanmamıştır. Bu çalışmanın amacı, sporcuların KG ve SKN düzeylerini saptayarak, bu şiddetlerin stabil bir VO₂ veren son hızla olan ilişkisini ortaya koymaktır. Yöntem: Bu çalışma altı iyi antrene erkek bisiklet sporcusuyla yapıldı (V_{O2}maks: 62,8±6,3 mL·dk⁻¹·kg⁻¹). SKN ve VO₂maks testlerinin ardından, KG için katılımcılar beş sabit yüklü tüketici egzersize tabii tutuldular. Ardından katılımcılara SKN ve KG yüklerinde sabit yüklü tüketici iki egzersiz yaptırıldı. VO₂'de denge ya da VO₂maks'a gidiş sırasıyla 60 saniyede VO₂'de ≤2,1 mL·dk⁻¹·kg⁻¹ artış ve 30 saniyede VO₂maks'a ≥5% yakınlık kriterleri gözetilerek analiz edildi. Çoklu non-lineer regresyon analizlerinde Sigma Plot 11,0 kullanıldı. V_{O2} kinetikleri bi-eksponansiyel double-5 parametre modeli ile analiz edildi. Ortalama değerler arası farklar SPSS 19,0'da tekrarlanan ölçümler analiz yöntemi ve post-hoc olarak LSD kullanılarak yapıldı.

Bulgular: SKN ve KG testlerinden elde edilen V_{O2} (51±5,8'e 58±7,7 mL·dk⁻¹·kg⁻¹; p=0.005) ve güç çıktısı (275,8±38,5'e 304,6±34,3 W; p=0.004) yanıtları arasındaki farklar anlamlıydı. Çalışmanın ana bulguları, SKN'nin çok ağır ve şiddetli alanlarının geçiş sınırının altında kaldığını ortaya koydu. Dolayısıyla tüm katılımcıların testlerinde bitkinliğe kadar ertelenerek oluşan bir denge durumu vardı. Dahası, katılımcılar KG yüklerini bitkinliğe kadar tekrarladıklarında, 6 katılımcıdan 3'ünün V_{O2}'de stabilizasyon durumunu koruduğu ancak diğer 3 katılımcının tükenmeye kadar bireysel V_{O2}maks düzeylerine ulaştıkları saptandı.

Sonuç: Kademeli testlerden elde edilen SKN ya da matematiksel eşitlikler yoluyla bulunan KG herhangi bir egzersiz alanının sınırı olamaz. Çok ağırdan şiddetli egzersiz alanına geçiş sınırını göstermede altın standart 'VO₂'nin stabil kalabildiği en yüksek egzersiz şiddeti' olarak kabul edilmelidir. Anahtar Kelimeler: Antrenman bölgeleri, egzersiz alanları, yoğunluk.

Does 'Critical Power' Or 'Respiratory Compensation Point' Really Indicate The Transition From Very Heavy To Severe Exercise Domains?

Introduction and aim: Critical power (CP) is demarcated the transition from very heavy to severe exercise domains. Respiratory compensation point (RCP) is assumed as a simple indicator of CP. It is claimed that CP and RCP are physiologically equivalent and used synonymously. However, there is no study to evaluate whether CP and RCP give a stable VO₂ over time or VO₂ gradually rises till VO₂max before exhaustion. The aim of this study was to examine athletes' CP and RCP, and their relations with 'the highest intensity where a stable VO₂ is attained'.

Method: Six well-trained male cyclists participated in this study (V_{O2}max: 62.8±6.3 mL·min⁻¹·kg⁻¹). After RCP and VO₂max tests, participants performed five constant-load exhausted exercises to determine CP. Two constant-load exercises at RCP and CP were conducted. Slow component in VO₂ (≤2.1 mL·min⁻¹·kg⁻¹ increase in 60-sec) and to elicit VO₂max (VO₂ ≥5% of VO₂max in 30-sec) were evaluated. Sigma Plot 11.0 was used for multiple non-linear regression analyses. V_{O2} on-kinetics were evaluated by bi-exponential double-5 parameter model. Then, SPSS 19.0 was used for repeated measures and LSD used as post-hoc.

Results: There were significant difference between RCP and CP based on $\dot{V}O_2$ (51 ± 5.8 vs. 58 ± 7.7 mL·min⁻¹·kg⁻¹, $p=0.005$) and power output (275.8 ± 38.5 vs. 304.6 ± 34.3 W, $p=0.004$). Main results showed that RCP underestimated very heavy to severe demarcate. Thus, there were delayed onset steady-states in all tests. Moreover, when participants performed the constant-load CP, 3 of 6 participants' gave a stable $\dot{V}O_2$, but 3 of 6 reached their own $\dot{V}O_{2max}$.

Conclusion: RCP obtained from a submaximal incremental tests or CP based on mathematical models cannot be an accurate transition for any exercise domain. Criterion of 'the highest intensity where a stable $\dot{V}O_2$ can be attained' should be accepted as the gold standard to demarcate the transition.

Keywords: Exercise Domains, Intensity, Trainingzones

SB414

Maksimum Oksijen Tüketiminin Ölçülmesi: Test Sonlandırma Kriterleri Kabul Edilebilir Mi?

¹Özgür Özkaya, ¹Gökrem Aybars Balci, ¹Muzaffer Çolakoglu

¹Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir

Email : ozgur.ozkaya@ege.edu.tr, gorkem.aybars.balci@ege.edu.tr, muzaffer.colakoglu@ege.edu.tr

Giriş ve Amaç: Geleneksel bilgiye göre, kademeli bir testten alınan yanıtların V 'O₂max olup olmadığı üç önemli kriterle dayalı olarak değerlendirilir. Bu kriterler i) V 'O₂'de plato, ii) $\geq 90\%$ maksimum kalp atım sayısı ve iii) ≥ 1.10 RER'dir. Eğer tüm kriterler sağlanırsa, 30 saniyelik V 'O₂ ortalaması V 'O₂max olarak nitelendirilir, şayet en az iki kriterle ulaşılmışsa elde edilen değere V 'O₂pik denir. Diğer yandan, son yıllarda yaygın kabul gören bir yaklaşıma göre, V 'O₂max'a ulaşmanın yolu 'doğrulama testi' yapmaktır. Ancak sonlandırma kriterlerine ulaşıldığında bu doğrulama aşamasının sonlandırılması durumunun, gerçek V 'O₂max'a ulaşmayı etkileyip etkilemediği daha önce hiç araştırılmamıştır.

Yöntem: Bu çalışma iyi düzey antrene altı bisiklet sporcusuyla yapıldı (Yaş: 21.7 ± 2.4 yıl; vücut kütlesi: 69.1 ± 5.8 kg; boy: 176.8 ± 5.2 cm; vücut kütle indeksi: 8.9 ± 1.9). Kademeli testlerin ardından, bu testlerden elde edilen en yüksek V 'O₂ ortalamalarının $\pm 3\%$ 'ü ile sabit yüklü doğrulama testleri yapıldı. Test sonlandırma kriterleri olan i) V 'O₂'de plato (30 saniyede ≤ 2.1 mL·dk⁻¹·kg⁻¹ V 'O₂ farkı), ii) maksimum nabza (220-yaş) $\geq 90\%$ yakın değer (vuru-dk⁻¹), ve iii) ≥ 1.10 RER. Ortala değerler arası farklar SPSS 19.0'da tekrarlanan ölçümler testi ve post- hoc olarak LSD kullanılarak analiz edildi.

Bulgular: Kademeli test (61.3 ± 3.99 mL·min⁻¹·kg⁻¹) ve doğrulama (63.5 ± 4.98 mL·min⁻¹·kg⁻¹) aşamalarından elde edilen en yüksek V 'O₂ ortalamaları arasındaki fark anlamlı değildi ($p=0.07$, ES=0.94). Şayet doğrulama protokolü sonlandırma kriterleri tutturulduğunda kesilmiş olsaydı V 'O₂ farkı (1.11) anlamlı olacaktı ($p=0.016$; ES=1.45). Diğer yandan kademeli testlerden elde edilen fark (0.7) anlamlı değildi ($p=0.15$; ES=0.69).

Sonuç: Elde edilen sonuçlara göre, eğer kademeli test ya da doğrulama aşaması sonlandırma kriterleri sağlandığında kesilseydi, gerçek bir V 'O₂maks değil yalnızca V 'O₂pik elde edilebilirdi. Gerçek V 'O₂maks için, bitkinlikle sonlanan bir doğrulama aşaması gereklidir.

Measurement Of The Maximal Oxygen Uptake: Can Test Termination Criteria Be Accepted?

Introduction and aim: According to traditional information, there are three criteria to check whether VO₂max is achieved or not throughout an incremental test. Those criteria are a plateau in VO₂, ii) $\geq 90\%$ maximum HR, and iii) ≥ 1.10 RER. If all criteria are ensured, the highest 30-sec V 'O₂ mean is called as V 'O₂max, however; if at least two of criteria are provided, it is called as VO₂peak. On the other hand, there is a novel approach has become a standard to verify real VO₂max called as 'verification phase'. However, it has been never examined if a verification phase was terminated when all criteria occur, real V 'O₂max would be revealed or not.

Method: Six well-trained male cyclists participated in this study (Age: 21.7 ± 2.4 years; body mass: 69.1 ± 5.8 kg; height: 176.8 ± 5.2 cm; body mass index: 8.9 ± 1.9). After an incremental test, participants performed constant-load exhausted exercises via workloads in the range of $\pm 3\%$ of the highest V 'O₂ obtained from the incremental test. Test termination criteria were checked as follows: i) a plateau in V 'O₂ (VO₂ difference ≤ 2.1 mL·min⁻¹·kg⁻¹ during 30-sec), ii) $\geq 90\%$ of age-predicted maximum (220-age) HR (beats·min⁻¹), and iii) ≥ 1.10 RER. Then, SPSS 19.0 was used for repeated measures and LSD as post-hoc based on means.

Results: Means V 'O₂max mean was 63.5 ± 4.98 mL·min⁻¹·kg⁻¹ while the highest V 'O₂ obtained from incremental test mean was 61.3 ± 3.99 mL·min⁻¹·kg⁻¹ ($p=0.07$, ES=0.94).

If test procedures were terminated when the criteria were attained, there was significant $\dot{V}O_2$ difference (1.11%) in verification phase ($p=0.016$; ES=1.45), while it was not significant for incremental test (0.7%) ($p=0.15$; ES=0.69).

Conclusion: According to results, if incremental test or verification phase terminated based on criteria, results should be called as $\dot{V}O_{2peak}$ but not $\dot{V}O_{2max}$. Real $\dot{V}O_{2max}$ can be attained by a verification phase to volitional exhaustion.

SB441

Şut Atma Performansı ile Şut Simulasyon Direnç Egzersizi ve İzokinetik Pik Tork Değerleri Arasındaki İlişki

¹Abdullah Kılıcı, ¹Selcen Korkmaz Eryılmaz, ¹Cemil Çağlar Bildircin, ¹Selçuk Karakaş, ¹Selçuk Aslan, ¹Nedim Askeri, ²Özgür Günaştı, ²Çiğdem Özdemir, ²Kerem Tuncay Özgünen, ²Sanlı Sadi Kurdak

¹Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Adana

²Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Fizyoloji Anabilim Dalı, Adana

Email : abduhahkilci89@gmail.com, selcen_korkmaz@yahoo.com, ccbildircin@gmail.com, selcukk.12@gmail.com, ssaslan@gmail.com, nedimaskeri21@gmail.com, ogunasti@gmail.com, cozdemir@cu.edu.tr, kozgunen@cu.edu.tr, sskurdak@cu.edu.tr

Giriş ve Amaç: Şut simulasyon direnç egzersizi, belirli bir dirence karşı şut eyleminin gerçekleştirildiği egzersizlerdir. Çalışmamızda, genç futbolcularda, şut atma performansının, şut simulasyon direnç egzersizi (ŞSDE) ile ölçülen bir tekrarda kaldırılabilen maksimum ağırlık (1RM) ve izokinetik dinamometrede ölçülen pik tork değerleriyle ilişkisinin değerlendirilmesi amaçlanmaktadır.

Materyal Metod: Çalışmaya aktif olarak futbol oynayan (Yaş 15.8±0.7yıl, Boy 172.9±7cm, Vücut Ağırlığı 62.3±9.4kg, Spor Yaşı 4.2±1.7; ortalama±SS) 38 sporcu katılmıştır. ŞSDE, çoklu kablolu çekiş makinesi kullanılarak uygulanmış ve ilk olarak sporcuların 1RM'leri belirlenmiştir. Diz-kalça ekstensiyon/fleksiyon kuvvet ölçümleri Cybex-II-Norm izokinetik dinamometre kullanılarak ölçülmüştür. Şut performans testi iki aşamada gerçekleştirilmiştir. İlk aşamada futbolculardan hedef gözetmeksizin maksimum hızda şut atmaları istenmiştir. İkinci aşamada standart futbol kalesinin sağ-sol alt/üstünde ve merkezinde yer alan 1m²'lik hedefe, 11m uzaklıktan futbolcuların kendi seçtikleri vuruş hızıyla isabetli şut atmaları istenmiştir. İlk aşamada şut ölçümleri 5 kez tekrarlanmış en yüksek hız verileri değerlendirmeye alınmıştır. İkinci aşamada deneklerden kendi seçtikleri hızlarda 10 kez şut atmaları istenmiş ve isabet skorları kaydedilmiştir. Ölçümler dominant bacakla gerçekleştirilmiştir. Değişkenler arasındaki ilişki Pearson Korelasyon analizi yapılarak irdelenmiştir.

Bulgular: ŞSDE-1RM değerleri ile maksimum hızda şut (MHŞ) değerleri arasında orta düzeyde korelasyon bulunurken, isabet skorları (İS) arasında korelasyona rastlanılmamıştır (Sırasıyla $r=0.6$ $p<0.05$ ve $r=-0.64$ $p>0.05$). İzokinetik kalça ekstensiyon/fleksiyon kuvvetleri 60-180-240°/sn açısal hızlarla, MHŞ arasında sadece 60-240°/sn'lik açısal hız fleksiyon kuvvetlerinde ilişki bulunurken, İS ile herhangi bir ilişkiye rastlanmamıştır (60-240°/sn Fleksiyon-MHŞ: $r=0.33$, $r=0.40$ $p<0.05$). Diz ekstensiyon/fleksiyon her üç açısal hızla, MHŞ ile arasında korelasyon gözlemlenirken (ekstensiyon/fleksiyon 60-180-240°/sn sırasıyla, $r=0.51$, $r=0.35$ - $r=0.51$, $r=0.46$ - $r=0.48$, $p<0.05$), İS ile arasında herhangi bir korelasyona rastlanılmamıştır ($p>0.05$). ŞSDE-1RM ile izokinetik kalça ve diz ekstensiyon/fleksiyon kuvvet verileri arasında orta düzeyde korelasyon bulunmuştur ($p<0.05$).

Sonuçlar: Bu çalışma futbolcuların performanslarının pahalı cihazlara gerek kalmadan şut eylemini taklit ederek branşa özgü ölçümlerle daha etkili bir şekilde değerlendirilebileceğini, performansı geliştirmeye yönelik yapılacak antrenman uygulamalarında kolaylıkla tercih edilebileceğini göstermektedir. Anahtar kelime: Direnç Egzersizi, Şut Atma Performansı, Kuvvet

The Relationship Between Shooting Performance, Shooting Simulation Resistance Exercise and Isokinetic Peak Torque Values

Introduction and Aim: Shooting simulation resistance exercises are exercises in which shooting action is performed against specific resistance. This study, aimed to evaluate the relationship between the shooting performance,

the maximum weight (1RM) that can be removed by simulated resistance exercise (SMR), and peak torque values measured by the isokinetic dynamometer in young footballers.

Material and Method: This study participated actively 38 athletes (Age 15.8 ± 0.7 years, Weight 172.9 ± 7 cm, Body Weight 62.3 ± 9.4 kg, Sports Age 4.2 ± 1.7 , mean $\pm$ SD). SMR was applied using multi-wire traction machine and firstly the 1RMs of athletes were determined. Knee-hip extensor/flexion force measurements were measured using Cybex-II-Norm isokinetic dynamometer. The kick performance test was carried out in two stages. In the first stage, soccer players are required to kick maximum speed regardless of their goal. In the second stage, a goal of 1m² placed on the right-left bottom/top-center of the soccer field, 11m away from the center, was requested to shoot the soccer players at their own preferred shooting power. In the first stage, the shot speed measurements were repeated 5 times and the highest speed data was evaluated. In the second stage, the subjects were asked shoot 10 times at their own selected speeds and hit scores were recorded. Measurements were made with dominant leg. The relationship between the variables was evaluated by Pearson correlation analysis.

Results: There was moderate correlation between SMR-1RM and maximum speed shooting (MSS) values, but no correlation was found between hit scores (HS) (Respectively; $r=0.6$ $p<0.05$, $r=-0.64$ $p>0.05$). There was correlated only 60-240°/sec, that between MSS and isokinetic hip extensor/flexion forces at 60-180-240°/sec, but no correlated HS (60-240°/sec Flexion-MSS: $r=0.33$, $r=0.40$ $p<0.05$). Knee extension/flexion was observed at all three angular velocities (Extension/Flexion 60-180-240°/sec respectively, $r=0.51$, $r=0.35$ - $r=0.51$, $r=0.46$ - $r=0.48$, $r=0.48$; $p<0.05$), unlike no correlation HS ($p>0.05$). There was moderate correlation between SMR-1RM and isokinetic hip and knee extension/flexion force values ($p<0.05$).

Conclusion: This study shows that performance of footballers can be evaluated more effectively with specific measures by simulated shooting action without having to use expensive devices and that they can be easily preferred in training applications to improve performance.

Keywords: Resistance Exercise, Shooting Performance, Force

SB446

Sekiz Haftalık Düzenlenmiş Pliometrik Antrenmanın Müsabık Kadın Taekwondocularda Seçilen Fiziksel Ve Fizyolojik Parametrelere Etkisi

¹Fatih Sarısoy, ²Fatih Sarısoy, ³Sefa Lök

¹Selçuk Üniversitesi, Konya

²Selçuk Üniversitesi, Konya

³Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

Email : fatihsarisoy08@gmail.com, fatihsarisoy08@gmail.com, sefalok@selcuk.edu.tr

Amaç: Bu araştırmada kadın taekwondocular da 8 haftalık pliometrik antrenmanın seçilen fiziksel ve fizyolojik parametreler üzerine etkisi incelenmiştir.

Yöntem: Araştırmaya Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu'nda öğrenim gören müsabık 12 deney ve 12 kontrol olmak üzere toplamda 24 kadın sporcu alınmıştır. Deney grubuna pliometrik egzersizler haftada 3 gün olmak üzere toplamda 8 hafta süresince yaptırılmıştır. Kontrol grubu ise normal Taekwondo antrenmanına devam etmiştir. Ölçümler araştırmaya başlamadan önce ve araştırma bittikten sonra yapılmıştır. Verilerin istatistiksel değerlendirilmesi SPSS 16.0 paket programında yapılmış olup, deney ve kontrol gruplarının ön test son test puan ortalamalarının karşılaştırılması için bağımsız gruplarda t testi kullanılmıştır. Deney ve kontrol gruplarının kendi içindeki öntest ve sontest verilerinin değerlendirilmesinde ise eşleştirilmiş örneklemelerde t testi kullanılmıştır. Sonuçlar % 95 güven aralığında ve $p < 0,05$ anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

Bulgular: Deney grubu için; anaerobik dayanıklılık testi, esneklik testi, bacak kuvveti testi, sırt kuvveti testi, dikey sıçrama testi, durarak uzun atlama testi, kavrama kuvveti testi ön test ve son test karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p < 0,05$). Kontrol grubunun öntest ve sontest karşılaştırılmasında ise dayanıklılık, bacak kuvveti ve sırt kuvvetinde istatistiksel olarak anlamlılık saptanmıştır ($p < 0,05$).

Sonuç: Sonuç olarak, 8 haftalık pliometrik antrenmanı uygulayan müsabık bayan taekwondocularda fiziksel ve fizyolojik özelliklerinin gelişimine katkı sağladığı ve pliometrik çalışmaların taekwondo sporuna uygun olduğu görülmüştür.

The Effect of Eight-Week Plyometric Training on the Selected Physical and Physiological Parameters in Female Taekwondo Competitors

Aim: The aim of this study was to examine the effect of 8-week plyometric training on selected physical and physiological parameters in female taekwondo competitors.

Method: In all, 24 female athletes, including 12 in the experimental group and 12 in the control group, who were studying in the School of Physical Education and Sports at Bartın University, were included in this study. The experimental group performed plyometric exercises for 3 days a week for 8 weeks. The control group continued their normal taekwondo training. The measurements were carried out before this study was started and after it was completed. The statistical data analysis was conducted using SPSS 16.0 software, and the independent samples t-test was used to compare the pretest-posttest mean scores of the experimental and control groups. The paired sample t-test was used to assess the pretest and posttest data within both the experimental group and the control group. The results were assessed at a 95% confidence interval; statistical significance was set at $p < 0,05$.

Result: The pretest and posttest comparisons of the experimental group for the anaerobic endurance test, flexibility test, leg strength test, back strength test, vertical jumping test, standing long jump, and grip strength test showed that the differences were statistically significant ($p<0.05$). The pretest and posttest comparisons of the control group showed that there were statistically significant differences in endurance, leg strength, and back strength ($p<0,05$).

Conclusion: In conclusion, this study found that the 8-week plyometric training contributed to the development of physical and physiological characteristics of female taekwondo competitors, and that the plyometric exercises were appropriate for taekwondo.

SB464

Normobarik Ortamda Hipoksik Koşullarda Uygulanan Tekrarlı Sprint Antrenmanlarının Kadın Futsal Oyuncularının Aerobik ve Anaerobik Kapasiteleri Üzerine Etkisi

¹Hakan KARABIYIK, ¹Mitat Koz

¹Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : karabiyik@ankara.edu.tr, mitatkoz@gmail.com

Giriş: "Alçakta yaşa, yüksekte antrenman yap" yaklaşımı, yüksek yerlere gidilmeden benzer antrenman adaptasyonlarının oluşturulduğu ve bu sayede gidilecek yerlerdeki kamp maliyeti ile harcanacak zamandan tasarruf edildiği için yaygın olarak kullanılmaktadır. Tekrarlı sprintler, birçok takım (futbol,futsal gibi) ve raket sporlarında (tenis gibi) sıklıkla yapılmakta ve önemli bir yer kaplamaktadır. Tekrarlı sprint antrenmanları ile antrenman adaptasyonlarında artışlar yaratıldığı ve yaratılan adaptasyonların bu gibi sporlardaki performansa olumlu aktarımı olduğu rapor edilmektedir. Bu çalışmada, bahsi geçen iki yöntemin birleştirilmesi ile daha yüksek antrenman adaptasyonları yaratılması amaçlanmıştır.

Metod: Çalışmaya 16 kadın futsal oyuncusu (yaş: 19,5±1,09 yıl; boy: 164,5±4,15 cm; vücut ağırlığı: 58,18±5,81 kg) katılmıştır. Katılımcılar rastgele olarak iki gruba (1.grup 10*6 saniyelik tekrarlı sprintleri 2500 m yükseltide (TSH); 2.grup 10*6 saniyelik tekrarlı sprintleri normoksik koşullarda (TSN)) ayrılmıştır. Antrenmanlar beş hafta süreyle haftada 3 kez 10*6 saniye sprintler şeklinde tekrarlanmıştır. Antrenmanlar başlamadan önce ve sonra maksimal oksijen tüketimi testi (koşu bandında gaz analizörü kullanılarak kademeli olarak artan test protokolü ile), wingate testi, dikey sıçrama testi, 30m sprint testi ve çeviklik testi uygulanmıştır. Grup içi farklılığı belirlemek için paired sample t-test, gruplar arası farkı belirlemek için independent t-test verilerin analizinde kullanılmıştır.

Sonuçlar: İncelenen veriler sonucunda, TSH grubunun aerobik parametrelerinden VO₂zirve (p<0,05), tükenme zamanında (p<0,05) istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. TSN grubunun aerobik parametrelerinde istatistiksel olarak anlamlı farka rastlanılmasa da önemli gelişimler gözlemlenmiştir. TSH grubunun 10 metre sprint (p<0,05), TSN grubunun T-çeviklik testi (p<0,05) verilerinde istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir.

Tartışma: Sonuç olarak, yapılan çalışmada grup içi aerobik ve anaerobik performansta gelişimler gözlemlenmiş iken, gruplar arası bir farka rastlanılmamıştır. Bu sonuç da, antrenman etkisinin gelişime katkısı olduğunu ancak farklı koşulların bu gelişimi etkilemediğini göstermektedir.

The Effect of Repeated Sprint Trainings Performed at Normobaric Ambient and Hypoxic Conditions on Aerobic and Anaerobic Capacities of Female Futsal Players

Introduction: "Live low, train high" approach is widely used because similar training adaptations have been made without going to high places and the cost of camping in the places to be traveled has been saved. Repeated sprints are frequently made many teams (football, futsal) and racket sports (tennis). It is reported that repeated sprint training and increases in training adaptations are created and created adaptations are a positive transfer to performance in such sports. In this study, it is aimed to create higher training adaptations by combining the two methods.

Method: 16female futsal players (age: 19,5±1,09years; height: 164,5±4,15cm; weight: 58,18±5,81kg) participated in the study. Participants were randomly divided into two groups (1st group: 10*6second repeated sprints 2500m altitude (TSH), 2nd group: 10*6second repeated sprints under normoxic conditions (TSN)). The training was repeated 3times a week for 5weeks for 10*6seconds in the form of sprints.

Wingate, vertical jump, 30m sprint, agility, maximal oxygen consumption tests (with a gradually increasing test protocol using a gas analyzer on the treadmill) were performed before and after the training sessions. To determine within group differences, paired sample t-test, to determine between group differences, independent t-test was used in data analyze.

Results: In consequence of datas that investigated, aerobic parameters of hypoxia group VO_{2peak} ($P<0,05$), TTE ($p<0,05$) determined significantly difference. In aerobic parameters of normoxia group, while not to found any statistical significant difference, important improvements were observed. Statistical significant difference was established 10 meter sprint performance of hypoxia group ($p<0,05$) and T-agility test datas of normoxia group.

Discussion: As a result, while it was observed improvements in aerobic and anaerobic performance within group, it wasn't statistical significant between groups. In turn, in specific to this study, it showed that training effects has a contribution on improvement but different conditions didn't effect on this improvement.

SB465

Anaerobik Güç Çıkışı Üzerine Myofasyal Gevşetme Yönteminin Akut Etkilerinin Araştırılması

¹Mehmet Yıldız, ¹Melih Bozdemir, ¹Zeki Akyıldız

¹Afyon Kocatepe Üniversitesi, Afyonkarahisar

Email : mehmetyildiz@aku.edu.tr, kuvvetkondisyon@aku.edu.tr, performancelab@aku.edu.tr

Giriş: Son zamanlarda, miyofasyal gevşetme için kullanılan foam roller uygulamaları gittikçe yaygınlaşan bir yöntem haline gelmiştir(1) egzersiz öncesinde ve sonrasında kullanılmaktadır(2). Bununla birlikte, egzersiz öncesi foam roller uygulamalarının anaerobik güç üzerine etkinliğini gösteren sınırlı çalışmalar bulunmaktadır.

Amaç: Bu çalışmanın amacı dinamik strechinge ek olarak egzersiz öncesi foam roller uygulamasının anaerobik güç üzerine olan akut etkilerini belirlemektir.

Yöntem: Yirmi bir sağlıklı üniversite öğrencisi (13 erkek, yaş: 20.43 ± 1.53 , boy: 176.84 ± 8.23 cm, ağırlık: 74.89 ± 15.72 kg) ve 8 bayan (yaş: 21.32 ± 1.62 , boy: 170.79 ± 9.02 cm, ağırlık: 67.98 ± 13.62 kg) gönüllü olarak çalışmaya katılmışlardır. Katılımcılar, 2 gün arayla önce dinamik stretching ve daha sonra dinamik strechinge ek olarak foam roller uygulaması gerçekleştirmişlerdir. Her iki uygulamadan hemen sonra tüm katılımcıların anaerobik güç (Wingate protokol) ölçümleri gerçekleştirilmiştir İki protokolü karşılaştırmak için eşleştirilmiş t-testi kullanılmıştır.

Bulgular: Egzersiz öncesi dinamik stretching ile karşılaştırıldığında da erkek gurubunda dinamik strechinge ek olarak yapılan foam roller ($889,50 \pm 232,80$ W ile $793,71 \pm 224,84$ W arasında $p < 0.05$) uygulamasının anaerobik zirve ve ortalama güç değerlerini daha fazla yükselttiği tespit edilmiştir. Bununla birlikte, kadın grupta anlamlı farklılık görülmemiştir.

Sonuç: Sonuç olarak, erkeklerde ısınma öncesi egzersizler olarak dinamik gerilmeye ek olarak yapılan foam roller uygulamasının, dinamik strechinge kıyasla anaerobik güç üzerinde daha etkili olduğu görülmüştür.

kaynaklar:1-Behara, B., & Jacobson, B. H. (2017). Acute effects of deep tissue foam rolling and dynamic stretching on muscular strength, power, and flexibility in Division I linemen. The Journal of Strength & Conditioning Research, 31(4), 888-892. 2-Bushell, J. E., Dawson, S. M., & Webster, M. M. (2015). Clinical relevance of foam rolling on hip extension angle in a functional lunge position. The Journal of Strength & Conditioning Research, 29(9), 2397-2403.

Investigation Of The Acute Effects Of Myofascial Release Method On Anaerobic Power Output

Introduction: Recently, self-myofascial release with foam roller has become an increasingly popular method (1) it is commonly used before and after a workout (2). However, there are limited studies demonstrating the efficiency of pre-workout self-myofascial release with foam roller for anaerobic power.

Aim of the study: The aim of the current study was to determine the acute effects of pre-exercise foam roller intervention in addition to dynamic stretching on anaerobic power.

Method: Twenty one healthy collegian students [13 men (age: 20.43 ± 1.53 , height: 176.84 ± 8.23 cm, weight: 74.89 ± 15.72 kg) and 8 women (age: 21.32 ± 1.62 , height: 170.79 ± 9.02 cm, weight: 67.98 ± 13.62 kg)] were volunteered to participate in the current study. The participants performed a dynamic stretching or the foam rolling intervention in addition to dynamic stretching and then performed anaerobic power test (Wingate protokol) with two days interval. The paired t-test was used to compare two protocols.

Results: As a result of this study, peak power and average power were significantly greater after foam rolling intervention in addition to dynamic stretching when compared with dynamic stretching without the foam roller ($889,50 \pm 232,80$ W vs. $793,71 \pm 224,84$ W, $p < 0.05$) in the male group. However, there were not significant differences in the female group.

Conclusion: As a conclusion, it was seen that as a warm-up pre-exercises foam roller intervention in addition to dynamic stretching was more effective on anaerobic power than dynamic stretching without foam roller in the male group.

Keywords: Foam rolling, Anaerobic power, Dynamic stretching

References: 1-Behara, B., & Jacobson, B. H. (2017). Acute effects of deep tissue foam rolling and dynamic stretching on muscular strength, power, and flexibility in Division I linemen. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 31(4), 888-892. 2-Bushell, J. E., Dawson, S. M., & Webster, M. M. (2015). Clinical relevance of foam rolling on hip extension angle in a functional lunge position. *The Journal of Strength &*

Türkiye Masa Tenisi Genç Milli Takım Aday Sporcularının Vücut Kompozisyonu Ve Biyomotor Performans Parametrelerinin İncelenmesi

¹Fahri Safa Cınarlı, ¹Muhammed Emin Kafkas, ²Canan Bastık, ³Oktay Çimen

¹İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Malatya

²Bursa Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Bursa

³Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : safa.cinarli@gmail.com

Giriş ve Amaç: Bu araştırma Türkiye masa tenisi genç milli takım aday sporcularının vücut kompozisyonu ve biyomotor performans skorlarını belirlemeyi amaçlamaktadır. Yöntem: Araştırma grubunu 2016 Nevşehir kampına katılan toplam 34 (20 kadın-14 erkek) sporcu oluşturdu. Sporculara; 0-5 m, 30 m, skuat sıçrama (SJ), yaylanarak sıçrama (CMJ), çeviklik, pençe kuvveti (sağ-sol), bacak kuvveti ve aralıklı toparlanma seviye-1 (YoYo-1) testleri uygulandı. Heath-Carter yöntemi ile somatotip puanları tespit edildi. Homojenite "Kolmogorov- Smirnov" ($p>0,05$), cinsiyetler arası fark "Independent T-Testi", verilerin karşılaştırılmasında "Bivariate Korelasyon" analizi uygulandı.

Bulgular: Biyomotor performans skorlarında esneklik dışında tüm testlerde erkeklerin lehine anlamlı farklılık tespit edildi ($p<0.05$). Tüm katılımcılar incelendiğinde endomorfi puanları ile çeviklik ($r=.599$), 0-5 m ($r=.546$), 30 m ($r=.618$) pozitif yönde, endomorfi puanları ile CMJ ($r=-.611$), SJ ($r=-.645$) ve maksVo2 ($r=-.609$) arasında orta düzeyde negatif yönde anlamlı ilişki tespit edildi. Katılımcıların ektomorfi puanları ile CMJ ($r=.409$) ve SJ ($r=.439$) arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edildi. Kadınlarda 0-5 m performansları ile çeviklik orta düzeyde ($r=.545$), CMJ ($r=-.567$) orta düzeyde negatif yönde anlamlı ilişki bulundu. Yine kadınlarda bacak kuvveti ile sağ pençe ($r=.510$) ve sol pençe ($r=-.551$) arasında orta düzeyde pozitif yönde ilişki bulunurken, maksVo2 skorları ile çeviklik ($r=-.597$), 30 m ($r=-.501$) arasında orta düzeyde negatif yönde anlamlı ilişki bulundu. Erkeklerde bacak kuvveti ile sağ pençe ($r=.622$), sol pençe ($r=.603$), esneklik ($r=.604$) orta düzeyde pozitif yönde, maksVo2 skorları ile CMJ ($r=.622$), SJ ($r=.639$) arasında orta düzeyde pozitif yönde, maksVo2 skorları ile çeviklik ($r=-.611$), 0-5 m ($r=-.599$), 30 m ($r=-.637$) arasında orta düzeyde negatif yönde anlamlı ilişki bulundu.

Sonuç: Araştırma sonucunda pençe kuvveti, bacak kuvveti ve 0-5 m performans becerilerinin seçim kriteri olabileceği, ayrıca endomorfi puanı arttıkça bu performans skorlarının negatif yönde etkilendiği tespit edildi.

Examination Of Body Composition And Biomotor Performance Parameters Of Turkish Table Tennis Young National Team Candidate Athletes

Introduction and Purpose: This research aims to determine the body composition and biomotor performance scores of Turkish table tennis young national team candidate athletes. Method: Research group was composed by 34 athletes (20 females–14 males) who joined the 2016 Nevşehir camp. To the athletes; 0-5m, 30m sprint, squat jump (SJ), counter movement jump (CMJ), agility, grip strength (right-left), leg strength and intermittent recovery-1 (YoYo-1) were applied. Somatotype scores were determined by the Heath-Carter method. For homogeneity "Kolmogorov-Smirnov" ($p>0.05$), for the difference "Independent T-Test" between genders and to decide difference between parameters "Bivariate Correlation" analysis was used in comparison of data.

Results: Significant differences were found in favor of males in all tests except for flexibility in performance scores ($p<0.05$). For participants, positive relation between endomorphy and agility ($r=.599$), 0-5 m ($r=.546$), 30 m ($r=.618$) and also moderate negatively relation between endomorphy and CMJ ($r=-.611$), SJ ($r=-.645$), maxVo2 ($r=-.609$) was found.

A low positive relation between ectomorph and CMJ ($r=.409$), SJ ($r=.439$) was determined. A moderate positively relation between females' 0-5 m performance and agility ($r=.545$), CMJ ($r=-.567$) was determined. There was a moderate positive correlation between leg strength and right-grip strength ($r=.510$), left-grip strength ($r=-.551$) in females. There was also a moderate significant negatively correlation between maxVo2 scores and agility ($r=-.597$), 30 m ($r=-.501$). A moderate positively correlation between leg strength and right grip strength ($r=.622$), left grip strength ($r=.603$), flexibility ($r=.604$) was found and moderate positively correlation between maxVo2 scores and CMJ ($r=.622$), SJ ($r=.639$) and also a moderate negatively correlation between maxVo2 and agility ($r=-.611$), 0-5 m ($r=-.599$), 30 m ($r=-.637$) was found in males.

Conclusion: As a result of the research, grip strength, leg strength and 0-5 performance skills could be a selection criterion and that these performances were negatively affected as the endomorphy score increased.

SB474

Tabata Metodu ile Uygulanan Dayanıklılık Çalışmalarının Kan Laktat Seviyesine Etkisi

¹Yakup Akif Afyon, ²Abdurrahman Boyacı, ¹Olca Mülazımoğlu

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla

²Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hareket ve Antrenman Bilimleri, Doktora Programı

Email : yafyon@mu.edu.tr, a.rahmanboyaci@gmail.com

Giriş ve Amaç: Araştırmada, yüksek yoğunluk interval antrenman metodu olan Tabata protokolünün bayan futsal takımı sporcularının kan laktat seviyeleri üzerine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışmaya, yaşları 19,10±,876 yıl, boyları 166,40±5,01 cm ve kiloları 55,90±4,74 kg olan toplamda 12 sporcu bayan futsal takım oyuncusu gönüllü katılım sağlamıştır. Tabata protokolü için 4 hareket belirlendi. Sporcuların çalışmaya başlamadan önce Kalp Atım Sayısı (K.A.S.) ve Laktik Asit (L.A.) seviyeleri belirlenmiştir. 4 dakikalık çalışma protokolünün 1. seti uygulamaya başlatılmıştır. 1. Set bittiğindeki K.A.S. ve L.A. seviyeleri kaydedilmiştir. 1 dakika aktif dinlenme verildikten sonra 2. Sete başlamadan önce K.A.S. ve L.A. seviyeleri tekrar kaydedilmiştir. Son olarak çalışma bittiğinde K.A.S. ve L.A. seviyeleri kaydedilmiştir. Laktik asit seviyesini belirlemek için alınacak kan örnekleri Accutrend Plus marka laktat analizör cihazı ve BM-lactate kit kullanılmıştır. Elde edilen verilerin aritmetik ortalamalar (X), standart sapmaları (ss) alınmıştır. Verilerin homojenlik analizi sonucunda parametrik olduğu tespit edilmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır.

Bulgular: Tabata yüklenmesi sonucunda sporcuların her yüklenme sonucunda kan laktat seviyelerinde artış meydana gelmektedir. Yüklenme aralarındaki laktat seviyeleri arasında ileri düzeyde ilişki saptanmıştır ($r = ,889^{**}$, $p = ,000$). Ayrıca kalp atım sayısı ile laktat seviyeleri arasında ilişki bulunmuştur.

Sonuç: Sonuç olarak, yüksek yoğunluktaki interval antrenman metodu olan 4 dakikalık Tabata protokolü sporcunun kan laktat seviyelerinde artış meydana gelmiştir. Tabata protokolü, anaerobik eşiği zorlayan dayanıklılık antrenman metodu olduğu söylenebilir. Sezon başı düzenli bir şekilde uygulanılacak olan bu protokol sayesinde yorgunluğun oluşmasını geciktirebileceğini söyleyebiliriz.

Kaynaklar: Tabata, I., Nishimura, K., Kouzaki, M., Hirai, Y., Ogita, F., Miyachi, M. and Yamamoto, K. (1996) Effects of moderate-intensity endurance and high-intensity intermittent training on anaerobic capacity and VO2 max. *Medicine & Science in Sports & Exercise* 28(10), 1327-1330. Astrand P-O, Rodahl K. (1986), *Textbook of Work Physiology Physiological Bases of Exercise*. 3th ed. McGraw-Hil,;

Effect of Blood Lactate Levels of Endurance exercises with Applied Tabata protocol

Introduction: In the aim, it was aimed to investigate the effect of the high intensity interval training method, Tabata protocol, on the blood lactate levels of female futsal team athletes.

Method: A total of 12 athletes women futsal team players volunteered to work, with a total age of 19,10 ± 876 years, a weight of 166,40 ± 5,01 cm and a weight of 55,90 ± 4,74 kg. 4 movements were determined for Tabata protocol. Heart rate counts (K.A.S.) and lactic acid (L.A.) levels were determined before the athletes started to work. The first set of 4 minute working protocol was started to be applied. 1. The K.A.S. and L.A. levels were recorded. After 1 minute of active resting, K.A.S. and L.A. levels were re-recorded. Finally, at the end of the study, K.A.S. and L.A. levels were recorded. Blood samples to be taken to determine the level of lactic acid were collected using an Accutrend Plus lactate analyzer and BM-lactate kit.

The arithmetic mean ($\bar{X}$) and standard deviation (ss) of the obtained data were taken. The data were determined to be parametric as a result of homogeneity analysis. Pearson correlation analysis was applied to examine the relationship between variables.

Finding: As a result of tabata protocol, the blood lactate levels increase at every loading of the athlete. There is an advanced relationship between lactate levels in loadin ($r= ,889^{**}$, $p= ,000$). There was also a correlation between heart rate and lactate levels.

SB488

Anaerobik Test Sonrası Aktif ve Pasif Toparlanmanın Kan Gazları, Laktik asit ve Kan Kortizol Düzeylerine Etkisi

²Betül Akyol, ¹Serdar Şerare

¹İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya

²İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Malatya

Email : serdarserare@windowlive.com, betul.akyol@inonu.edu.tr, serdarserare@windowlive.com

Giriş ve Amaç: Anaerobik egzersiz de PCO₂ artar, pH ve PO₂ düşer. Laktik asit oluşarak kas kasılmasına negatif yönlü etki eder ve egzersiz yapılmasını zorlaştırır. Egzersiz şiddetinin artmasıyla kan kortizol hormon düzeylerinde artış görülür. Etkin bir toparlanma ile denge sağlanır. Bu çalışmanın amacı; aktif ve pasif toparlanmanın kan gaz değerlerine ve kortizol hormon düzeyine yapacağı etkileri incelemektir.

Yöntem: Çalışmaya BESYO öğrencisi olan ve futbol dalında aktif spor yapan yaş ortalaması 19.75±1.61 yıl olan 28 gönüllü erkek sporcu katılmıştır. Katılımcılar rastgele iki gruba ayrılmış ve her bir katılımcıya Wingate Anaerobik Güç Testi uygulanmıştır. Test sonrası aktif grup maksimal kalp atım hızının % 40 ± 10 'unda aktif toparlanırken; pasif grup oturarak toparlanmıştır. Deneklerden test öncesi ve toparlanma safhalarında venöz kan örnekleri alınarak LA, kan gazları ve hormon düzeyleri karşılaştırıldı. LA için milimol/litre (mmol/l), PO₂ ve PCO₂ için milimetre civa (mm Hg), kortizol için mikrogram/desilitre (mcg/dl) ölçü birimleri kullanıldı. Gruplarının kendi içinde test öncesi, test sonrası, toparlanma 3.dakika ve toparlanma 5.dakika LA, PO₂, PCO₂ ve kortizol düzeylerinin karşılaştırmalarında Conover, aktif ve pasif gruplarının birbiriyle karşılaştırılmasında Mann-Whitney U testi kullanıldı. Anlamlılık düzeyi p<0.05 alındı.

Bulgular: Aktif ve pasif toparlanma yapan gruplar karşılaştırıldığında 3. ve 5. dakikada laktik asit ve kortizol hormon düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Aktif toparlanan grupta 3. dakika kan pO₂ değeri; 44.85 (28.7-95.2), 5. dakika kan pO₂ değeri 52.29±15.36 bulunmuştur. Pasif grupta 3. dakika pO₂ değeri; 62 (34.7-124) , 5. dk kan pO₂ değeri 73.38±23.47 bulunmuştur. Sonuç: Pasif toparlanmada PO₂ düzeyleri daha yüksek saptandı (PO₂ aktif grup toparlanma 3.dk.44.85, toparlanma 5.dk:52.29, pasif grup toparlanma 3.dk. :62, toparlanma 5.dk. :73.38). Laktik asitin istirahat düzeyine inmesi için, her iki toparlanmada da 5 dakikalık sürenin yeterli olmadığı gözlemlendi. Her iki toparlanma yöntemi de kortizol hormon düzeyini etkilememiştir.

Kaynaklar: 1.Çakmakçı O, vd. Elit Boksörlerde 12 Haftalık Antrenman Uygulamasının Asit Baz Dengesi Üzerine Etkisi.Spor Hekimliği Dergisi, 2010,45:

The Effect Of Active Or Passive Recovery On Blood Gases, Lactic Acide and Blood Cortisol Levels, After Anaerobic Test

Aim: During anaerobic exercise blood pCO₂ levels increase, pH and pO₂ levels decrease. Lactic acid formation has a negative effect on muscle contraction and makes exercise difficult. Increased the intensity of exercise also increases blood cortisol hormone levels. After an effective recovery period stability is obtained. The aim of this study is to compare the effect of active or passive recovery on blood gases, lactic acide and blood cortisol levels, after anaerobic test.

Method: 28 volunteer male athletes who were Physical Education and Sports High School students at Cumhuriyet University and mean age 19.7 ± 1.61 years, participated in the study. They were divided into two groups randomly and Wingate Anaerobic Power Test was applied to each participant. In active recovery group made recovery actively with maximum heart rate % 40± 10 after test. Passive group made recovery passively with only sitting.

Venous blood samples were taken from the subjects before and during recovery test to compare LA, blood gases and hormone levels. (mmol / l) for LA, (mm Hg) for PO₂ and PCO₂, and (mcg / dl) units for cortisol were used. Before, during, and recovery 3. and 5. minute Conover test was used in comparison of LA, PO₂, PCO₂, cortisol levels and Mann-Whitney U test was used comparison of active and passive groups. The level of significance was taken $p < 0.05$.

Results: Compared active and passive groups; the levels of lactic acid and cortisol were not different statistically between two groups in 3. and 5. minute during recovery. In active recovery group blood 3. minute pO₂ levels was found; 44.85 (28.7-95.2) 5. minute pO₂ levels was found; 52.29±15.36. In passive recovery group blood 3. minute pO₂ levels was found; 62 (34.7-124), 5th minute pO₂ levels was found; 73.38±23.47.

Conclusion:PO₂ levels were higher in passive recovery. (PO₂ active group recovery

As a result, the high intensity interval training method, the 4 minute Tabata protocol, increased the blood lactate levels of the athlete. It can be said that Tabata protocol is a method of endurance training that forces anaerobic twin. We can say that this protocol, which will be applied regularly at the beginning of the season, can delay the occurrence of

SB492

Performans Gelişiminde Aralıklı Apne Egzersizlerinin Kullanımı

¹Taylan Hayri Balcioğlu, ¹Ömür Battal, ¹Adil Deniz Duru, ¹Hasan Birol Çotuk

¹Marmara Üniversitesi

Email : tylnbalcioglu@gmail.com, o_battal@hotmail.com, deniz.duru@marmara.edu.tr, hbcotuk@marmara.edu.tr

Giriş: Ventilasyonun normal seyrinde devam ettiği sportif aktiviteler esnasında egzersiz şiddeti arttıkça kalp atım hızı (KAH) artmaktadır. Apneik egzersizlerde durumun bunun tersine gerçekleştiği söylenebilir.

Amaç: Çalışmanın amacı aralıklı apneik egzersizlerdeki kalp atımının nasıl seyrettiğini incelemek ve apneik egzersizlerin performans geliştirme amaçlı kullanımı tartışmaktır.

Yöntem: Sporcuların dinlenik maksimal apne süreleri ve maksimum oksijen tüketimleri bisiklet ergometresi üzerinde kademeli artan egzersiz testi ile ilk ölçüm gününde belirlendi. Sporculardan ikinci ölçüm gününde maksimal oksijen tüketim testindeki güç değerlerine bağlı olarak belirlenen 5 farklı güç seviyesinde (30W, 90W, 150W, 210W, 270W) ikişer dakikalık dinlenme aralıkları ile maksimal apne sürelerince bisiklet egzersizi yapmaları istendi. Bu esnada KAH Polar S810i nabız saati ile rr aralığında kaydedildi. Elde edilen KAH verileri “ i) Egzersiz Başlangıç - Egzersiz Pik ”, “ ii) Egzersiz Pik - Egzersiz Dip ”, “ iii) Egzersiz Dip - Toparlanma Pik ”, ve “ iv) Toparlanma Pik - Toparlanma Bitiş ” aralıklarında dörde bölünerek incelendi.

Bulgular: Egzersizdeki güç miktarı arttıkça egzersizdeki pik KAH'nın arttığı görülmüştür. Her güç düzeyindeki başlangıç KAH, birbirine yakın ortalamalarda bulunmuştur. Her güç değerinde 2. penceredeki farkın apne süresinden ve başlangıç KAH düzeyinden bağımsız olarak benzer miktarda düştüğü bulunmuştur. 3. pencerede ventilasyonun sürdüğü egzersizlerin aksine toparlanmada KAH'nın arttığı görülmüştür. 3. penceredeki artışın egzersiz dip KAH sayısından bağımsız olarak benzer süre ve benzer KAH miktarlarında olduğu bulgusuna rastlanmıştır. Apne sürelerinin güç parametresi ile ters orantılı olduğu gözlemlenmiştir.

Sonuç: Apneik egzersizler arasındaki 2 dakikalık dinlenme süreleri bir önceki başlangıç KAH seviyesine ulaşmak için yeterli olmaktadır. Toparlanmadaki KAH artışı ventilasyonun kesilmediği egzersizlerin aksine antrenman etkisi yaratmaktadır. 30 W hariç her güç düzeyinde 2. penceredeki KAH düşüş miktarı egzersiz şiddetinden bağımsızdır. Her güç düzeyi için 3. penceredeki KAH artış süresi ve miktarı da egzersiz şiddetinden bağımsız olduğundan, aralıklı apneik egzersizlerde yüklenme şiddetinin KAH'dan bağımsız olarak oluşturulabilmesine olanak sağlamaktadır.

Implementation Of Intermittent Apneic Exercise On Performance Enhancement

Introduction: Heart rate increases with increased intensity of exercise while ventilation parameters remain unchanged. However, It can be thought that apneic exercise may reverse this situation.

Aim: Aim is to discuss use of apneic exercises for performance improvement based on heart beat pattern.

Method: First, static maximal apnea duration and the maximal oxygen consumption of athletes were determined using cycle ergometer via an incremental exercise test. Then the athletes were asked to fulfill 5 cycling exercises with power values of 30W, 90W, 150W, 210W and 270W. Duration of each task was determined as the maximal apnea duration. The resting periods were set as 2min. HR values were recorded via Polar S810i HRV. Analysis were performed i) in the beginning of exercise – at the peak of exercise ii) at the peak of exercise – in the deep of exercise iii) in the deep of exercise – at the recovery of peak iv) at the recovery of peak – in the end of recovery.

Results: It is observed that the exercise intensity is corellated with the peak of HR. Initial values of peak HR were similar in all power levels. The differences in 2nd window were not related both with apnea duration and initial value of HR for all levels. Increased HR was observed in the thirth window of recovery in contrast to exercises where ventilation exists. This increment and duration were found to be independent from deep HR of exercise. Power levels and apneic durations were found to be negatively corellated.

Conclusion: The HR increment of the recovery period acts as an exercise effect in contrast to the cases where ventilation exist. The duration and amount of heart rate increase in the third part is independent of exercise intensity. It can be concluded that intermittent apneic exercises intensity might be planned independently ofHR.

Normobarik Ortamda Hipoksik ve Normoksik Koşullarda Farklı Antrenman Yöntemlerinin Dayanıklılık Performansı Üzerine Etkilerinin Karşılaştırılması

¹Mustafa Sakir Akçöl, ²Mitat Koz

¹Kastamonu Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kastamonu

²Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Giriş ve Amaç: Son dönemlerde aerobik kapasitenin geliştirilmesine yönelik yüksek şiddetli interval antrenmanlar dikkat çekmektedir. Bu çalışma hipoksik ve normoksik koşullarda yüksek şiddetli interval antrenman ve sürekli koşu metodunun dayanıklılık performansı üzerine etkilerinin karşılaştırılması amacıyla yapılmıştır. Yöntem: Araştırmaya 35 aktif erkek gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar rastgele olarak Hipoksi YŞİA (Yüksek şiddetli interval antrenman) (n=8). Normoksi YŞİA (n=11). Hipoksi Devam (n=8) ve Normoksi Devam (n=8) olmak üzere dört gruba ayrılmıştır. Çalışma öncesi, çalışmanın 4. haftası ve sonunda, katılımcıların VO₂max, AE VO₂, VO₂ submaksimal, TTE (tükenme süreleri) ve iş yükü parametreleri treadmill üzerinde submaksimal ve maksimal testler uygulanarak tespit edilmiştir. YŞİA grupları, hipoksik ve normoksik koşullarda 8 hafta, haftada 3 gün olmak üzere YŞİA metotlarından biri olan wingate stilini uygulamışlardır. Hipoksik koşullar Everest Summit II taşınabilir yükseklik jeneratörü ile sağlanmıştır. YŞİA antrenmanları ise vücut kütlelerinin %7,5'i kullanılarak 4-7x30-s (1:7) olmak üzere, 8 hafta boyunca uygulanmıştır. Devam grupları ise yine hipoksik ve normoksik koşullarda, 8 hafta, haftada 3 gün olmak üzere koşu bandı üzerinde maksimal kalp atım hızlarının %70-80'i arasında ilk iki hafta 25 dakika, sonra her iki haftada bir 5'er dakika arttırarak koşmuşlardır. Verilerin dağılımlarının belirlenmesinde Shapiro Wilk testi kullanılmıştır. Katılımcıların tekrarlı olarak katıldıkları testlerde, Friedman Tekrarlı Ölçümlerde Varyans Analizi yöntemi kullanılmıştır. Farkların gruplar arasında karşılaştırılmasında MANOVA testi yapılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Analiz sonuçlarına göre tüm parametreler grup içi değerlendirildiğinde tüm gruplarda 4.ve 8. hafta ortalama değerler arasındaki fark anlamlı bulunmuştur (p<0.05). Gruplar arası gelişimler karşılaştırıldığında ise dört grup arasında sadece VO₂ submaksimal parametresinde 8. hafta da ortalama değerler arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Bu farkın ise hipoksi ve normoksi YŞİA gruplarından kaynaklandığı tespit edilmiştir. (X² =13,66, Sig=0,01). Buna göre dayanıklılık özelinde 8 hafta sonunda hipoksik ve normoksik koşullarda yapılan yüksek şiddetli interval antrenmanlarının, devam antrenmanlarından daha etkili olduğu söylenebilir.

Comparison of The Effects of Various Training Methods on Endurance Performance under Hypoxic Conditions in a Normobaric Environment

Introduction and the aim of the study: High intensity interval training (HIIT) has taken attention in terms of developing aerobic capacity. The aim of this study was to compare the effects of interval training and continuous running in hypoxic and normoxic conditions on endurance performance. Method: 35 physically active men voluntarily participated in this study. Participants were randomly divided into 4 groups; hypoxia HIIT (n=8), normoxic HIIT (n=11), hypoxic continuous training (n=8) and normoxic continuous training (n=8). VO₂max, AE VO₂, VO₂submax, exhaustion time (TTE) and work rate parameters were investigated by using sub-maximal and maximal tests on a treadmill. HIIT group conducted wingate style of HIIT hypoxic and normoxic conditions three times a week for 8 weeks. Hypoxic condition was provided with Everest Summit II generator. These trainings were carried out 4-7x30s (1:7) with a load corresponding to 7,5% of the body mass of the participants. Continuous groups started to run on a treadmill between 70-80% of HR in the hypoxic and normoxic conditions three times a week for 8 weeks. They started with 25 min running, increasing 5 min each 2 weeks. To control normality of the data distributions, ShapiroWilk test was used. To identify differences among the groups, Friedman Repeated Measures Analysis of Variance Test was used. To determine which group caused the difference Wilcoxon signed-rank test was used. To compare differences among groups, MANOVA was used.

Results and Conclusions: According to analysis, when participants were evaluated within the group, there were meaningful differences after both 4th and 8th weeks. When developments among the groups were compared, there was a meaningful difference in VO₂submax in the 8th week, This difference resulted from hypoxic and normoxic HIIT groups ($X^2=13,66$, Sig=0,01). According to these results, we can say that 8-week hypoxic and normoxic HIIT is more effective compared to continuous trainings

SB511

Unilateral ve Bilateral Direnç Egzersizlerinin Akut Hormonal Etkileri

¹Yasin Ersöz, ²Mehmet Günay

¹Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Mersin

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : yasin_ersz@hotmail.com, mgunay@gazi.edu.tr

Bu çalışmanın amacı, unilateral (UL) ve bilateral (BL) direnç egzersizleri arasındaki akut hormonal etkiyi ortaya koymaktır. Araştırmaya direnç egzersiz çalışma tecrübesi olan 14 sağlıklı öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırma öncesi katılımcılara hem UL hem de BL direnç egzersizleri için familirizasyon antrenmanları yaptırıldı. Tam dinlenme (1 hafta) sağlandıktan sonra UL ve BL direnç egzersizleri için 1 tekrar maksimleri hesaplandı. Familirizasyon sonrası tam dinlenme sağlanarak sırasıyla UL ve BL direnç egzersiz gerçekleştirildi. Katılımcılardan iki farklı egzersiz türü için ayrı ayrı egzersiz öncesi, egzersizden hemen sonra ve egzersizden 30 dakika sonra kan örnekleri alındı. Elde edilen plazma örneklerinde Total Kreatinkinaz , Laktat Dehidrogenaz, İnsülin , Total Testosteron, Kortizol ve Büyüme hormon düzeyleri incelendi. Elde edilen sonuçlar; ilişkili ölçümler için iki faktörlü (durum X zaman) varyans analizi ile belirlendi. Tekrarlı ölçümler arası fark Bonferroni test kullanılarak tespit edildi. UL ve BL egzersizlere ait ölçüm zamanları karşılaştırıldığında; Total kreatinkinaz ve Laktat dehidrogenaz seviyeleri ile Total Testosteron ve Kortizol, T/C oranı ve Büyüme hormonu seviyeleri genel ölçümleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark olduğu ($p<0,05$), buna karşın İnsülin hormon seviyeleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Diğer taraftan, Kortizol ve T/C oranı için direnç egzersiz türleri ile ölçüm zamanı etkileşimi anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$). Buna göre; UL direnç egzersizinden 30 dakika sonra T/C oranının daha yüksek, buna karşın Kortizol düzeylerinin daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlar, UL egzersizden 30 dakika sonra organizma üzerindeki stresin azaldığını, buna karşın fiziksel stresin devam ettiğini işaret etmektedir. Sonuç olarak; UL direnç egzersizi protokolünün BL egzersiz protokolüne göre toplam iş açısından daha düşük olmasına rağmen aynı seviyede anabolik ve katabolik hormonların etkileri düşündüğünde, UL antrenmanların bu yönden tercih nedeni olabileceğini düşünülmektedir.

Acute Hormonal Effects Of Unilateral And Bilateral Resistance Exercises

The purpose of this study is to determined the acute hormonal effect between unilateral and bilateral resistance exercises. Fourteen healthy volunteers who have experience in resistance exercise participated to the study. Before the pre-test, participants were instructed to undertake familization exercises for both unilateral and bilateral resistance exercises. After complete rest (1 week) was achieved, both unilateral and bilateral resistance exercises were performed and Brzycki Formula used to calculate 1 repetition maximal for each movement and limb separately. 5 cc of blood were obtained from the participants by specialist before pre-exercise, immediately after exercise, and 30 minutes after exercise for two different types of exercises. Total Creatinkinase, lactate dehydrogenase as well as Insulin, Total Testosterone, Cortisol and Growth Hormone levels were studied in plasma samples after centrifugation. Data analysis were used two- factor variance analysis for related measures. The difference between repeated measurements was used Bonferroni Post-Hoc test. When the measurement times of unilateral and bilateral exercises are compared; Total Creatinkinase and lactate dehydrogenase levels and Total Testosterone and Cortisol, T/C ratio and Growth Hormone levels were found to be statistically significant ($p < 0,05$), whereas there was no statistically significant difference between INS hormone levels ($p > 0,05$). On the other hand, for the Cortisol and T/C ratios, the measurement (conditionXtimes) interaction with the resistance exercise types was found to be significant ($p < 0.05$). As a result; unilateral workouts are considered to be the preferred cause of this trend, although the effects of anabolic and catabolic hormones are contemplated at the same level, even though the unilateral resistance exercise protocol is lower than the bilateral training protocol in terms of total workload.

Dikey Sıçrama Performansının Ölçümü İçin Iphone Uygulaması Kullanılabilir Mi?

¹Aysenur Turgut, ¹Gülşah Özkurt Çoban, ¹Ertuğrul Gelen

¹Sakarya Üniversitesi, Sakarya

Email : aysenur.turgut@ogr.sakarya.edu.tr, gulsah.ozkurt18@gmail.com, gelen@sakarya.edu.tr

Dikey sıçramanın belirlenmesi, fiziksel performansın değerlendirilmesinde sıklıkla kullanılmaktadır. Dikey sıçrama performansını ölçmek için bu güne kadar çeşitli yöntem ve cihazlar geliştirilmiştir. Bu yöntemler arasından kuvvet platformları altın standardı oluşturmaktadır. Ancak pahalı ve alanda kullanılması açısından ölçümün kısıtlanmasına sebep olmaktadır. Son yıllarda Apple şirketi saniyede 240 Hz yüksek hızlarda video çekimi yapabilen telefon (iPhone 6s) geliştirmişlerdir. Çeşitli yazılımcılar da bu teknolojiyi kullanarak dikey sıçramaya yönelik yazılımlar tasarlamışlardır. Bu çalışmanın amacı, dikey sıçrama performansını belirlemek için özel olarak tasarlanmış bir iPhone uygulamasının (MyJump) etkinliğini analiz etmektir. Bu araştırmanın denek grubunu, çalışmalara gönüllü olarak katılan Spor Bilimleri Fakültesinden 86 erkek ve kadın [ortalama (SS) 22.3 (1.7) yıl, 173.3 (13.8) cm., 71.7 (13.8) kg.] oluşturmuştur. Deneklerin, ısınma egzersizlerinden sonra eller belde olarak kuvvet platformu üzerinde aktif sıçramaları sağlandı. Sıçrama gerçekleştirilirken eş zamanlı olarak Apple telefon (Iphone 6S Plus) ile ağır çekim modunda saniyede 240 Hz hızında video kaydı alındı. Her denek için 5 sıçrama gerçekleştirildi ve en iyi sıçrama, My Jump uygulaması kullanılarak analiz edildi. Kuvvet platformu ile telefon uygulamasından elde edilen verilerin benzerliğinin belirlenmesi için Pearson Korelasyon analizi kullanıldı. Kuvvet Platformu yöntemi ile telefon uygulaması yöntemleri arasında oldukça yüksek bir korelasyon değeri hesaplanmıştır ($r = 0.993$). Bu sonuçlara göre, dikey sıçrama performansının belirlenmesinde MyJump telefon uygulamasının kullanılabileceğini göstermektedir.

Can Iphone Application Be Used To Measure Vertical Jump Performance?

Determining vertical jump is frequently used in assessing physical performance. Various methods and devices have been developed to measure vertical jump performance. Among these methods, force platforms constitute the gold standard. However, it is expensive and causes the measurement to be restricted in terms of using the field. In recent years, the Apple Company has developed a phone (iPhone 6s) capable of shooting video at 240 Hz. Various software developers have also designed different software products to measure vertical jump using this technology. The purpose of this work was to analyze the effectiveness of an iPhone application (MyJump) specially designed to determine vertical jump performance. The subjects of this study were 86 men and women [mean (SD) 22.3 (1.7) years, 173.3 (13.8) cm., 71.7 (13.8) kg.], who voluntarily participated in the research, from the Faculty of Sports Sciences. After the warm-up exercises, the subjects were given active jumps on the force platform with their hands on their waist. Simultaneously with the jump, the Apple phone (Iphone 6S Plus) received video recording at 240 Hz in slow motion mode. Five jumps were performed for each subject and the best jump performance was analyzed using the My Jump application. Pearson Correlation analysis was used to determine the similarity of the data obtained from the force platform and the mobile phone application. A fairly high correlation was calculated between the Force Platform method and the mobile phone application methods ($r = 0.993$). According to these results, MyJump mobile phone application can be used to determine vertical jump performance.

SB553

Sprint A-B-C Antrenmanlarının, 12-13 Yaş Basketbolcularda Sürati Etkileyen Hareket Bileşenleri Üzerine Etkisinin İncelenmesi

¹Buse Argın, ²Murat Bilge, ²Emine Çağlar

¹Dr. Nurettin Beyhan Elbir Ortaokulu/Ankara

²Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi/Ankara

Email : poul.voulter@gmail.com, muratbilge@gmail.com, edolucaglar@gmail.com

Bu çalışma, 12-13 yaş basketbolcularda uygulanan sprint A-B-C antrenmanlarının, sürati etkileyen hareket bileşenleri üzerindeki etkisini incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışmanın araştırma grubunu (AG), düzenli olarak basketbol antrenmanına ek olarak sprint ABC antrenmanı yapan 16 erkek sporcu oluşturmuştur. Basketbol grubunu (BG), aynı yaş grubunda yine düzenli olarak basketbol antrenmanı yapan, ek antrenman yapmayan, 16 erkek sporcu, kontrol grubunu(KG) ise yine aynı yaş grubunda, düzenli spor yapmayan 16 erkek çocuk oluşturmuştur.

AG ile 8 hafta, 3 gün/hafta ve 45 dakika toplam 24 antrenman yapılmıştır. Antrenman öncesinde ve sonrasında üç gruba da illinois, T-drill, 505 çeviklik testleri ile 20 m ivmelenme (0-10 m, 10-20 m, 0-20 m) testi uygulanmıştır. Elde edilen veriler, tek yönlü varyans analizi, Kruskal Wallis, Wilcoxon, bağımlı örneklem t testi kullanılarak analiz edilmiştir. AG ve BG' nin t-drill, illinois, 505 ve 10-20 m aralığının ön test ve son test değerleri arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.01$). AG ve BG' nin, son test değerleri, ön test değerlerinden anlamlı olarak daha düşüktür. KG' nin ise ön test ve son test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır ($p>0.05$). 10-20 m performansı yüzdesel gelişim değerlerinde, BG ile KG arasında BG lehine anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). T-drill ve illinois çeviklik testi yüzdesel gelişim değerlerinde, AG ile hem BG hem de KG arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.01$). T-drill çeviklik testi değerlerinde, en yüksek gelişimin AG' de olduğu, BG ve KG' de ise gelişimin çok az olduğu görülmektedir. 505 testi yüzdesel gelişim değerlerinde, KG ile hem AG hem de BG arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). KG' nin yüzdesel gelişim değerinin AG ve BG' ye göre az olduğu görülmektedir. Üç grubun, 0-10m ve 0-20 m aralığında koşulan sürelerinin yüzdesel gelişim değerleri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır ($p>0.05$).

Çıkan sonuçlar, sekiz haftalık sprint ABC antrenmanlarının, sürati etkileyen bazı bileşenler üzerinde etkili olduğunu göstermektedir.

The Investigation Of The Effect Of Sprint A-B-C Training On The Movement Components That Influence Speed Ability On 12-13 Aged Basketball Players

The purpose of this study is to investigate the effects of sprint A-B-C training on the movement components that influence speed ability on 12 to 13 years old basketball players. The research group (RG) attended regularly to sprint ABC trainings in addition to basketball training ($n=16$). Basketball group (BG) attended regular basketball training in the same age group but without additional training ($n=16$). The control group (CG) didn't train regularly ($n=16$).

A total of 24 training sessions were held (3times/week-45 min) for 8 weeks. Three groups were applied for illinois, T-drill, 505 agility tests, 20 m acceleration test before and after training period. The data were analyzed by using one way ANOVA, Kruskal Wallis, Wilcoxon and paired samples t test. The results showed that there was a significant difference between the pre-test and post-test values of RG and BG of t-drill, illinois, 505 tests and 10 - 20 m ($p < 0.01$). Post-test of RG and BG were significantly over than the pre-test values. There was no significant difference between pre-test and post-test values of CG ($p > 0.05$). A significant difference was found between BG and CG in the percentage of developmental values of 10-20 m ($p < 0.05$) in favor of BG.

There was a significant difference between RG and both BG and CG in the t-drill and illinois agility test percentage of developmental values ($p < 0.01$) in favor of RG. There was a significant difference between CG and both RG and BG in the 505 agility test percentage of developmental values ($p < 0.05$) against CG. There was no significant difference between the percentage of developmental values of 0-10 m and 0-20 m of the three groups ($p > 0.05$).

The results show that eight-week-sprint A-B-C training is effective on some movement components that influence speed ability.

SB555

Elit Erkek Voleybol Liginde Bir Sezonda Atılan Servis Tipi Servis Hızının Başarısını Etkiler

¹Emre Altundağ, ²Cengiz Akarçesme, ³Esen Gürbüzsel, ⁴Gül Baltacı, ²Filiz Çolakoğlu

¹Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Bolu

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

³Gazi Üniversitesi Fen Bilimleri Fakültesi, İstatistik Bölümü, Ankara

⁴Özel Ankara Güven Hastanesi, Ankara

Email : emrealtundag@gmail.com, cengizakarcesme@gazi.edu.tr, esen@gazi.edu.tr , ybaltaci@hacettepe.edu.tr, ffiliz@gazi.edu.tr

Giriş: Voleybolu performansında servis tipinin ve servisin top hızının kesin etkisi belirsizdir.

Amaç: Bu çalışmanın amacı 2016-2017 Voleybol Efeler ligi sezonunda atılan servis tipine göre servis hız düzeylerinin belirlenmesi idi.

Yöntem: Erkek voleybol liginde oynayan yerli (n=1886) ve yabancı (n=1410) toplam 3296 erkek oyuncuların maç esnasında kullandıkları servis tipine göre (Jump Topspin n=1546, Jump Float n=1745, Tennis n=5) servis hızları radar gun ile ölçüldü. Servis hızı, servis tipini ve grup etkileşimini değerlendirmek için ilişkisiz örneklem için iki faktörlü varyans analizi kullanıldı.

Sonuçlar: Yerli ve yabancı sporcuların servis çeşidine göre servis hız testi ortalama puanları arasındaki fark anlamlı bulundu $F(1, 3291) = 3641,154, P = ,000$. Servis hız testi yerli ve yabancı sporculara göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur $F(1, 3291) = 47,131, P = ,000$. Çalışmaya katılan yerli sporcularının servis hız testi ortalama puanı ($X=42.79$), yabancı sporcularının aynı test puanlarından ($X=47.99$) daha düşüktür. Bu bulgu sporcuların servis hızı puanları üzerinde servis tipinin önemli bir etken olduğunu gösterir. Uygulanan servis tipinin ve yerli – yabancı sporcuların, servis hız düzeyleri üzerindeki ortak etkisinin anlamlı olduğu bulundu $F(1, 3291) = 113.659, P = ,000$. Tartışma: Servis hızı üzerinde servis çeşidinden Jump Topspin etkili olduğu tespit edildi. Bu nedenle müsabaka öncesi voleybol antrenman programı içerisinde Jump Topspin eğitiminin dahil edilmesi sporcuların servis hızı gelişiminde etkin bir şekilde kullanılabilir.

The Serve Type Striking During A Season in Men's Volleyball League Affect The Success Of The Serve Speed

Introduction: In volleyball performance, the exact effect of the serve type and the speed of serve is uncertain.

Objective: The aim of this study was to determine the speed of serve according to the type of serve taken during the 2016-2017 Volleyball Eagle League season. Method: According to the type of serve (Jump Topspin n = 1546, Jump Float n = 1745, Tennis n = 5), 3296 male players in total native (n = 1886) and foreign (n = 1410) were measured by using radar gun. Two-factor variance analysis was used for unrelated sample to assess serve rate, serve type and group interaction.

Results: The difference between the mean scores of the service speed test of the local and foreign sportsmen was significant. $F(1, 3291) = 3641,154, P = ,000$. The service speed test showed significant difference from domestic and foreign athletes. $F(1, 3291) = 47,131, P =$ score ($X = 42.79$) is lower than the same test scores of foreign athletes ($X = 47.99$). This finding indicates that the type of service is an important factor on the athlete's service speed scores. $F(1, 3291) = 113.659, P = ,000$. The common effect of service type and domestic - foreign athletes on service speed levels was significant.

Discussion: It has been determined that the service top speed is influenced by Jump Topspin. For this reason, the inclusion of Jump Topspin training in the pre- competition volleyball training program can be used effectively in the development of the service speed of the athletes.

SB556

Elit Kadın Voleybolcularda Bir Sezon Boyunca Atılan Hangi Servis Tipi Başarıyı Etkiler?

¹Emre Altundağ, ²Cengiz Akarçesme, ³Esen Gürbüzsel, ⁴Gül Baltacı, ²Filiz Çolakoğlu

¹Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Bolu

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

³Gazi Üniversitesi Fen Bilimleri Fakültesi, İstatistik Bölümü, Ankara

⁴Özel Ankara Güven Hastanesi, Ankara

Giriş: Voleybolda servis tipinin ve servis top hızının kesin etkisi belirsizdir. Oyuncu ile topun temas sırasındaki yerini göz önüne alarak, oyuncu tarafından kullanılan servis türü olarak tanımlanmaktadır.

Amaç: Bu çalışmanın amacı 2016-2017 sezonu kadın voleybol sultanlar liginde atılan servis çeşidine göre başarılı-başarısız servis düzeylerinin belirlenmesi. Yöntem: 23-28 yaş arası (yaş ortalaması 25.67 ± 1.61 $n=174$) 2016-2017 sezonunda kadın voleybol sultanlar liginde oyuncular tarafından atılan toplam 2872 servis dahil edildi. Sporcuların müsabaka esnasında kullandıkları servis çeşidine göre (Jump Topspin $n=163$, Jump Float $n=2163$, Tennis $n=546$) başarılı ($n=1177$) başarısız servis ($n=1695$) hızları Radar Ball Coach Pocket ile mil (MPH) cinsinden ölçüldü. Servis hızı, servis çeşidine ve başarılı- başarısız servis etkileşimini değerlendirmek için ilişkisiz örneklem için iki faktörlü varyans analizi kullanıldı.

Sonuçlar: Servis çeşidine göre servis hızı ortalama puanları Jump Topspin ortalaması $X= 48,57$, Jump Float $X=37,08$ ve Tennis $X= 37,18$ dir. Atılan başarılı-başarısız servis oranının servis hızı testi ortalama puanları arasındaki fark anlamlı bulundu $F(1, 2866)=7,65$, $P=,006$. Sporcuların servis hızı test puanlarının servis çeşidine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edildi $F(2, 2866)= 676,11$, $P=,000$. Uygulanan servis çeşidinin ve başarılı-başarısız servis oranının, servis hız düzeyleri üzerindeki ortak etkisinin anlamlı fark olduğu buldu $F(2, 2866)=4,373$ $P=,013$. Tartışma: Servis hızı üzerinde servis çeşidi ve başarı oranında Jump Topspin servisin daha etkili olduğu tespit edildi. Bu nedenle müsabaka öncesi voleybol antrenman programı içerisinde uygulanan servis eğitimlerinde hedefe servis taktiklerine ve Jump Topspin eğimlerine yer verilmesi sporcuların serviste başarı oranının gelişiminde etkin olacağı düşünülmektedir.

Which One is Affected Striking Serve Type During A Season in Elite Women Volleyball Players?

Background: The precise influence of serve type and serve ball speed on volleyball performance is unclear. A serve type, defined as the type of a serve used by the player, considering the location of the player at the time of contact with the ball. Purpose: The aim of this study was to determine the successful and unsuccessful serve levels according to the serve description in the league of women's volleyball during 2016-2017 season.

Method: A total of 2872 serves were included in the women's volleyball league between the ages of 23-28 (age average 25.67 ± 1.61 $n=174$) in the 2016-2017 season. The rates of unsuccessful ($n = 1177$) unsuccessful ($n=1695$) speeds were recorded using a radar gun and miles according to the serve type used by the athletes during the competition (Jump Topspin $n=163$, Jump Float $n=2163$, Tennis $n=546$). Two expert observers recorded serve speed, serve mode, serve effectiveness and rally outcome. Two-way analysis of variance for independent samples was used for unrelated sampling to assess serve speed, serve type, and successful- unsuccessful serve interactions.

Results: Average serve speeds according to serve types were Jump Topspin averages $X = 48.57$, Jump Float $X = 37.08$ and Tennis $X = 37.18$. The difference between the mean scores of the serve rate and the scored successful- unsuccessful serve ratio was found to be significant $F(1, 2866) = 7.65$, $P = ,006$. $F(2, 2866) = 676.11$, $P = ,000$. It was found that the common effect of the serve type and the successful-unsuccessful serve ratio on the serve speed levels was found to be significant $F(2, 2866) = 4.373$ $P = ,013$.

Discussion: It was determined that the serve type and the success rate of serve type are more effective than the Jump Topspin serve. For this reason, the inclusion of target serve

SB578

Düzenli Olarak Ağırlık Antrenmanı Yapan Genç Erkeklerde Kafein Alımının Kassal Kuvvet ve Kassal Dayanıklılık Performansı Üzerine Etkilerinin İncelenmesi

¹Raci Karayiğit, ¹Gülfem Ersöz

¹Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : racikarayiğit@hotmail.com, gulfem.ersoz@ankara.edu.tr

Bu çalışmanın amacı, son 1 yıldır düzenli olarak haftada 3 gün ağırlık antrenmanı yapan genç erkeklerde, kahve formunda ve düşük dozda (3mg/kg) alınan kafeinin, alt vücut ve üst vücut kassal kuvvet ve kassal dayanıklılık performansı üzerine etkisini incelemektir. Ayrıca farklı zaman noktalarında alınan algılanan zorluk derecesi (RPE), kalp atım hızı (KAH) ve kan basıncı (KB) verilerinin kafein ve plasebo denemelerindeki değişimleri incelenmiştir. Etik kurul onayının ardından, araştırmaya düzenli olarak ağırlık antrenmanı yapan 14 erkek (Yaş:20,85±2,07, Boy:181,00±7,68, Vücut Ağırlığı: 82,64±9,92) katılmıştır. Randomize, çapraz döngülü, karşıt-dengeli çalışma dizaynı kullanılmıştır. Toplamda 3 test günü gerçekleştirilmiş ve her bir test günü arasında en 72 saat dinlenme verilmiştir. 10 saatlik gece boyu açlığın ardından, katılımcılar 3 mg/kg kafeinli kahve (CAF) veya plasebo (PLA) tüketmişler ve 1 saat sonra alt vücut kassal kuvvet ve kassal dayanıklılık ölçümüne katılmışlar, 5 dakika sonra üst vücut kassal kuvvet ve kassal dayanıklılık ölçümlerini tamamlamışlardır. Test protokolü boyunca farklı zaman noktalarında KAH, KB ve RPE değerleri ölçülmüştür. CAF denemesi PLA'ya göre alt vücut ve üst vücut kassal kuvvet ve kassal dayanıklılık performansını anlamlı derecede artırmamıştır (P>0,05). Ayrıca farklı zaman noktalarında ölçülen KAH, KB ve RPE değerlerinde de denemeler arası anlamlı farklılık gözlemlenmemiştir (p>0,05). Sonuç olarak CAF alt ve üst vücut kassal kuvvet ve kassal dayanıklılığı anlamlı derecede artırmamıştır fakat alt vücut kassal dayanıklılık performansında PLA'ya göre %8,8'lik bir artış sağlamıştır.

Investigation of the Effects of Caffeine Ingestion on Muscular Strength and Muscular Endurance Performance in Regularly Resistance Trained Young Males

The purpose of this study was to investigating the effects of low dose caffeinated coffee on lower body and upper body muscular strength and muscular endurance performance in regularly resistance trained young males for last 1 year 3 times weekly. Further, it was investigated, the measured at different time intervals through the test protocol, rating of perceived exertion (RPE), heart rate (HR) and blood pressure (BP) data variation between caffeine and placebo trials. Following to approval of Ethics Committee, 14 resistance trained males (age: 20,85±2,07, height: 181,00±7,68, weight: 82,64±9,92) participated in this study. Randomized, cross-over, counter-balanced research design was used. 3 test days was performed between 72 hours at least. Following 10 hour night fasting, participants ingested 3 mg/kg caffeinated coffee (CAF) or placebo (PLA) and after an hour later they take part in lower body muscular strength and muscular endurance test protocol and after 5 minutes resting, they completed upper body muscular strength and muscular endurance test. RPE, HR and BP was measured at different time points throughout the test protocol. In comparison to the PLA, CAF trial didn't increase lower and upper body muscular strength and muscular endurance performance with statistical significance (P>0,05). Furthermore, it wasn't observed any statistical differences between trials for HR, BP and RPE which was measured at different time points (P>0,05). As a result, CAF didn't increase lower and upper body muscular strength and muscular endurance performance significantly but as for lower body muscular endurance performance, CAF yielded %8,8 raise according to PLA.

Hitit Üniversitesinde Çalışan Akademik ve İdari Personelin Fiziksel Aktivite ve Beden Kitle İndeksi Düzeylerinin İncelenmesi

¹Mine Turğut, ²Yusuf Burak Yamaner, ³Vedat Çınar, ³Salih Öner, ⁴Mine Turğut, ²Gül Yamaner

¹Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu / Bartın

²Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

³Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

⁴Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Email : minetrgt@gmail.com, yamaner7@gmail.com, cinarvedat@hotmail.com, salihgakko_23@hotmail.com, minetrgt@gmail.com, gulyagar@hitit.edu.tr

Fiziksel aktivite, İskelet kaslarında meydana gelen kasılma sonucu harcanan enerjinin bazal düzeyin üzerinde olduğu bedensel hareketler olarak tanımlanmaktadır. Bu tanımdan yola çıkarak araştırmamızda; Hitit Üniversitesi'nde görev yapan akademik ve idari personelin fiziksel aktiviteye günlük hayatlarında ne kadar yer verdiğini ve bireylerin BKİ değerlerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın evrenini Çorum Hitit Üniversitesi'nde akademik ve idari personel olarak görev yapan ve fiziksel aktiviteye düzenli katılımsağlayan bireyler oluştururken, araştırma örneklemini ise randomize yöntem ile seçilen 150 kadın (Ortaş=34.87±5.786) ve 150 erkek (Ortaş=34.91±5.021) toplam 300(Ortaş=34.89±5.408) yetişkin birey oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak; kişisel bilgi formu ile birlikte bireylerin BKİ değerlerini hesaplamak amacıyla boy ve kilo değerleri sorulmuştur. Katılan bireylerin egzersizaktifliğini ölçmek amacıyla Craig ve ark. (2003) tarafından geliştirilen ve Türkçeadaptasyon çalışması Sağlam ve ark. (2010) tarafından yapılan "Uluslararası Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi-Kısa Form (IPAQ-SF)" kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 22.0 paket programı kullanılarak tanımlayıcı istatistik, çıkarımsal istatistik ve farklılığı tespit etmek için Ki-Kare analizi uygulanmıştır. Elde ettiğimiz bulgulara göre ,düzenli fiziksel aktivite yapan akademik personelin orta ve yüksek şiddetli fiziksel aktiviteye katılım durumunun idari personele göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir(p<0,05). Akademik personelin yaş dağılımlarına (29 yaş ve altı, 30-39 yaş arası ve 40 yaş ve üstü) göre ve tüm katılımcılar arasında fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki puan ortalamalarında anlamlı bir fark bulunmuştur (p<0,05). İdari personelin kendi içerisinde fiziksel aktiviteye katılımı ile BKİ değer ortalamaları arasında anlamlılık tespit edilmiştir (p<0,05). Sonuç olarak, Hitit Üniversitesi akademik ve idari personeli incelendiğinde, fiziksel aktiviteye katılan bireylerin fiziksel aktivite düzeyleri incelendiğinde bireylerin orta düzeydefiziksel aktiviteye katıldıkları belirlenmiştir.Bu sonuçlardan yola çıkarak araştırmaya katılan bireylerin sağlıklı bir yaşama ve uygun bir fiziki görünüme ulaşmalarını kolaylaştırmak için fiziksel aktiviteye katılabilecekleri imkanlar artırılarak bireyler fiziksel aktiviteye katılımları konusunda daha çok teşvik edilmeleri gerektiği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler:Fiziksel Aktivite, BKİ, Akademik, İdari, Personel

Effects of Physical Activity and Body Mass Index Levels of Academic and Administrative Staff at Hitit University

Physical activity is defined as bodily movements that are above the baseline level of energy expenditure resulting from muscle contraction in skeletal muscles. By this way, we have investigated;Therefore,The objective of this study is to examine how much the academic and administrative staff at Hitit University involve physical activities in their daily life and the BMI values of individuals. While the target population of the study consisted of the academic and administrative staff at Çorum Hitit University who regularly participated in physical activities; the study sample consisted of 150 women (Aveage=34.87±5.786) and 150 men (Aveage=34.91±5.021) and totally 300(Aveage=34.89±5.408) adults who were selected via random sampling method. In the study, the data were collected by using personal information form and questioning the length and weight values for calculating the BMI values of individuals.

Exercise activeness of participants was measured by using "International Physical Activity Evaluation Questionnaire-Short Form(IPAQ-SF)", which was developed by Craig et al. (2003) for the purpose of measuring the exercise activeness of individuals and adapted into Turkish by Sağlam et al. (2010). The data were analyzed by using not only descriptive statistics, but also Chi-Square analysis for determining the inferential statistics and difference. The collected data were analyzed by using the SPSS 22.0 package software. As a consequence; upon review of the academic and administrative staff of Hitit University, it was concluded that whenever physical activity levels of individuals who participated in the physical activity was analyzed, it was determined that the individuals participated in mid-level physical activity. From this point of view, we believe that the facilities to attend to physical activities could be increased for those individuals who joined the research in order to achieve a healthy life and a decent physical appearance and that they need to be encouraged further to do so.

Keywords: Physical Activity, BMI, Academic, Administrative, Personnel

Kısa Süreli Yüksek Şiddetteki Egzersizin Statik Denge Üzerine Etkisi

¹Erkan Tortu, ²Tahir Hazır, ²Ayşe Kin İşler

¹Spor Genel Müdürlüğü Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı Ankara

²Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, Spor ve Antrenörlük ABD Ankara

Email : tortuerkan@hotmail.com, thazir@hacettepe.edu.tr, aysekin@gmail.com

Giriş ve Amaç: Yüksek şiddette yapılan egzersiz nöromusküler koordinasyonu değiştirerek dengeyi olumsuz etkileyebilir. Bu çalışmanın amacı antrenmanlı genç erkek sporcularda (Yaş=18.5±1.33 yıl, spor yaşı=7.5±1.8 yıl) kısa süreli yüksek şiddette yapılan egzersizin statik denge üzerine etkisini incelemektir.

Yöntem: Yirmibir sağlıklı takım sporcusuna (11 futbol, 10 voleybol) bisiklet ergometresinde 30 sn maksimal egzersizden önce ve 1, 5, 10, ve 20 dk sonra kuvvet platformu üzerinde 30 sn çift ayak, sağ ve sol tek ayak statik denge testi yapılmıştır. Katılımcıların çift, tek sağ ve sol ayak denge testleri rastgele sıra ile yapılmıştır. Statik denge testleri ile eş zamanlı olarak kan laktik asit(LA) konsantrasyonu ölçülmüştür. Denge testinde egzersizden önce ve sonra total salınım(TS), anterior-posterior salınım(APS), medial-lateral salınım(MLS), total salınım hızı(TSH), AP-hız(APH) ve ML-hız(MLH) ölçülmüştür. Egzersizden önce ve sonra zamana bağlı olarak statik dengedeki değişim için tekrarlı ölçümlerde Varyans Analizi ile Bonferroni post hoc testi, değişkenler arasındaki ilişkiler için ise Pearson'un r katsayısı kullanılmıştır.

Bulgular: Tüm duruş pozisyonlarında (çift, tek sağ ve sol ayak) egzersizden sonra 1. 5. ve 10. dk'da ölçülen TS, MLS, TSH ve MLH egzersiz öncesi ile karşılaştırıldığında anlamlı derecede yüksektir ($p<0.01$). Buna karşılık APS ile APH 1. ve 5. dk'da dinlenik değerlerden anlamlı derecede yüksek bulunmuştur ($p<0.01$). TS, MLS, TSH ve MLH egzersizden sonra 20. dk'da, APS ve APH ise egzersizden sonra 10. dk'da dinlenik değere dönmüştür. Test sonrasında 5. ve 10. dk'daki LA benzer, her ikisi 1. dk'dan daha yüksektir ($p<0.01$). 20. dk'daki LA 1. dk'dan yüksek, ancak 5. ve 10. dk'dan anlamlı derecede düşüktür. Hiçbir duruş pozisyonunda statik denge değişkenleri ile LA arasında anlamlı ilişki saptanmamıştır ($p<0.05$).

Sonuç: Bu çalışmanın bulguları kısa süreli yüksek şiddette yapılan egzersizin statik dengede bozulmaya neden olduğunu ancak bu bozulmanın LA ile ilişkili olmadığını göstermiştir. Ayrıca bu çalışmanın bulguları yüksek şiddette yapılan egzersiz sonrasında anterior-posterior yönünde statik dengede görülen bozulmanın daha hızlı geri döndüğünü de göstermiştir.

Effect Of High Intensity Short Duration Exercise On Static Balance

Introduction and purpose: It is known that high intensity exercise may affect balance by changing neuromuscular coordination. The purpose of this study was to determine the effect of high intensity short duration exercise on static balance in trained athletes (Age=18.5±1.33yrs, sports year=7.5±1.8yrs).

Methods: Twenty-one right-legged team sports athletes performed bilateral and unilateral static balance test for 30 s randomly before and 1, 5, 10, 20 min after participating 30 s cycle maximal high intensity exercise. In addition, blood lactate (LA) levels were measured in the same order as static balance tests. During static balance test total sway(TS), anterior-posterior sway(APS), medial- lateral sway(MLS), total sway velocity(TSV), AP-velocity(APV) and ML-velocity(MLV) were measured. To determine changes in static balance before and after high intensity exercise, repeated measures ANOVA with Bonferroni post hoc analysis were used. Pearson's r coefficient was used to determine relationships among variables.

Results: In all stance positions TS, MLS, TSV and MLV after exercise were significantly higher than before exercise ($p < 0.01$). APS and APV were found to be higher at 1st and 5th min after exercise than resting values ($p < 0.01$). TS, MLS, TSV and MLV values have returned to resting values 20 min after exercise whereas APS and APV returned 10 min after exercise. LA concentrations at 5th and 10th after exercise were similar however both were higher than 1st min after exercise. LA at 20 min after exercise was higher than 1st min and lower than 5th and 10th min after exercise. No significant correlations were found among static balance variables and LA.

Conclusion: In conclusion the results indicated that high intensity short duration exercise has impaired static balance however this impairment was not related with LA. In addition results also indicated that impairment at anterior- posterior direction has returned to resting level faster than the rest of directions.

Fitspeed Çok Fonksiyonlu Fotoselli Kronometre Sisteminin Güvenirlik ve Geçerliliği

¹Zeki Akyıldız, ²Mehmet Yıldız, ³Uğur Fidan, ⁴Melih Bozdemir, ⁴Zeki Akyıldız

¹Afyon Kocatepe Üniversitesi, Afyonkarahisar

²Afyon Kocatepe Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Afyonkarahisar

³Afyon Kocatepe Üniversitesi, Mühendislik Fakültesi, Biyomedikal Mühendisliği, Afyonkarahisar

⁴Afyon Kocatepe Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Afyonkarahisar

Email : performancelab@aku.edu.tr, mehmetyildiz@aku.edu.tr, ufidan@aku.edu.tr , kuvvetkondisyon@aku.edu.tr, performancelab@aku.edu.tr

Giriş: Gerek bireysel gerekse de takım sporlarının tamamında, sportif yeteneğin belirlenmesi, takım sporlarında mevki ve bireysel sporlarda özelleşmenin belirlenmesi, verimliliğin nitelik ve niceliğinin anlaşılabilmesi, uygulanan antrenman programının kalitesinin ve eksikliklerin belirlenmesi ve sporcularda sakatlık riskinin önceden tespit edilebilmesi için birçok test, ölçüm, analiz yöntem ve metotları uygulanmaktadır. Elde edilen verilerin güvenilir ve geçerli olabilmesi için genellikle fotosel tabanlı süre ölçüm sistemleri kullanılmaktadır.

Amaç: Yeni geliştirilen çok fonksiyonlu fotoselli kronometrenin (Fitspeed) güvenilirlik ve geçerliliğinin araştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmaya 40 erkek üniversite öğrencisi katılmıştır. Fitspeed sisteminin güvenilirliğinin test edilmesi için test-tekrar test ölçümleri yapılmıştır. Geçerliliğin belirlenmesi için alanda ve bilimsel çalışmalarda sıkça kullanılan Newtest sistemi ile Fitspeed sistemi birbirine entegre edilerek ölçülen veriler karşılaştırılmıştır. Her iki ölçümde de 10-30 m. sürat, T testi (çeviklik) ve RAST (anaerobik güç) testleri uygulanmıştır. Güvenirlik ve geçerlik çalışmalarında sistematik farkın belirlenmesi için t testleri uygulanmıştır. Bunun yanında Görece güvenilirlik için sonuçlar %95 güven aralığında sınıf içi korelasyon katsayısı, mutlak güvenilirlik için Bland-Altman metodu ve varyansların katsayısı analizleri uygulanmıştır. Geçerliliğin sınanması amacıyla %95 güven aralığında sınıf içi korelasyon katsayısı ve Bland Altman metodu kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışma sonunda, test-tekrar test güvenilirliği için 10m, 30m. testi ve rast testinde çok yüksek bir sınıf için içi korelasyon katsayısının (sırasıyla 0.90, 0.99, 0.98 ve 0.96) yanında düşük varyansların katsayısı (sırasıyla 2.62, 0.70, 0.70, 1.77) tespit edilmiştir. Fitspeed ve Newtest cihazlarının karşılaştırıldığı geçerlik çalışması sonucunda ise iki sistem arasında çok yüksek bir ilişki (sırasıyla 0.91, 0.88, 0.97, 0.97) belirlenmiştir. Ayrıca Bland-Altman analizinde her iki cihazla elde edilen tüm verilerin %95 uyum aralığı dar ve cihazlar arasında iyi uyum gözlenmiştir.

Sonuç: Yeni geliştirilen çok fonksiyonlu bir kronometre olan Fitspeed sistemi güvenilir ve geçerli bir sistem olarak kullanılabilir.

Reliability and Validity of Fitspeed Multifunctional Photocell Chronometer System

Introduction: There are many analysis methods and tests to determine the quality and deficiencies of the applied training program and to determine the risk of injuries of the athletes in individual and team sports. Photocell based time measurement systems are generally used for reliable and validated data.

Aim Of The Study: The aim of this study was to investigate the reliability and the validity of multifunctional photocell chronometer (Fitspeed).

Method: Forty male university students participated in the study. Test-retest measurements were made to test the reliability of the Fitspeed system. In order to determine the validity, the Newtest system used frequently in the field and scientific studies, was integrated with the Fitspeed system and the measured data obtained from both system are compared with each other. 10 m, 30 m. sprint running, T test (agility) and RAST (anaerobic power) tests were applied. The student t tests were used to determine the systematic difference for both reliability and validity. The intraclass correlation coefficient at the 95% confidence interval (CI), the Bland-Altman method used for the absolute reliability and the coefficient variances analyses were applied for relative reliability.

Findings: The validity of the new device was tested using the intraclass correlation coefficient at 95% confidence interval (CI) and Bland-Altman methods. At the end of the study, for the reliability (test-retest) intraclass correlation coefficient was found so high (0.90, 0.99, 0.98, 0.96 respectively) while coefficient variation was so low (2.62, 0.70, 0.70, 1.77, respectively) in the 10m, 30m (speed), t test (agility) and RAST test (anaerobic power). Additionally, high correlation (0.91, 0.88, 0.97, 0.97 respectively) was found as a result of the reliability study in which Fitspeed and Newtest devices were compared.

Result: As a result, the newly developed Fitspeed multifunctional chronometer system can be used as a reliable and valid system.

Genç Futbolcularda Saha ve Laboratuarda Gerçekleştirilen Tek Bacak Testlerinin ve Patlayıcı Performanslarının İlişkilerinin İncelenmesi

¹B. Utku Alemdaroğlu, ²Gülin Findikoğlu, ²Zekiye Sarıca, ¹Yusuf Köklü

¹Pamukkale Ü, Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

²Pamukkale Ü, Fiziksel Tıp Ve Rehabilitasyon A.B.D, Denizli

Email : ualemdaroglu@pau.edu.tr, gulin_dr@yahoo.com, zsarica@pau.edu.tr, ykoklu@pau.edu.tr

Giriş: Sporcuların sakatlık risklerinin belirlenmesi günümüzde oldukça önemli hale gelmiştir. Sakatlık belirlemede kullanılan bir çok saha ve laboratuvar testi bulunmaktadır. Amaç: Bu araştırmanın birinci amacı; Saha ve laboratuarda yapılan tek bacak testlerinin ilişkisinin belirlenmesi. İkinci amacı ise farklı patlayıcı performans testlerinden elde edilen sonuçların ilişkilerinin incelenmesidir Yöntem: Bu çalışmaya bir U19 takımında oynayan 13 genç futbolcu katılmıştır. Katılımcılar birinci gün 60 derece ve 180 derecede gerçekleştirilen isokinetik teste katılmış bundan 48 saat sonra ise sağ, sol ve çift bacak olmak üzere dikey sıçrama, öne uzun atlama ile sağ ve sol bacak 3 adım sıçrama, yana sıçrama, 3 koni testinden oluşan sıçrama ve çeviklik testlerine katılmıştır. Ayrıca sporcular sıçrama testleri ile aynı gün 10-20 metre sürat testine katılmıştır. Testler arasındaki ilişkiye pearson korelasyon analizi ile bakılmıştır.

Bulgular : Çalışmamızın sonuçlarına göre, sporcuların sağ ayak ile gerçekleştirdikleri hiçbir test arasında ilişki bulunmazken, sol ayak ile yapılan yana sıçrama testi sonuçları ile uzun atlama, 3 adım sıçrama ve 3 koni çeviklik testi sol ayak performansları arasında ilişki bulunmuştur (sırasıyla; $r = 0,616$, $r = 0,777$, $r = -.608$; $p < 0.05$). Buna ek olarak tek bacak yapılan sıçrama, isokinetik ve çeviklik testlerinden elde edilen güçlü taraf-güçsüz taraf farkı arasında ve çift bacak yapılan sıçrama testleri ile 10-20 metre performansı arasında ilişki tespit edilmemiştir.

Sonuç: Bu çalışma sonucunda iki önemli sonuca ulaşılmıştır. Patlayıcı performans ile gerçekleştirilen testlerin ne tek bacak ne çift bacak performansları arasında ilişki bulunmamıştır bu neden ile sporcuların performanslarını sporun gereksinimlerini göz önünde bulundurarak geliştirmesi gerekmektedir. Buna ek olarak antrenör ve spor bilimcilerin uygun bir sakatlık tahmini yapabilmeleri için farklı testleri bir arada kullanması gerektiği düşünülmektedir. Anahtar Kelimeler: Sakatlık riski, Tek-Çift bacak, Futbol, Çok yönlü sıçrama farkı, asimetri

Relationships Between Unilateral Laboratory, Field Tests and Explosive Performance in Young Soccer Players

Introduction: Determining the risk of injuries to athletes is very important issue in modern sport. There are many laboratory and field test to evaluate injury risk of players.

Aim: The first aim of this study was to examine the relationship between isokinetic test performance and unilateral jump, agility tests in young soccer players and also to examine the relationships between different explosive tests. Method: 13 young soccer players participated in this study. They performed isokinetic test at 60 and 180 degree, unilateral and bilateral vertical jump test, long jump test, unilateral 3 hop test and side jump test, right and left side 3 cone agility test and 10-20 meter sprint tests. While isokinetic tests were performed at first day of the study, field tests were performed 48 hours after isokinetic tests in the same day. Pearson correlation test was used to determine relationships between tests.

Results: According to our study results, while there are no relationship between right leg performance of players, the relationships were found between side jump left side performance and long jump, 3 hop jump, 3 cone agility test left side performance (respectively; $r = 0,616$, $r = 0,777$, $r = -,608$; $p < 0.05$). Moreover, there are no relationship between weak side- strong side differences which determined from unilateral tests and also bilateral jump and 10-20 meter test performance of young soccer players

Discussion: There are two main take home message of current study. Firstly, There are no relationship between different direction explosive tests neither bilaterally nor unilaterally that s why players should improve their performance according to game demands. Additionally, Coach and sport scientist should use different injury prevention tests to determine injury risk properly. Key words: Injury risk, Unilateral-Bilateral, Soccer, Multi directional Jump deficit, Asymmetry

Sporcu Performans Değerlendirmesinde Parmak Vuru Testinin Yeri

¹Engin Sağdılek, ²Şenay Koparan Şahin, ³Erhan Kızıltan, ¹Bedrettin Akova

¹Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi, Bursa

²Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa

³Başkent Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ankara

Email : esagdilek@hotmail.com, skoparan2013@gmail.com, erhankiziltan@gmail.com, bakova@uludag.edu.tr

Giriş ve Amaç: Parmak vuru testi (PVT), üst ekstremité motor becerilerinin nicel değerlendirilmesinde kullanılan bir testtir. Maksimal istemli hareketi enerji tüketimi ve yorgunlukla ilişkilendiren çalışmalar, hareketin polifazik davranışına vurgu yapmaktadır. Enerjinin sunumu ve tüketilme dinamiklerini içeren periferik kaynaklı mekanizmaların yanı sıra, sinir sistemindeki motor ve duysal alanlar, öğrenme, bellek, motivasyonla ilgili merkezler, fiziksel performansın temporal davranışını birlikte düzenlemektedir. Bu çalışmada, sporcuların motor becerilerinin merkezi ve periferik komponentlerinin değerlendirilmesinde PVT'nin kullanılabilirliği araştırılmıştır.

Yöntem: Çalışmamıza sağlıklı, 18-23 yaş arasında 40 erkek, 22 kadın öğrenci (kontrol grubu) ve 18-31 yaş arasında 17 erkek, 14 kadın elit karate sporcusu (sporcu grubu) katılmıştır. PVT, özel bir programla, deneklerden klavye üzerinde belirlenen tuşa sağ el işaret parmaklarıyla 20 s süreyle maksimal ardışık vuru yapmaları istenerek kaydedilmiştir. Veriler temporal davranış farklılıklarını yansıtan 3 periyoda bölünerek analiz edilmiştir.

Bulgular: Hareketin temporal davranışı, vurular arası sürenin zaman tabanındaki değişimi ile değerlendirilmiştir. Her iki cinsiyete ait 20 s süreli kontrol grubu vuru performans değişimleri polifazik bir davranış deseni sergilerken, sporcu grubunun davranış deseni monofaziktir. Hareketin, 4. ve 15. saniyelerinde değişen performansı ile uyumlu 3 periyoda bölünerek incelenmesinde, sporcu ve kontrol grupları arasında hiçbir periyotta korelasyon saptanmamıştır. Regresyon doğrusu eğimleri, Periyod-2 ve Periyod-3'te iki grup arasında benzerlik gösterirken Period-1'de eğim ters yönlüdür (kontrol grubu yavaş bir başlangıcı takiben artan bir performans sergilerken, sporcu grubu harekete çok yüksek performansla başlayıp giderek yavaşlamaktadır).

Sonuç: Periyod-1, hızla tekrarlanan hareketlerin ilk 5 s içindeki performans iyileşmesini yansıtmaktadır. Anaerobik sistemde depolanmış hazır enerjinin kullanımının yanı sıra, motor programın belleğe yerleşmesi sürecinde içermektedir. Çalışmamızda sporcu grubun kontrol grubuna göre harekete daha yüksek bir performansla başlıyor olması ve Periyod-1 eğimlerinin zıt yönlü olması, motor programın kalıcı bellekte yerini aldığıının göstergesi olarak kabul edilebilir. Bir ön çalışma niteliğindeki bu araştırma, PVT'nin, hareket devresinin ve egzersizin etkinliğinin değerlendirilmesinde kullanılabilecek kolay bir araç olduğunu düşündürmektedir.

Finger Tapping Test As A Tool For Performance Evaluation Of Athlete

Introduction and Aim: Finger tapping test (FTT) is used in quantitative evaluation of upper extremity motor skills. Studies that relate maximal voluntary movement to energy consumption and fatigue emphasize the polyphasic behavior of movement. Both peripheral sourcing mechanisms and motor/sensory areas in the nervous system regulate temporal behavior of physical performance. In this study, the applicability of FTT in evaluating central and peripheral components of athletes' motor skills was investigated.

Methods: 62 healthy students (18-23 years; 40 males, 22 females; control group) and 31 elite karate athletes (18-31 years; 17 males, 14 females; athlete group) participated in our study. FTT was recorded by asking subjects to make maximal sequential beats for 20 seconds with right hand index finger on keyboard. Data were analyzed by dividing into 3 periods reflecting temporal behavioral differences.

Results: Temporal behavior of movement was assessed by change in time-base of inter-tapping intervals. While control group tapping performance displayed a polyphasic pattern in both genders, behavior pattern of the athlete group was monophasic. No correlation was detected between two groups in any period. Slope of the regression line showed similarity between the two groups in Period-2 and Period- 3, whereas in Period-1 the slope was opposite (while control group showed increased performance following a slow start, athlete group started with high performance and then slowed down).

Conclusion: Period-1 reflects the performance improvement in the first 5 seconds of rapidly-repetitive movements. In addition to use of stored energy in anaerobic system, it also includes the process of motor program storage in memory. That the athlete group starts with a higher performance than control group and the opposite direction of Period-1 slopes suggest that motor program was stored in permanent memory. This preliminary study suggests that FTT is a convenient tool for evaluating effectiveness of exercise and generalized motor program.

Elit Karate Sporcularının Görsel ve İşitsel Reaksiyon Zamanları Arasındaki Fark: Masa Başı Testlerin Sporcu Performans Değerlendirmesindeki Yeri

¹Engin Sağdılek, ²Şenay Koparan Şahin, ³Erhan Kızıltan, ¹Ufuk Şekir

¹Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi, Bursa

²Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa

³Başkent Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ankara

Email : esagdilek@hotmail.com, skoparan2013@gmail.com, erhankiziltan@gmail.com, ufuksek@gmail.com

Giriş ve Amaç: Karate sporunun karakteristik özellikleri arasında, ani yön değiştirmeler, çabukluk ve hız önemlidir. Uzakdoğu dövüş sporlarından biri olan bu sporda, görsel reaksiyon zamanlarının kısalmış olması beklenen bir durumdur. Bu çalışmadaki amacımız, elit karate sporcularının görsel ve işitsel reaksiyon zamanlarını karşılaştırmak ve masa başı testlerin sporcu performans değerlendirmesindeki yerine dikkat çekmektir.

Yöntem: Çalışmamıza sağlıklı, 18-23 yaş arasında 40 erkek, 22 kadın öğrenci (kontrol grubu) ve 18-31 yaş arasında 17 erkek, 14 kadın, en az bir ulusal veya uluslararası şampiyonada derece sahibi olan elit karate sporcusu (sporcu grubu) katılmıştır. Reaksiyon zamanları (RZ) özel bir programla, görsel veya işitsel uyarana deneğin en kısa sürede klavye üzerinde belirlenen tuşa dominant eliyle basmasıyla elde edilmiştir. Uyarılar sabit (Fixed interval: FI) ve rastgele (Random interval; RI) aralıklarla 10'ar kez verilmiş, 10 denemenin ortalaması RZ olarak tanımlanmıştır. Basit görsel/işitsel ve seçkili görsel RZ elde edilirken, deneklerin uyarının gelmesinden önce verdikleri reaksiyonlar ve seçkili uyarana verdikleri yanlış cevaplar hata olarak kaydedilmiştir.

Bulgular: Kadın karatecilerin basit görsel RI RZ'nın kadın kontrol grubuna göre anlamlı olarak kısa olmasının dışında hiçbir grup arasında görsel-basit/seçkili-FI/RI RZ arasında fark bulunmamıştır. Kontrol grubunun tüm işitsel RZ anlamlı olarak karate grubundan daha hızlıdır. Erkek karatecilerin hatalar toplamı anlamlı olarak kontrol grubundan daha yüksektir.

Sonuç: Hem basit/seçkili, hem de FI/RI görsel RZ'nın karate grubunda daha hızlı olmasına rağmen, 8 karşılaştırmadan yalnızca birinde farkın karate lehine anlamlı olması ilginçtir. Hele ki işitsel RZ'nda karateci erkeklerin 100 milisaniyeyi aşan bir farkla kontrol grubundan daha yavaş olması için ilginçliğini arttırmaktadır. Hatalar toplamının erkek karatecilerde, işitsel RI RZ'nda pik yapması bu sonuçları açıklamaktadır. Her hatadan/yanlışdan sonra dikkatleri dağılan sporcular bir sonraki uyarana konsantre olmakta zorlanmaktadır. Önemli bir uluslararası organizasyonun seçim aşamasındaki sporcuların değerlendirilmesinde kullanılacak masa başı testlerin doğru yorumlanması çok önemlidir. Sporcuların gerçek müsabaka performanslarıyla ilişkilendirilmesi gereken bu testlerin, sporcu gelişim parametresi olarak kullanılması sporculara olumlu yansiyabilir.

The Difference Between The Visual And Auditory Reaction Times Of Elite Karate Athletes: Position Of Desk-Top Tests in Athlete Performance Evaluation

Introduction and Aim: Among the characteristic features of karate sports, sudden changes in direction, promptness and speed are important. This sport is expected to shorten the visual reaction time. Our aim in this study is to compare the visual and auditory reaction times of the elite karate athletes and draw attention to the desk-top tests in athlete performance evaluation.

Methods: 31 elite karate athletes (17/14 male/female) who hold a degree in at least one national or international championship and 62 students (40/22 male/female) were participated in study. Reaction times (RT) were obtained with a special program.

The stimuli were given 10 times at fixed and random intervals (FI/RI). When a simple visual/auditory and selective visual RT is obtained, the reactions given by the subjects before the stimulus and the false responses given by the selective stimulus are recorded as errors.

Results: There was no difference between visual-simple/selective-FI/RI RT between groups, except that the simple visual RI RT of female karate athletes was significantly shorter than the female control group. All of the auditory RTs of the control group are significantly faster than the karate group. The sum of errors of male karate athletes is significantly higher than the control group.

Conclusion: Even though visual RT are faster in the karate group, it is interesting to note that in only one of the 8 comparisons, the significant difference is in favor of karate group. In auditory RTs, the male karate athletes are slower than the control group with a difference of more than 100 milliseconds. The fact that the sum of errors peaked in male karate athletes accounts for these results. It is very important that the correct interpretation of the desk-top tests to be used in the evaluation of the athletes who are election stage of important international organization.

Core Stabilizasyonunda Perturbasyon Tekniği ve Örnek Uygulamaları

¹Mustafa Arslan Başar, ¹Kaan Gürbey Aktüre, ¹Çiğdem Bulgan, ¹Sedat Odabaşı

¹Haliç Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İstanbul

Email : m.aslanbasar@gmail.com , akture.kaan@gmail.com, cigdembulgan@gmail.com, sdtodabasi@gmail.com

Giriş: Vücutta oluşacak geri bildirim ve ilerleme süreçlerindeki eylemleri planlamak, koordine etmek ve başlatmak için periferik-merkezi sinir sistemi tarafından karmaşık ve çok noktalı bilgilerin sentezi gerekmektedir. Özellikle baş üstü aktivitelerin sıklıkla kullanıldığı spor dallarında sporcuların reaktif nöromusküler aktivasyonlarını artıracak tekniklerin uygulanması performansın devamı ve yaralanmaların önlenmesi için kritik önem taşımaktadır. Bu nedenle, atletik performans sırasında statik ve dinamik mekanizmalardaki uygun motor yanıtı sağlamak için glenohumeral ve skapulotorasik stabilitenin koordine edilmesi gerekmektedir. Bu derlemenin amacı, core stabilizasyonunda kullanılan perturbasyon tekniği hakkında bilgi vererek örnek uygulamalarını göstermektir. Sportif Performans Sırasında Perturbasyon Tekniği: Sporla ilgili birçok yaralanma, dinamik hareketler sırasında sporcunun dengesini kaybetmesiyle meydana gelir. Yayımlanmış birçok araştırma, yaralanmaların ve yaralanmaya neden olacak risk faktörlerinin yok edilmesinin sporcuların denge antrenmanlarına yapılacak müdahaleler yoluyla gerçekleşeceğini göstermiştir. Günümüzde hem yaralanmaların engellenmesi hem de spor özelindeki stabilitenin geliştirilmesi için kullanılan perturbasyon tekniği, kas kasılmalarına tepki veren bir hareket modeliyle sonuçlanan, doku uzunluğunda beklenmedik değişikliğe neden olan reaktif nöromusküler antrenman modelidir. Sporcuların dışarıdan gelecek kuvvet tarafından savunmasız bir konuma maruz kalmasını, devamında dışarıdan gelen bu kuvveti kontrol altına almasını amaçlar. Bu teknik, kontrol edilebilir veya öngörülemez, dinamik dengeyi geliştirmek için çok yönlü bir şekilde uygulanabilir. Spor dallarına göre özgülleştirilebilen bu teknik, sporcuların ilerleyen yıllarda propriyoseptif verimlilik için güçlü bir temel, uzun vadeli atletik başarıyı ve sağlığı geliştirmek için elzem bir modeldir. Perturbasyon Uygulamaları: Bu teknik, eklem hareketindeki değişikliklere duyarlı kısa süreli gerilme refleksi de dahil olmak üzere hızlı geri bildirim döngülerine dayanır. Bilateral veya unilateral kullanım şekilleriyle; yürüyüş, statik duruş pozisyonlarında bir çok ekipman ile uygulanmaktadır. Özellikle teknik sırasında kullanılan elastik bantlar yardımıyla uyaran kişiye çok daha yüksek miktarlarda verilerek kişinin daha fazla stabilize ihtiyaç duyması sağlanır.

Sonuç: Sonuç olarak hareket sırasındaki dalgalanmalar, uyaranın beklenmedik kuvveti nedeniyle diğer stabilizasyon tekniklerine göre daha fazla reaktif nöromusküler kontrolü geliştirmeye yardımcı olduğu düşünüldüğünden kullanılması önerilmektedir.

Perturbation Technique and Sample Applications in Core Stabilization

Introduction: Complex and multi-point information synthesis by the peripheral-central nervous system is required to plan, coordinate and initiate actions in the feedback and processes that will occur in body. Applying techniques that will increase the reactive neuromuscular activations of athletes, especially in sports, where overhead activities are frequently used, is critical to the prevention of continued performance and injuries. Therefore, glenohumeral and scapulothoracic stability must be coordinated to provide proper motor response in static and dynamic mechanisms. The purpose of this review was to show the samples by giving information about perturbation technique used in core stabilization. Perturbation Technique: Many sports related injuries occur when athlete is unbalanced during dynamic movements. Studies shown that elimination of injuries and risk factors that would cause injuries will occur through interventions to the athletes' equilibrium training. The perturbation technique, which is used both prevent injuries and improve the stability, is a reactive neuromuscular training model that causes an unexpected change in tissue length resulting in a movement pattern. It is aimed that the athletes will be exposed to a vulnerable position by the force coming from the outside. This technique can be applied versatile to improve dynamic balance, which can be controlled or unpredictable; and is a powerful base for proprioceptive efficiency in the coming years. It's a crucial model for developing long-term athletic success.

Perturbation Practices: It's based on rapid feedback cycles including short-time stress reflexes that are sensitive to changes in joint motion. With bilateral/unilateral usage patterns; walking, static positions are applied with some equipment. Especially with the help of elastic bands, the stimulus is given to the person in a much higher amount to need more stability.

Conclusions: Fluctuations in motion help to develop more reactive neuromuscular control than other stabilization techniques due to the unexpected strength of the stimulus.

SB731

15-17 Yaş Yüzücülerde Squat ve Countermovement Sıçrama Yükseklikleri İle Hamstring/Quadriceps Kas Kuvvetlerinin İlişkisinin İncelenmesi

²Çiğdem Bulgan, ¹Benil Kıstak, ²Mustafa Arslan Başar, ²Sedat Odabaşı, ²Kaan Gürbey Aktüre

¹İTÜ Spor Kulübü Derneği, İstanbul

²Haliç Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, İstanbul

Email : cigdembulgan@gmail.com, benil_k@hotmail.com, m.aslanbasar@gmail.com, sdtodabasi@gmail.com, akture.kaan@gmail.com

Giriş ve Amaç: Yüzme sporunda, yüzücülerin doğru tekniği uygulayabilmesi ayak vuruşlarının kulaç sayısından daha kuvvetli olmasıyla ilişkilendirilir. Bununla birlikte sporcunun çıkış ve dönüş anında horizontal düzlemdeki itiş performansı, alt ekstremité kuvvetlerine bağlı olup bu kuvvet sporcunun en iyi momentumu sağlayabilmesini ve mümkün olan en kısa zamanda duvardan ayrılmasını sağlar. Bu nedenle alt ekstremité kuvvetlerinin belirlenmesi ve eğer varsa bacaklar arasındaki farklılıkların tespiti oldukça önem kazanmaktadır. Yüzmede alt ekstremité kuvveti yüksek olan sporcuların daha iyi bir sıçrama performansı gerçekleştirebileceği hipoteziyle bu çalışmanın amacı, 15-17 yaş grubundaki yüzücülerde squat sıçrama (SS) ve countermovement sıçrama (CMJ) yükseklikleri ile quadriceps/hamstring kas kuvvetlerinin farklılıklarının ve ilişkilerinin belirlenmesidir.

Yöntem: Araştırmaya 12 erkek (yaş 16.08±1.00yıl, boy 177.25±7.25cm, kütle 64.25±7.07kg) ve 12 kız (yaş 15.50±0.67yıl, boy 166.50±5.98cm, kütle 50.92±5.65kg) toplam 24 yüzücü gönüllü katılmıştır. Yüzücülerin hamstring/quadriceps kas kuvvetleri Biodex System 3 izokinetik dinamometre ile 60°/sn ve 180°/sn'lik açısal hızlarda ölçülmüştür. SS ve CMJ sıçrama yüksekliklerinin hesaplanması için Fusion Sport, Smart Jump kullanılmıştır. İstatistik analiz için SPSS 21.0 programı kullanılmış yüzücülerin sıçrama yüksekliği ve kas kuvvetlerinin ilişkileri Pearson Korelasyon analiziyle; cinsiyete bağlı parametrelerin karşılaştırılması Mann-Whitney U testiyle ve kızlar ve erkekler için bacaklar arası kuvvet farklılıkları Wilcoxon testiyle hesaplanmıştır.

Bulgular: Kız ve erkekler için sıçrama yükseklikleri sırasıyla; SS için 19.14±3.98cm ve 30.31±3.16cm; CMJ için 20.62±4.69cm ve 33.17±4.08cm olarak bulunmuş ve hem sıçrama yükseklikleri hem de kas kuvvetlerine ait peak tork ve peak tork/vücut ağırlığı parametrelerinde cinsiyetler arası anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir (p<0.05). Erkek yüzücülerin bazı kuvvet parametreleri, sıçrama performanslarıyla ilişkili olduğu görülmüşken (p<0.05), kızlarda herhangi bir anlamlı ilişki tespit edilememiştir (p>0.05). Ayrıca hem kızlarda hem de erkeklerde sağ-sol bacak kuvvetleri arasında farklılıklar tespit edilmiştir (p<0.05).

Sonuç: Yüzücülerin bacak kuvvetleri farklılıklarının giderilmesi ve yüzme performansları sırasında daha güçlü itiş ve ayak vuruşları için alt ekstremité kuvvetlerinin artırılması önerilmektedir.

The Relationship Between Hamstring/Quadriceps Muscle Strengths And Squat And Countermovement Jump Heights in 15-17 Age Group Swimmers

Introduction and Purpose: In swimming, the correct technique is associated with the fact that the kick are stronger than the number of stroke. However, the pushing performance at start and flip-turn depends on the strength of the lower extremity, this strength allows to provide the best momentum and quick separate from the wall. It is important to determine the lower extremity strength and the differences between the legs if they exist. The aim of this study was to determination of the differences and correlations of quadriceps/hamstring muscle strengths with squat jump (SS) and

countermovement jump (CMJ) heights in 15-17 age group swimmers.

Method: 12 boys (age 16.08 ± 1.00 years, 177.25 ± 7.25 cm, mass 64.25 ± 7.07 kg) and 12 girls (age 15.50 ± 0.67 years, height 166.50 ± 5.98 cm, mass 50.92 ± 5.65 kg) were participated to this study. Hamstring/quadiceps muscle strength was measured with a Biodex System 3 isokinetic dynamometer at an angular velocity of $60^\circ/\text{s}$ and $180^\circ/\text{s}$. Fusion Sport, Smart Jump was used to calculate SS and CMJ jump heights. SPSS 21.0 program was used for statistical analysis; Pearson Correlation analysis was measured to compare the jump heights and muscle strength; comparison of sex-dependent parameters was calculated using the Mann-Whitney U test and Wilcoxon test for differences in leg strength between girls and boys.

Results: The jump heights for girls and boys were; 19.14 ± 3.98 cm and 30.31 ± 3.16 cm for SS; 20.62 ± 4.69 cm and 33.17 ± 4.08 cm for CMJ, respectively. Significant differences were found both jump heights and peak torque and peak torque/body weight parameters between sexes. While some of the strength parameters of boy swimmers were found to be related to jump performances ($p < 0.05$), no significant relationship was found in girls ($p > 0.05$). There were also differences between right and left leg strengths in both girls and boys ($p < 0.05$).

Conclusion: It is suggested to eliminate leg strength differences and increase the lower extremity torques for stronger pushing and kicking.

Genç Sporcularda Olgunlaşma Düzeyinin Maksimal Aerobik Performansa Etkisi

¹Alpay Güvenc, ²Alper Aslan, ³Hüseyin Aslan, ⁴Caner Açıkkada

¹Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya

²Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Antakya

³Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

⁴Yakın Doğu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Lefkoşa, Kıbrıs

Email : guvenc@akdeniz.edu.tr, alperaslan72@gmail.com, huseyinarslan@selcuk.edu.tr, cacaneracikada@gmail.com

Giriş/Amaç: Genç sporcularda aerobik performansa ilişkin kronolojik yaş ve cinsiyet farklılıkları birçok çalışmada değerlendirilmiş olmasına karşın, biyolojik olgunlaşma düzeyinin aerobik performansa etkisi konusunda oldukça sınırlı sayıda çalışma mevcuttur. Bu çalışmanın amacı, düzenli olarak antrenman yapan genç sporcularda biyolojik olgunlaşma düzeyinin maksimal aerobik performansa etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya, yaşları 11-15 yıl arasında değişen, 75 antrenmanlı sporcu, 75 sporcu olmayan toplam 150 erkek çocuk gönüllü olarak katılmıştır. Sporcular en az bir yıl, haftada üç gün düzenli olarak antrenman yapan 22 voleybol, 26 futbol ve 27 hentbol oyuncusundan oluşmaktadır. Katılımcılar, sporcu ve sporcu olmayan gruplar ayrı ayrı olmak üzere, kendini değerlendirme yöntemiyle Tanner'in tanımladığı beş farklı olgunluk evresi grubuna ayrılmıştır. Vücut ağırlığı, boy uzunluğu ve vücut kompozisyonu değerlendirmeleri yapıldıktan sonra, aerobik güç (VO₂zirve) ve diğer metabolik ve algısal cevapları belirlemek amacıyla her bir katılımcıya arttırmalı maksimal yüklenme protokolü uygulanmıştır. Test süresince solunum parametreleri ve kalp atım hızı (KAH) sırasıyla Cosmed K4b2 portatif ölçüm sistemi ve Polar monitörlerle kaydedilmiştir. Ayrıca, kan laktat (LA) değerleri YSI 1500 Sport laktat analizörü ve algılanan zorluk derecesi (AZD) cevapları da Borg ölçeği ile değerlendirilmiştir. Aerobik performans değişkenlerine ilişkin olgunluk evreleri (5-evre) ve antrenman (sporcu-sporcu olmayan gruplar) farklılıkları iki yönlü varyans analizi ile değerlendirilmiştir. Ayrıca ilişkiler için Pearson veya Spearman korelasyon analizleri yapılmıştır.

Bulgular: Analizler sonucunda absolutVO₂zirve, Koşu Hızızirve (KHzirve) ve LAzirve cevaplarının olgunluk düzeyi ($r=0.44$ ile $r=0.87$ arasında, $p<0.01$), vücut boyutları ($r=0.33$ ile $r=0.94$ arasında, $p<0.01$) ve antrenman geçmişi ($r=0.39$ ile $r=0.66$ arasında, $p<0.01$) ile pozitif ilişkili olarak, olgunlaşma düzeyinin ilerlemesiyle birlikte anlamlı ölçüde artışı belirlenmiştir ($p<0.01$). Sporcu grubun absolut ve relatif VO₂zirve ve KHzirve değerleri sporcu olmayan gruptan anlamlı ölçüde yüksek iken ($p<0.01$), KAHzirve değerleri anlamlı ölçüde düşüktür ($p<0.01$). LAzirve ve AZDzirve cevapları açısından fark önemsizdir ($p>0.05$). Bununla birlikte tüm değişkenler için etkileşim anlamsızdır ($p>0.05$).

Sonuç: Bu bulgular çocuk ve genç sporcularda aerobik performans düzeyinin biyolojik olgunlaşma sürecinden bağımsız olarak ele alınmaması gerektiğini vurgulamaktadır.

Effect Of Maturation On Peak Aerobic Performance in Young Athletes

Introduction/Aim: Although chronological age and sex differences in aerobic performance are well recognized, very few studies have considered the influence of biological maturity status on aerobic performance in young athletes. The aim of this study was to examine the effects of biological maturation on peak aerobic performance in regularly trained young athletes.

Methods: One-hundred fifty 11-to-15-year-old boys (75 trained and 75 untrained) participated in this study. Trained boys, comprised of 22 volleyball, 26 soccer and 27 handball players, had been training regularly three times a week for at least one year. Subjects were divided into five maturity groups according to Tanner's five-stages classified by self assessment method.

Body mass, stature and body composition were assessed, and each subject performed an incremental running test where breath-by-breath oxygen uptake was measured with portable oxygen analyzer to determine peak-oxygen uptake (VO₂peak). Moreover, peak-heart rate (HRpeak), peak-blood lactate (LApeak), peak-running velocity (RVpeak) and rating of perceived exertion (RPEpeak) responses were also obtained from running test. Maturation (five-stages) and training (trained vs. untrained) differences in aerobic performance variables were analyzed by a two-way Anova. Pearson's and Spearman's correlation coefficients were also computed, where appropriate.

Results: The results revealed that absolute VO₂peak, RVpeak and LApeak that were positively correlated with maturation (ranged from $r=0.44$ to $r=0.87$, $p<0.01$), body size (ranged from $r=0.33$ to $r=0.94$, $p<0.01$), and training experience in month (ranged from $r=0.39$ to $r=0.66$, $p<0.01$), significantly increase with maturation ($p<0.01$). Both absolute and relative VO₂peak and RVpeak were significantly higher ($p<0.01$), and HRpeak was significantly lower ($p<0.01$) in the trained than in the untrained boys. There was no significant difference between the trained and untrained boys in LApeak and RPEpeak responses ($p>0.05$). Finally, no interaction was found for any of the variables ($p>0.05$).

Conclusion: The findings emphasize the importance of considering variation associated with biological maturation in aerobic performance of young athletes.

Ramazan Orucunun Futbolcularda Bazı Fiziksel Performans Değişkenleri Üzerine Etkisinin İncelenmesi

²Cahit Özkan, ¹Alpay Güvenc, ³Mükerrem Erdoğan

¹Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya

²Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

³Akdeniz Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Antalya

Email : cahitozkan2@hotmail.com, guvenc@akdeniz.edu.tr, mukerremerdogan@akdeniz.edu.tr

Giriş/Amaç: Ramazan ayı bireylerin inançları gereği gün boyunca yeme, içme alışkanlıklarından uzak durduğu bir aylık dönemi kapsar. Ramazan orucuyla birlikte birtakım değişimler fiziksel performansın farklı bileşenlerini de etkileyebilmektedir. Ramazan süresince antrenman ve müsabaka takviminin devam etmesi, orucun sportif performans bileşenleri üzerindeki etkileri konusunu da önemli hale getirmektedir. Buradan hareketle bu çalışmanın amacı, Ramazan orucunun müsabık futbolcularda kısa süreli yüksek şiddetli yüklenmelerde futbola özgü bazı performans değişkenleri üzerine etkisinin değerlendirilmesidir. Yöntem: Bu çalışmaya, Ramazan ayı boyunca kendi isteği ile aralıksız oruçlu olacağını beyan eden 32 futbolcu ve yine kendi isteğiyle oruçlu olmayacağını beyan eden 27 futbolcu olmak üzere toplam 59 erkek katılmıştır. Araştırma grubundaki futbolcular, 15-22 yıl yaş aralığında ve en az dört yıl düzenli antrenman geçmişine sahip sporculardır. Araştırma kapsamında, anaerobik güç, anaerobik kapasite ve yorgunluk indeksi ile birlikte sürat, futbola özgü toplu ve topsuz çeviklik, aktif, skuat sıçrama performansları Ramazandan iki hafta önce, Ramazanın ikinci ve dördüncü haftaları ve Ramazandan iki hafta sonra olmak üzere dört farklı test döneminde değerlendirilmiştir. Aynı test dönemlerinde vücut ağırlığı, vücut kütle indeksi, vücut kompozisyonu ile birlikte, günlük uyku süresi, enerji alım miktarı ve vücut sıvı dengesine yönelik değerlendirmeler de yapılmıştır. Fiziksel performans değişkenlerine ilişkin zaman (dört farklı zaman) ve grup (oruçlu ve oruçlu olmayan) farklılıkları tekrarlı ölçümlerde iki yönlü varyans analizi ile incelenmiştir. Bulgular: İstatistiksel analizler sonucunda, incelenen değişkenlere ilişkin zaman ve grup etkileşimi anlamsız olduğundan ($p>0.05$), tüm değişkenlerde zamana bağlı değişimlerin oruçlu ve oruçlu olmayan gruplarda benzer olduğu tespit edilmiştir. Buradan hareketle, futbolcularda birtakım fiziksel performans bileşenlerinin zamana bağlı değişimlerinde Ramazan orucunun etkisinin olmadığı belirlenmiştir. Bununla birlikte, Ramazan öncesi ve başlangıcı dönemleri ile karşılaştırıldığında Ramazan sonu veya sonrası dönemlerinde birçok performans değişkeninin zamanla gelişim sergilediği gözlenmiştir. Sonuç: Bu çalışmada olduğu gibi kontrol gruplu farklı çalışmaların gelecekte de yapılması gerekmektedir. Birlikte, kaydedilen performans gelişimine antrenmana devam edilmesinin ya da öğrenme etkisinin neden olabileceği düşünülmektedir.

Investigation Of Impact Of Ramadan Fasting On Selected Physical Performance Variables in Soccer Players

Introduction/Aim: Ramadan is a period of abstention from food and fluid intake during the hours of daylight for one month. The changes related with Ramadan intermittent fasting may impact on different aspects of physical performance. As training and competition continue to be programmed during Ramadan, evaluation of the influence of Ramadan fasting on athletic performance is important issue. Therefore, the aim of the present study was to evaluate the impact of the Ramadan fast on short term, high intensity physical performance in competitive soccer players. Methods: The participants of this study were 59 male soccer players who were either fasting ($n=32$) or not fasting ($n=27$) voluntarily during the month of Ramadan. The subjects, aged between 15-22 years, had been training regularly for at least four years. Anaerobic power, anaerobic capacity, fatigue index, speed, agility, dribbling skills, active and squat vertical jump performances of the players were assessed at four different time points which were two weeks before Ramadan, the second and the fourth weeks of Ramadan and two weeks after the month of Ramadan. Body mass, BMI, body composition, daily sleeping time, food intake and fluid balance were also assessed at each of these time points. Time (four different time points) and group (fasting and non-fasting) differences in performance variables were analyzed by repeated two-way Anova.

Results: Statistical analysis demonstrated that there were no significant time by group interaction effects in any variable assessed ($p > 0.05$). Therefore, these results suggested that no variables were negatively affected by Ramadan fasting. Moreover, when compared to pre- and beginning of Ramadan values, nearly all performance variables for the fasting and non-fasting players improved at the end, and after the month of Ramadan.

Conclusion: The changes in the performance variables were most likely due to the effects of training programme or familiarity of the testing protocols.

Profesyonel Futbolculardan Elde Edilen İç ve Dış Yüklerin İlişkilerinin Belirlenmesi

¹Utku Alemdaroğlu, ¹Yusuf Köklü, ¹Ayşenur Akbaş, ²Yunus Arslan

¹Pamukkale Ü, Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

²Hacı Bektaş Veli Ü, Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Nevşehir

Email : ualemdaroglu@pau.edu.tr, yoklu@pau.edu.tr, ayseur.akbas@gmail.com, yarslan@nevsehir.edu.tr

Giriş: Tüm spor dallarında özellikle futbolda, bir sezondaki müsabaka sayısının artışı ve antrenmanların giderek daha zorlayıcı hale gelmesi sakatlıkların sayısının ciddi şekilde artmasına neden olmaktadır. Bu sakatlıkların önlenmesi ve sporcuların performanslarının artırılması için uygun antrenmanların yapılması çok önemlidir. Uygun antrenmanların yapılabilmesi için sporcuların maruz kaldığı dış yükler (değişik hızlarda kat edilen mesafeler vb) ve bu yüklerle verdikleri fizyolojik cevaplar (iç yükler) uygun yöntemler ile takip edilmelidir.

Amaç: Bu çalışmanın amacı, profesyonel futbolcuların antrenmanlarda kat ettikleri toplam mesafe, yüksek şiddetli mesafe (19,8 km/saat üzeri) ile antrenmanlara verdikleri algılanan zorluk derecesi cevabı ile antrenman süresinin çarpımından elde edilen antrenmanın algılanan zorluk derecesi (AAZD) arasındaki ilişkilerin belirlenmesidir. Yöntem: Bu çalışmaya Türkiye Birinci liginde oynayan 11 profesyonel futbolcu katılmıştır. 11 Futbolcudan sezon başı kampında toplam 16 antrenmandan veri alınmıştır. Saha antrenmanları sırası ve sonrasında veriler toplanırken kuvvet antrenmanları çalışmaya dahil edilmemiştir. Futbolcuların kat ettikleri mesafeler 15 Hz veri hızı olan GPS sistemi ile belirlenirken, iç yükleri antrenman bitiminden 30 dakika sonra sorulan onluk (AZD10) AZDlerin antrenman süresi ile çarpımından elde edilmiştir. Elde edilen veriler arasında ilişkiye Shapiro Wilk testi ile normallikleri tespit edildikten sonra Pearson korelasyon testi ile bakılmıştır.

Bulgular : Yapılan istatistiksel işlem sonucu sporculardan elde edilen AAZD (= 312,21 ± 50,62) ile toplam mesafe (= 5011± 404,92 m) ve yüksek şiddetli mesafe (= 141,85 ± 76,57 m) arasında anlamlı ilişki tespit edilmemiştir (p≥ 0.005). Sonuç: Çalışmamız sonucu elde edilen bulgular neticesinde futbolcuların antrenman yüklerinin belirlenmesinde iç ve dış yüklerin tek başına dikkate alınmasının yeterli olmadığı ve uygun bir yük takibi için her iki yük takip yönteminin birlikte değerlendirilmesi gerektiği söylenebilir. Buna ek olarak, antrenörler çok farklı antrenman takip yöntemleri olduğunu ve bu yöntemlerin seçiminde kendi spor dallarının yapısını göz önünde bulundurmaları gerektiğini unutmamalıdır. .

Anahtar Kelimeler: Sakatlık riski, iç yük, dış yük

Relationship Between Internal Load and External Load in Professional Soccer Players

Introduction The injury risk have been getting increased in many sport especially in soccer because of very intensive match schedule and amount of high intensity training. Coaches should select the appropriate training in order to increase performance and decrease injury risk of their players. It is highly important to monitor external and internal loads of soccer players.

Aim: The aim of this study was to examine the relationship between total covered distance, very high intensity distance (above 19,8 km per hour) by players and SRPE responses of players.

Method: 11 professional soccer players participated in this study. 16 pre-season trainings of players were monitored. Internal and external load responses of players were monitored in the field training and resistance training excluded. To determine the external load response, 15Hz GPS system was used. Internal load was calculated by multiplying the session intensity by the duration to provide a measure of load in arbitrary units. The intensity is described as a number (0-10) on the CR-10 Rating of Perceived Exertion (RPE).

Shapiro- Wilk test was used for normality and Pearson correlation test was used to determine relationships between external and internal loads of soccer players.

Results: According to our study results, there are no significant relationship between total covered distance ($=5011 \pm 404,92$ m), very high intensity distance ($=141,85 \pm 76,57$ m) SRPE ($=312,21 \pm 50,62$) responses of players.

Discussion : Current study results showed that it is not enough to monitor only internal load or external load, and moreover two loads should be monitored together by coaches. Coaches should also select the appropriate training load monitoring method with regard to the demands of their sports.

Keywords: Injury risk, internal load, external load

Bazı Elastik Kuvvet Değerlendirme Yöntemlerinin Sıçrama Yüksekliği Açısından Olgunlaşma Düzeyine Göre Farklılıklarının İncelenmesi

¹Evrin Ünver, ¹Necip Demirci, ²Hande Ünlü, ¹Şükrü Alpan Cinemre

¹Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü Spor Ve Antrenörlük ABD, Ankara

²Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara

Email : evrimunver@hotmail.com, necip.dmr@gmail.com, handekonşuk@gmail.com, sacinemre@gmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı; bazı elastik kuvvet değerlendirme yöntemlerinin sıçrama yüksekliği açısından olgunlaşma düzeyine göre farklılıklarının incelenmesidir.. Yöntem: Bu amaçla yaşları 11-15 yaş arası olan ve düzenli olarak futbol oynayan 107 erkek çocuk (yaş: 12.98 ± 1.50 yıl; Boy Uzunluğu: 162.66 ± 12.13 cm; Vücut Ağırlığı: 53.05 ± 11.72 kg) çalışmaya katılmıştır. Zirve boy hızının hesaplanmasında kullanılan antropometrik parametrelerin (Boy uzunluğu, Oturma boyu uzunluğu, Bacak Uzunluğu) yanı sıra aktif sıçrama (AS), Skuat Sıçrama (SS) 20cm ve 40cm yüksekliklerden derinlik sıçraması (DS) ölçümleri gerçekleştirilmiştir. Sıçrama testleri Fusion Sport Smart Jump (Australia) ölçüm aracıyla gerçekleştirilmiştir. Sıçrama testleri sonucunda Elastik Kuvvet (EK), Eksentrik kullanım oranı (EUR) ve Reaktif Kuvvet indeksleri (RSI) belirlenmiştir. Bu parametrelerin ZBHöncesi, ZBHSırası ve ZBHsonrası grupları arasındaki farkı incelenmiştir. Bu amaçla SPSS 23 istatistiksel analiz programında dağılımın normalliği Shapiro-Wilk testi ile ($n \leq 50$) test edilmiştir. Dağılımın normal gösterdiği parametrelerin gruplar arası farkı ANOVA testi ile incelenmiştir. Levene testi sonucunda varyansların homojenliğinin sağlanmadığı parametrelerin gruplar arası farkı Welch ANOVA testi ile incelenmiştir. Parametrik varsayımların yerine gelmediği durumlarda Kruskal Wallis testi uygulanmıştır. ANOVA testlerinin sonucunda Bonferroni çoklu karşılaştırma testi uygulanmıştır. Kruskal Wallis testi sonucunda farkın hangi gruptan kaynaklandığı Dunn çoklu karşılaştırma testi ile incelenmiştir.

Bulgular: Çalışmanın bulgularında EK değerleri açısından ZBH öncesi ve Sırası arasında anlamlı bir farklılık bulunmazken ZBH sonrası grubun EK değerleri anlamlı derecede yüksektir ($p < 0.001$). Çalışmanın bulgularına göre EK açısından ZBHsonrası grubunun diğer gruplardan farklı olduğu görülmüştür ($p < 0.001$). EUR kullanım değerleri açısından ZBHöncesi ve ZBHsonrası değerleri gruplar arasında anlamlı derecede farklıdır ($p < 0.001$). 20cm den yapılan DS değerleri her üç grupta da anlamlı derecede farklıdır. 40 cm den yapılan DS değerleri ise sadece ZBH öncesi grup diğer gruplara nazaran daha düşük değerler sergilemiştir.

Sonuç: Bu çalışmanın sonucunda Elastik kuvvetin kullanımının olgunlaşma ile geliştiği ve gelişimin birbirinden farklı parametrelerle büyüme süresince farklı gelişim aşamalarından geçtiği ve takip edilmesi gerekliliği görülmektedir.

Comparison Of Some Elastic Force Assessment Methods According To Jump Height At Different Maturation Levels

Introduction and Aim: The aim of this study was to compare the elastic force assessment methods according to jump height at different maturation levels. Methods: For this purpose 107 youth male football players (age: 12.98 ± 1.50 years; Height: 162.66 ± 12.13 cm; Weight: 53.05 ± 11.72 kg) were included to this study. Anthropometric measurements such as height, sitting height and leg height were measured to calculate the age predicted to peak height velocity (PHV). And also Squat jump (SJ), Countermovement Jump (CJ) and Drop jumps (DJ) from 20cm and 40cm box height tests were conducted. From these tests, reactive strength (RS), Eccentric Utilisation Ratio (EUR) and Reactive Strength Index (RSI) scores were determined. According these parameters the diversities among Pre-PHV, PHV and Post-PHV groups was investigated. The normality of each parameter was tested by using Shapiro Wilk test ($n \leq 50$).

One way ANOVA and Welch ANOVA tests were performed to test the difference between more than two independent groups for normality-distributed data. If significant difference was found, Bonferroni test was performed for multiple comparisons, respectively. When parametric conditions were not met, Kruskal-Wallis test was used to assess the difference between more than two independent groups and Dunn multiple comparison test was performed if significant difference were found.

Results: While there is no significant differences between Pre-PHV and PHV groups in RS, the values of RS in the post-PHV group are significantly higher ($p < 0.001$). In terms of EUR values, there is a significant differences between pre and post PHV groups ($p < 0.001$). While the RSI score of 20cm DJ significantly differs in all groups ($p < 0.001$), the RSI score of 40cm DJ differs only in pre-PHV group from other gro

4v1 Ve 6v2 Dar Alan Oyunlarının Hızlanma ve Yavaşlama Sayılarının Karşılaştırılması

¹Barış Baydemir, ²Niyazi Eniseler, ³Bahattin Hamarat

¹Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Çanakkale

²Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa

³Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Turizm Fakültesi, Çanakkale

Email : barisbaydemir@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Çabukluk bir uyarıya cevap olarak tüm vücudun yön ve hız değişikliği olarak tanımlanmaktadır. Ayrıca (-) ve (+) ivmelenme de çabukluğu açıklamaktadır. Çabukluğun hem fiziksel hem de zihinsel boyutunu geliştirecek en doğru antrenman yöntemlerinin bulunması gerekmektedir. Bu konuda dar alan oyunu (DAO) çabukluğun her iki yönünü de geliştiren antrenman yöntemi olarak düşünülmektedir (Young ve Rogers, 2014). Bu çalışmada farklı ebatlarda oynanan 4V1 ve 6V2 DAO'ların top kapmaya çalışan oyuncunun hızlanma ve yavaşlama sayıları dikkate alınarak hangi oyun formatının çabukluk antrenmanı için uygun olacağı amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmaya elit takımın (U17-U19) 20 futbolcusu katıldı. Futbolculara, farklı ebat ve oyuncu sayısı ile DAO'lar oynatıldı (4V1 5x5-6x6-7x7-8x8m; 6V2 6x6-7x7-8x8-9x9-10x10m). Ortadaki oyuncuya GPS cihazı (GPSport Avustralya) takılarak (+) ivmelenme-hızlanma, (-) ivmelenme-yavaşlama sayıları kaydedilerek veri matrisi oluşturulmuştur. Sporcuların performansları arasındaki farklılıklar iki grupta bağımsız çift örneklem t testi, ikiden çok gruplarda varyans analizi ile test edilmiştir. Bulgular: 4V1 ve 6V2 DAO'ların değişkenleri karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($p<0.05$) bulunmuştur.

Sonuç: 4V1 ve 6V2 DAO'lar farklı saha ebatları ile karşılaştırıldığında 4V1 DAO'da 5x5m, 6V2 DAO'da ise 10x10m ebatlarda en yüksek hızlanma ve yavaşlama elde edilmiştir. Aynı saha ebatlarında (6x6-7x7-8x8m) 4V1 ve 6V2 DAO' lar karşılaştırıldığında ise 4V1 DAO'larda 6V2 DAO'lara göre daha fazla hızlanma ve yavaşlama meydana geldiği tespit edilmiştir. Alan daraldıkça yavaşlama ve hızlanma sayıları artmaktadır. Bu nedenle çabukluk antrenmanları daha dar alanlarda oynanmalıdır.

Kaynaklar: 1. Young W, Rogers N. Effects of small-sided game and change-of-direction training on reactive agility and change-of-direction speed. Journal of sports sciences. 2014; 307-314.

Comparing Acceleration And Deceleration Numbers Of 4v1 And 6v2 Small Sided Games

Introduction and Aim: Quickness is defined as the direction and speed change of the whole body in response to a warning. (-) and (+) acceleration also explain the speed. In this regard, the small sided game (SSG) is considered as a training method that develops both aspects of quickness (Young and Rogers, 2014). In this study, it was aimed to determine which game format would be suitable for quickness training considering the number of acceleration and deceleration of the player trying to catch the ball of 4V1 and 6V2 SSG's played in different sizes.

Method: 20 soccers of the elite team (U17-U19) joined the research. Soccer players played SSG's with different sizes and number of players (4V1, 5x5-6x6-7x7-8x8m; 6V2, 6x6-7x7-8x8-9x9 10x10m). (+) Acceleration-acceleration, (-) acceleration- deceleration numbers were recorded by attaching a GPS device (GPSport Australia) to the player in the middle and a data matrix was created.

Results: A statistically significant difference ($p<0.05$) was found when the variables of 4V1 and 6V2 SSG were compared.

Conclusion: The 4V1 and 6V2 SSG's achieved the maximum acceleration and deceleration at 5x5m at 4V1 SSG and 10x10m at 6V2 SSG, compared to different field sizes. Compared to 4V1 and 6V2 SSG's in the same field sizes (6x6-7x7- 8x8m), it has been found that the 4V1 SSG's have more acceleration and deceleration than the 6V2 SSG's. As the field narrows, the number of deceleration and acceleration increases. For this reason, quickness training should be played in narrower fields.

References: 1. Young W, Rogers N. Effects of small-sided game and change-of-direction training on reactive agility and change-of-direction speed. *Journal of sports sciences*. 2014; 307-314.

SUNULMADI

Profesyonel Futbolcularda Hazırlık Maçında Elde Edilen İç ve Dış Yüklerin İlişkilerinin Belirlenmesi

¹Utku Alemdaroğlu, ¹Yusuf Köklü, ¹Harun Türkdogan, ²Yunus Arslan

¹Pamukkale Ü, Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

²Hacı Bektaş Veli Ü, Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi Bölümü, Nevşehir

Email : ualemdaroglu@pau.edu.tr, yoklu@pau.edu.tr, harunturkdogan@gmail.com, yarslan@nevsehir.edu.tr

Giriş: Antrenmanların doğru planlana bilmesi ve futbolcuların oyunun yapısına uygun bir fiziksel seviyeye gelmesi için müsabaka gereksinimlerinin bilinmesi çok önemlidir. Bir futbol maçında sporcular farklı hızlarda mesafeler kat ettikleri gibi (dış yük), farklı fizyolojik yüklerle de maruz kalmaktadır (iç yük). Bu yüklerin belirlenmesinde kullanılan yöntemlerin başında kalp atım hızı takibi, laktik asit cevaplarının belirlenmesi ve giyilebilir sistemler ile kat edilen mesafe takipleri gibi yöntemler gelmektedir. Ancak bu pahalı ve kullanımı zor yöntemlerin bir alternatifi olarak algılanan zorluk derecesi cevapları son yıllarda yaygın olarak kullanılmaktadır.

Amaç: Bu çalışma; profesyonel futbolcuların hazırlık maçında kat ettikleri toplam mesafe, yüksek şiddetli mesafe (19,8 km/saat üzeri) ile maçın algılanan zorluk derecesi (MAZD) arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacı ile gerçekleştirilmiştir. Yöntem: Çalışmamıza Türkiye Birinci liginde oynayan 19 profesyonel futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Maça verilen iç ve dış yük cevapların karşılaştırılması için 4 hazırlık maçı yapılmış ve bu maçların en az birinde 60 dakika ve üzeri oynayan oyuncuların verileri değerlendirmeye alınmıştır. Dış yüklerin hesaplanması için 15 hz veri hızı olan gps sistemi kullanılırken, iç yükler oyuncunun oyunda kaldığı süre ile aynı oyuncunun maçtan en az yarım saat sonra onluk AZD skalasına verdiği cevabın çarpımından elde edilmiştir. Shapiro wilk testi ile verilerin normal dağıldığı belirlendikten sonra, iç ve dış yükler arasındaki ilişkiye Pearson korelasyon analizi testi ile bakılmıştır.

Bulgular : Futbolcuların MAZD (= 435,32 ± 142,19) ile ne toplam mesafe (= 8186,91± 1718,15 m) nede yüksek şiddet ile kat edilen mesafe (= 536,36 ± 225,41 m) değerleri arasında anlamlı ilişki tespit edilmemiştir (p> 0.005). Sonuç: Bu sonuçlar göz önünde bulundurulduğunda sporcuların maç içinde karşı karşıya kaldıkları dış yükler ile fizyolojik cevapların birbirinden farklı olduğu söylenebilir. Fizyolojik yüklerin farklılığının sebebi sporcuların fiziksel kapasitelerinin farklılığı olabileceği gibi, kat edilen mesafeler dışında kalan dış yüklerin (yavaşlama, hızlanma, ikili mücadele vb) etkisinin de olabileceği düşünülmektedir.

Relationship Between Internal And External Load Of Friendly Match In Professional Soccer Players

Introduction: It is highly important to know demands of the soccer in order to organize training properly and also improve physical capacity of soccer players with regard to the demands of soccer. Soccer players cover distance at different speeds and also they face different physiological loads in the soccer. The most common training load monitoring systems are to monitoring heart rate, lactate responses of soccer players and covered distance with wearable technology. However rated perceived exertion (RPE) could be alternative for these costly systems.

Aim: To examine the relationship between GRPE responses of players and total covered distance, very high intensity distance (above 19,8 km per hour) by players was aimed in the current study. Method: 19 professional soccer players from Turkish league 1 participated in this study. 4 pre-season friendly games were monitored. Only players who played at least 60 minutes were included in the current study. 15hz GPS system was used for external load. GRPE (0-10 scale) was calculated by multiplying the game duration to provide a measure of load in arbitrary units. Firstly, normality was determined with Shapiro-Wilk test then relationships between external and internal loads of soccer players were determined with Pearson's correlation test. Results: No significant relationship was found between total covered distance = 8186,91± 1718,15 m), very high intensity distance (= 536,36 ± 225,41 m) GRPE (= 435,32 ± 142,19) responses of players.

Discussion : It could be said that the external load and physiological responses of players is different from each other. The reason of the different responses could be different physical capacity of players and also the other external loads (acceleration, deceleration, collisions etc) could cause different physiological responses.

Keywords: covered distance, internal load, external load, game specific training

Elit Futbol Hakemlerine Uygulanan Atletik Testlerdeki Fiziksel ve Fizyolojik Özelliklerin Müsabaka Performansı İle İlişkisi

¹Tuba Kızılet Bozdoğan, ¹Ali Kızılet

¹Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : tuba.kizilet@marmara.edu.tr, akizilet@gmail.com

Giriş ve Amaç: Futbol hakemleri, müsabaka süresince fiziksel ve fizyolojik stresle mücadele edebilecek yeterliliğe sahip olmalıdırlar (Weston, 2009). Belirtilen yeterlilikler FIFA tarafından belirlenen testlerle değerlendirilmektedir (FIFA, 2016). Çalışmanın amacı, bu testler ile hakemin müsabakada gerçekleştirdikleri performansları arasındaki ilişkilerini ortaya koymaktır. Yöntem: Süper lig 12 hakem (Ortaş; 37,5) çalışma grubunu oluşturmaktadır. Yo-Yo İntermittent recovery Test Level 1 (YYIRTL1), Modifiye Dinamik YYIRTL1 ve FIFA İnterval testi (40x75m) uygulanmıştır. Müsabaka ve test toplam koşu mesafeleri ve müsabakanın yüksek şiddetli, düşük şiddetli koşu ve yürüme mesafeleri ile fizyolojik parametreler (İş yükü, maksimal kalp atımı (MaxKA), ortalama kalp atımı (OrtKA), algılanan zorluk derecesi (AZD))incelenmiştir. Antropometrik, fiziksel ve fizyolojik özelliklerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistik kullanılmıştır. Parametrelerin kendi arasındaki ilişkileri için Pearson Korelasyon uygulanmıştır ($p<0,05$, SPSS 22.0).

Bulgular: Yaş, boy, kilo ve yağ yüzdeleri ile müsabaka fizyolojik değerleri ve koşu mesafeleri arasında anlamlı ilişki çıkmamıştır. YYIRTL1 ve Modifiye Dinamik YIRTTTL1 'in MaxKA ve OrtKA değerleri ile müsabakanın tüm fizyolojik parametreleri arasında istatistiksel açıdan ilişki çıkmıştır. Literatür sonuçları benzerlik göstermektedir (Castanga, 2005). YYIRTL1 iş yükü sonucu ile müsabaka düşük ve yüksek şiddetli bölge süreleri arasında negatif yönde, MaxKA'nın müsabakada yüksek şiddetli koşu süreleri ile arasında pozitif yönde ilişki vardır. Modifiye dinamik YIRTTTL1 iş yükü sonuçları ile müsabaka maksimal bölge koşu süresi arasında ilişkisi çıkmıştır. FIFA testi sonuçlarına göre sadece MaxKA ile müsabakadaki MaxKA arasında ilişki çıkmıştır ($p<0,05$). Uygulanan tüm testlerin toplam koşu mesafelerinin müsabakanın fiziksel ve fizyolojik sonuçları ile arasında bir ilişki çıkmamıştır.

Sonuç: Çalışma, YIRTTTL1 sonuçlarıyla hakemlerin müsabaka fizyolojik yeterlilikleri arasındaki pozitif ilişkiyi ortaya koymaktadır. Özellikle YYIRTL1 fizyolojik sonuçlarıyla müsabaka iş yükü arasındaki ilişki bu testi öne çıkarmaktadır. FIFA testi MaxKA ile müsabaka MaxKA arasındaki ilişki de önemlidir. Bu sonuçlar hakemlerin fiziksel yeterliliğini ölçmede belirtilen testlerin uygulanabileceğini desteklemektedir.

Relationship Between Physical and Physiological Characteristics of Athletic Tests and Competition Performance on Elite Soccer Referees

Introduction and Purpose: Soccer referees must be competent to cope with physical and physiological stress during the competition (Weston, 2009). The qualifications mentioned are evaluated by the tests determined by FIFA (FIFA, 2016). The aim of the study is to reveal the relationships between these tests and the performances of the referees in competition.

Method: 12 Elit referees (Mean age;37.5) are participated. Yo-Yo Intermittent Recovery Test Level 1 (YYIRTL1), Modify Dynamic YYIRTL1 and FIFA Interval Test (40x75m) were applied. Competition and Tests total running and high intensity, low intensity running and walking distances of competition with physiological parameters (HRload, maximal heart rate (HRmax, mean heart rate (HRmean), rating of perceived exertion (RPE)) were examined. Descriptive statistics were used to evaluation of anthropometric, physical and physiological characteristics. Pearson correlation was applied for parameters between themselves ($p < 0.05$, SPSS 22.0). Findings: There was no significant relationship between age, height, weight and fat percentages with physiological values of the competition and running distances. There is a relationship between YYIRTL1 and Dynamic YIRTTTL1 tests' HRmax and HRmean values and physiological parameters of the competition. The literature results are similar (Castanga, 2005).

There is a negative relationship between the YYIRTL1 HRload result and the competition low and high intensity zone and positive relationship HRmax and competition high intensity running durations. The relationship between the dynamic YIRTTL1 HRload results in modifications and the maximal zone running time in the competition. The total running distance in all the tests performed didn't correlate with the physical and physiological results of the competition.

Conclusion: This study shows the positive relationship between the YIRTTL1 results and the physiological competences of the referees. In particular, the relationship between physiological results of YYIRTL1 and competition HRload brings out this tests. Also the relationship between the FIFA test HRmax and the competition HRmax.

Elit Sporcularda Anjiyotensin Dönüştürücü Enzim ve İskelet Kas Geni Alfa-Aktinin 3 Gen Polimorfizminin İncelenmesi

¹Tevfik Cem Akalın, ²Erdal Zorba, ¹Mustafa Gümüş

¹Bülent Ecevit Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Zonguldak

²Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : tc.akalin@hotmail.com, erdalzorba@hotmail.com, mustgumus@gmail.com

Giriş ve Amaç: Günümüzde belirli genetik markerlerin atletik performansı etkilediğine dair pek çok kanıt mevcuttur. Çalışmamızda elit sporcularda bu markerler arasında yer alan ACE (I/D) ve ACTN3 (R577X) gen polimorfizm dağılımlarının incelenmesi, hangi sıklıkla görüldüğünün saptanması ve sedanter bireylerle karşılaştırılarak atletik performansın genetik özelliklerle belirlenebilirliği araştırılmıştır. Yöntem: Çalışmamıza atletizm branşı, kısa ve uzun mesafe dallarında, ulusal ve uluslararası derece elde etmiş 100 elit sporcu ile düzenli spor geçmiş olmayan, sedanter ancak sağlıklı, erişkin popülasyondan rastgele seçilen 100 birey katılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Elit sporcu ve kontrol grupları ACE ve ACTN3 gen polimorfizmi genotip ve alel dağılımları açısından karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır. Ancak ulusal ve uluslararası çalışma grupları ile kontrol grubu arasında ACE gen polimorfizmi alel dağılımları açısından anlamlı fark tespit edilmiştir. Ayrıca cinsiyetler arası gruplar genotip ve alel (ACE) dağılımları açısından karşılaştırıldığında anlamlı fark bulunmuş, uluslararası kadın sporcu grubunda ACE gen polimorfizmi alel dağılımının daha belirleyici olduğu görülmüştür. Uzun mesafe sporcuları cinsiyetler açısından incelendiğinde anlamlı fark saptanmıştır. Ulusal ve uluslararası kısa mesafe grupları arasında ACE gen polimorfizmi alel dağılımları arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. ACE gen polimorfizminin sportif performans üzerindeki etkisinin araştırılmasına yönelik Türk sporcularla yapılan az sayıda araştırma bulunmasına karşın ACTN3 gen polimorfizmi hiç çalışılmamıştır. Bu nedenle Türk elit sporcuları üzerinde yapılan bu ilk çalışmanın, literatüre katkı sağlayacağı ve olimpiik düzeyde farklı sporcu ve araştırmacı grupları ile yapılacak işbirliği ve veri paylaşımı, elde edilen sonuçların istatistik gücünü artıracak olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: ACE, ACTN3, Atletizm, Elit Sporcular, Genetik

The Investigation of Angiotensin Converting Enzyme and Skeletal Muscle Gene Alpha-Actinin 3 Gene Polymorphism in Elite Athletes

Introduction: There has been much recent proof indicating that certain genetic traits affect athletic performance. In this study, distribution of ACE (I/D) and ACTN3 (R577X) genetic polymorphisms, which are among those genetic markers, and the frequency of these polymorphisms in elite athletes and the possibility of determining athletic performance with genetic traits were investigated. Method: The participants of the study were 100 elite national and international short and long distance athletes, and 100 healthy sedentary control subjects chosen randomly. Results: No statistically significant results were observed in distribution of ACE and ACTN3 gene polymorphism and allele distributions. Statistically significant differences were observed in ACE gene polymorphism allele distribution between national and international experimental groups and the control groups. Similar differences were observed in genotype and allele (ACE) distribution when groups of sexes were compared. ACE gene polymorphism allele distribution was more deterministic in international female athletes. There were statistically significant differences between groups of male and female long distance athletes and between national and international short distance athletes in terms of ACE gene polymorphism allele distribution. Though few studies were conducted on effect of ACE gene polymorphism on Turkish athletes' performance, ACTN3 gene polymorphism was never studied. This pioneering study on Turkish elite athletes can contribute to literature. Statistical power of the results could be strengthened by data sharing from studies on various groups including Olympic athletes. Keywords: ACE, ACTN3, Athletics, Elite Athletes, Genetics

Elit Türk Güreşçilerin ACE ve eNOS Gen Polimorfizminin İncelenmesi

¹Mustafa Gümüş, ²Kadir Gökdemir, ¹Tevfik Cem Akalın

¹Bülent Ecevit Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Zonguldak

²Gazi Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Ankara

Email : mustgumus@gmail.com, , tc.akalin@hotmail.com

Amaç: Bu çalışmanın amacı Türk elit güreşçilerinde ACE ve eNOS gen polimorfizm dağılımlarının incelenmesi, hangi sıklıkta görüldüğünün saptanması ve sedanter bireylerle karşılaştırarak atletik performansın genetik özelliklerle belirlenebilirliği araştırılmıştır. **Materyal ve Metod:** Çalışmamızda sporcu grubunu; serbest ve grekoromen stilde profesyonel olarak güreş yapmış, ulusal ve uluslararası spor müsabakalarına katılmış Türkiye Genç Erkek Milli Güreş Takımı oyuncularını (n=43) oluşturmuştur. Kontrol grubu ise; düzenli spor geçmişi olmayan, sedanter ancak sağlıklı, erişkin popülasyondan rastgele seçilen (n=90) kişiden oluşturulmuş ve çalışmaya toplam 133 kişi gönüllü olarak katılmıştır.

Bulgular: ACE genotip sonuçları incelendiğinde, güreşçilerin %37.21'inin (n=16) D/D genotipinde, %39.53'ünün (n=17) I/D genotipinde ve %23.26'sının (n=10) I/I genotipinde olduğu saptandı. Kontrol grubunun ise %35.56'sının (n=32) D/D genotipinde, %38.89'unun (n=35) I/D genotipinde, % 25.55'inin (n=23) I/I genotipinde olduğu tespit edilmiştir. eNOS genotip verileri incelendiğinde, güreşçilerin %74.42'sinin (n= 32) B/B genotipinde, %25.58'inin (n= 11) B/A genotipinde olduğu, A/A genotipinde ise sporcu bulunmadığı, kontrol grubunun ise % 83.33'ünün (n=75) B/B genotipinde, %16.67'sinin (n=15) B/A genotipinde olduğu, A/A genotipinde ise yine kimsenin bulunmadığı tespit edilmiştir.

Sonuç: Sportif performansı etkilediği düşünülen ACE (I/D) ve eNOS (B/A) gen polimorfizm dağılımlarının incelenmesi, hangi sıklıkla görüldüğünün saptanması ve sedanter bireylerle karşılaştırılarak atletik performansın genetik özelliklerle belirlenip belirlenemeyeceği amacıyla yapılmış olduğumuz çalışmamız sonuçlarına göre; ACE ve eNOS gen polimorfizminin elit güreşçiler ile normal popülasyon arasında istatistiksel olarak bir fark olmadığı saptanmıştır. ACE gen polimorfizminin sportif performans üzerindeki etkisinin araştırılmasına yönelik Türk sporcularla yapılan az sayıda araştırma bulunmasına karşın eNOS gen polimorfizmi hiç çalışılmamıştır. Bu nedenle Türk elit sporcuları üzerinde yapılan bu ilk çalışmanın, bu alanda yapılacak ulusal ve uluslararası çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Anahtar Kelimeler: Güreş, ACE, eNOS, genotip, atletik performans

The ACE and eNOS Polymorphism in Wrestling Athletes of the Turkish National Team

Purpose: The aims of this study were to investigate the distribution of ACE and eNOS gene polymorphisms in Turkish elite wrestlers, to determine at which frequencies they were occurred, and to research determinability of the athletic performance with genetic characteristics by comparing with sedentary individuals.

Methods: The group of athletes were consisted of players from the Turkish National Youth Wrestling Team (n=43). The control group (n=90) participated voluntarily.

Results: When the ACE genotype results were analyzed, the wrestlers were determined 37.21% (n=16) in the D/D, 39.53% (n=17) in the I/D and 23.26% (n=10) in the I/I genotype. In the control group; 35.56% (n=32) in the D/D, 38.89% (n=35) in the I/D and 25.55% (n=23) in the I/I genotype. When the eNOS genotype was analyzed, 74.42% of the wrestlers (n=32) were identified in the B/B and 25.58% (n=11) in the B/A genotype. In the control group; 83.33% (n=75) of the participants were determined in the B/B and 16.67% (n=15) in the B/A genotype.

Conclusion: According to the results of our study no statistically significant difference between ACE and eNOS gene polymorphisms in the elite wrestlers and normal population were identified. Among the Turkish athletes to investigate the effect of genes on sportive performance; while only a few studies have been conducted on ACE gene polymorphism, eNOS gene polymorphism has never been studied. Therefore, this study performed on the Turkish elite athletes is to contribute to both national and international studies in this field.

Keywords: Wrestling, ACE, eNOS, Genotypes, Athletic Performance

SUNULMADI

SB897

Elit Türk Güreşçilerin ACE ve eNOS Gen Polimorfizminin İncelenmesi

¹Mustafa Gümüş, ²Kadir Gökdemir, ¹Tevfik Cem Akalın

¹Bülent Ecevit Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Zonguldak

²Gazi Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Ankara

Email : mustgumus@gmail.com, , tc.akalin@hotmail.com

Amaç: Bu çalışmanın amacı Türk elit güreşçilerinde ACE ve eNOS gen polimorfizm dağılımlarının incelenmesi, hangi sıklıkta görüldüğünün saptanması ve sedanter bireylerle karşılaştırarak atletik performansın genetik özelliklerle belirlenebilirliği araştırılmıştır.

Materyal ve Metod: Çalışmamızda sporcu grubunu; serbest ve grekoromen stilde profesyonel olarak güreş yapmış, ulusal ve uluslararası spor müsabakalarına katılmış Türkiye Genç Erkek Milli Güreş Takımı oyuncularını (n=43) oluşturmuştur. Kontrol grubu ise; düzenli spor geçmişi olmayan, sedanter ancak sağlıklı, erişkin popülasyondan rastgele seçilen (n=90) kişiden oluşturulmuş ve çalışmaya toplam 133 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Bulgular: ACE genotip sonuçları incelendiğinde, güreşçilerin %37.21'inin (n=16) D/D genotipinde, %39.53'ünün (n=17) I/D genotipinde ve %23.26'sının (n=10) I/I genotipinde olduğu saptandı. Kontrol grubunun ise %35.56'sının (n=32) D/D genotipinde, %38.89'unun (n=35) I/D genotipinde, % 25.55'inin (n=23) I/I genotipinde olduğu tespit edilmiştir. eNOS genotip verileri incelendiğinde, güreşçilerin %74.42'sinin (n= 32) B/B genotipinde, %25.58'inin (n= 11) B/A genotipinde olduğu, A/A genotipinde ise sporcu bulunmadığı, kontrol grubunun ise % 83.33'ünün (n=75) B/B genotipinde, %16.67'sinin (n=15) B/A genotipinde olduğu, A/A genotipinde ise yine kimsenin bulunmadığı tespit edilmiştir.

Sonuç: Sportif performansı etkilediği düşünülen ACE (I/D) ve eNOS (B/A) gen polimorfizm dağılımlarının incelenmesi, hangi sıklıkla görüldüğünün saptanması ve sedanter bireylerle karşılaştırılarak atletik performansın genetik özelliklerle belirlenip belirlenemeyeceği amacıyla yapılmış olduğumuz çalışmamız sonuçlarına göre; ACE ve eNOS gen polimorfizminin elit güreşçiler ile normal popülasyon arasında istatistiksel olarak bir fark olmadığı saptanmıştır. ACE gen polimorfizminin sportif performans üzerindeki etkisinin araştırılmasına yönelik Türk sporcularla yapılan az sayıda araştırma bulunmasına karşın eNOS gen polimorfizmi hiç çalışılmamıştır. Bu nedenle Türk elit sporcuları üzerinde yapılan bu ilk çalışmanın, bu alanda yapılacak ulusal ve uluslararası çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Anahtar Kelimeler: Güreş, ACE, eNOS, genotip, atletik performans

The ACE and eNOS Polymorphism in Wrestling Athletes of the Turkish National Team

Purpose: The aims of this study were to investigate the distribution of ACE and eNOS gene polymorphisms in Turkish elite wrestlers, to determine at which frequencies they were occurred, and to research determinability of the athletic performance with genetic characteristics by comparing with sedentary individuals. Methods: The group of athletes were consisted of players from the Turkish National Youth Wrestling Team (n=43). The control group (n=90) participated voluntarily.

Results: When the ACE genotype results were analyzed, the wrestlers were determined 37.21% (n=16) in the D/D, 39.53% (n=17) in the I/D and 23.26% (n=10) in the I/I genotype. In the control group; 35.56% (n=32) in the D/D, 38.89% (n=35) in the I/D and 25.55% (n=23) in the I/I genotype. When the eNOS genotype was analyzed, 74.42% of the wrestlers (n=32) were identified in the B/B and 25.58% (n=11) in the B/A genotype. In the control group; 83.33% (n=75) of the participants were determined in the B/B and 16.67% (n=15) in the B/A genotype.

Conclusion: According to the results of our study no statistically significant difference between ACE and eNOS gene polymorphisms in the elite wrestlers and normal population were identified.

Among the Turkish athletes to investigate the effect of genes on sportive performance; while only a few studies have been conducted on ACE gene polymorphism, eNOS gene polymorphism has never been studied. Therefore, this study performed on the Turkish elite athletes is to contribute to both national and international studies in this field.

Keywords: Wrestling, ACE, eNOS, genotypes, athletic performance

SUNULMADI

SB899

Farklı Frekanslarda Akut Tüm Vücut Vibrasyon Uygulamasının Sprint ve Dikey Sıçramaya Etkileri

¹Mehmet Kale, ¹Ali Sarı, ¹Mehmet Kale

¹Anadolu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Eskişehir

Email : mkale@anadolu.edu.tr, alisari.2112@gmail.com, mkale@anadolu.edu.tr

Bu çalışmanın amacı farklı frekanslarda uygulanan akut tüm vücut vibrasyon uygulamasının sprint ve dikey sıçramaya etkisini incelemektir. Çalışmaya sağlıklı 18 spor bilimleri fakültesi öğrencisi [(deney grubu (n=11): yaş: 22.0±2.3yıl, boy uzunluğu: 173.3±6.7cm, vücut ağırlığı: 69.0±12.4kg) ve (kontrol grubu (n=7): yaş: 22.4±2.1yıl, boy uzunluğu: 178.5±4.4cm, vücut ağırlığı: 72.6±11.3kg)] gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılara 30m sprint, skuat ve aktif sıçrama testleri, deney grubuna 4mm genlikte, 20sn 30Hz, 20sn 40Hz ve 20sn 50Hz olmak üzere toplam 60sn tüm vücut vibrasyon uygulaması, kontrol grubuna vibrasyonsuz aynı pozisyonda hareket tanıma ve alıştırma olarak uygulandıktan sonraki 7 gün içinde ön- testler ve vibrasyon uygulamasının ardından son-testler yapılmıştır. Yarım skuat pozisyonunda 60sn bekleme şeklinde tüm vücut vibrasyon uygulaması sonrası 3dk pasif dinlenme ardından 3dk dinlenme aralıklarıyla 2 tekrarlı 30m sprint testine katılmışlardır. Test bitiminde 90sn dinlenmenin ardından 30sn dinlenme aralıklarıyla 2 tekrarlı skuat sıçrama (SS) ve aktif sıçrama (AS) testleri yapılmıştır. Her testteki en iyi performans derecesi istatistiksel değerlendirmeye alınmıştır. İstatistiksel olarak antrenman öncesi ve sonrası grup içi fark olup olmadığı Wilcoxon eşleştirilmiş iki örnek testiyle, gruplar arasında fark olup olmadığı Mann Whitney U testiyle analiz edilmiştir. Anlamlılık düzeyi p≤0.05 alınmıştır. Uygulanan akut tüm vücut vibrasyon sonucunda deney grubunda 30m ve SS'de istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmazken ortalama açısından performansta azalma belirlenmiştir (30m= 6.62±1.05sn'den 6.70±0.79sn'ye ve SS=33.7±5.4cm'den 33.1±5.3cm) ve AS açısından istatistiksel anlamlı fark bulunmuştur (Z= -2.038; p<0.05; 38.9±5.0cm'den 36.7±6.5cm'ye). Antrenman öncesi 30m sprintte gruplararası istatistiksel fark bulunmazken antrenman sonrasında ise fark bulunmuştur (Z: -3.422; p=0.001). Sonuç olarak farklı frekanslarda akut uygulanan 60sn tüm vücut vibrasyonu ile ilgili daha ayrıntılı yapılacak çalışmalar sprint ve aktif sıçramaya olan negatif etki sebebinin belirlenmesine yardımcı olacaktır.

Effects Of Acute Whole Body Vibration At Different Frequency To Sprint And Vertical Jump

The purpose of this study was to investigate of effects of acute whole body vibration at different frequency to sprint and vertical jump. Voluntary 18 students from the Faculty of Sport Sciences were participated to the study [(experimental group (EG) (n=11): age: 22.0±2.3years, body height: 173.3±6.7cm, body weight; 69.0±12.4kg) and (control group (CG) (n=7): age: 22.4±2.1years, body height: 178.5±4.4cm, body weight: 72.6±11.3kg)]. Each group participated to pre- and post-tests of sprint, squat jump (SJ), countermovement jump (CMJ) in 7 days after the familiarization. Both groups stayed in the static squat position but EG was in 60sec acute whole body vibration (4mm, 20sec 30Hz, 20sec 40Hz, and 20sec 50Hz). Three minutes after they participated to 2x30m sprint test with 3min rest. Ninety seconds after they participated to two squat jump test and 2 countermovement jump test with 30sec rest. The best performance of each test was evaluated. Pre- and post- training differences of each group were analyzed with Wilcoxon signed rank test. Mann Whitney U test was used for pre- post training comparisons between two groups. Probability level was p≤0.05. The result of this study showed that there were no statistical differences for 30m sprint and SJ in EG but there was a trend for performance losses (30m: 6.62±1.05sec vs 6.70±0.79sec, SS: 33.7±5.4cm vs 33.1±5.3cm). There was a significant difference in CMJ (Z= -2.038; p<0.05; 38.9±5.0cm vs 36.7±6.5cm). There were no pre-training differences in 30m sprint but there were in post-training (Z: -3.422; p=0.001). In conclusion, detailed studies about acute whole body vibration at different frequency may help to explain the reason why there is a negative effect to sprint and countermovement jump.

The Relationship Between Agility And Orientation Ability in Judoka Children

¹Mine Taşkın, ²Alper Tunga Peker, ³Halil Taşkın, ⁴Alparslan Ünveren

¹Selçuk University, School Of Applied Science, Konya, Turkey

²İbrahim Çeçen University, School Of Physical Education And Sports, Ağrı, Turkey

³Selçuk University, Faculty Of Sport Sciences, Konya, Turkey

⁴Dumlupınar University, School Of Physical Education And Sports, Kütahya, Turkey

Email : htaskin@selcuk.edu.tr,

Özet: Çeviklik topun ya da rakip oyuncunun hareketine yönelik etkili ve çabuk bir şekilde hareket etme ve yön değiştirme yeteneği olarak tanımlanabilir. Çeviklik, sporcuların en iyi performansı sergilemesine katkıda bulunan önemli bileşenlerden biridir. Antrenman seviyesi, tepki süresi, kuvvet, güç, karar verme ve deneyim gibi çevikliğe katkıda bulunan çeşitli bileşenler vardır. Oryantasyon, sporcuların vücudunun veya hareketli bir nesnenin konumunu ve hareketini (rakip, takım arkadaşı) lokalize etmelerini ve tanımlamalarını sağlar. Bu araştırmanın amacı çeviklik performansı ve oryantasyon yeteneği arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmaya yaşları ortalaması 10.34 ± 1.40 yıl, boyları ortalaması 1.40 ± 0.08 m ve vücut ağırlıkları ortalaması 33.50 ± 9.25 kg olan 67 judocu çocuk katılmıştır. Judocu çocukların çeviklik performansı pro-agility testi ile oryantasyon yeteneği ise numaralandırılmış sağlık topu koşu testi ile değerlendirilmiştir. Araştırmanın bulgularında oryantasyon yeteneğinin çeviklik performansını etkilediği görülmektedir ($P<0.05$). Sonuç olarak, oryantasyon yeteneği ile çeviklik performansı arasında anlamlı bir ilişki olduğu, çocuk sporcuların oryantasyon yeteneği geliştirildiğinde çeviklik performansında bir artış olabileceği düşünülmektedir. Anahtar kelimeler: Çeviklik, çocuk, judo, oryantasyon.

The Relationship Between Agility And Orientation Ability in Judoka Children

Abstract: Agility can be defined as the ability which allows to act and alter aspect quickly and effectively during a stimulation such as the movement of the ball or the movement of the rival athletes. Exercises which comprise agility drills are important components of training for many sports. Agility is one of significant components which contributes that athletes exhibit optimal performance. There are several components that contributes to agility, such as training level, reaction time, strength, power, decision making and experience. Orientation allows players and athletes to localize and identify the position and motion of his body or of a moving object (rival, teammate), as regards the space. The aim of this study was to determine the relationship between agility and orientation. Subject characteristics were as follows: age = 10.34 ± 1.40 years, height = 1.40 ± 0.08 m, and weight = 33.50 ± 9.25 kg. The sample included 67 judoka children in Turkey. The Pro-Agility test was set up and administered using the protocol outlined. Numbered medicine ball run test was used to determine orientation ability of the subjects. The study is observed that the orientation ability did affect the agility performance ($p<0.05$). Orientation ability ($r=-0.365$) showed a positively significant ($p<0.05$) relationship. In conclusion, it is considered that the orientation ability did affect the agility performance and it can be said that the agility performance will also improve when the orientation ability of the athlete is developed. Key words: Agility, child, judoka, orientation

SB974

Elit Kadın Voleybolcularda Dominant ve Nondominant Bacaklarda Agonist/Antagonist Oran, Pik Tork ve Dengenin Değerlendirilmesi

¹Mehmet Mesut Çelebi, ²Cengiz Akarçesme, ¹Burak Ekin Dalbayrak

¹Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi, Spor Hekimliği Bölümü, Ankara, Türkiye

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara, Türkiye

Email : cengizakarcesme@gazi.edu.tr

Amaç: Çalışmanın amacı elit kadın voleybolcularda dominant ve nondominant bacaklarda Hamstring (H) ve Quadriceps (Q) Peak Torque (PT) değerleri, agonist/antagonist kas kuvvet oranı (Hamstring/Quadriceps) ve dengenin değerlendirilmesidir.

Metot: Kesitsel tipte yapılan bu çalışmaya, yaş ortalaması 21.9 ± 4.4 olan, boyu 182 ± 5.9 cm olan ve ağırlığı 66.5 ± 8.3 kg olan 63 bayan voleybol 1. ligi oyuncusu alınmıştır. İzokinetik ve denge ölçümleri: Ölçümler aynı gün içerisinde dominant (D) ve nondominant (ND) bacağına uygulanmıştır. Denge ölçümleri sporcuların her iki bacağına 20 saniye ve 3'er tekrar şeklinde yapılmıştır. Denge ölçümlerinde toplam denge kaybı (OSI), anterior-posterior denge kaybı (APSS) ve medial-lateral denge kaybı (MLSS) verileri toplanmıştır. Isınmadan sonra izokinetik dinamometre ile $60^\circ/s$ (5 tekrar) ve $180^\circ/s$ (10 tekrar) hızlarda konsantrik/konsantrik kasılmayla Hamstring (H), Quadriceps (Q) kaslarının Peak Torque (PT) ve Hamstring/Quadriceps (H/Q) oranı ölçülmüştür.

İstatistik: İstatistiksel analizde Mann-Whitney U Testi kullanılmıştır.

Sonuç: Nondominant bacaklarda H PT, dominant bacaklarda ise Q PT daha yüksek çıkmıştır. Fakat anlamlı bir fark bulunamamıştır. H/Q oranı dominant bacakta daha düşük bulunmuştur. D bacakta OSI 1.83, APSS 1.19, MLSS 1.21, ND bacakta OSI 1.80, APSS 1.20, MLSS 1.17 bulunmuştur. D ve ND bacaklarda kuvvet ve denge açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Tartışma: Kadın voleybolcularda H/Q oranı açışal hızla birlikte artmıştır. Ayrıca PT, H/Q oranı ve postural dengede D ve ND bacaklar arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bu bulgular kadın voleybolcularda yaralanma ve rehabilitasyon esnasında diğer bacağın referans olarak kullanılabileceğini göstermektedir.

Anahtar Kelime: Denge, Hamstring/Quadriceps oranı, Kadın, İzokinetik, Voleybol

Agonist/Antagonist Ratio, Peak Torque And Postural Balance in Dominant And Nondominant Legs In Elite Female Volleyball Players

Objective: The aim of the study is to evaluate H/Q strength ratio, Peak Torque (PT) and Postural Balance (PB) in dominant (D) and non-dominant (ND) legs in female volleyball players.

Method: This cross-sectional study included 63 female Volleyball 1st League players who have a mean age of 21.9 ± 4.4 and a height of 182 ± 5.9 cm and a weight of 66.5 ± 8.3 kg were included into this study.

Isokinetic and balance measurements: The balance measurements were performed for 20 seconds and 3 repetitions. Overall stability index (OSI), anterior/posterior stability index (APSI) and medial/lateral stability index (MLSI) datas were collected. Afterwards, PT, H/Q ratio were measured for con/con contractions at both speeds of $60^\circ/s$ and $180^\circ/s$.

Statistical Analysis: Mann-Whitney U Test was used for statistical analysis

Conclusion: No statistically significant difference was found on Hamstring or Quadriceps muscles' PTs between D or ND legs, H/Q ratios were found lower in D leg. OSI was 1.83 in D and 1.80 in ND leg; APSI was 1.19 in D and 1.20 in ND leg; MLSI was 1.21 in D and 1.17 in ND leg. The differences in strength and balance measures were not statistically significant.

Discussion: The H/Q ratios increase with higher angular speed. Also, there is no statistically significant difference in PT, H/Q ratio and postural balance between D and ND legs. These findings indicate that non-injured leg can be used as a reference in case of injury in female volleyball players.

Keywords: Balance, female, Hamstring/Quadriceps ratio, isokinetic, volleyball

Spor Biyomekaniği

Sports Biomechanics

Estimating Straight Punch Force in Boxing: A Simulation Model Of The Punching Bag

¹Nihat Şükrü Özgören, ¹Serdar Arıtan

¹Biyomekanik Araştırma Grubu, Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü, Spor Bilimleri Fakültesi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara

Email : nihat@hacettepe.edu.tr, serdar.aritan@hacettepe.edu.tr

Giriş ve Amaç: Boks torbasına uygulanan kuvvetin boks sporunun başlıca performans göstergelerinden biri olduğu düşünülmektedir (House ve Cowan, 2015). Bu çalışmanın amacı bir benzeşim modeli kullanarak boks torbasına vuruş kuvvetinin kestirilmesidir.

Yöntem: Araştırmaya katılan 10 erkek boksörden, asılı duran bir boks torbasına sabit direkt vuruş tekniğini kullanarak ve uygulayabildikleri en fazla kuvvet ile vurmaları istenmiştir. Boks torbasının üzerine toplam 4 adet yansıtıcı işaretçi yerleştirilmiştir. Katılımcıların vuruşları ve torbanın hareketi saniyede 1000 kare görüntü kaydedebilen iki adet yüksek hızlı kamera kullanılarak kaydedilmiştir. Kaydedilen görüntülerdeki yansıtıcı işaretçiler MATLAB ortamında hazırlanan kodlar kullanılarak sayısallaştırılmıştır. Boks torbasının mekanik modeli ise SIMULINK ortamında oluşturulmuştur. Boks torbası bir katı cisim (silindir) olarak modellenmiş, bir gimbal eklem kullanılarak kütlesi ihmal edilen bir başka katı cisme (ip) bağlanmıştır. Torbanın hareketi dönme matrislerinin Euler açıları ile ifade edilmesiyle elde edilmiştir. Benzeşim modeli boks torbasının zamana bağlı dönme açıları ile beslenerek ters dinamik analiz gerçekleştirilmiş, eklem momentleri hesaplanmıştır. Torbanın kütle merkezi ile eklem merkezi arasındaki mesafe kestirilerek torbaya uygulanan kuvvet hesaplanmıştır.

Sonuç: Bu çalışma, boks torbasının zamana bağlı dönme açıları ile beslenen bir benzeşim modeli kullanılarak torbaya uygulanan vuruş kuvvetinin hesaplanabileceğini göstermiştir. Bu yöntem hareket yakalama ve benzeşim modeline dayanarak bir ters dinamik analiz içermektedir. Dolayısıyla literatürde yer alan diğer yöntemlere göre uygulamada daha kolay ve kullanışlı olduğu düşünülmektedir. Kaynaklar: House, P. D. & Cowan, J. L. (2015). Predicting straight punch force of impact. Journal of the Oklahoma association for health, physical education, recreation, and dance. 53(1):1-7.

Boksta Direkt Vuruş Kuvvetinin Kestirilmesi: Boks Torbasının Benzeşim Modeli

Introduction and Aim: The punch force applied to punching bag is considered as one of the main performance indicator in boxing (House and Cowan, 2015). The purpose of the present study was to estimate the punch forces from the motion of the punching bag by utilizing a simulation model.

Methods: Ten male boxers participated in the study, were asked to punch a hanged punching bag with maximum force. A total of four reflective markers were attached to the punching bag. Punches of the participants and the motion of the punching bag were video recorded using two high speed cameras operating at a speed of 1000 fps. The markers attached to the bag in each video image were automatically digitized using a custom written code in MATLAB. A mechanical model of the punching bag was designed in SIMULINK. The bag was modelled as a rigid cylinder connected to a massless rope by a gimbal joint. The orientation of the punching bag was obtained by composing the rotation matrices in Euler angles. Joint torques were obtained from inverse dynamics analysis by driving the model using rotation angle-time histories. Then the applied force to centre of the punching bag was calculated since the distance between the joint and the bag's centre was known.

Results: This study showed that punch forces in boxing can be calculated by utilizing a mechanical model of the punching bag which was driven using the rotation angle-time histories of the punching bag. This method involves an inverse dynamic analysis based on motion capture and simulation modeling, thus it is easier to utilize in comparison with several methods in the literature.

References: House, P. D. & Cowan, J. L. (2015). Predicting straight punch force of impact. *Journal of the Oklahoma association for health, physical education, recreation, and dance*. 53(1):1-7.

İki Boyutlu Yürüyüş Analizinde Eylemsizlik Ölçüm Sensörleri ve Video Görüntülerinden Elde Edilen Verilerin Uyumunun İncelenmesi

¹Uğur Ödek, ²Kürşat Özcan, ¹Selçuk Akpınar, ¹Okan Miçooğulları

¹Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü / Nevşehir

²Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Turizm Animasyonu Bölümü / Nevşehir

Email : ugurodek@gmail.com, kozcan@nevsehir.edu.tr, sakpinar@nevsehir.edu.tr, omicoogullari@nevsehir.edu.tr

Kinematik verilerin kapsamlı analizine imkan tanınması nedeniyle, görüntü tabanlı hareket analizi günümüzde kullanılan en yaygın yöntemdir. Ancak bu yöntemin kendine has bazı dezavantajları bulunmaktadır. Özellikle sabit kameraların görüş açıları ve lenslerden kaynaklanan görüntü bozuklukları görüntü tabanlı hareket analizini bazı durumlarda yetersiz kılmaktadır. Bilim ve teknolojiye gelişime bağlı olarak eylemsizlik ölçüm sensörleri (IMU-inertial measurement units) yakın zamanda görüntü tabanlı hareket analizine destek amacıyla kullanılmaya başlanmış, süreç içerisinde başlı başına bir ölçüm yöntemi olmuştur. Görüş açısı ve lens kaynaklı görüntü bozulmalarından etkilenmeyen bu cihazlar uygun şartlar oluştuğu ve doğru analiz teknikleri kullanıldığı durumlarda görüntü tabanlı hareket analizinin güçlükle sunabildiği verileri kolaylıkla sunabilmektedir. Bu çalışmanın amacı yürüyüş analizinde kullanılmak üzere kamera görüntülerinden ve eylemsizlik IMU'lardan elde edilen verilerin karşılaştırılmasıdır.

Çalışmada 3 erkek (yaş: 21 ± 1.57 yıl, boy: 178 ± 3.86 cm), 3 kadın (yaş: 20 ± 0.46 yıl, boy: 161 ± 2.26 cm) katılımcıdan önceden belirlenen 8 metrelik bir yürüyüş yolunda düz bir şekilde 3 kez yürümeleri istenmiştir. Katılımcıların alt ekstremiteleri üzerine yerleştirilen 6 işaretleyici ve 3 sensör vasıtasıyla 100Hz frekansında pozisyon verileri toplanmış ve bu verilerler kullanılarak üst bacak, alt bacak ve ayağa ait açısal değişkenler hesaplanmıştır. Değişkenlerin hesaplanmasında 2D-DLT (görüntü verileri) ve Complementary Filtreleme (IMU verileri) teknikleri kullanılmıştır. Verilerin uyumluluklarının incelenmesinde ise Bland-Altman analizi kullanılmış ve uyum limitleri kameradan elde edilen veriler göz önünde bulundurularak %95 olarak belirlenmiştir.

Yapılan 18 uyum testi sonunda IMU'lardan elde edilen verilerin tamamının uyuma sınırlarının içerisinde yer aldığı bulunmuştur. Bu sonuçlar, IMU ölçümlerinin açısal değişkenlerin incelendiği kinematik analizlerde görüntü tabanlı analizlere alternatif olarak kullanılabileceğini göstermektedir

Assessing Agreement Between Data Obtained by Inertial Measurement Units and Video Recordings in Two-Dimensional Gait Analysis

Because of the possibility of comprehensive analysis of kinematic data, image-based motion analysis is the most common method used today. However, this method has its own disadvantages. Image disturbances caused by the viewing angles and lenses of fixed cameras, in particular, make image-based motion analysis inadequate in some cases. Depending on the development in science and technology, inertial measurement units have recently been used as a measurement method in the process to support image-based motion analysis. These devices, which are not affected by the viewing angle and lens-induced image distortion, can present data easily that can be presented with difficulty in image-based motion analysis when appropriate conditions are established and accurate analysis techniques are used. The purpose of this study is to assess agreement between the data obtained from camera images and the inertial measurement sensors for use in gait analysis.

In the study, 3 male (age: 21 ± 1.57 years, height: 178 ± 3.86 cm), and 3 female (age: 20 ± 0.46 years, height: 161 ± 2.26 cm) participants were asked to walk straight through on an 8-meter predetermined walking way 3 times to calculate angular variables. On the purpose of calculation of upper leg, lower leg and foot's angular variables, position data were collected at 100Hz via six markers and 3 IMUs, which are placed on the left lower extremity.

2D-DLT (for image data) and Complementary Filtering (for IMU data) methods were performed to calculate variables. To assess the agreement between data, Bland-Altman analysis with %95 agreement limit (considering data obtained by the video camera) was used.

After 18 agreement test, the results were demonstrated all the data gathered by IMUs are between the limits of agreement. Therefore IMU measurements can be used as an alternative method to image-based video recordings in the kinematic analyses which angular variables were investigated.

Sporcularda İstemli İzometrik Kasılma Sırasında Bacak Kaslarının Yüzeyel EMG ve Maksimum Kuvvet Değişkenleri

¹İzzet Kirkaya, ²Deniz Şimşek, ³Abdullah Ruhi Soylu

¹Bursa Teknik Üniversitesi Ortak Dersler Bölümü, Bursa

²Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

³Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Biyofizik ABD, Ankara

Email : izzet.kirkaya@btu.edu.tr, ds@anadolu.edu.tr, a.ruhi.soylu@gmail.com

Bu çalışmamızın amacı maksimum istemli kasılma sırasında oluşan yorgunluk etkisinin yüzeyel EMG (sEMG) ve kuvvet parametreleri kullanılarak incelenmesidir. Çalışmamıza 11 sağlıklı erkek gönüllü katılımcı dahil olmuştur (yaş: 23,8±3,3 yıl; vücut uzunluğu: 176±8,1 cm; vücut ağırlığı: 75,8±11,04 kg). 11 tekrar süresince en az 10sn kuvvet ve sEMG değerleri VL, VM, RF, BF ve GM kasları için simültane olarak kayıt edilmiştir. Cybex isokinetik dinamometre (Humac Norm Testing & Rehabilitation System, USA) kullanılarak dominant bacak için zirve tork değerleri yine VL, VM, RF, BF ve GM kasları için simültane olarak kayıt altına alınmıştır. VL, VM ve RF kasları için test açısı 60 derece diz fleksiyonudur. BF (long head) için prone pozisyonda 60 derece diz fleksiyonudur. GM için ayak bileği -15derece fleksiyonda ve diz 30 derece fleksiyondadır. Zirve torku elde edebilmek için 11 tekrar boyunca 10sn süren maksimal istemli kasılmalar gerçekleştirilmiş ve myoelektrik aktiviteler simültane olarak kayıt edilmiştir. MVC-sEMG maksimum amplitüd , medyan frekansı (MDF), ortalama frekans (MNF) ve maksimum kuvvet değerleri her bir tekrar için hesaplanmıştır. BF için MDF:75,33±12,39; MNF:88,75±14,51; Süre: 7,48±1,15sn; GM için MDF:133,21±32,25; MNF:153,41±23,65; Süre: 7,05±0,6sn; RF için MDF: 84,27±26,06; MNF: 96,27±24,9; Süre: 7,07±0,4sn; VM için MDF:79,26±15,73; MNF:90,58±15,48; Süre:6,85±0,75sn; VL için MDF: 82,09±21,48; MNF:93,17±24,05; Süre:6,79±0,93sn olarak bulunmuştur.

Maximal Force and Surface EMG Variables During Voluntary Isometric Contraction of Leg Muscles in Athletes

The purpose of the study was to find the effects of fatigue on maximum voluntary contraction (MVC) parameters were examined by using force and surface electromyography (sEMG). Eleven healthy (age: 23,8±3,3 years; height: 176±8,1 cm; weight: 75,8±11,04 kg) male volunteers selected for the study. At least 10s of force and SEMG signals of VL, VM, RF, BF and GM were recorded simultaneously during MVIC (for eleven repetitions). The peak torque for dominant leg was measured using Cybex isokinetic dynamometer (Humac Norm Testing & Rehabilitation System, USA) leg extension-curl with simultaneous recording of MVIC of the VM, VL, RF, BF and GM using surface electromyography (sEMG). Test angle of VL, VM and RF were 60degree of knee flexion. Test angle of BF (long head) was presented in 60 degree of knee flexion (prone). Test angle of GM was presented in ankle -15degree and flexed at 30degree . To get peak torque, each subject performed maximal contraction of 10 seconds at each test and the myoelectrical activity was recorded simultaneously during 11 repetitions. Maximum amplitude of the MVC-sEMG, median frequency (MDF), mean frequency (MNF) and maximum force values were calculated for each repetition.

Results was found as; BF-MDF:75,33±12,39; MNF:88,75±14,51; Time: 7,48±1,15s; GM için MDF:133,21±32,25; MNF:153,41±23,65; Time: 7,05±0,6s; RF- MDF: 84,27±26,06; MNF: 96,27±24,9; Time: 7,07±0,4s; VM-MDF:79,26±15,73; MNF:90,58±15,48; Time:6,85±0,75sn; VL-MDF:82,09±21,48; MNF:93,17±24,05; Time:6,79±0,93s

Voleybolda Smaç Tekniğinin Vuruş Yönlerine Göre Kinematik Analizi

¹Elif Öz, ¹H. İbrahim Cicioğlu

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : elifoz@gazi.edu.tr, cicioглу@gazi.edu.tr

Giriş ve Amaç: Voleybolda smaç, takımların müsabaka performansı ile yüksek ilişkili olup, oyunda en çok sayı alma aracıdır (Marcelino ve diğerleri, 2008; Palao ve diğerleri, 2004). Literatürde voleybolda smaç tekniğinin biyomekanik analizi ile ilgili yapılmış araştırmalara rastlamak mümkündür. Ancak bu yaş grubu kız voleybolcularda farklı yönlere uygulanan smaç vuruşunun kinematik analizine rastlanmamıştır. Bu nedenle çalışmanın amacı, voleybolda farklı yönlere vurulan smaç tekniğinin kinematik olarak incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya on iki yıldız kız voleybol oyuncusu gönüllü olarak katılmıştır. Denekler, voleybol sahasının 4 numaralı bölgesinden rakip sahaya çapraz ve paralel doğrultuda smaç vuruşu gerçekleştirmişlerdir. Kinematik veriler, üç boyutlu görüntü yakalama sistemi (Vicon Peak, Oxford, UK) kullanılarak elde edilmiştir. Elde edilen 240 smaç görüntüsü (10 paralel ve 10 çapraz yöne uyguladıkları başarılı vuruşları) Vicon Nexus (Nexus 1.8.4, Vicon, Oxford, UK) yazılımı kullanılarak etiketlenmiş, modelleme yürütülmüş ve nicel veriler elde edilmiştir. Değişkenler 5 ayrı gruba ayrılarak istatistiksel analiz uygulanmıştır: a) Başarı yüzdesi b) Saffhaların süreleri c) Bazı performans ve kinematik verileri d) Eklem fleksiyon ve rotasyon aralığı e) Yere inmede tercih ettikleri ayak. Deneklerin paralel ve çapraz vuruş yönlerine göre belirlenen değişkenlerde anlamlı fark olup olmadığının belirlenmesinde Wilcoxon Eşleştirilmiş İki Örnek Testi uygulanmıştır.

Bulgular: Deneklerin çapraz doğrultuda smaç vuruşunu, paralel doğrultudaki smaç vuruşuna göre daha yüksek bir başarı yüzdesiyle ve istatistiksel olarak anlamlı farklı tamamladıkları tespit edilmiştir.

Sonuç ve Kaynaklar: Sonuç olarak paralel ve çapraz doğrultuda gerçekleştirilen smaç vuruşunda; başarı yüzdesi, sol diz fleksiyon aralığı ve sağ ayak bileği rotasyon açısında anlamlı farklılık tespit edilmiş olup, diğer parametrelerde anlamlı bir fark bulunmamıştır. Alt ekstremitede meydana gelen bu anlamlılığın smaç sıçramasının asimetrisinden kaynaklandığı belirtilmiştir. Marcelino, R., Mesquita, I., and Afonso, J. (2008). International Journal of Performance Analysis in Sport, 8(2): 1-7. Parsons, J. L., and Alexander, M. J. L. (2012). Journal of Strength and Conditioning Research, 26(4), 1076-1084.

The Kinematical Analysis Of Volleyball Spike Technique According To Spike Directions

Introduction and Aim: Spike is highly related to the team's game performances and mostly score a point (Marcelino ve diğerleri, 2008; Palao ve diğerleri, 2004). It is possible to find the reseraches on biomeachanical analysis of the volleyball spike in literature. However, there was no kinematic analysis of the volleyball spike applied to different directions in this age group of girls. Therefore, the aim of this study was to investigate the kinematics of the spike in volleyball which sent to the different directions.

Method: Twelve youth girl volleyball players voluntarily participated in this study. Subjects performed the parallel and diagonal spike from the number 4 to the target area on the other court. All kinematic variables were obtained by three dimensional view capturing system (Vicon Peak, Oxford, UK). 240 spike movements (10 parallel and 10 diagonal spike for each) was labelled and run the model and obtained the quantitative data using by Vicon Nexus (Nexus 1.8.4, Vicon, Oxford, UK) software. The variables divided into five groups a) Percent of success b) Phase times c) Some performance and kinematic variables d) Range of joint flexion and rotation e) Landing foot. The data obtained were evaluated by Wilcoxon Signed Rank Test and the significant difference level was 0,05 (P<0,05).

Results: The subjects have a greater percent of success in diagonal spike than the parallel spike and it was statistically significant different.

Conclusion and References: In conclusion, it was determined some significant differences in percent of success, range of left knee flexion and range of right foot rotation between the different direction spike. Marcelino, R., Mesquita, I., and Afonso, J. (2008). International Journal of Performance Analysis in Sport, 8(2): 1-7. Parsons, J. L., and Alexander, M. J. L. (2012). Journal of Strength and Conditioning Research, 26(4), 1076-1084.

SB801

15-17 Yaş Yüzücülerde Squat Sıçrama Performansındaki Q Açısı İle Hamstring/Quadriceps Kas Kuvvetlerinin İlişkisi

²Çiğdem Bulgan, ²Mustafa Arslan Başar, ¹Benil Kıstak, ³Bergün Meriç Bingül

¹İstanbul Teknik Üniversitesi, Spor Kulübü Derneği, İstanbul

²Haliç Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İstanbul

³Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

Email : cigdembulgan@gmail.com, m.aslanbasar@gmail.com , benil_k@hotmail.com , bergunmeric@gmail.com

Giriş: Q açısı, patellaya etki eden proksimal ve distaldeki gerilme kuvvetleri arasındaki açıdır. Artmış Q açısı, quadriceps kasının kasılmasıyla patellofemoral eklem lateralinden binen yükün de artmasının göstergesi olup yaşa, cinsiyete ve spor branşlarına göre farklılıklar göstermektedir. Yüzmede, performans sırasında sporcuların optimum diz açılarını yakalayıp, yüzülen mesafeye göre az sayıda ama kuvvetli ayak vuruşu yapılması amaçlanır. Bu amaç doğrultusunda diz Q açısı, ayak vuruşlarının efektifliğini etkileyeceğinden, alt ekstremitte kuvvetlerinin belirlenmesi önem kazanmaktadır.

Bu çalışmanın amacı, 15-17 yaş grubundaki yüzücülerde gerçekleştirilen squat sıçrama performansındaki diz Q açısı ile hamstring/quadriceps kas kuvvetlerinin farklarının ve ilişkisinin belirlenmesidir. Yöntem: Çalışmaya, 12 kız (yaş 15.50±0.67yıl, boy 166.50±5.98cm, kütle 50.92±5.65kg), 14 erkek (yaş 16.07±1.00yıl, boy 177.78±7.08cm, kütle 64.36±7.07kg) 26 yüzücü gönüllü olarak katılmıştır. Yüzücülere squat sıçrama (SS) performansı yaptırılmış ve görüntüleri 120Hz hızında, 7 adet (Oqus 7+) kamerayla kaydedilmiştir. Analizler için alt ekstremitte eklem noktalarına reflektif markerlar yerleştirilmiş ve test alanı wand kalibrasyonu ile tanımlanmıştır.

Sonuçlar, Qualisys Track Manager (2.12) programıyla analiz edilip, SS anındaki her iki dizin Q açıları hesaplanmıştır. Ayrıca, hamstring/quadriceps kas kuvvetleri, Biodex System 3 izokinetik dinamometrede 60°/sn ve 180°/sn'lik açısal hızlarda ölçülmüştür. Q açısı ve ölçülen kas kuvvetlerinin ilişkileri, SPSS 21.0 programı kullanılarak, Pearson Korelasyon analiziyle; cinsiyete bağlı parametrelerin karşılaştırılması Mann-Whitney U testiyle ve bacaklar arası kuvvet farklılıkları Wilcoxon testiyle hesaplanmıştır. Bulgular: Sonuç olarak, SS performansında, kız ve erkek yüzücülerin Q açıları sırasıyla sağ diz için 5,36±5,88° ve 13,18±7,19°; sol diz için 6,51±4,13° ve 15,64±5,36° olarak bulunmuştur. Kız ve erkekler arasında hem Q açıları hem de kas kuvvetlerine ait peak tork ve peak tork/ vücut ağırlığı parametrelerinde anlamlı farklılıklar bulunurken (p<0.05); sadece kızların Q açısı değerleri ile 60°/sn açısal hızdaki hamstring/quadriceps peak tork/vücut ağırlığı değerlerinin ilişkili olduğu tespit edilmiştir(p<0.05). Ayrıca hem kızlarda hemde erkeklerde sağ-sol bacak kuvvetleri arasında farklılıklar tespit edilmiştir (p<0.05). Sonuç: Yüzücülerin Q açıları, normal değerlerde olup, bacak kuvvetleri farklılıklarının giderilmesi önerilmektedir.

Relationship Between Q-Angle And Hamstring/Quadriceps Muscle Strength in Squat Jump Performance Of 15-17 Age Group Swimmers

Introduction: The Q angle is the angle between proximal and distal tensile forces acting on patella. Increased Q angle, patellofemoral insertion with quadriceps muscle contraction is indicative of an increase in laterally loaded pressure. During swimming performance, to catch an optimum knee angles and to make less but strong kicks are key factors. Since the knee Q angle affects the effectiveness of the kicks, it is important to determine the lower extremity forces. The aim of this study was to determine the relationship between the knee Q angle and the hamstring/quadriceps muscle strength of 15-17 age group of swimmers during squat jump.

Methods: 12 girls (age 15.50 ± 0.67 years, height 166.50 ± 5.98 cm, mass 50.92 ± 5.65 kg), 14 boys (age 16.07 ± 1.00 years, height 177.78 ± 7.08 cm, mass 64.36 ± 7.07 kg) participated in the study. Squat jump (SS) performances were recorded with 7 cameras at 120Hz. Reflective markers were placed on lower extremity joints for analysing . Qualisys Track Manager (2.12) program was used and the Q angles of both leg were calculated. Hamstring/quadiceps muscle strength were measured at angular velocity of $60^\circ/\text{s}$ and $180^\circ/\text{s}$ on Biodex System-3. SPSS 21.0 program was analyzed Q angles and measured muscle strength relations and differences between girls and boys using Pearson Correlation and Mann Whitney U tests.

Results: Q-angles of the boy and girl swimmers were $5,36 \pm 5,88^\circ$ and $13,18 \pm 7,19^\circ$ for right knee; $6,51 \pm 4,13^\circ$ and $15,64 \pm 5,36^\circ$ for left knee, respectively. There were significant differences between boys and girls' peak torque and peak torque/body weight of muscle strength and the Q angle ($p < 0.05$); only the Q angle values of the girls and the hamstring/quadiceps peak torque/body weight values at the angular velocity of $60^\circ/\text{sec}$ were found to be related ($p < 0.05$).

Conclusion: The Q angles of the swimmers were at normal values and it is suggested that the differences of the leg strength are eliminated.

SB877

Çim Hokeyinde Flick Ve Drag Flick Şutlarında Alt Ekstremitte Açıları İle Hamstring/Quadriceps Kas Kuvvetlerinin İlişkisi

²Bergün Meriç Bingül, ³Çiğdem Bulgan, ¹Canan Gülbin Eskiyecek, ³Turgay Turan, ²Menşüre Aydın

¹Mardin Artuklu Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Mardin

²Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

³Haliç Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, İstanbul

Email : bergunmeric@gmail.com, cigdembulgan@gmail.com, cgulbineskiyecek@gmail.com , tturan60@hotmail.com, mensureaydin@yahoo.com

Giriş: Çim hokeyinde bir hücum tekniği olan drag flick ve flick vuruşları en çok skor üreten teknikler olarak bilinir. Drag flick topu havaya kaldırılarak yapılan güçlü bir itme atışıdır. Bu şut, stick ve top ve ayak koordinasyonu ile birlikte mükemmel zamanlama gerektirir. Flick vuruşu ise çeşitli hızlarda, çeşitli yüksekliklerde topu yerden yükselten bir itme vuruşudur. Her iki teknikte de, bacaklar yoluyla vücudun ağırlığı taşınarak daha çok güç ve momentum yaratılmak istenir bu nedenle alt ekstremitelerin kuvveti oldukça daha başarılı şutlar için önem kazanmaktadır. Bu nedenle bu çalışmanın amacı, bu vuruş teknikleri esnasında alt ekstremitte açıları ve kuvvetleri arasındaki ilişkinin belirlenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya, 11 erkek (yaş 19.36±1.74yıl, boy 175.07±5.76cm, kütle 70.34±8.09kg) gönüllü olarak katılmıştır. Hokeycilere flick ve drag flick vuruşları yaptırılmış ve görüntüleri 120Hz hızında, 7 adet (Oqus 7+) kamerayla kaydedilmiştir. Analizler için alt ekstremitte eklem noktalarına reflektif markerlar yerleştirilmiş ve alan wand kalibrasyonla tanımlanmıştır. Alt ekstremitte açıları Qualisys Track Manager (2.12) programıyla hesaplanmıştır. Ayrıca, hamstring/quadriceps kas kuvvetleri, Biodex System-3 izokinetik dinamometrede 60°/sn ve 300°/sn'lik açısal hızlarda ölçülmüştür. Parametreler arasındaki ilişkiler, SPSS 21.0 programında Pearson Korelasyon analiziyle hesaplanmıştır.

Bulgular: Drag flick vuruşunda sağ kalça açısı ile 300°/sn açısal hızdaki sağ diz hamstring kas kuvveti peak tork/vücut ağırlığı (r=0.620) arasında pozitif; drag flick ve flick vuruşlarında gövde açısı ile 300°/sn açısal hızdaki sağ diz quadriceps kas kuvveti peak tork/vücut ağırlığı (r=-0.680; -0.669) arasında negatif ilişki bulunmuştur. Ayrıca, drag flick ve flick vuruşlarındaki sol ayak adım mesafeleri ile 300°/sn açısal hızdaki sol diz hamstring kas kuvveti peak tork ve peak tork/vücut ağırlığı (r=0.658; 0.774) arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Sonuç: Alt ekstremitte kuvvet devamlılığın artırılması, dayanma adım mesafesinin de artmasını sağlayarak daha fazla sürüklenme momentini oluşturmaktadır.

Relationships Between Lower Extremity Angles And Hamstring/Quadriceps Muscle Strength in Field Hockey Drag Flick And Flick Shooting

Introduction: Drag flick and flick shoots, an attack technique on field hockey that produce the most scores. Drag flick is a powerful push shot made by lifting the ball into the air. This shot requires perfect timing with stick, ball and foot coordination. Flick is a push shot that raises the ball at various speeds. In both techniques, it is desirable to create more strength and momentum by carrying the weight of the body through the legs, so that the strength of the lower extremities is important for the more successful shots. So, the aim of this study was to determine the relationship between lower extremity angles and muscle strength during both shooting techniques.

Method: 11 men (age 19.36±1.74 years, height 175.07±5.76cm, mass 70.34±8.09kg) participated to the study. Hockey players were applied flick and drag flick shoots and performances were recorded with 7 cameras (Oqus 7+) at 120Hz. Reflective markers were placed on lower extremity joints and the area was defined by wand calibration.

The lower extremity angles were calculated using Qualisys Track Manager. Also, hamstring/quadriceps muscle strength were measured at an angular velocity of 60°/s and 300°/s by using Biodex System- 3. Relationships between parameters were calculated by Pearson Correlation analysis in SPSS 21.0 program.

Findings: Positive correlation between right knee hamstring muscle strength at 300°/sec peak torque/body weight ($r=0.620$) and right hip angle in drag flick; negative correlation between body angle in both shoots and right knee quadriceps muscle strength peak torque/body weight ($r=-0.680$; -0.669) at angular velocity of 300°/s were found. Also, positive correlation was in both shoots between left foot step distances and peak torque and peak torque/body weight ($r=0.658$; 0.774) in left knee hamstring muscle strength at 300°/sec.

Conclusion: Increasing the strength continuity in the lower limb provides more drag momentum by increasing the step distance.

SPOR ve SAĞLIK **SPORT and HEALTH**

Fiziksel Aktivite ve Fiziksel Uygunluk / Physical Activity and Physical Fitness

SB57

Lazer ve 470 Kategorisinde Yarışan Türk Elit Yelkenciler Olimpiyatlar İçin Hazır Mı?

¹Furkan Özdemir, ²Özge Çınar-Medeni, ¹Nihan Özünlü-Pekyavaş, ³Ayşe Uzun, ⁴Ceren Suveren, ⁴Fatmanur Er,
⁴Fatma F. Çolakoglu, ³Gül Baltacı

¹Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara

²Çankırı Karatekin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, Çankırı

³Özel Güven Hastanesi, Ankara

⁴Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : furkan.ozdemir.ank@gmail.com

Giriş ve Amaç: Kas kuvveti, denge yeteneği, aerobik ve anaerobik kapasite yelkenciler için önemli parametrelerdir. Amacımız 470 ve lazer kategorisinde yarışan ve olimpiyat takımı için seçilen elit Türk yelkencilerde aerobik ve anaerobik kapasiteyi, diz kaslarının kuvvetini, el kavrama kuvvetini ve dengeyi araştırmak ve lazer ile 470 kategorilerinde yarışan yelkenciler arasında fiziksel uygunluğun farkını değerlendirmektir.

Yöntem: Lazer kategorisinde yarışan 9, 470 kategorisinde yarışan 10 yelkenci değerlendirildi. Aerobik kapasite için treadmill ile VO2max testi, anaerobik kapasite ve güç için bisiklet ergometresi ile Wingate testi, 60°/s ile 120°/s açısal hızda izokinetik kas kuvveti değerlendirmesi (değerlendirilen parametreler fleksör pik tork, ekstansör pik tork ve hamstring/quadiceps (H/Q) kuvvet oranıdır), izometrik el kavrama kuvveti değerlendirmesi ve star excursion denge testi uygulandı.

Bulgular: Lazer ve 470 kategorisinde yarışan yelkenciler benzer fiziksel uygunluk değerleri gösterdi ve yarışma kategorileri arasında fiziksel uygunluk parametrelerinden hiçbirinde anlamlı fark gözlenmedi ($p>0,05$). Yelkencilerin çoğunda H/Q kuvvet oranı normal değerlerden daha düşük bulundu.

Sonuç ve Kaynaklar: Bu çalışma 470 ve lazer kategorisinde yarışan yelkencilerin fiziksel gereksinimlerinin benzer olduğunu ancak her iki grubun da düşük H/Q kuvvet oranı nedeniyle diz yaralanmaları için risk altında olduğunu gösterdi. Yelkenci popülasyonunda H/Q kuvvet oranı düşük olduğundan yelkencilerle çalışan antrenörler ve fizyoterapistler H/Q oranını da göz önünde bulundurmalıdır. Bu çalışmanın sonuçları birkaç fiziksel uygunluk testinin sonuçlarını birlikte ve detaylı olarak verdiği için gelecek çalışmalar için bir temel oluşturabilir.

Are Turkish Elite Sailors Competing in Laser And 470 Classes Ready For The Olympics?

Background: Aerobic and anaerobic capacity, muscle strength and balance skills are important parameters in sailors. We aimed to investigate the aerobic and anaerobic capacity, knee muscle strength, hand grip strength and balance of elite Turkish sailors competing in 470 and Laser classes selected for the Olympic team and to establish the differences in physical fitness status between sailors competing in 470 and Laser classes.

Methods: Nine Laser and 10 470 sailors were evaluated. A treadmill VO2max test for aerobic capacity, a Wingate cycle ergometer test for anaerobic power and capacity, an isokinetic knee muscle strength assessment at 60°/s and 120°/s angular velocities (output data were flexor peak torque, extensor peak torque and H/Q strength ratio), an isometric hand grip strength assessment and a star excursion balance test (SEBT) were performed.

Results: Laser and 470 sailors showed similar physical fitness values and no difference was found between sailing classes ($p>0.05$) for all test results. Most of the sailors' H/Q strength ratios were lower than normal values.

Conclusions: This study shows that the physical requirements of Laser and 470 sailors are similar; however, they are both at risk of knee injury because of low H/Q strength ratios. Athletic trainers and physiotherapists working with sailors should also consider the H/Q strength ratio because low values of H/Q strength ratio are seen in this population. The results of this study may constitute a basis for further studies because we have reported the results of several physical fitness tests together and in a detailed manner.

Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi

²Gıyasettin Demirhan, ⁴Emre Bilgin, ¹Emine Büşra Yılmaz

¹Pamukkale Üniversitesi Denizli

²Hacettepe Üniversitesi Ankara

Email : demirhang@gmail.com , bilginemre2005@gmail.com, eminebusray@gmail.com

Sağlıklı yaşamın gereklilikleri her geçen gün daha fazla miktarda araştırmanın konusunda yer almakta hatta medyada da vurgulanmaktadır. İnsan yaşamında önemli dönüm noktalarından biri olan üniversite çağı sağlıklı yaşam pratiklerinin kazanılabileceği önemli bir dönemdir. Üniversite öğrencilerinin günlük fiziksel aktivite durumlarının ve farklılıklarının belirlenmesi toplum sağlığı araştırmalarına katkı getirebilir. Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerinin öğrencilerin öğrenim gördükleri fakülterlere göre farklılık gösterip göstermediğini incelemektir. Araştırmanın evrenini Hacettepe Üniversitesi Beytepe yerleşkesi yurtlarında kalan öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini altı farklı fakültede (Spor Bilimleri 100, Mühendislik 90, Eğitim Bilimleri 90, Hukuk 64, Edebiyat 69, İktisadi İdari Bilimler 56) öğrenim gören 289 kadın, 180 erkek toplam 469 öğrenci (ort.yaş=20.39±1.89) oluşturmaktadır. Bu çalışmada Karaca tarafından 2000 yılında geliştirilen Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi (FADA) kullanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre öğrencilerin cinsiyetlerine göre haftalık toplam MET (Spor, Okul, Ev, Ulaşım) harcamalarında (Erkeklerde Ort.hft.MET=165.34±66.44, kadınlarda Ort.hft.MET=164.62±82.89) anlamlı bir fark yoktur (t=-0.048, p=0.962). Öğrencilerin eğitim aldıkları fakülterlere göre haftalık toplam MET harcamaları arasında ise anlamlı farklılıklar vardır (F=9.769, p=0.000). Sonuç olarak, Hacettepe Üniversitesi Beytepe Yerleşkesindeki fakültelerde eğitim alan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri karşılaştırıldığında en aktif öğrencilerin Spor Bilimleri Fakültesinde (Ort.hft.MET =165.05±73.06) en inaktif öğrencilerin ise Eğitim Fakültesinde (Ort.hft.MET =111.47±49.09) eğitim alan öğrenciler olduğu söylenebilir. Spor Bilimleri Fakültesi dışında öğrenim gören öğrencilerin de fiziksel aktivite düzeylerini artırmak için üniversitelerin çeşitli projeler üretmesi önerilebilir.

Study Of University Students Physical Activity Levels According To Different Variables

The necessities of healthy life are getting more and more involved in researching every day and even in the media It is highlighted. University students' daily physical activity situations and differences may contribute to community health surveys. The purpose of this study was to investigate the physical activity levels of students differ according to the faculties where students learn. The universe of the research is composed of the students staying at the Hacettepe University Beytepe campus. Research (Sports Sciences 100, Engineering 90, Education Sciences 90, Law 64, Literature 69, Economics Administration56 who are studying in Hacettepe University 289 women, 180 males and 469 students (mean age = 20.39 ± 1.89)). In this study Physical Activity Evaluation Questionnaire (FADA) developed by Karaca in 2000 was used. According to the results of the analysis, according to the sex of the students, weekly total MET (Sports, School, Home, Transportation) expenditures (T = -0.048, p = 0.962). There was no statistically significant difference between the two groups (t = -0.048, p = 0.962) in males (weekly MET = 165.34 ± 66.44 and weekly MET = 164.62 ± 82.89 in females). There are significant differences between total weekly total MET expenditures according to the faculties where students are educated (F = 9.769, p = 0.000). As a result, the physical activity levels of the students in the faculties of Hacettepe University Beytepe Campus the most active students in the Faculty of Sports Sciences (weekly MET = 165.05 ± 73.06) were the most inactive students the Faculty of Education (weekly MET = 111.47 ± 49.09). Outside the School of Sport Sciences it is suggested that the universities produce various projects in order to increase the physical activity levels of the students.

Puberte Dönemindeki Kız Judo Sporcularının Somatotip Yapılarının İncelenmesi

¹Vedat Ayan, ¹Fatih Gür, ¹Fatih Bektaş, ¹Burak Kural, ¹Selami Yüksek

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Trabzon

Email : vayan61@gmail.com, fatih-gur@hotmail.com, fatihbektas61@gmail.com, burakkurall@gmail.com, selami.yuksekk@ktu.edu.tr

Bu araştırma, puberte dönemindeki kız judo sporcularının somatotip yapılarındaki değişimi incelemek amacı ile yapıldı.

Araştırma Trabzon ilinde farklı kulüplerde lisanslı Judo sporcusu olan 16 kız sporcu ile 2014-2017 yılları arasında gerçekleştirildi. Çalışmada tek gruplu ön-test, son-test desenli deneysel araştırma modeli kullanıldı. Sporcuların somatotip yapılarını belirlemek için Heath-Carter metodundan yararlanıldı. Araştırma kapsamında kız judo sporcularının somatotip yapılarındaki değişimi incelemek amacıyla, puberte dönemi başlangıcında ve 3 yıl sonra iki kez antropometrik ölçüm gerçekleştirildi. İkinci ölçümlere çeşitli nedenlerle (sakatlık, başka bransa geçiş, okul yaşamı) judoyu bırakan 9 sporcunun haricindeki 7 kişi katıldı. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde aritmetik ortalama, standart sapma, Wilcoxon İşaretli Sıralar testi kullanıldı. Bütün istatistiksel yöntemler için yanılma düzeyi (α) 0,05 olarak kabul edildi.

Araştırma grubu ile gerçekleştirilen ön testler sonucunda sporcuların yaş ortalamaları; 12,42 yıl, boy uzunluğu; $145\pm 6,32$ cm, vücut ağırlığı; $39\pm 9,1$ kg, beden kitle indeksi; $18,3\pm 2,8$ kg/m² olarak belirlendi. Araştırma grubunun son test değerleri sonucunda ise sporcuların yaş ortalamaları; 15,42 yıl, boy uzunluğu; $163\pm 2,56$ cm, vücut ağırlığı; $56\pm 6,8$ kg, beden kitle indeksi; $21,1\pm 2,3$ kg/m² olarak belirlendi. Sporcuların somatotip yapı ortalama değerleri (ön test; endomorfi $2,8\pm 0,8$ mezomorfi $4,8\pm 0,8$ ektomorfi $2,8\pm 1,5$ ve son test; endomorfi $3,7\pm 1,2$ mezomorfi $4,1\pm 1,2$ ektomorfi $2,7\pm 0,9$) karşılaştırıldığında endomorfi ve mezomorfi yapı açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark elde edildi ($p<0,05$). Ektomorfi yapı açısından ise iki grup arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmedi ($p>0,05$).

Sonuç olarak, kız sporcularının puberte dönemi başlangıcında sahip oldukları dengeli mezomorf yapıdan, puberte dönemi sonunda endomorfik mezomorf bir yapıya geçiş yaptıkları görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Antropometri, Judo, Somatotip

The Assessment Of Somatotypes Of Female Judo Athletes During Puberty

This study was conducted to determine the changes in the somatotypes of the female Judo athletes' during puberty.

The study was conducted between the years 2014 and 2017 with the 16 female participants -licensed athletes- from different Judo clubs in Trabzon, Turkey. In the study, a single-group pre-test, post-test experimental research design was used. The Heath-Carter method was used to determine the somatotypes of the athletes. Within the scope of the study, the anthropometric measurements were made at the beginning of the puberty and after a 3-year period in order to assess the changes in the somatotypes of female judo athletes. Seven athletes out of 16 participated in the second measurements, the rest of the athletes (9 athletes) gave up judo for various reasons and did not participate. Arithmetic mean, standard deviation, Wilcoxon signed rank test were used for the evaluation of the data obtained.

As a result of the pre-tests conducted with the athletes in the study group, the average age was 12.42 years, height was 145 ± 6.32 cm, body weight was 39 ± 9.1 kg, and body mass index was found to be 18.3 ± 2.8 kg/m². And, in the post-test results of the athletes in the study group, the average age was 15.42 years, height was 163 ± 2.56 cm, body weight was 56 ± 6.8 kg, and body mass index was 21.1 ± 2.3 kg/m². When the average somatotype values of the athletes were compared (pre-test, endomorphy 2.8 ± 0.8 , mesomorphy 4.8 ± 0.8 , ectomorphy 2.8 ± 1.5 and post-test endomorphy 3.7 ± 1.2 , mesomorphy 4.1 ± 1.2 ectomorphy 2.7 ± 0.9), a statistically significant difference was found in terms of endomorphic and mesomorphic structure ($p < 0.05$).

As a result, it was seen that the female athletes made a transition from the balance mesomorph structure they had had at the beginning of the puberty to an endomorphic mesomorphic structure at the end of it.

Keywords: Anthropometry, Judo, Somatotype.

El Ve Ayakta Görsel Ve İşitsel Reaksiyon Zamanlarını Ölçmeye Yönelik Bir Yazılım Geliştirilmesi

¹Öztürk Ağırbaş, ²Eser Ağgön, ³Recep Öz, ⁴Melih Çilingir

¹Bayburt Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

²Erzincan Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

³Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi

⁴Aksaray Üniversitesi

Email : ozturkagirbas@bayburt.edu.tr, eseraggon@gmail.com, roz@erzincan.edu.tr, akdamer@hotmail.com

El Ve Ayakta Görsel Ve İşitsel Reaksiyon Zamanlarını Ölçmeye Yönelik Bir Yazılım Geliştirilmesi Özet

Giriş: Reaksiyon zamanını spor performansını belirlemede önemli bir gösterge olarak kullanılmaktadır.

Amaç: Bu çalışmanın amacı, özellikle egzersiz fizyolojisi alanında yaygın olarak kullanılan hem el hem de ayak reaksiyon sürelerini görüntülü, sesli ve karışık uyaranlara göre belirlemeye yönelik pratik, ekonomik ve kolayca ulaşılabilecek bir ölçüm yazılım sistemi geliştirmek ve bu yazılımın geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını yapmaktır.

Yöntem: Geliştirilen sistemde reaksiyon için gerekli uyarılar arası süreler değişken olmakla birlikte elde edilen tüm kayıtlar bir veri tabanında tutulmaktadır. Sistem bir bilgisayara yüklenen yazılım ile el ve ayaklar için özel hazırlanacak butonlardan oluşmaktadır. Butonlar hassas ölçüm için uygun biçimde tasarlanmıştır. Programın yazılımı Visual Basic programında yazılmıştır.

Result: Programda her denek için ayrı kayıt oluşturulurken reaksiyon zamanları haricinde farklı özellikleri de veri tabanına kayıt edilebilmektedir. Program ölçümleri rapor halinde kullanıcıya sunulabilmektedir

Anahtar Kelimeler: Reaksiyon Zamanı, El Reaksiyon Zamanı, Ayak Reaksiyon Zamanı, Görsel Reaksiyon Zamanı, İşitsel Reaksiyon Zamanı

The Development A Software To Measure Of Audial And Visual Reaction Time in Hand And Foot

Abstract The Development A Software To Measure Of Audial And Visual Reaction Time In Hand And Foot

Introducton:The determining the reaction time is a widely used as an indicator in sports performance

Aim: The purpose of this study is to develop a reaction times device that a practical, economical and easily accessible measurement software system to determine both hand and foot reaction times, which are commonly used in the field of exercise physiology, according to visual, auditory and mixed stimuli. After this is to run the validity and reliability.

Methods:In the developed system to be obtained are kept in a database which are all necessary the intervals between stimuli for the reaction variable and all records. The system consists of software loaded on a computer and buttons specially prepared for hands and

feet. The buttons are designed for precise measurement. The software of the program is written with Visual Basic program. RESULT: The program can be recorded different features separately for each subject in the database except the reaction times. Also the system metrics can be presented as a report to the user.

Keywords: Reaction Time, Hand Reaction Time, Foot Reaction Time, Visual Reaction Time, Audial Reaction Time

Amerikalı ve Türk Çocukların Fiziksel Aktivite ve Beslenme Davranışlarının Kültürler Arası Analizi

¹Meral Küçük Yetgin, ²Meral Küçük Yetgin, ³Shahla Ray, ⁴Elizabeth Anne Mooradian, ³Nayoung Kim, ⁵Fatma Çelik Kayapınar, ⁴Georgia C. Frey

¹Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Spor Sağlık Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

²Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Spor Sağlık Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

³Indiana University School Of Public Health Department Of Applied Health Science, Bloomington, IN, USA

⁴Indiana University School Of Public Health Department Of Kinesiology, Bloomington, IN, USA

⁵Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Burdur, Türkiye

Email : meral.kucukyetgin@marmara.edu.tr, meral.kucukyetgin@marmara.edu.tr, sharay@indiana.edu, emooradi@indiana.edu, kimnayo@indiana.edu, fkayapinar@mehmetakif.edu.tr, gfrey@indiana.edu

Giriş ve Amaç: Sağlıksız beslenme alışkanlığı ve inaktif yaşam, obezite ile ilişkili bir risk faktörüdür. Sosyal ve kültürel farklılıklar enerji alımı ve harcanmasını etkilemektedir. Bu çalışmanın amacı, Amerikalı ve Türk ilkokul çocuklarında fiziksel aktivite ve beslenme davranışlarını karşılaştırmaktır.

Yöntem: Araştırmaya, 3. ve 4. Sınıf öğrencisi (9-10 yaş) 220 Amerikalı ve Türk çocuk katılmıştır. Araştırmada "Student Health Assessment Questionnaire (SHAQ)" isimli İngilizce orijinal anket ve uyarlama çalışması yapılmış olan Türkçe versiyonu kullanılmıştır. Anketin güvenirlik katsayısı Türkçe ankette Alpha .691, İngilizce ankette ise Alpha .770 olarak hesaplanmıştır. İstatistiksel analizlerde nicel verilerin normal dağılıma uygunlukları Shapiro-Wilk testi ve grafiksel incelemeler ile sınanmıştır. Normal dağılım gösteren nicel değişkenlerin iki grup arası karşılaştırmalarında Independent samples t test, nitel verilerin karşılaştırılmasında ise Pearson ki-kare test ve Fisher's exact test kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Amerikalı çocuklar daha fazla kırmızı et, atıştırmalık, peynir, süt, şekerleme tüketirken ($p < 0.00$), Türk çocuklar daha fazla krem çikolata, yoğurt, meyve suyu, su tüketmektedir ($p < 0.005$). Amerikalı çocuklarda yüksek tempolu fiziksel aktiviteye katılma ve spor takımlarında yer alma oranı yüksek iken ($p < 0.005$), Türk çocukların haftalık beden eğitimi dersine katılma sayıları ($p < 0.005$) daha fazla bulunmuştur. Amerikalı çocuklar, zaman ve arkadaş eksikliğinin (%48.2;%41.8), ailelerinin kötü beslenmesinin (%27.3), Türk çocuklar güvenli oyun alanları ve spor tesisi eksikliği (%55.5;%41.8) ve sağlıklı yiyeceklerin az (%45.5) ve pahalı (%37.3) olmasının aktivite ve beslenmelerini kötü etkilediğini belirtmişlerdir. Her iki ülke çocukları da sağlıklı yiyeceklerin tadını beğenmemektedir (ABD;%52.7, Türk;%49.1).

Sonuç: Amerikalı çocukların et, yağ ve şeker tüketimi miktarı ve fiziksel aktiviteye katılım oranı Türk çocuklarından daha fazladır. Amerikalı çocuklarda zaman yetersizliği ve arkadaş eksikliği, Türk çocuklarında ise güvenli oyun alanı ve spor tesisi yetersizliği fiziksel aktiviteye katılımı etkilemektedir. Her iki ülkede de çocuklar sağlıklı yiyecekleri lezzetsiz bulurken, Amerikalı çocuklar sağlıksız beslenmelerinde ailelerinin etkisine, Türk çocukları ise sağlıklı ve ucuz yiyeceklerle ulaşamadıklarına dikkat çekmektedirler.

Anahtar kelimeler: Çocuk, okul, fiziksel aktivite, beslenme, sağlık.

Cross-Cultural Analysis Of Physical Activity And Nutritional Habits Of Children From The US And Turkey

Introduction and Purpose: Unhealthy nutritional habits and physical inactivity are among the health risks related to obesity. Energy consumption and expenditure are affected by social and cultural factors. The purpose of this study was to compare Turkish and American elementary school children in terms of physical activity and nutritional habits.

Method: Participants were 220 children of 3rd and 4th grade from the USA and Turkey. Data was collected using Student Health Assessment Questionnaire (SHAQ). The questionnaire was originally created in English (Alpha .770) and its Turkish validity and reliability was later established (Alpha .691). After conducting the Shapiro-Wilk to test the normality, independent samples t-test was used to analyze the data. Qualitative data were analyzed by Pearson chi-square test and Fisher's exact test.

Results: American children consumed more red meat, snacks, cheese, milk, and candy ($p < 0.005$), while they ate more cream chocolate, yogurt, juice, and water ($p < 0.005$). Americans participated in vigorous physical activity and played in sports teams ($p < 0.005$). Weekly physical education lessons that Turks attended were more than Americans did ($p < 0.005$). Americans remarked that insufficient time (48.2%), lack of friends (41.8%), and unhealthy nutritional habits in their families were the reasons of physical inactivity and unhealthy nutritional habits (27.3%). Turks stated unsafe playgrounds (55.5%), lack of sports facilities (41.8%), and insufficient (45.5%) and expensive healthy food (37.3%) as reasons. Both Americans (52.7%) and Turks (49.1%) did not like the taste of healthy food.

Conclusion: Meat, fat, and sugar consumption and physical activity rates were higher among American children. Insufficient time and lack of friends had effects on physical activity participation of American children. Unsafe playgrounds and lack of sports facilities affected physical activity participation according to Turkish children. Children from both countries found healthy food untasteful. American children linked unhealthy nutritional habits to their families, while Turkish children indicated that they could not find healthy and inexpensive food.

Keywords: Children, School, Physical Activity, Nutrition, Health

Üniversite Personelinin Fiziksel Aktivite Düzeyi İle Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Hüseyin Ünlü, ¹Emrullah Ünal, ²Rahşan Kolutek

¹Aksaray Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Aksaray

²Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Nevşehir

Email : unlu68@gmail.com, unal_emre_41@windowslive.com, rahsan.kolutek@nevsehir.edu.tr

Giriş Fiziksel aktivite insan yaşamının tüm dönemlerinde psikolojik ve fiziksel sağlığı etkilemektedir (1). Teknolojinin sürekli ve hızlı bir şekilde gelişmesi beraberinde hareketsiz bir yaşamı da getirmektedir. 1970'lerde bilgisayar oyunlarının gelişmesiyle çocuk, genç ve yetişkinler için rekreasyon aktivitelerinde yeni çağa girilmiştir (2). Hareketsiz yaşam biçimi alışkanlıkları bireylerin ve toplumların sağlık durumlarını ve yaşam kalitelerini de olumsuz yönde etkilemektedir. Yaşam kalitesinin artmasında özellikle bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarının önemli olduğu düşünülmektedir. Bunun için öncelikli olarak fiziksel aktiviteye katılım ve yaşam kalitesini ortaya koyacak çalışmalara ihtiyaç bulunmaktadır. Buradan hareketle bu çalışmada fiziksel aktivite düzeyi ve yaşam kalitesi arasındaki ilişki incelenmiştir.

Yöntem Genel tarama modelinde gerçekleştirilen araştırmanın araştırma grubu Aksaray üniversitesinde görev yapan toplam 160 (118 erkek, 42 kadın) akademik ve idari personelden oluşmuştur. Araştırmada fiziksel aktivite düzeyinin belirlenmesi amacıyla kişisel bilgi formu ile birlikte Uluslararası Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi (IPAQ) kısa formu (Craig ve diğerleri 2002) ve Koçyiğit ve ark. (1999) tarafından geçerlik ve güvenilirliği yapılan "Yaşam Kalitesi SF-36 Kısa Form" kullanılmıştır. BULGULAR Araştırmada Aksaray Üniversitesi akademik ve idari personelinin 49 (% 30.6)'unun düşük, 88 (% 55)'inin orta düzeyde ve 23 (% 14.4)'ünün yüksek düzeyde fiziksel aktiviteye sahip olduğu görülmüştür. Araştırma grubunun fiziksel aktivite düzeyi ve yaşam kalitesi arasında fiziksel fonksiyon, genel sağlık, yaşamsallık ve mental sağlık boyutlarında pozitif yönlü anlamlı ilişkiye rastlanırken diğer boyutlarda anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir.

Sonuç Araştırmada genel olarak araştırma grubunun orta düzeyde fiziksel aktiviteye sahip oldukları görülmüştür. Ayrıca araştırmada fiziksel aktivite düzeyi ile fiziksel fonksiyon, genel sağlık, yaşamsallık ve mental sağlık arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Araştırmada fiziksel aktivite düzeyi arttıkça fiziksel fonksiyon, genel sağlık, yaşamsallık ve mental sağlığında olumlu yönde arttığı tespit edilmiştir. 1-R. Arabacı & C. Çankaya / Eğitim Fakültesi Dergisi (1), 2007, 1-15 2-R. Arabacı & C. Çankaya / Eğitim Fakültesi Dergisi (1), 2007,

Physical Activity Level And Quality Of Life Of University Staff An Examination Of The Relationship Between

Login Physical activity affects psychological and physical health in all periods of human life (1). The continuous and rapid development of technology brings with it a still life. With the development of computer games in the 1970s, a new era has been introduced in recreational activities for children, young adults and adults (2). Still life style habits also affect the health status and quality of life of individuals and societies in the negative. Participation of individuals in physical activity is considered to be important in increasing the quality of life. For this, there is a need for participation in physical activity and efforts to demonstrate quality of life. Here, the relationship between physical activity level and quality of life is examined in this study.

Method A total of 160 (118 male, 42 female) academic and administrative staff working at the Aksaray University formed the research group of the research conducted in the general screening model. In order to determine the level of physical activity in the study, the International Physical Activity Assessment Questionnaire (IPAQ) short form (Craig et al. 2002) and Koçyiğit et al. (1999) used the "Quality of Life SF-36 Short Form" which was validated and reliable.

Results It was found that 49 (30.6%) of the academic and administrative staff of Aksaray University had low level of physical activity, 88 (55%) had moderate level and 23 (14.4%) had high level of physical activity. While there was a significant positive correlation between physical activity level and quality of life of the study group in physical function, general health, vitality and mental health dimensions, no significant relationship was found in other dimensions.

Result In general, the study group has moderate physical activity in the study. In addition, it was found that there was a significant relationship between physical activity level and physical function, general health, vitality and mental health.

Analytical Study Of The Nutritional And Health Behavior Of Football Players

¹Mohamed Bougherbi, ¹Ahmed Mourad Hadj, ¹Redouane Berdjem

¹Algeria

Email : mohamed.bougherbi@yahoo.fr

Abstract: Search is a field study survey aimed to Determine the level of healthy eating behavior among the studied sample, And identification as well as the psychological state of the players when choosing food, Social situation of players, The study also aims to identify the players aware of the importance of food behavior, Important in the prevention of injuries.

The study included 96 players representing four (04) football clubs out of (264) player Which represents one of the ten (11) Football Club The middle class wilaya Médéa, A total society for the study. We have concluded the following:

- Social factors surrounding the player is confined to the educational level and geographic location or the environment, Beliefs, as well as food, travel and mobility of the environment to another environment violate them in many health habits and food traditions, These various points as possible to contribute to the development of health and nutritional behavior among players.
- Player's character and mental state have a close relationship with food and health behavior has followed.
- The economic situation for the player directly affect the food and health behavior.

Keywords: Nutrition ,Behavior, Health , Football Players

Spor Fizyoloji **Sport Physiology**

Effect Of Two Months Aerobic Training On Antioxidant Enzyme Gene Expression, Oxidative Stress, Plasmatic Adiponectin And Blood Pressure in Middle-Aged Men

¹Behrouz Baghaiee, ²Mohammad Hossein Sadeghi Zali, ³Mohammad Sadaghian, ⁴Khadije Ebrahimi, ⁵Sima Ahmadkhani

¹Department Of Physical Education And Sports Science, Jolfa Branch, Islamic Azad University, Jolfa, Iran

²Department Of Microbiology, Faculty Of Veterinary Medicine, Urmia Branch, Islamic Azad University, Urmia, Iran

³Department Of Pathobiology, Faculty Of Veterinary Medicine, Shabestar Branch, Islamic Azad University, Shabestar, Iran

⁴Department Of Physical Education And Sports Science, Marand Branch, Islamic Azad University, Marand, Iran

⁵Faculty Of Health Science, Marmara University, Istanbul, Turkey

Email : behrouz_phsport@yahoo.com

Introduction and aim: Midlife, if accompanied by low mobility, leads to various diseases that including cardiovascular diseases. A change in some biochemical markers as a result of middle-age, including antioxidant enzymes, oxidative stress, and adiponectin are important in creating or increasing the risk of cardiovascular disease. So, the aim of this study was to investigate the effect of two months of aerobic training on gene expression of superoxide dismutase-1 (SOD-1), oxidative stress and plasmatic adiponectin and blood pressure in middle-aged men.

Methods: In this study, 30 middle-aged men in age range of 40-50 years old were selected among volunteers and randomly divided into experimental (n=15) and control (n=15) groups. At baseline, systolic and diastolic blood pressure was measured and venous blood samples were taken to measure plasmatic Malondialdehyde and adiponectin, as well as the expression of the superoxide dismutase gene expression (in white blood cells). The training group participated in two-month aerobic training sessions, including three sessions per week and 40 minutes per session. At the end of the second month (48 hours after the last training session) systolic and diastolic blood pressure was measured and venous blood samples were taken from both groups to measure the variables of the research. Independent and dependent t test was used for statistical analysis.

Result: The findings showed that two months of aerobic training significantly increased the expression of SOD1 (P=0.001), increased plasmatic adiponectin (P= 0.015), and decreased MDA (P= 0.011). Systolic (P=0.02) and diastolic blood pressure (P=0.015) also decreased significantly.

Conclusion: It seems that aerobic exercise in middle aged individuals can lead to the improvement of antioxidant enzymes and adiponectin levels. Increasing these markers is associated with lowering oxidative stress and improving blood pressure.

Keywords: SOD-1, exercise training, Adiponectin, Oxidative stress

SB163

Orta Yaş Kadınlarda Aerobik Egzersizlerin Vücut Kompozisyonu Bileşenleri ve Antropometrik Ölçümlere Etkilerinin Değerlendirilmesi

¹Defne Öcal Kaplan

¹Kastamonu Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kastamonu

Amaç: Gerçekleştirilen çalışma ile orta yaş grubundaki kadınlarda aerobik egzersizlerin vücut kompozisyonu ve antropometrik çevre ölçümleri üzerindeki etkilerinin kontrol grubuyla karşılaştırılarak değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışmaya 15 kişilik egzersiz grubu ile 14 kişilik kontrol grubunu oluşturan sağlıklı sedanter kadın gönüllü olarak katılmışlardır. Deneklerin vücut kompozisyonu bileşenleri Tanita TBF 300 Vücut Analizi ölçüm cihazı; kol, omuz, göğüs, bel, uyluk ve kalça çevresi ölçümleri, antropometrik ölçüm standartlarına uygun olarak şerit metre ile ölçülmüştür. Araştırma grubuna 16 hafta boyunca, haftada 4 gün, 1,5 saat süreyle %70 yoğunluklu aerobik egzersizler yaptırılmıştır. İstatistiki çözümlerde SPSS 22.0 programı ile $p < 0.05$ anlamlılık seviyesinde Mann-Whitney U Testi ve Wilcoxon Eşlenik Çift İşaretli Sıralar Testi kullanılmıştır. BULGULAR: Veriler egzersiz grubunda, vücut ağırlığı, vücut kitle indeksi (VKİ), Yağ kitlesi, yağ %'si, kol, omuz, göğüs, bel, bacak, kalça çevresi ve bel/kalça oranı ölçümlerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılığın olduğunu kontrol grubunda ise yağ, yağ %'si, bel, uyluk çevresi ve bel-kalça oranlarında pozitif yönlü anlamlı bir farklılığın olduğunu, diğer değişkenler açısından anlamlı bir farklılığın olmadığını göstermiştir.

Sonuç: İlerleyen yaş ve sedanter yaşamın getirdiği vücut yağ oranındaki artışın sebep olduğu birçok sosyal ve fiziksel sağlık sorunun tıbbi müdahale gerektirmeden egzersizle tedavi edilerek, maddi ve manevi anlamda kolaylık sağlayacağı düşünülmektedir.

Kaynakça: *Amano M, Kanda T, Ue H, Moritani T. Exercise training and autonomic nervous system activity in obese individuals. Med Sci Sports Exerc. 2001 Aug;33(8):1287-91

*Atapattu PM. Obesity at Menopause: An Expanding Problem. J Pat Care 2015, 1(1):2-7

*Després JP, Pouliot MC, Moorjani S, Nadeau A, Tremblay A, Lupien PJ, Thériault G, Bouchard C. Loss of abdominal fat and metabolic response to exercise training in obese women. Am J Physiol. 1991 Aug;261(2 Pt 1):E159-67.

*Fleck SJ, Mattie C, Martensen Lii HC. Effect of resistance and aerobic training on regional body composition in previously recreationally trained middle-aged women. Appl Physiol Nutr Metab. 2006 Jun;31(3):261-70.

Evaluating the Effects of Aerobic Exercises to Body Composition Components and Anthropometric Measurements on Middle Age Women

Purpose: With the study, it's aimed to evaluate the effects of aerobic exercises on middle age women on body composition components and anthropometric circumference measurements comparing with control group.

Method: Exercise group of 15 people and 14 healthy voluntary sedanter as a control group were joined to the study. The body composition components of experimental subjects were measured with Tanita TBF 300 Body Analysis measuring instrument; arms, shoulders, chest, waist, hip circumference and thigh measurements in accordance with anthropometric measurements standards were measured with tape measure. Research group exercised 70% density of aerobic exercises for 16 weeks, 4 days a week, 1,5 hours a day. Statistical solutions were gathered by SPSS 22.0 software with $p < 0.05$ significance level with Mann-Whitney U test and Wilcoxon Signed Ranks Conjugate Double Test. RESULTS: The data obtained shows that in the exercise group, there is a significant difference on body weight, body mass index (BMI), fat mass, fat percentage, circumference of arms, shoulders, chest, waist, thigh, hip and waist/hip ratio before and after the exercises; but, while there is a significant positive way difference on fat, fat percentage, waist, thigh and waist hip ratio of the control group, it showed no significant differences in terms of other variables.

Discussion: Potentially fatal health problems that caused by increase in body fat with the advancing age and sedentary lifestyle can be prevented, resulting in many social and physical health problems can be cured by exercise without requiring medical intervention, exercises can support in material and spiritual sense.

SB220

İzokinetik Diz Değerlendirme Protokollerinin Oluşmasında 60°\Saniye Ve 180°\Saniye Açısal Hızlara Özel Gerekli Tekrar Sayısının Belirlenmesi: Pilot Çalışma

¹Özge Çoban, ¹Necmiye Ün Yıldırım, ¹Bihter Akınoğlu, ²Tuğba Kocahan

¹Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi

²Gençlik Ve Sport Bakanlığı Sağlık İşleri Daire Başkanlığı

Email : ozgecoban61@hotmail.com, necmiyeu@yahoo.com, rgkardelen@yahoo.com, kocahantu@gmail.com

Giriş ve Amaç: Kas gücünün sistematik değerlendirilmesi sporcunun performansını optimize edecek eğitim ve antrenman sürecinin planlanmasında ve yaralanmaların önlenmesinde oldukça önemli bir role sahiptir. İzokinetik dinametreler yüksek verimde objektif ölçüm ve kuvvetlendirme imkanı tanıdıkları için sportif alanda sıklıkla tercih edilmektedir. Literatürde farklı açısal hızlarda farklı tekrar sayılarıyla farklı protokollerde yürütülen pek çok sayıda çalışma bulunmaktadır(1-2). Ancak en çok değerlendirilen diz eklemi kas kuvveti için belirlenen optimal tekrar sayısı mevcut değildir. Bu çalışma ile amacımız sporcuların kaçınıcı tekrarda pik tork değerine ulaştığını belirleyerek diz değerlendirme protokülünün oluşmasını sağlamaktır.

Yöntem: Çalışmamıza 50 sporcu (voleybol, judo, atletizm, grekoromen güreş, jimnastik) dahil edildi. İzokinetik kas kuvveti 60°/sn hızda 10 tekrar ve 180°/sn açısal hızda 30 tekrar olarak İSOMED 2000 cihazı ile değerlendirildi. Bulgular: 60°/sn hızda diz fleksiyon kas kuvveti için gerekli tekrar sayısının, dominant tarafta 3 (2-5), non-dominant tarafta 3 (2-5), diz ekstansiyonu için dominant tarafta 2,5 (1-4), non-dominant tarafta 2,5 (1-6) tekrar olduğu belirlendi. 180 °/sn hızda diz fleksiyonu için gerekli tekrar sayısının dominant tarafta 3,5 (3-6), non-dominant tarafta 3,5 (2-6) diz ekstansiyonu için dominant tarafta 3 (2-5), non- dominant tarafta 3,5 (3-5) tekrar olduğu belirlendi.

Sonuç ve Referanslar: Çalışmamız sonucunda elde ettiğimiz bulgular ile ileride yapılacak olan çalışmaların az tekrar sayısı ile planlanıp maksimum tepe kuvvetine ulaşmadan yanlış bir ölçüm gerçekleştirmesinin ya da çok fazla tekrar sayısı ile daha yorucu ve uzun değerlendirmelerin yapılmasının önüne geçilecektir. 1. Roos, E., C. Ekda, and H. Roos, Isokinetic knee extensor strength and functional performance in healthy female soccer players. Scandinavian journal of medicine & science in sports, 1998. 8(5): p. 257-264. 2. Kurdak, S.S., et al., Analysis of isokinetic knee extension/flexion in male elite adolescent wrestlers. Journal of Sports Science and Medicine, 2005. 4: p. 489-498.

Determination Of Number Of Repetition Specific To 60 °\ Seconds And 180 °\ Sec Angular Velocities In The Formation Of Isokinetic Knee Assessment Protocols: Pilot Study

Introduction and Objective: The systematic evaluation of the muscle strength plays an important role in the planning of the training process, which will optimize the performance of the athlete, and prevent injuries. Because isokinetic dynamometers provide high efficiency objective measurement and opportunity of strengthening, is often preferred in sports. In literature, there are many studies conducted at different angular velocities in different protocols with different number of repetition(1-2). However, the optimal number of repetitions is not available for the knee strength which is the most commonly evaluated. Our aim with this study is to establish knee evaluation protocol by determining which repetition the athletes reached the peak torque.

Method: 50 athletes (volleyball, judo, athletics, wrestling, gymnastics) were included. Isokinetic muscle strength was assessed with ISOMED 2000 device with 10 repetitions at 60°/sec, 30 repetitions at 180°/sec. Findings: The number of repetitions required for knee flexion muscle strength at 60°/sec was 3(2-5) on dominant side, 3(2-5) on non-dominant side; for knee extension, it was 2.5 (1-4) on dominant side, 2.5(1-6) on the non-dominant side.

At 180°/sec, the number of repetitions required for knee flexion was 3.5(3-6) on the dominant side, 3(2-5) on the non-dominant side; for knee extension it was 3.5(2-6) on the dominant side, 3,5(3-5) on the non-dominant side. Conclusions and

References: The findings obtained with this study will prevent future studies from being performed incorrectly without reaching the peak force due to have been planned with a low number of repetitions and being involved more exhaustive, longer evaluations with too many repetitions. 1. Roos, EC. Ekdah, and H.Roos, Isokinetic knee extensor strength and functional performance in healthy female soccer players. Scandinavian journal of medicine science in sports,1998. 8(5):p. 257-264. 2. Kurdak, SS., et al.,Analysis of isokinetic knee extension/flexion in male elite adolescent wrestlers. Journal of Sports Science and Medicine,2005.4:p.489-498.

SB302

Postüral Değişimin Dinlenik Metabolik Hız Üzerine Etkisi

¹Gökhan Denizli, ¹Süleyman Ulupınar, ²Nihat Şükrü Özgören, ¹Mustafa Can Eser, ³Funda Büşra Dumankaya, ¹Ayşe Kin İşler, ¹Tahir Hazır

¹Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü, Spor Ve Antrenörlük Anabilim Dalı

²Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü, Spor Biyomekaniği Ve Motor Kontrol Anabilim Dalı

³Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon, Egzersizde Beslenme Ve Metabolizma Anabilim Dalı

Email : g_denizli@hotmail.com, slymnulpnr@gmail.com, nihat@hacettepe.edu.tr, mustafa_eser_23@hotmail.com, fundadumankaya@gmail.com, aysekin@gmail.com, thazir@hacettepe.edu.tr

Giriş ve Amaç: Dinlenik metabolik hızın(DMH) ölçümünde yatar pozisyon klasik yöntem olmakla beraber, postüral değişimin DMH üzerine etkisi açık değildir. Bu çalışmanın amacı postüral değişimin DMH üzerine etkisini incelemektir.

Yöntem: 23 sedanter erkek (Yaş (yıl) = 26.7 ± 5.8 , Boy (cm) = 177.4 ± 6.8 , Vücut ağırlığı (kg) = 77.2 ± 10.9) deneğin bir gecelik açlık sonrasında rastgele sırada yatar pozisyonda, oturur pozisyonda ve ayakta 10 dk süre ile DMH'ı ölçülmüştür. DMH'ı belirlemek için bir otomatik gaz analiz sistemiyle oksijen tüketimi (VO₂), karbondioksit üretimi (VCO₂), dakika ventilasyonu (VE) ve kalp atım hızı (KAH) ölçülmüştür. DMH son 5 dk'da ölçülen ortalama VO₂ ve VCO₂'den Weir'in (1949) formülünden kcal.dk-1, karbonhidrat (CHO) ve serbest yağ asidi (SYA) kullanım hızı ise Frayn'ın (1983) formülünden gr.dk-1 olarak hesaplanmıştır. Postüral değişimin ölçülen değişkenler üzerindeki etkisi için Tekrarlı Ölçümlerde Tek Yönlü Varyans Analizi ve Bonferroni Post hoc test, dinlenik VO₂'nin 1 MET değerinden farkı için Tek Örneklem t Testi kullanılmıştır.

Bulgular: Yatar ve oturur pozisyonda ölçülen DMH benzer, her ikisi ayakta ölçülenden anlamlı derecede düşüktür ($p<0.01$). Üç pozisyonda ölçülen hem VE ve hem de KAH anlamlı derecede birbirinden farklıdır ($p<0.01$). En düşük VE ve KAH yatar pozisyonda, en yüksek ise ayakta ölçülmüştür. Yatar ve oturur pozisyonda ölçülen VO₂ (ml.kg-1.dk-1) değeri 1 MET (3.5 ml.kg-1.dk-1) değerinden anlamlı derecede düşük ($p<0.01$), ayakta ölçülen VO₂ ile benzer ($p>0.05$) bulunmuştur. Oturur pozisyonda ve ayakta elde edilen CHO kullanım hızı benzer ($p>0.05$), yatar pozisyonda ise oturur pozisyondan anlamlı derecede yüksektir ($p<0.01$). Buna karşılık SYA kullanım hızı üç pozisyonda da anlamlı derecede birbirinden farklıdır ($p<0.01$). En düşük SYA kullanım hızı yatar pozisyonda, en yüksek ise ayakta ölçülmüştür.

Sonuç: Bu çalışmanın bulguları postüral değişimin DMH'ı ve kardiyopulmoner sistemin aktivitesini önemli ölçüde değiştirdiğini, yakıt kullanımının postüre bağlı olarak (yatar pozisyondan ayağa doğru) CHO'dan SYA'ne doğru kaydığını göstermiştir.

Effect Of Postural Changes On Resting Metabolic Rate

Introduction and aim: While supine position is the classical method to measure resting metabolic rate (RMR), the effects of postural changes on RMR is not clear. Aim of this study was to examine the effect of postural changes on RMR.

Methods: RMR was measured in 23 sedentary male subjects (age: 26.7 ± 5.8 year) after an overnight fast for 10 minutes in random order in supine, sitting and standing positions. An automated gas analysis system was used to measure oxygen consumption (VO₂), carbon dioxide production (VCO₂), minute ventilation (VE) and heart rate (HR) to determine RMR. RMR was calculated with Weir's formula, whereas rate of carbohydrate (CHO) and free fatty acid (FFA) utilization was calculated with Frayn's formula. One way ANOVA with Bonferroni Post Hoc test was used to calculate the effect of postural changes on variables and One Sample t Test was used to identify the difference between resting VO₂ and 1 MET value.

Results: RMR values measured in supine and sitting positions were similar, both of which were significantly lower than those measured in standing position($p<0.01$). Both VE and HR values measured in all three positions were different ($p<0.01$). VO₂ values measured in supine and sitting positions were significantly lower than 1 MET (3.5 ml.kg⁻¹.min⁻¹) value($p<0.01$), while VO₂ values measured in standing position were similar with 1 MET value($p>0.05$). Rate of CHO utilization was similar in sitting and standing positions, whereas in supine position this rate was significantly higher than sitting position($p<0.01$). Conversely, rate of FFA utilization was significantly different in all three positions($p<0.01$). The lowest rate of FFA utilization was measured in supine position, while the highest was measured in standing position.

Conclusion: Findings of this study indicated that postural change significantly affected RMR and activity of the cardio-pulmonary system. In addition substrate utilization has shifted from CHO to FFA in accordance with postural changes.

SB316

Sıçan Medial Gastrocnemius Kasında İmmobilizasyon ve Tüm Vücut Titreşiminin Miyozin Ağır Zinciri İzofomlarına Etkisi

¹Mustafa Özdemir, ¹Senay Akın, ²Gürhan Dönmez, ¹Haydar Demirel

¹Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

²Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Spor Hekimliği Anabilim Dalı, Ankara

Email : mustafa.ozdemir@hacettepe.edu.tr, senaya@hacettepe.edu.tr, gurhan@hacettepe.edu.tr, haydard@hacettepe.edu.tr

Giriş ve Amaç: İskelet kası plastik bir özellikte olup, kas aktivasyonunun azalması yavaş tip MHC izofomlarından hızlı tip MHC izofomlarına doğru bir dönüşümle sonuçlanırken, kassal aktivasyonun artması hızlıdan yavaşa doğru bir dönüşüme yol açar. Tüm vücut titreşiminin (TVT), nöromusküler adaptasyonlar yolu ile kas kuvveti ve aktivasyonunda artışa yol açtığı bilinmekle birlikte iskelet kas lif tipi üzerine etkisi konusunda bilgi yoktur. Bu çalışma, alçı yolu ile oluşturulan immobilizasyonun ve takip eden toparlanma döneminde yapılan TVT uygulamasının iskelet kası MHC izofomlarına etkisini değerlendirmeyi amaçlamıştır.

Yöntem: Çalışmada 30 adet 4-6 aylık Wistar Albino dişi sıçan kontrol (K), immobilizasyon (İ), immobilizasyon+ remobilizasyon (İR), immobilizasyon+titreşim (İT) ve titreşim (T) olmak üzere rastgele beş farklı gruba (her grup için n=6) ayrılmıştır. Kontrol grubuna hiçbir uygulama yapılmazken T grubuna 1 hafta TVT; İ grubuna iki hafta immobilizasyon; İR grubuna iki haftalık immobilizasyonu takiben bir haftalık toparlanma; İT grubuna ise iki haftalık immobilizasyon sonrası bir hafta TVT uygulanmıştır. İmmobilizasyon gruplarındaki sıçanların bacakları iki hafta süresince kalçadan itibaren bilateral alçıya alınmıştır. Titreşim grubundaki sıçanlara 45 Hz, 3mm genlik, 20dk/gün TVT uygulanmıştır. MG kasında, MHC izofomları %8 SDS-PAGE ile ayrıştırılmıştır. Gruplar arası MHC izofomlarının dağılımları arasında fark olup olmadığı MANOVA ile test edilmiştir.

Sonuç: İki haftalık immobilizasyon veya tek başına bir haftalık TVT uygulaması sıçan MG kası MHC fenotipinde bir değişime yol açmazken İT grubunda K ve İ gruplarına göre MHCIIax izofomlarında artma ($p<0,05$), MHCIIb izofomunda ise azalma bulunmuştur ($p<0,05$). Ayrıca İR grubunda İ grubuna göre MHCIIb izofomunda azalma saptanmıştır ($p<0,05$). Bu sonuçlar iki haftalık immobilizasyonu takip eden dönemde remobilizasyon yerine TVT uygulamasının, MHC fenotipinde hızlıdan yavaşa doğru bir dönüşüme yol açacak kassal aktivasyon oluşturduğunu göstermektedir. Kaynaklar: 1)Kelleher, A. ve diğ. AmJPhysiol Endocrinol Metab, 304: E229-36. 2)Demirel, H. ve diğ. JApplPhysiol (1985), 86: 1002-8.

Effects of Whole Body Vibration and Immobilization on Myosin Heavy Chain Isoforms of Rat Medial Gastrocnemius Muscle

Introduction and Aim: Skeletal muscle is a plastic tissue and while inactivation results in changing myosin heavy chain (MHC) isoform phenotype from slow to fast, increased activation causes fast to slow shift. Whole body vibration (WBV) is known to increase muscle strength by inducing neuro-muscular adaptation, it is not known whether WBV results in any changes in muscle fiber phenotype. This study aims to investigate the effects of WBV application on MHC phenotype following muscle immobilization.

Methods: 30 Wistar rats assigned to one of the following groups (n=6 per group). Control, immobilization (I), immobilization + remobilization (İR), immobilization + WBV (IV), WBV (V). Immobilization was done by two weeks of bilateral leg casting. V groups underwent one week of 45 Hz, 3mm Amp, 20min/day WBV. Animals in group IR underwent one week of remobilization following immobilization and animals in group IV underwent one week of WBV treatment; followed by two weeks of immobilization. At the end of the experimental procedure medial gastrocnemius muscles were collected. After isolation of myofibrillar protein, MHC isoforms were separated by using 8% SDS-PAGE. Differences among groups were tested by using MANOVA.

Results: While two weeks of immobilization or one week of WBV alone did not cause any changes in MHC isoforms, WBV following immobilization (IV) significantly increased the levels of MHCIIax ($p<0.05$) and decreased the level of MHCIIb compare to both C and I groups. In addition, MHCIIb levels were lower in IR group compare to group I ($p<0.05$). These results have shown that WBV following two weeks of immobilization period increases muscle activation that would sufficient to cause fast to slow MHC shift.

References: 1) Kelleher, A. ve diğ. AmJPhysiol Endocrinol Metab, 304: E229-36. 2) Demirel, H. ve diğ. JApplPhysiol (1985), 86: 1002-8.

SB328

Tüm Vücut Titreşimi İmmobilizasyon ile Azalan AMPK aktivasyonunu Arttırır

¹Şenay Akın, ²Gürhan Dönmez, ¹Mustafa Özdemir, ¹Haydar Demirel

¹Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

²Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Spor Hekimliği Anabilim Dalı

Email : senaya@hacettepe.edu.tr, gurhan@hacettepe.edu.tr, mustafa.ozdemir@hacettepe.edu.tr, haydard@hacettepe.edu.tr

Giriş ve Amaç: AMP ile aktive olan protein kinaz (AMPK); mitokondri biyogenezi, glukoz transportu ve serbest yağ asidi oksidasyonunu uyaran bir moleküldür. İnaktivitenin AMPK fosforilasyonunu azaltarak birçok metabolik hastalığa zemin hazırladığı, egzersizin ise insülin direncini azaltmak gibi olumlu etkilerini AMPK aktivasyonu yoluyla gerçekleştirdiği düşünülmektedir. Günümüzde tüm vücut titreşimi (TVT) sağlığın korunması ve geliştirilmesi amacıyla yaygın olarak kullanılmakta olup, kemik mineral yoğunluğu ve kas kuvvetinde artışa yol açmaktadır. Özellikle uzun süreli yatak istirahatleri veya spor yaralanmaları gibi zorunlu inaktivite sonrası kas dokusunun toparlanması ve hareketsizliğin neden olduğu metabolik sorunlarının iyileştirilmesinde TVT uygulamasının alternatif bir yöntem olabileceğinden yola çıkan bu çalışma, immobilizasyon sonrasında TVT uygulamasının kas hücresi enerji dengesinde anahtar rol oynayan AMPK üzerine etkisini belirlemeyi amaçlamıştır. Yöntem: Çalışmada 30 adet sıçan Kontrol (K), immobilizasyon (İ), immobilizasyon + remobilizasyon (İR), immobilizasyon + titreşim (İT), titreşim (T) olmak üzere rastgele beş farklı gruba (n=6/grup) ayrılmıştır. Kontrol grubuna hiçbir uygulama yapılmazken T grubuna 1 hafta TVT; İ grubuna iki hafta immobilizasyon; İR grubuna iki haftalık immobilizasyonu takiben bir haftalık remobilizasyon; İT grubuna ise iki haftalık immobilizasyon sonrası bir hafta TVT uygulanmıştır. İmmobilizasyon gruplarındaki sıçanların bacakları iki hafta süresince kalçadan itibaren bilateral alçıya alınmıştır. Titreşim grubundaki sıçanlara 45 Hz, 3mm genlik, 20dk/gün TVT uygulanmıştır. Deney sonunda soleus kasları izole edilerek AMPK gen ekspresyonu real time PCR, fosforile ve total AMPK protein düzeyleri ise Western Blot yöntemleri ile belirlenmiştir. Sonuç: Gruplar arasında mRNA verileri açısından bir fark bulunmazken; fosforle AMPK, İ grubunda azalmış (p<0,05), İT grubunda ise artmıştır (p<0,001). Bu çalışma ile ilk kez, immobilizasyonda görülen azalmış AMPK aktivasyonunun remobilizasyon döneminde uygulanan TVT ile arttığının ortaya konmuş olması, TVT'nin metabolik fonksiyon bozukluklarının önlenmesinde önemli bir rol oynayabileceğini düşündürmektedir.

Kaynaklar: Oneill,H.M. AMPK and Exercise: Glucose Uptake and Insulin Sensitivity Diabetes Metab J. 2013 Feb; 37(1): 1–21.

Whole Body Vibration Restores Immobilization-induced AMPK Activation

Introduction and Aim: AMP activated kinase (AMPK) is involved in mitochondrial biogenesis, glucose transport and stimulates free fatty acid oxidation. Physical inactivity has been shown to increase incidence of metabolic diseases by decreasing the phosphorylation of AMPK. On the other hand, activation of AMPK via exercise training results in reduction of insulin resistance. Currently, whole body vibration (WBV) is widely used to improve health and has been proven to be effective to increase bone mineral density and muscle strength. Inactivity is inevitable especially during long-term bed rest or following sports injuries and WBV may be an alternative strategy to improve muscle fitness and metabolic conditions. Therefore, this study aimed to elucidate the effects of WBV on AMPK which plays important role for cellular energy balance.

Methods: 30 Wistar rats assigned to one of the following groups (n=6 per group). Control, immobilization (I), immobilization+remobilization (İR), immobilization+WBV (IV), WBV (V). Immobilization was done by two weeks of bilateral leg casting. V groups underwent one week of 45 Hz, 3mm Amp, 20min/day WBV. Animals in group IR underwent one week of remobilization following immobilization and animals in group IV underwent one week of WBV treatment; followed by two weeks of immobilization.

At the end of the experimental procedure soleus muscle isolated and mRNA, AMPK and p-AMPK levels were measured by using RTPCR and western blotting.

Results: There were not any differences in mRNA levels among groups. On the other hand, p-AMPK levels significantly decreased in group I($p<0.05$) and increased in group IV($p<0.001$). With these findings we have shown first time in the literature that immobilization-induced decreases in AMPK activation could be restored by WBV application during remobilization period. Therefore, WBV may play a role to prevent impairment of metabolic functions.

References: Oneill, H.M. AMPK and Exercise: Glucose Uptake and Insulin Sensitivity Diabetes Metab J. 2013, 37(1):1–21.

SB339

Kuvvet Antrenmanlarında Farklı Kasılma Tiplerine Bağlı Gelişen Kas Hasarı Ve Yorgunluğunun Bazı Biyokimyasal Parametrelerle Belirlenmesi

¹Veysel Böge, ¹Süleyman Patlar

¹Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

Email : veyselboge@selcuk.edu.tr, spatlar@selcuk.edu.tr

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı sedanter bireylerde yapılan kuvvet antrenmanlarında farklı kasılma tiplerinin kas hasarı ve kas yorgunluğu üzerine etkilerinin incelenmesidir.

Yöntem: Bu amaçla çalışmaya 30 sağlıklı erkek sedanter birey katılmıştır. Deneklerin yaş ortalamaları $23,52 \pm 1,23$ yıl, boy ortalamaları $180,13 \pm 7,68$ cm, vücut ağırlığı ortalamaları ise $84,43 \pm 9,18$ kg olarak belirlenmiştir. Araştırmada uygulanan farklı kasılma türlerindeki kuvvet antrenmanları 8 hafta süresince hafta da 3 kez uygulanmıştır. Çalışma öncesinde tüm deneklerin maksimal kuvvet ölçümleri yapılarak antrenman yükleri belirlenmiştir. Çalışmaya katılan 30 denek, İzometrik (n=10), konsantrik (n=10) ve eksantrik (n=10) kasılma grubu olmak üzere 3 gruba ayrılmıştır. İzometrik kasılma grubu her hareketi 30 saniye süresince ve 3 set olarak uygulamıştır. Konsantrik ve eksantrik kasılma grubu ise her hareketi 10 tekrar ve 3 set olarak 30 saniye süresince yapmıştır.

Bulgular: Testlerin sonucunda sekiz haftalık kuvvet antrenmanlarının tüm gruplarda kas yorgunluğuna sebep olmadığı ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık oluşturmadığı gözlemlenmiştir ($P>0,05$). Sekiz hafta süreyle izometrik ve konsantrik kasılmalarla yapılan kuvvet antrenmanları serum LDH, CRP, Myb, IL-6 düzeylerini önemli şekilde artırırken, konsantrik kuvvet antrenmanları serum AST düzeyini önemli ölçüde düşürmüştür. Eksantrik kasılmalarla yapılan kuvvet antrenmanları ise serum LDH, CRP, AST, Myb, IL-6 düzeylerini önemli biçimde artırırken, serum Tnf- α düzeylerini önemli ölçüde düşürmüştür. Sekiz haftalık çalışma periyodu sonunda eksantrik kasılmalarla yapılan kuvvet antrenmanları izometrik ve konsantrik kasılmalarla yapılan kuvvet antrenmanlarına göre serum CK, CRP, AST, IL-6 ve Myb düzeylerini önemli şekilde artırırken, diğer parametrelerde aynı önemli etkiyi göstermemiştir.

Sonuç ve Kaynaklar: Sonuç olarak eksantrik kuvvet antrenmanlarının, izometrik ve konsantrik kuvvet antrenmanlarına göre daha fazla kas hasarına yol açtığı söylenebilir.

Determination Of Developing Muscle Fatigue And Muscle Damage With Some Biochemical Parameter Which Depend On Different Contraction Types in Strength Training

Introduction and Purpose: The purpose of this study was to determine effects of muscle fatigue and muscle damage which depend on different contraction types in resistance training on sedentary.

Method: 30 healthy sedentary attended to this study for this aim. Age average of the healthy sedentary was determined as $23,52 \pm 1,23$ years old, height average was determined as $180,13 \pm 7,68$ cm, weight average was determined as $84,43 \pm 9,18$ kg. All tests in different contraction types which carried out strength training were applied 3 times in 8 week periods. Training load was determined calculating of maximal strength of all participant. 30 participant which attended to study divided into 3 groups as isometric (n=10), concentric (n=10) and eccentric (n=10). Isometric contraction groups applied each workout as 3 series during 30 seconds.

Concentric contraction groups and eccentric contraction groups applied each workout as 10 repeat, 3 series during 30 seconds.

Findings: At the end of tests, strength training which applied during 8 weeks in all groups didn't cause any muscle fatigue and this situation hasn't been statistical significant differences ($p>0,05$). While strength training which carried out isometric contraction and concentric contraction during eight weeks was importantly increased to serum LDH, CRP, Myb, IL-6, it was importantly decreased to serum Tnf- α levels. While strength training which carried out eccentrics contraction was importantly increased to serum LDH, CRP, Myb, IL-6, AST, it was importantly decreased to serum Tnf- α levels. On the other hand, while strength training which carried out eccentrics contraction during eight weeks was importantly increased than isometrics contraction and concentric contraction to serum LDH, CRP, Myb, IL-6, AST levels, it wasn't seem same important effect on other parameters.

Conclusion and Sources: As a result, strength training which carried out eccentric contraction was caused more muscle damage than isometric contraction groups and concentric contraction groups.

SB406

Uzun Süreli Sualtı Ragbi Antrenmanlarının Kan Nitrik Oksit Düzeyleri Üzerine Etkisi Ve Endotelyal Nitrik Oksit Sentaz İntron 4a/b Polimorfizminin Rolü

¹Faruk Turgay, ¹Oya Yiğittürk, ²Servet Kızıldağ

¹Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Sağlık Bilimleri, İzmir

²Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu, İzmir

Email : fturgay@yahoo.com, oyayigitturk@hotmail.com, servet.kizildag@deu.edu.tr

Giriş ve amaç: Nitrik oksit (NO), vazodilatör ve endoteli koruyucu özellikleri nedeniyle koroner kalp hastalığı (KKH) risk faktörüdür. Hipoksik bir egzersizin NO üzerindeki etkisi ve endotelyal NO sentaz (eNOS) intron 4a/b polimorfizminin rolü belirsizdir. Bu çalışmanın amacı; uzun süreli sualtı ragbi (USAR) antrenmanlarının kan NO düzeyleri üzerine etkisi ve eNOS intron 4a/b polimorfizminin rolünü araştırmaktır.

Metod: 42 antrene erkek sporcu (yaş, 21,7±4,2 yıl) ve 43 sedanter (yaş 23,9±3,2 yıl)'in tokluk serum örneklerinden; NO düzeyi, tiyobarbitürik asit ile reaksiyona giren maddeler (TBARS) düzeyleri, tuzla uyarılmış paraoksonaz 1 (TSPON1) aktivitesi, lipid ve lipoprotein düzeyleri, hemogram ve genomik DNA örneklerinden eNOS intron 4a/b polimorfizmi belirlendi.

Bulgular: Polimorfizm düşünülmendiğinde; sporcu grubunun serum TBARS düzeyleri kontrol grubunkinden anlamlı olarak daha büyüktü ($p=0.013$). Sporcu ve kontrol grupları arasında NO düzeyleri için anlamlı bir fark bulunmadı. Ayrıca 3 genotip grup (eNOS; ab, aT ve bb) arasında da NO konsantrasyonu açısından anlamlı bir farklılık saptanmadı ve belirtilen polimorfizmin de herhangi bir rolü gözlenmedi. Kontrol grubunda: polimorfizm gözönüne alındığında; a taşıyıcı (aT, aT=aa+ab) grubunun TSPON1 (%25) ve trigliserid (TG) (%28) değerleri homozigot bb grubunkinden daha büyüktü ($p>0,05$); NO ile hemoglobin ($r=-0.422$, $p=0.005$), ortalama eritrosit hacmi ($r=-0.357$, $r=0.019$) ve hematokrit ($r=-0.363$, $p=0.017$) arasında anlamlı ilişkiler bulundu.

Sonuçlar: Uzun süreli sualtı ragbi antrenmanlarının kan NO düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmadı. Bazal kan TSPON1 ve TG düzeyleri gibi KKH risk faktörleri açısından genotip grupları arasındaki farklılıkların ve NO ve hematolojik parametreler arasındaki korelasyonların yalnızca kontrol genotip gruplarında bulunmuş olması gen-çevre (belirtilen hipoksik antrenmanın) etkileşiminin bir sonucu olabilir.

The Effects Of Long-Time Underwater Rugby Trainings On Blood Nitric Oxide Levels And The Role Of Endothelial Nitric Oxide Synthase Intron 4a/B Polymorphism

Introduction and Aim: Nitric oxide (NO) is a risk factor for coronary heart disease (CHD), which has vasodilator and endothelial protective properties. With the possible effects of hypoxic exercises on NO level, the role of endothelial nitric oxide (NO) synthase (eNOS) intron 4a/b polymorphism is unknown. The aim of this study was to determine the effects of long-time underwater rugby training (LUWRT) on blood NO level and the role of eNOS intron 4a/b polymorphism.

Methods: 42 well trained male athletes (age, 21,7±4,2 years) with 43 controls (age, 23,9±3,2 years) participated in this study. The post prandial blood samples were used to determine NO level, thiobarbituric acid reactive substances (TBARS) level, salt - stimulated PON1 (TSPON1) activity, lipid and lipoprotein levels, hemogram and eNOS intron 4a/b polymorphism (from genomic DNA samples).

Results: When polymorphisms are not taken into consideration; TBARS values of the athletes were higher than the controls ($p=0.013$). There were no significant differences between the groups for NO including the genotype groups; (eNOS; ab, ac and bb) and there was no the role of the NO polymorphism on the results.

In the genotype control groups; considering the polymorphism, the TSPON1 (%25) and the triglyceride (TG) values of the a carrier group (aC, aC=aa+ab) were higher than the (bb) group; it was found the relationships between NO with the mean erythrocyte volume ($r=-0.357$, $r=0.019$) and hematocrit ($r=-0.363$, $p=0.017$).

Conclusions: LUWRT has no significant effects on the blood NO levels. The presence of the differences in CHD risk factors as basal TG and TSPON1 levels and the other specified correlations only in the genotype control groups may be a consequence of the gene- environment (the hypoxic training) interaction

SB432

Uzun Süreli Sualtı Ragbi Antrenmanlarının Serum Paraoksonaz 1 Enzimi Üzerine Etkisi Ve Paraoksonaz 1 Q192R Ve Paraoksonaz 1 L55M Polimorfizminin Rolü

¹Oya Yiğittürk, ²Faruk Turgay, ¹Hasanagha Mayilov

¹Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Sağlık Bilimleri Anabilim Dalı, İzmir

²Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Sağlık Bilimleri Anabilim Dalı, İzmir

Email : oyayigitturk@hotmail.com, fturgay@yahoo.com, hmayilov@yahoo.com

Giriş ve Amaç: Koroner kalp hastalığı (KKH) dünyada ve ülkemizde ölüm nedenlerinin başında gelmektedir. KKH risk faktörü olarak kabul edilen ve yüksek dansiteli lipoprotein (HDL)'nin yapısında yer alan Paraoksonaz 1 (PON1) enzimi antiaterosklerotik ve antioksidan özelliklere sahiptir. Hipoksik sualtı ragbi antrenmanlarının PON1 aktivitesi üzerine etkisi henüz bilinmemektedir. Bu çalışmada uzun süreli sualtı ragbi (USAR) antrenmanlarının kan PON1 enzimi üzerine etkileri ve bu etkilerde PON1-Q192R ve PON1-L55M polimorfizminin rolü araştırıldı.

Yöntem: 42 antrene erkek sporcu (yaş, 21,7±4,2 yıl) ve 43 kontrol(yaş, 23,9±3,2 yıl)'den oluşan katılımcıların tokluk kanlarından; PON1 enzim protein düzeyi (enzim bağlantılı immüno sorbent assay; ELISA yöntemiyle), tiyobarbitürik asit ile reaksiyona giren maddeler (TBARS)'in düzeyleri, PON1 (PON1EA) ve arilesteraz aktiviteleri (ARESTEA), PON1-Q192R ve PON1-L55M polimorfizmleri genomik DNA örneklerinden belirlendi.

Bulgular: Polimorfizmler düşünülmediğinde; sporcuların TBARS değeri kontrolünkinden anlamlı olarak daha büyüktü (p=0,013). Sporcularda: PON1-Q192R'nin QQ grubunun PON1EA'sı kontrolünkilerden daha büyüktü (p=0,005) ve ilgili polimorfizmle ilişkiliydi; PON1-Q192R'de R taşıyıcısının (RT, RT=RR+QR) (p=0,005) ve PON1-L55M'de LL grubunun ARESTEA (p=0,002) değeri kontrolünkilerden anlamlı olarak daha küçüktü ve ilgili polimorfizmlerle ilişkiliydi. Kontrol grubunda: PON1-L55M'de LL genotip grubunun ARESTEA değeri M taşıyıcı (MT, MT=MM+LM) grubununkinden anlamlı olarak daha büyüktü (p=0,033).

Sonuçlar: USAR antrenmanları; a) oksidatif stres yaratabilir, b) PON1-Q192Rpolimorfizm ile ilişkili bir PON1EA artışına ve ARESTEA'da bir düşmeye neden olabilir. c) Bazal kan ARESTEA'daki farklılıkta PON1-L55M polimorfizmin rolü olabilir.

The Effects Of Long-Time Underwater Rugby Trainings On Serum Paraoxonase 1 Enzyme And The Role Of Paraoxonase 1 Q192R And Paraoxonase 1 L55M Polymorphisms

Introduction and aim: Coronary heart disease (CHD) is considered to be the primary reason for most of the human deaths in world wide. Paraoxonase 1 (PON1) is a known risk factor for CHD which is an associated enzyme with high density lipoprotein and it has antiatherosclerotic and antioxidant properties. The effects of hypoxic underwater rugby training (UWRT) on PON1 activities are unknown. In this study, the effects of long-time UWRT(LUWRT) on blood PON1 enzyme and the role of PON1-Q192R and PON1-L55M polymorphisms in these effects was researched.

Methods: 42 trained male athletes (age, 21,7±4,2 years) and 43 sedentaries (age, 23,9±3,2 years) participated in this study. The postprandial blood samples of the participants were used to determine the PON1 enzyme protein levels (were determined by enzyme-linked immuno sorbent assay, ELISA method), the level of the thiobarbituric acid reactive substances (TBARS), PON1 enzyme (PON1EA), salt-stimulated PON1 (TSPON1), arylesterase enzyme activities (ARESTEA) and PON1-Q192R and PON1-L55M polymorphisms (determined from genomic DNA samples).

Results: If the polymorphisms are not taken into consideration; the TBARS values of athletes were higher than the controls ($p=0,013$). As to athletes: The PON1EA of QQ group at PON1-Q192R was higher than compared with controls ($p=0,005$), and this was related to the specified polymorphisms. The ARESTEAs of R carrier (R_c , $R_c=RR+QR$) at PON1-Q192R ($p=0,005$) and LL group ($p=0,002$) at PON1-L55M were significantly lower than controls, which were related to the specified polymorphisms. As to controls: the ARESTEAs of LL group at PON1-L55M was higher than the M carrier (M_c , $M_c=MM+LM$) ($p=0,033$).

Conclusions: LUWRT a) causes significant oxidative stress, b) leads to a PON1-Q192R polymorphism-related PON1EA increase and a decrease of ARESTEAs. c) The differences in basal blood ARESTEAs may be related to the PON1-L55M polymorphism.

SB438

Uzun Süreli Sualtı Ragbi Antrenmanlarının Serum Paraoksonaz 2 Ve Paraoksonaz 3 Enzimleri Üzerine Etkisi ve Paraoksonaz PON2-A148G Ve PON2-S311C Polimorfizminin Rolü

¹Oya Yiğittürk, ²Faruk Turgay, ¹Hasanagha Mayilov, ²Görkem Aybars Balci, ³Dua Özsoylu

¹Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Sağlık Bilimleri Anabilim Dalı, İzmir

²Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Sağlık Bilimleri Anabilim Dalı, İzmir

³Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Tıbbi Biyoloji Ve Genetik Anabilim Dalı, İzmir

Email : oyayigitturk@hotmail.com, fturgay@yahoo.com, hmayilov@yahoo.com, gorkem.aybars.balci@ege.edu.tr, duaoszoylu@gmail.com

Giriş ve Amaç: Paraoksonaz 2 (PON2) ve Paraoksonaz 3 (PON3) ateroskleroza karşı koruyucu ve antioksidan özelliklere sahip enzimlerdir. Bu enzimler farklı yerleşim, aktivite ve fonksiyonlara sahiptir. Ancak literatürde insanlarda egzersizin bu enzimler üzerine etkisini ve PON2 polimorfizminin rolünü inceleyen bir çalışmaya rastlanmadı. Bu çalışmanın amacı uzun süreli sualtı ragbi (USAR) antrenmanlarının kan PON2 ve PON3 enzimleri üzerine etkileri ve bu etkilerde PON2-A148G ve PON2S-311C polimorfizminin rolünü araştırmaktır.

Yöntem: Bu çalışmaya 42 antrene erkek sporcu (yaş, 21,7±4,2 yıl) ve 43 sedanter (yaş, 23,9±3,2 yıl) katıldı. Tokluk venöz kan örneklerinden; PON2, PON3 ve okside LDL (oksLDL) enzim protein düzeyleri (enzim bağlantılı immüno sorbent assay; ELİSA yöntemiyle) ve lipid ve lipoprotein düzeyleri; PON2-A148G ve PON2-S311C polimorfizmleri ve genotipleme genomik DNA örneklerinden saptandı.

Bulgular: Polimorfizmler gözönüne alınmadığında sporcu grubunun PON3 ve oksLDL değerleri kontrol grubununkinden anlamlı olarak daha büyüktü (p=0.000). Tüm genotip gruplarda sporcuların PON3 değerleri kontrolünkilerden anlamlı olarak daha büyüktü (p=0.000). Sporcu genotip gruplarında: PON2-A148G'de G taşıyıcı (GT, GT=GG+AG) grubunun (p=0.000), PON2-S311C'de homozigot CC (p=0.039) ve S taşıyıcı (ST, ST=SC+SS) grubunun (p=0.004) oksLDL düzeyleri kontrolünkilerden anlamlı olarak daha büyüktü; PON2-A148G'de GT grubunun PON2 düzeyi kontrolünkilerden anlamlı olarak daha büyüktü (p=0.010) ve ilgili polimorfizmle ilişkiliydi. Kontrol genotip gruplarında: PON2-A148G'de homozigot AA grubunun PON2 protein (p=0.000) ve oksLDL (p=0.036) düzeyleri GT grubununkinden; PON2-S311C'de homozigot CC grubunun bazal kan yüksek dansiteli lipoprotein kolesterol (HDL-K) düzeyi (p=0.028) ST grubununkinden anlamlı olarak daha büyüktü.

Sonuçlar: a) USAR antrenmanları oksidatif stres yaratabilir ve buna ilk antioksidan yanıt PON3'deki bir artış şeklinde olabilir. b) Belirtilen antrenmanlar PON2-A148G polimorfizmi ile ilişkili bir PON2 artışına neden olabilir. c) Bazal kan PON2 ve HDL-K düzeylerindeki farklılıklarda sırasıyla PON2-A148G ve PON2-S311C polimorfizmlerinin rolü olabilir.

The Effects Of Long-Time Underwater Rugby Trainings On Serum Paraoxonase 2 And Paraoxonase 3enzyme and The Role Of Paraoxonase 2 A148G And Paraoxonase 2 S311C Polymorphisms

Introduction and Aim: Paraoxonase 2 (PON2) and paraoxonase 3 (PON3) have different locations, activities and functions, which have antiatherosclerotic and antioxidant characteristics. There was no study in humans that examined the effect of exercise on these enzymes and the role of PON2 polymorphism. The aim of this study was to determine the effects of long- time UWRT (LUWRT) on serum PON2 and PON3 enzyme protein levels and the role of PON2-A148G ve PON2S-311C polymorphisms.

Methods: 42 trained athletes (age, $21,7 \pm 4,2$ years) and 43 sedentary man (age, $23,9 \pm 3,2$ years) participated in this study. Protein levels of PON2, PON3 and oxidized LDL (oxLDL) (were determined by enzyme-linked immuno sorbent assay, ELISA method) and lipid and lipoprotein levels using postprandial blood samples; PON2-A148G ve PON2-S311C polymorphisms genotyping were determined from genomic DNA samples.

Results: When the polymorphisms were not taken into consideration; PON3 and oxLDL levels of the athletes were significantly higher than compared with the controls ($p=0.000$). PON3 levels of the athletes of all genotype groups were significantly higher than the controls ($p=0.000$). In athletic genotype groups: oxLDL levels of G carriers (Gc, $Gc=GG+AG$) at PON2-A148G ($p=0.000$), CC group ($p=0.039$) and S carriers (Sc, $Sc=SC+SS$) ($p=0.004$) at PON2-S311C were higher than their control groups; PON2 levels of G carriers at PON2-A148G were significantly higher ($p=0.010$) than controls, which was related to the specified polymorphism. In control genotype groups: at PON2-A148G, PON2 level of AA group was higher than Gc group, basal high density lipoprotein cholesterol (HDL-C) of CC group at PON2-S311C was higher than Sc group.

Conclusions: a)LUWRT might cause significant oxidative stress, and primarily antioxidant response to this may be as an increase in PON3 levels. b)This training might leads to PON2-A148G polymorphism-related increase of PON2. c)The differences in basal blood PON2 and HDL-C levels may be related to PON2-A148G ve PON2-S311C polymorphisms respectively.

SB507

Orta-Derecede Aerobik Egzersiz Çalışmasının Alzhiermer Hasta Yakınları Üzerindeki Etkileri: Randomize Kontrol Çalışması

²Tuba Uyar, ¹Akın Çelik, ³Fatih Koca

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Trabzon

²Kaçkar Devlet Hastahanesi RİZE

³Karadeniz Teknik Üniversitesi Fatih Eğitim Fakültesi Trabzon

Email : drtugbauyar@yahoo.com.tr, akincelik@ktu.edu.tr, fkoca@ktu.edu.tr

Giriş: Bu araştırma evde Alzhiermer hastasına (AD) bakım verenlerde orta derecede egzersiz programının sağlık ve psikososyal performanslarına etkisini araştırmak amacı ile yapılmıştır.

Metod: Çalışma örneklemimiz, Rize Kaçkar Devlet Hastanemizde nöroloji polikniğinden takipli olan Alzhiermer hastalarına (AD) primer bakım verenlerden randomize olarak seçilen gönüllülerden oluşturuldu. Katılımcılar 20 adet egzersiz grubu ve 20 adet kontrol alan kişiler olarak belirlendi. Egzersiz grubuna alınan hasta yakınları kardiyovasküler ve solunum hastalıkları yönünden değerlendirildi. Egzersiz programları 12 hafta süreyle, haftada üç gün, günde 35-40 dk süreyle orta dereceli aerobik kol -bacak germe ve güçlendirme egzersizleri ve 20 dk'lık yürüme egzersizi olarak uygulandı. Kontrol grubumuza haftalık olarak diyetisyen ile görüşme yapıldı. Her iki gruba çalışma öncesi ve sonrası Beck depresyon envanteri (BDI), Beck anksiyete envanteri (BAI), kilo ölçümleri yapıldı ve değerlendirilmeye alındı.

Sonuçlar : Çalışmamızda ANCOVA analizi ile katılımcılarda depresyon ve anksiyete semptomları üzerinde teröpatik etkili faktörler değerlendirilmiştir. Elde edilen veriler düzenli fiziksel aktivitenin katılımcıların katılımcıların depresyon ve anksiyete ölçeklerinde sırası ile $F(1, 38) = 5.16, p < .05$ and $F(1, 38) = 4.13, p < .05$ olarak analiz edildi ve önemli bir etken olarak değerlendirildi. Sonuç olarak Alzhiermer hastalarına bakım verenlerde düzenli egzersiz programları ile depresyon ve anksiyete ölçeklerinde gerileme yaparak bakım veren yükünün azaltılmasında anlamlı bir etkidir.

Anahtar kelimeler: Demans , Bakım Veren Yüğü, Egzersiz, Depresyon, Anksiyete

The Effects Of Moderate Level Aerobic Exercise On Caregivers Of Patients With Alzhiermer Disease: Randomized Controlled Study

Abstract The purpose of the present study was to investigate the effects of a moderate level aerobic exercise program on health and psychosocial performance of caregivers of Alzheimer's patients at home. Study population was randomly selected volunteers of primary caregivers for Alzheimer's patients who followed up at the neurology department of Rize Kaçkar State Hospital. Forty participants were divided into two groups as exercise group (n=20) and control group (n=20). Exercise group were evaluated for cardiovascular and respiratory diseases. Exercise program consisted of moderate level aerobic arm-leg stretching and strengthening exercises 35-40 minutes a day and 3 days a week during 12 weeks study period. Control group was interviewed weekly by a dietician. Beck Depression Inventory (BDI), Beck Anxiety Inventory (BAI) and body weight measurements were performed in both groups before and after exercise program. The current study conducted ANCOVA analysis to test the impact of the treatment effect on the participants' depression and anxiety symptoms. Findings indicated that there was a statistically significant effect of the physical activity on the participants' depression and anxiety scores, $F(1, 38) = 5.16, p < .05$ and $F(1, 38) = 4.13, p < .05$ respectively. The moderate level aerobic exercise is an effective method to improve psychosocial performance of caregivers of patients with Alzheimer's disease. **Keywords:** Dementia caregivers, health promotion, effects of exercise on caregiver burden, depression treatment

12 Günlük Müsabaka Döneminin Basketbolculardaki Bazı Kan Parametrelerine Etkisinin İncelenmesi

¹Yıldırım Gökhan Gencer, ¹Funda Coşkun, ¹Mücahit Sarıkaya, ²Şeyhmus Kaplan

¹Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

²Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Spor Hekimliği Anabilimdalı

Email : ygokhangencer@yyu.edu.tr, fcoskun01@gmail.com, mucahit.sarikaya@hotmail.com, seyhmuskaplan@yahoo.com.tr

Bu çalışmayla 12 günlük yoğun müsabaka döneminde 10 resmi basketbol maçı yapan basketbol oyuncularında müsabaka dönemi öncesinde alınan kan değerlerinin yoğun müsabaka dönemi sonrasında oluşabilecek değişiklikler ile karşılaştırılması amaçlanmıştır. Çalışmada sağlık sorunu bulunmayan üniversitede öğrenim gören ve düzenli antrenman yapan basketbol takımı oyuncularından kan örnekleri alınmıştır. Sporcuların yaş ortalamaları $22,80 \pm 3,20$ yıl ve boy uzunluğu ortalamaları $185,83 \pm 7,57$ cm olan gönüllü 10 basketbol oyuncusu üzerinde gerçekleştirilmiştir. Kan örnekleri yoğun müsabaka maçları öncesindeki gün ve müsabakaların bittiği günün ertesinde alınmıştır. Verilere tanımlayıcı istatistik (ortalama ve standart sapma) yapılmış, müsabaka dönemi öncesi ve sonrası değerleri karşılaştırmak için ise Wilcoxon two realed sample testi kullanılmıştır. Basketbol oyuncularında müsabaka döneminin öncesinde ve sonrasında alınan kan değerleri sonuçlarında demir, albümin, AST, ALT, LDL, HDL, MCH, MCHC değerlerinde müsabakaların öncesine göre anlamlı yükseliş göstermiş olup, demir bağlama, kreatinin, HCT ve MPV değerlerinde ise anlamlı düşüş görülmüştür ($P<0.05$). Elde edilen bulgular basketbolcuların fizyolojik özelliklerinin yaptıkları yoğun müsabakalardan etkilendiğini göstermektedir. AST, ALT'nin değerlerindeki bu yükselme karaciğer fonksiyonlarının olumsuz etkilendiğinin, kreatin değerindeki düşüş ise kas kaybının indirekt bir göstergesi olabilir. Bu sonuçlar basketbolcuların rejenerasyon için yeterli süre dinlenemediği ve yeterince beslenemediklerini düşündürmektedir. Organizasyonlar planlanırken müsabakaların birbirini takip eden günlerde yapılmasının sporcuların sağlık ve performans değerlerini olumsuz etkilediğini göstermektedir. Bu konuda organizasyon yönetimlerine gerekli bilgilendirmelerin yapılması, sporcu sağlığı ve performansı açısından kritik bir önem arz etmektedir.

Investigation On The Effect Of Some Bank Parameters in The Daily Competition Period Basketball

The aim of this study is to compare the blood values of the basketball players before and after 10 official basketball games of 12 day intensive competition period. Blood samples were taken from the basketball players who are studying at the university. They do not have any regular health problems and they are regularly trained. The average age of the players was $22,80 \pm 3,20$ years and their average height was $185,83 \pm 7,57$ cm. Blood samples were taken before the day of intense competition matches started and the day after the matches ended. Descriptive statistics (mean and standard deviation) were used for the data, and the Wilcoxon two realized sample test was used to compare values before and after the competition. The values of iron, albumin, AST, ALT, LDL, HDL, MCH and MCHC were significantly higher after the competitions in comparison to previously taken blood samples and iron binding, creatinine, HCT and MPV values were significantly lower ($P<0.05$). The findings show that the basketball players were influenced physiologically by intense competitions. The elevation of AST, ALT values may be an adverse effect of liver function and a decrease in creatinine may be an indirect indicator of muscle loss. These results suggest that basketball players cannot rest enough for regeneration and they are not fed sufficiently. During organization of tournaments the planning of games successively has a negative impact on health and performance values of players. In this respect, informing the organizational management is critical for the health and performance of players.

SB761

Sağlıklı Genç Bireylerde Kuadriseps Eksentrik Kas Kuvvet Eğitiminin Fonksiyonel Performansa Etkisi

¹Tuba İnce Parpucu, ²Z. Candan Alguna, ³Uğur Toprak

¹Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Isparta

²Medipol Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, İstanbul

³Osmangazi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Eskişehir

Email : fztubaince@gmail.com, calgun@medipol.edu.tr, ugurtoprak@gmail.com

Giriş ve Amaç: Kuvvet eğitim programları genellikle performansı arttırmak ve rehabilitasyona yardımcı olmak için kullanılır. Eksentrik egzersiz klasik olarak sağlıklı kişilerde ve sporcularda kas kuvveti ve gücünü geliştirmede kullanılır. Bu çalışmanın amacı on iki haftalık kuadriseps eksentrik izokinetik eğitimin fonksiyonel performansa etkisini değerlendirmektir.

Yöntem: Çalışmamıza alt ekstremitesine ait yaralanma hikayesi olmayan ve geçen 6 ayda dirençli eğitim programına katılmayan 30 sağlıklı (16 erkek, 14 kadın) genç gönüllü (ortalama (SD) yaş 22.77±1.45 yıl, ortalama (SD) vücut kitle indeksi 22.92±3.11 kg / m²) dahil edildi. Katılımcıların fonksiyonel performansları 12 haftalık eğitim programının öncesinde ve sonrasında değerlendirildi. Fonksiyonel performans vertikal sıçrama testi, uzun atlama testi ve tek ayak atlama testi kullanılarak değerlendirildi. Eksentrik eğitim haftada 3 kez ve 12 hafta olmak üzere (HUMAC® NORMTM Testing & Rehabilitation System Model 770, USA) izokinetik dinamometre kullanılarak izokinetik eksentrik egzersiz olarak uygulandı. Eğitim öncesi ve eğitim sonrası fonksiyonel performans farklılıkları tekrarlı ölçümlerde varyans analizi (ANOVA) ve Wilcoxon test kullanılarak değerlendirildi.

Bulgular: Eğitim sonrası vertikal sıçrama testi sonuçları eğitim öncesine göre istatistiksel olarak anlamlı artış gösterdi (önce=31.87±8.31cm., sonra=37.57±8.59 cm., p=0.00). Eğitim sonrası uzun atlama testi sonuçları eğitim öncesine göre istatistiksel olarak anlamlı artış gösterdi (önce=129.53±28.55 cm., sonra=137.17±28.38 cm., p=0.00). Eğitim sonrası tek ayak atlama testi sonuçları eğitim öncesine göre istatistiksel olarak anlamlı artış gösterdi (önce=101.87±23.84cm., sonra=112.23±20.13 cm., p=0.00).

Sonuç: Kuadriseps izokinetik eksentrik eğitim programı sağlıklı genç bireylerde fonksiyonel performansı geliştirir.

Anahtar kelime: Eksentrik eğitim, fonksiyonel performans, sağlıklı birey

Effects Of Quadriceps Eccentric Muscle Strength Training On Functional Performance in Healthy Young People

Aim: Strength training programmes are commonly used to enhance performance and assist in the rehabilitation. Eccentric (ECC) exercise is classically used to improve muscle strength and power in healthy subjects and athletes. The purpose of this study was to examine the effects of twelve weeks of quadriceps eccentric isokinetic training on functional performance .

Methods: Subjects for this study consisted of 30 healthy (16 man, 14 woman) college aged volunteers (mean (SD) age 22.77±1.45 years, mean (SD) Body Mass Index (BMI) 22.92±3.11 kg / m²) with no previous history of injury to the lower extremity and no resistance training within the past six months. Subjects were tested for functional performance before and immediately after the twelve week training period. Functional performance was assessed by a Vertical Jump Test, Standing Long Jump Test and Single-Leg Hop Test.

Eccentric training consisting of the isokinetic eccentric exercise performed by isokinetic dynamometer (HUMAC® NORMTM Testing & Rehabilitation System Model 770, USA) thrice a week for twelve weeks. The pre-test-post-test difference for functional performance was analysed ANOVA and Wilcoxon test.

Results: There was a significant increase in Vertical Jump Test (pre=31.87±8.31cm., post=37.57±8.59 cm., p=0.00) a significant reduction in Standing Long Jump Test (pre=129.53±28.55 cm., post=137.17±28.38 cm., p=0.00) a significant increase in Single-Leg Hop Test (pre=101.87±23.84cm., post=112.23±20.13 cm., p=0.00)

Conclusion: Quadriceps isokinetic eccentric training program development functional performance in healthy young people.

Keywords: Eccentric Training, Functional Performance, Healthy People

Sporcu Beslenmesi **Sport Nutrition**

Farklı Ülke Milli Takımlarında Yer Alan Büyük Erkek Güreşçilerin Beslenme Alışkanlıkları Ve Performans Değerleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Abdorreza Eghbal Moghanlou, ²Recep Gürsoy, ³Eser Ağgön

¹Atatürk Üniversitesi Spor Sağlık Bilimler Enstitüsü, Erzurum

²Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla

³Erzincan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Erzincan

Email : reza.eghbal61@yahoo.com, recepgursoy@mu.edu.tr, eseraggon@gmail.com

Amaç: Bu araştırmada, farklı ülke milli takımlarında yer alan büyük erkek güreşçilerin günlük tükettikleri makro ve mikro besinlerin performans üzerindeki etkileri araştırılmıştır.

Materyal ve Metot: Bu araştırmaya, Tahran/İran da yapılan Greko-Romen Dünya Kupasına katılan 10 farklı ülke güreş takımında yer alan ve farklı sıklıklarda bulunan toplam 78 elit güreşçi katılmıştır. Güreşçilerin demografik özellikleri ve beslenme durumlarının değerlendirilmesi için 24 saatlik hatırlama ve gıda sıklığı anketi kullanılmıştır. Besinlerin içerik ve miktarları, günlük önerilen enerji miktarları, vücut kitle indeksleri (VKİ) ve güreşçilerin performansa dayalı başarıları dikkate alınmıştır. Elde edilen veriler SPSS19 paket programı, verilerin normal değerlendirilmesi için K-S, değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek için Pearson ve Spearman Korelasyon Katsayısı, değişkenlerin karşılaştırılması için Eşleştirilmiş T-testi ve Anova testi çoklu karşılaştırma için ise LSD test yöntemi kullanılmıştır.

Bulgular: Güreşçilerin enerji alım ortalamaları değeri ile önerilen enerji ortalamaları değerleri arasında bazı takımlarda anlamlı farklılıklar görülmüştür. Karbonhidrat ve vitamin alımı ortalamaları arasında fark görülürken alınan enerji, protein, yağ, mineraller, VKİ ortalamaları ve vücut yağ yüzdeleri (VYY) değişkenlerinde her hangi bir farklılık görülmemiştir. Karbonhidrat ve yağ alımları yüzdeleri, VKİ ve VYY ile bazı performans faktörleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Protein, vitamin, mineral ve enerji alım ortalamaları ile performans arasında ilişki bulunamamıştır. Elde edilen derece ile karbonhidrat, yağ alım oranları, vitaminlerin alımı ortalaması ve bazı performans faktörleri arasında da bir ilişki belirlenmiştir. Tüm sıklıklardaki güreşçilerin aldıkları besin öğeleri ile performansları arasında ilişkiye bakıldığında, bazı sıklıklardaki güreşçilerin aldıkları besin öğeleri ile performans faktörleri arasında yine bir ilişkinin olduğu saptanmıştır.

Sonuç: Çalışmaya katılan güreşçilerin bir kısmının dengeli bir kısmının ise dengesiz bir şekilde beslendikleri belirlenmiştir. Daha yüksek oranda karbonhidrat içerikli besin alan güreşçilerin performans değerlerinin daha yüksek olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Spor, Beslenme, Başarı, Güreş, Makrobesin ve Mikrobesin

Investigation of Relationship Between Nutritional Status and Performance Values Among National Team's Adult Male Wrestlers of Different Countries

Aim: In this study, the effects of macro and micro nutrients intake and daily use of adult male wrestlers in national team's of different countries on the performance were investigated.

Method: In this research, 78 participants of adult elite wrestlers of different national teams and weights of 10 top Greco- Roman wrestling in World Cup were held in Tehran. Data were collected by demographic characteristics, assessment nutritional status by 24 hour dietary recall and (FFQ) method, contents and amount of food, the amount of recommended daily energy intake, BMI, the success of wrestlers based on their performance.

The obtained data were analyzed using SPSS version 19 packet program, for normal distribution of data Kolmogorov-Smirnov test, to investigate the relationship between variables averages Pearson and Spearman correlation coefficient, to evaluate the mean difference between the variables paired t test and Anova, for comparison of averages between groups of LSD test was used.

Results: There is a significant difference between average energy intake and average recommended daily energy amount in some of the participating teams. While there is difference between average intake of carbohydrates and vitamins among the participating teams, difference was not observed in the mean of energy, protein, fat, minerals intake, BMI and body fat percentage among teams. There was a significant relationship between the percentage of carbohydrates, vitamins, fat intake, BMI and body fat percentage with some of performance indicators. A significant relationship has been obtained between the percentage of carbohydrates, fats, vitamins and some of the performance indicators and the titles of the participating teams.

Conclusion: In this study It has been determined are fed in balanced and unbalanced nutrition was seen among some of the wrestlers participating. It was determined that the performance was higher in teams with high intake of carbohydrates.

Keywords: Sport Nutrition, Success, Wrestling

SUNULMADI

Antep Fıstığı Yaş Kabuğu Ekstresinin Akut Yüzme Egzersizi Uygulanan Ratların Karaciğer Ve Gastrocnemius Kası Üzerine Etkisi

¹Yunus Öztaşyonar, ²Hüseyin Serkan Erol, ¹Davut Budak, ³Ahmet Çakır, ²Mesut Halıcı

¹Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

²Atatürk Üniversitesi Veteriner Fakültesi, Erzurum

³Kilis 7 Aralık Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi, Kilis

Email : yunus@atauni.edu.tr, hserkan.erol@atauni.edu.tr, dbudak@atauni.edu.tr, acakir@kilis.edu.tr, mesut@halici.com

Giriş Ve Amaç: Fizyolojik ve fonksiyonel kapasiteyi arttıran egzersizin kronik hastalıklardan korunmada etkili bir rol oynaması gibi faydalı etkileri vardır. Fakat bunun yanında bu egzersizler büyük oranda kas hasarlarına sebep olabilecek reaktif oksijen radikallerinin salınmasına neden olur. Kas hasarına neden olan reaktif oksijen radikallerinin azaltılmasında diyetle alınan antioksidan maddeler kullanılabilir. Bu amaçla antioksidan özellikli Antep fıstığının yaş kabuğu ekstresi ratlarda yüzme egzersizi modeli üzerine denenmiştir.

Yöntem: Çalışmada 18 adet rat 3 gruba ayrıldı. Gruplar Sedanter, Egzersiz, Egzersiz + Antep Fıstığı Yaş Kabuğu Ekstresi (AFYKE) olarak isimlendirildi. Ratlara 100 mg/kg/gün ekstre oral sonda ile 14 gün verildi. Ratlar 14 gün boyunca yüzmeyi bırakıncaya kadar 100X80X80 cm boyutlarında 31 C derecede yüzdürüldü. Karaciğer dokusu ve gastrocnemius kası alındı. Bu dokularda oksidatif stres parametreleri olan Lipid peroksidasyonu (LPO) ve Glutasyon (GSH) miktarı ile Süperoksit Dismutaz (SOD) ve Katalaz (CAT) aktiviteleri ölçüldü.

Bulgular: Yüzme egzersizinin gastrocnemius kası ve karaciğer dokusunda MDA seviyesini önemli şekilde arttırdığı belirlenmiştir ($p<0.05$). Her iki dokuda AFYKE MDA seviyesini belirgin şekilde azaltmıştır ($p<0.05$). Yüzme egzersizi GSH seviyesinde karaciğerde düşüşe kasta ise artışa neden olurken, AFYKE karaciğerde artışa, kasta ise azalışa neden olmuştur ($p<0.05$). SOD aktivitesi ise yüzme ile artmış AFYKE ise bu artışı hızlandırmıştır ($p<0.05$). Karaciğerde AFYKE yüzme ile artan CAT aktivitesini değiştirmezken ($p>0.05$), kasta aktiviteyi düşürmüştür ($p<0.05$).

Sonuç ve Kaynaklar: Bulgular ışığında AFYKE'nin yüzme sonucu artan oksidatif stresi düşürdüğü ve MDA değerleri göz önüne alındığında gastrocnemius ile karaciğer dokularında meydana gelen doku hasarlarını azalttığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Akut yüzme egzersizi, Antep Fıstığı Yaş Kabuğu, Rat

The Effects Of Wet Shell Extract Of Pistachio On Liver And Gastrocnemius Muscle Of Acute Swimming Exercises Applied Rats

Introduction And Purpose: Exercises increasing physiological and functional capacities have some useful effects like playing an effective role in protecting from chronic illnesses. However, they cause releasing reactive oxygen radicals causing massive muscle damages. Antioxidant materials taken during diet can be used to decrease reactive oxygen radicals causing muscle damages. Therefore, wet shell extract of pistachio having antioxidant features was tried on swimming exercise model in rats.

Method: In this study, 18 rats were divided into three groups. Groups were named as sedentary, exercise, exercise+wet shell extract of pistachio (WSEP). 100 mg/kg/a day extract was gavaged to rats for 14 days. These rats were swum for 14 days in 100/80/80 cm sized pool at 31 C degree until they stopped swimming.

The liver tissue and gastrocnemius muscle was taken. In these tissues, amount of lipid peroxidation (LPO) and glutathione (GSH) being oxidative parameters and activities of superoxide dismutase (SOD) and catalase (CAT) were measured.

Findings: Swimming exercise has been found out to crucially increases MDA level in gastrocnemius muscle and liver tissue. ($p < 0.05$) WSEP has signally decreased MDA level in both tissues ($p < 0.05$). Swimming exercise has caused decline on GSH level and rise in muscle while WSEP has caused rise in liver and decline in muscle. ($p < 0.05$) SOD activity increased with swimming and WSEP accelerates this rise ($p < 0.05$). WSEP has not changed CAT activity increasing with swimming ($p > 0.05$) but it has decreased the activity in muscle. ($p < 0.05$)

Conclusion And References: According to the findings, wet shell extract of pistachio is defined to decrease oxidative stress increasing by a result of swimming and tissue damages occurred in gastrocnemius and liver tissues in terms of MDA values. Key words: Acute swimming exercise, wet shell extract of pistachio, rat

Beden Eğitimi Ve Spor Eğitimi Gören Üniversite Öğrencilerinde Yeme Bozukluğu Görülme Sıklığının Belirlenmesi

¹Mergül Çolak, ²Günay Eskici, ³Mergül Çolak

¹Erzincan Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yüksek Okulu, Erzincan

²Erzincan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Erzincan

³Erzincan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Erzincan

Email : dytgunay@gmail.com, dytgunay@gmail.com, mergulcolak@hotmail.com

Amaç: Beden eğitimi ve spor eğitimi gören üniversite öğrencilerinde yeme bozukluğu görülme sıklığını belirlemektir. Yöntem: Araştırmaya Türkiye’de farklı illerde Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi veren Üniversitelerde okuyan toplam 1773 öğrenci (1084 kadın, 689 erkek) katılmıştır. Öğrencilere sosyo-demografik özellikleri, beslenme alışkanlıkları ve ilgili oldukları spor branşlarına yönelik soruları içeren bir bilgi formu ile birlikte 28 soru ve 4 alt ölçekten (kısıtlama, yeme ile ilgili endişeler, beden şekli ile ilgili endişeler, ağırlık endişeleri) oluşan Yeme Bozukluğu Değerlendirme Anketi- YBDA uygulanmıştır. Verilerin istatistiksel analizinde SPSS 22.0 programı kullanılmış, ölçeğin güvenirlik katsayısı (Cronbach Alfa değeri) YBDA toplam puan için 0.91 olarak hesaplanmıştır.

Bulgular: YBDA toplam puanının erkeklerde (E) kadınlara (K) nazaran anlamlı olarak yüksek olduğu (E: 1.39 ± 1.25 ; K: 1.20 ± 1.11 ; $p=0.013$) belirlenirken alt ölçeklerin tümünde erkeklerin puanı daha yüksek bulunmuştur. Öğrencilerin Beden Kütle İndeksi (BKİ) arttıkça toplam YBDA ve tüm alt ölçek puanlarının anlamlı olarak yükseldiği belirlenmiştir ($p<0.001$). Öğrencilerin eğitim gördüğü bölümlere göre anlamlı bir farklılık belirlenmezken, sınıf düzeyi arttıkça hem toplam YBDA hem de alt ölçek puanlarının anlamlı olarak arttığı belirlenmiştir. Okul dersleri dışında fiziksel aktivitede bulunan öğrencilerin kısıtlama ($p=0.001$) puanlarının, fiziksel aktivitede bulunmayanların ise yeme ile ilgili ($p=0.030$) ve beden şekli ile ilgili endişe puanlarının ($p=0.004$) anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Kuvvet/güç sporları ile ilgilenenlerde toplam YBDA, kısıtlama ve yeme ile ilgili endişe puanlarının takım sporlarına göre anlamlı olarak yüksek olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$).

Sonuç: Toplam YBDA puanındaki yükseklik, yeme bozukluğu riskinin arttığının bir göstergesidir. Buna göre erkeklerde, BKİ yüksek olanlarda, dördüncü sınıf öğrencilerinde ve kuvvet/güç spor dalı ile ilgilenenlerde yeme bozukluğu görülme sıklığının anlamlı ölçüde yüksek olduğu belirlenmiştir. Anahtar kelimeler: Yeme bozukluğu, yeme bozukluğu değerlendirme anketi, spor

Determining Eating Disorder Prevalence In University Students Studying At Physical Education And Sports

Objective: The purpose was to determine the prevalence of eating disorder in university students studying at Physical Education and Sports.

Method: Totally 1773 students (1084 female, 689 male) studying at universities training on Physical Education and Sports in different provinces of Turkey participated into the research. “Information Form” including questions on socio-demographic properties of students, nutritional habits and sports branches they were interested in, and “Eating Disorder Examination Questionnaire- EDE-Q” including 28 questions and 4 subscales (restraint, eating concern, shape concern, weight concern) were performed. For the statistical analysis, SPSS 22.0 software was used, reliability coefficient of the scale (Cronbach Alpha value) was 0.91 for total EDE-Q .

Results: EDE-Q total score was determined to be significantly higher in males than females (M: 1.39 ± 1.25 ; F: 1.20 ± 1.11 ; $p=0.013$) and score of males was found to be higher in all subscales. As Body Mass Index(BMI) of the students increased, scores of total EDE-Q and all subscales were determined to increase significantly ($p<0.001$).

Whereas no significant difference was determined in terms of the departments students studied at, both total EDE-Q and sub-scale scores increased significantly as the level of grade increased. Restraint scores ($p=0.001$) of the students who performed out-of-school physical activities, and eating concern ($p=0.030$) and shape concern ($p=0.004$) scores of the students who did not perform out-of-school activities were determined to be significantly higher. Total EDE-Q, restraint and eating concern scores in students who were interested in strength/power sports were determined to be significantly higher than team sports ($p<0.05$).

Conclusion: High total EDE-Q score indicated the increase at eating disorder risk. According to this, the prevalence of eating disorder was determined to be significantly higher in male students with high BMI, at fourth grade, and who were interested in strength/power sports. Keywords: Eating disorder, eating disorder examination questionnaire, sports

Farklı Liglerdeki Futbolcuların Vücut Kompozisyonu ve Beslenme Durumlarının Sezon İçi Dönemde Değerlendirilmesi

¹Beril Köse, ²Hüsrev Turnagöl, ¹Gül Kızıltan

¹Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme Ve Diyetetik Bölümü, Ankara

²Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Egzersizde Beslenme Ve Metabolizma ABD, Ankara

Email : berilyilmaz@baskent.edu.tr, deniz@hacettepe.edu.tr, gkizilta@baskent.edu.tr

Giriş ve Amaç: Bu çalışma, farklı lig kategorilerinde oynayan futbol oyuncularının besin tüketim durumları ve vücut kompozisyonlarının sezon içi dönemde değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır.

Metod: Araştırma, Gençlerbirliği Spor Kulübü (Süper Lig), Hacettepe Spor Kulübü (2.Lig) ve Etimesgut Spor Kulübünde (3.Lig) profesyonel olarak futbol oynayan 48 sporcu üzerinde yapılmıştır. Katılımcıların beslenme durumlarının değerlendirilmesi için futbolcuların 1 günü antrenmanlı, 1 günü maç günü ve 1 günü antrenmansız günlere denk gelecek şekilde 3 günlük besin tüketim ve fiziksel aktivite kayıtları alınmıştır. Aynı hafta içerisinde Dual-Enerji X-Ray Absorbsiyometri (DXA) ile vücut yağ kütlesi, vücut kas kütlesi, vücut yağ yüzdeleri ölçülmüştür. Bulgular: Çalışmaya katılan futbolcuların yaş ortalaması 24.5 ± 3.56 yıldır. Futbolcuların vücut yağ yüzdeleri süper lig oyuncuları, 2.lig oyuncuları ve 3.lig oyuncularında sırasıyla 15.5 ± 2.95 , 16.5 ± 3.26 ve 16.9 ± 2.38 toplam katılımcıların ise 16.3 ± 2.87 olarak saptanmıştır ($p > 0.05$). Çalışmaya katılan tüm oyuncuların diyetle enerji alım ortalaması 2727.6 ± 380.78 kkal, enerji harcaması ortalaması ise 3216.5 ± 192.34 kkal olarak bulunmuştur. Toplam enerjinin 43.9 ± 4.84 'ünün karbonhidrattan, 16.4 ± 2.84 'ünün proteinden ve 39.5 ± 3.87 'sinin yağdan geldiği belirlenmiştir. Futbolcuların karbonhidrat alımları vücut ağırlığına göre 3.7 ± 0.75 g/kg, protein alımı ise 1.4 ± 0.28 g/kg olarak bulunmuştur. Futbolcuların A vitamini, E vitamini, tiamin, riboflavin, niasin, B6, B12 vitamini, folat ve C vitamini alım ortalamaları ise sırasıyla 951.7 ± 320.29 µg/RE, 20.1 ± 6.17 mg, 1.0 ± 0.16 mg, 1.6 ± 0.24 mg, 20.8 ± 5.06 mg, 6.4 ± 2.24 mg, 2.8 ± 0.06 mg, 306.9 ± 68.80 mcg ve 115.6 ± 54.91 mg olarak saptanmıştır. Araştırmaya katılan futbolcuların günlük diyetle kalsiyum, potasyum, fosfor, demir ve çinko alım ortalamasını sırasıyla 867.6 ± 160.19 mg, 3176.8 ± 450.37 mg, 1457.2 ± 216.36 mg, 14.5 ± 2.34 mg ve 17.1 ± 4.01 mg olarak saptanmıştır. Çalışmaya katılan süperlig, 2.lig ve 3.lig oyuncularının ortalama günlük sıvı alımları sırasıyla 3334.1 ± 309.23 mL; 3305.6 ± 291.81 mL; 3373.1 ± 574.76 mL olarak saptanmıştır ($p > 0.05$). Futbolcuların günlük ortalama 237.1 ± 103.50 g'ı süt ürünleri, 293.5 ± 89.18 g'ı et ürünleri/yumurta/kurubaklagiller/sert kabuklu yemişler/yağlı tohumlar, 564.1 ± 191.68 g'ı taze sebze/meyve, 329.3 ± 74.65 g'ı ekmek/tahıl gruplarından ayrıca 35.2 ± 10.47 g'ı yağlar, 67.8 ± 35.63 g'ı şeker ve şekerli besinler ve 2363.1 ± 408.53 g'ı alkolsüz içeceklerden gelmektedir.

Sonuç: Çalışmaya katılan hem tüm hem de farklı liglerde oynayan futbolcuların yetersiz besin ve sıvı alımı içerisinde olduğu ve aynı zamanda literatüre göre yüksek vücut yağ yüzdesine sahip oldukları belirlenmiştir.

Evaluation of Body Composition and Nutritional Status of the Soccer Players in Different Leagues during the Season

Introduction: This study was conducted to evaluate the nutritional status, body composition and hydration status of soccer players in different league categories. **Method:** The research was carried out on 48 athletes playing football professionally in the Gençlerbirliği Sports Club (Super League), Hacettepe Sports Club (2nd league) and Etimesgut Sports Club (3rd league). In order to assess participants' nutritional status, 3-day food consumption and physical activity records were taken on training day, match day and non-training day. Within the same week, fat mass, body mass, percentage of body fat were measured by Dual Energy X-Ray Absorptiometry (DXA).

Results: The average age of the players participating in the study is 24.5 ± 3.56 years. Body fat percentages of the participants were $15.5 \pm 2.95\%$ for super league players, $16.5 \pm 3.26\%$ and $16.9 \pm 2.38\%$ for 2nd and 3rd players respectively ($p > 0.05$). The average energy intake of all the players was found to be 2727.6 ± 380.78 kcal and the average energy expenditure was 3216.5 ± 192.34 kcal. The rate of total energy taken from carbohydrates was $43.9 \pm 4.84\%$, from protein 16.4 ± 2.84 and from fat 39.5 ± 3.87 . The players' carbohydrate intake was 3.7 ± 0.75 g/kg body weight and 1.4 ± 0.28 g/kg protein. The average intake of vitamin A, E, C, thiamin, riboflavin, niacin, B6 and B12 were 951.7 ± 320.29 μ g/RE, 20.1 ± 6.17 mg, 115.6 ± 54.91 mg, 1.0 ± 0.16 mg, 1.6 ± 0.24 mg, 20.8 ± 5.06 mg, 6.4 ± 2.24 mg and 2.8 ± 2.06 mg respectively. It was observed that the daily intake of calcium, potassium, phosphorus and iron were 867.6 ± 160.19 mg, 3176.8 ± 450.37 mg, 1457.2 ± 216.36 mg and 14.5 ± 2.34 mg respectively. The mean daily fluid intake of the Super, 2nd and 3rd league players were 3334.1 ± 309.23 mL, 3305.6 ± 291.81 mL, 3373.1 ± 574.76 mL, respectively ($p > 0.05$). Players consumed daily 237.1 ± 103.50 g milk products, 293.5 ± 89.18 g meat products, 564.1 ± 191.68 g fresh vegetables/fruit group, 329.3 ± 74.65 g bread/cereal group, 35.2 ± 10.47 g of fat, 67.8 ± 35.63 g of sugar and 2363.1 ± 408.53 mL of non-alcoholic beverages.

Conclusion: As a result; the soccer players participating in this study had inadequate intake of some nutrients and liquid besides they had high body fat according to the other results in the

Yıldız (15-17 Yaş) Kız Güreşçilerde Beslenmenin Uyku Kalitesine Etkisi

¹Halil Tanır, ¹Erkan Çetinkaya, ²Mehmet Özdemir, ³İbrahim Bozkurt

¹Adnan Menderes Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Aydın

²Bingöl Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Bingöl

³Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

Email : halil.tanir@adu.edu.tr, erkancetinkaya@adu.edu.tr, mehmet.ozdemir@bingol.edu.tr, ibozkurt@selcuk.edu.tr

Amaç ve Giriş: Sporcunun başarısının temelinde sporu en yüksek performansta yapması yatmaktadır. Sportif performansın karmaşık yapısı gereği performansı etkileyen faktörlerin sayısı oldukça çoktur. Bu faktörlerden önemli ikisi de beslenme ile uyku düzeni ve kalitesidir. Spor yapan çocuk ve gençlerin sportif performanslarının artışı açısından düzgün beslenmeleri ve uyku kalitelerinin iyi olması oldukça önemlidir. Bu nedenle bu çalışmada kuvvet, dayanıklılık, hız, sakinlik, konsantrasyon ve kendine güven gibi özellikleri gerektiren bir branş olan güreş ile uğraşan kız güreşçilerde beslenmenin uyku kalitesine etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmanın örneklemini 2017 yılında Aydın'da yapılan Yıldız Kızlar (15-17 yaş) Güreş Türkiye Şampiyonası'na katılan 117 sporcudan oluşmaktadır. Kız güreşçilerin son 1 aylık uyku kalitelerinin belirlenmesinde Pittsburgh Uyku Kalitesi İndeksi (PUKİ) kullanıldı ($\alpha=0.77$). Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Ağargün ve arkadaşları (1996) tarafından yapılan ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 0.80 olarak bildirilmiştir. Kız güreşçilerin beslenme alışkanlıkları 3 bölüm ve 21 sorudan oluşan Beslenme Alışkanlığı Anketi (BAA) kullanılarak belirlendi.

Bulgular: Yapılan istatistiki analizlerden uyku kalitesi açısından beslenmesine, antrenman ve müsabaka öncesi sıvı alımına dikkat eden kız güreşçiler ile dikkat etmeyenler arasında dikkat eden sporcular lehine anlamlı bir farklılığın olduğu anlaşıldı ($p<0.05$). Ayrıca antrenman ve müsabaka öncesi yenilen yemeğin saati ve yemeğin türüne göre uyku kalitesi açısından sporcular arasında anlamlı bir farklılaşmanın olduğu ($p<0.05$); antrenman ve müsabakalardan 1-2 saat önce yemek yiyen ve antrenman ve müsabakalardan sonra protein ağırlıklı beslenen kız güreşçilerin uyku kalitelerinin daha iyi olduğu görüldü.

Sonuç: Elde edilen bulgulardan yıldız (15-17 yaş) kız güreşçilerde beslenme alışkanlığının uyku kalitesini etkilediği, düzenli beslenmenin uyku kalitesini arttırdığı sonucuna ulaşıldı. Bu nedenle yıldızlar kategorisindeki sporcuları çalıştıran antrenörlerin sporcularını düzenli beslenmeleri konusunda sıklıkla uyarmaları yerinde olacaktır. Yıldızlar kategorisinde mücadele eden kulüplerin bünyelerinde diyetisyen bulundurmaları da sporculara düzenli beslenme alışkanlığının kazandırılması açısından uygun olabilir. Böylece sporcularda düzenli beslenme alışkanlığına bağlı olarak uyku kalitesinde iyileşme ve performansta artış olabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Beslenme, Uyku kalitesi, Güreş

The Effect Of Nutrition On Sleep Quality In Junior (Aged 15-17) Female Wrestlers

Aim and Introduction: An athlete's success is based on playing sport on the highest performance. Sportive performance increase in children and young people doing sport requires to keep balanced diet and have great sleep quality. That's why, this paper aimed to determine the effect of nutrition on sleep quality in the female wrestlers involved in wrestling as a branch which requires.

Method: The sample of the research paper consisted of 117 athletes participating in The Junior Females (aged 15-17) Wrestling Turkey Championship held in Aydın in 2017. In the determination of the last one-month sleep quality in the female wrestlers, the Pittsburgh Sleep Quality Index (PUKI) was used ($\alpha=0.77$). Its Turkish validity and reliability were done by Ağargün et al.

(1996), the internal consistency coefficient of the scale was regarded to be 0.80. The female wrestlers' eating habits were determined by using The Eating Habits Questionnaire (EHQ) made up of 3 parts and 21 questions.

Findings : From the statistical analyses, sleep quality was significant in favour of the female wrestlers who paid attention to nutrition, trainings and fluid intake before competitions rather than the ones not paying attention to them ($p < 0.05$). Also, there was a significant difference in the athletes' sleep quality in accordance with meal time and meal type before trainings and competitions ($p < 0.05$); sleep quality was regarded to be better in the female wrestlers who ate meal 1-2 hour before trainings and competitions and were mostly nourished with protein after trainings and competitions.

Conclusion: The findings presented that eating habits affected sleep quality in the junior (aged 15-17) female wrestlers, that regular nutrition increased sleep quality. For this reason, the trainers who train the athletes involved in the juniors category, are often expected to warn the athletes about regular nutrition.

Keywords : Nutrition, Sleep Quality, Wrestling

Maksimal Kuvvet Antrenmanı Yapan Genç Erkeklerde Arı Sütü+Bal Karışımının Bazı Hormonlar Üzerine Etkileri

²Serdar Büyükipekci, ¹Nazmi Sarıtaş, ³Sibel Silici, ⁴Selçuk Mıstık, ⁵Timuçin Atayoğlu

¹Erciyes Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kayseri

²Meram Meslek Yüksekokulu, Konya

³Erciyes Üniversitesi, Ziraat Fakültesi, Tarımsal Biyoteknoloji Bölümü, Kayseri

⁴Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı, Kayseri

⁵Amerikan Hastanesi, Aile Hekimliği Bölümü, İstanbul

Email : sbuyukipekci@konya.edu.tr, nsaritas@erciyes.edu.tr, silicis@erciyes.edu.tr, smistik@erciyes.edu.tr, atayoglu@gmail.com

Amaç: Bu çalışma, maksimal kuvvet antrenmanı yapan genç erkeklerde arı sütü+bal karışımının sporcuların motorik özelliklerinde kuvvet artışı ve kas gelişimini daha çok artıracakı düşünülerek yapıldı. Karışımların sporcuların ağırlık kaldırma performansları üzerindeki etkileri ve bazı hormon değerlerindeki değişiklikleri incelemek amacıyla yapıldı.

Yöntem: Bu çalışmaya, Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda okuyan, gönüllü 29 erkek öğrenci katıldı. Bir haftalık ağırlık uyum çalışmalarından sonra her sporcunun kaldıracabileceği maksimum halter ağırlıkları belirlendi. Ağırlık çalışma setleri bench press, shoulder press, squat, deadlift ve arm curl hareketlerinden oluşturuldu. Ağırlık çalışmaları haftada 4 gün, günde iki saat olmak üzere toplam 2 ay (8 hafta) sürdürüldü.

Bulgular: Çalışma sonucunda, her iki grup içinde bench press, squat, arm curl, deadlifts ve shoulder press hareketlerinde birinci ölçüme göre ikinci ve üçüncü ölçümlerde kaldırılan ağırlıklarda istatistiksel olarak artış tespit edildi ve bütün ölçümler arasındaki farkların önemli olduğu belirlendi ($p<0.001$). Plasebo ve deney gruplarında hormon test sonuçlarına göre, serbest T3, total testosteron değişkenlerinde grup içi ve grupları arasında anlamlı bir farklılık bulunmazken ($p>0.05$), Serbest T4 değerinde grupların 2. ölçümündeki farkın ($p=0.030$) önemli olduğu belirlendi. Çoklu karşılaştırma testine (Grup içi) göre insulin hormonu değişkeninde deney grubunda, 2. ve 3. ölçümler arası fark istatistiksel olarak anlamlı bulundu ($p<0.001$). Kortizol değişkeninde ise plasebo grubunda 1. ve 3. ölçümler arası fark ($p=0.042$) anlamlı bulundu. Çoklu karşılaştırma testine (Grup içi) göre deney grubunda FSH değişkeninde 1. ve 3. ölçüm arasındaki farkın ($p=0.030$) önemli olduğu belirlendi.

Sonuç: Sonuç olarak, maksimal kuvvet antrenmanı yapan genç erkeklerde arı sütü+bal takviyesinin, kaldırılan ağırlıklardaki artışa etki etmediği, bu artışın uygulanan ağırlık antrenmanından kaynaklandığı, fakat bazı hormon değerlerinde değişikliğe neden olduğu düşünülmektedir.

The Effect Of Royal Jelly-Honey Blend On Some Hormone Parameters In Young Men Who Make Maximal Strength Training

This study was performed with the aim of examining the effects of the special mixture on weight lifting performance of the athletes and examining the changes in some hormone values of the athletes. Twenty nine male students volunteered to participate in this study. Sets of weight training were formed by means of bench press, shoulder press, squat, deadlift and arm curl movements. At the end of the study, during the movements of bench press, squat, arm curl, deadlifts and shoulder press, the weights lifted in the second and third measurements were statically higher than those in the first measurement and it was also determined that there existed substantial differences among all the measurements. Considering the Placebo and experimental groups, there was no significant difference among the groups and in each of the groups in terms of free T3 and total testosterone variables. However, a significant difference in free T4 value was detected in the second measurement of the groups.

According to the multiple comparison test, the difference in the second and third measurements with respect to the insulin hormone variable was considered statistically significant. In addition, the difference between the first and third measurements of the placebo group was considered significant in terms of cortisol variable. The multiple comparison test indicated that the difference between the first and third measurements of FSH variable was significant with respect to the experimental group (in-group). In conclusion, it was observed that the royal jelly supplement did not have any effect on the increase in the weights lifted by the athletes doing the maximal strength training and that the increase stem from the weight training done by the recreational athletes. However, it is thought that the royal jelly supplement caused some hormone values to change.

Spor ve Sağlık **Sports and Health**

SB24

Elazığ Şehir Popülasyonunda Obesite Prevelansı ve Fiziksel Aktivite Ve Sağlık Sorumluluğu Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi

²Cengiz Arslan, ¹Deniz Çakaroğlu

¹Siirt Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Y.Okulu, Siirt

²Fırat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

Amaç: Bu araştırmada, Türkiye’de Elazığ İli popülasyonunda obezite prevalansı ve fiziksel aktivite ve sağlık sorumluluğu alışkanlıklarının incelenmesi amaçlandı.

Materyal ve Metot: Araştırma il kapsamında farklı coğrafik bölgelerde ikamet eden (kentsel ve kırsal) rastgele (random) seçilen gönüllü yaş ortalaması (40.93±9.14) 2905 (20-69 yaş) erkek ve 2131 (20-69 yaş) kadın olmak üzere toplam 5036 denek üzerinde yürütüldü. Demografik bilgiler hazırlanan formu ile alındı. Health-Promoting Lifestyle Profile (HPLP-II), Walker & Pender (1987)’in SYBD ölçeği ile elde edildi. Bu araştırmada HPLP-II’nin, sağlık sorumluluğu, egzersiz alışkanlığı, beslenme alışkanlığı olmak üzere 3 alt değerlendirme boyutu kullanıldı. Vücut kompozisyonları, bioelektrik impedans (BIA) yöntemi, Waist circumference central obesity (WC), göbek hizasından bel çevresi (WC) ölçülerek (cm) elde edildi. Verilerin istiksel analizleri SPSS 22.0 paket programında değerlendirildi, Ki-kare, ANOVA, linear ve lojistik Regresyon analizleri yapıldı. Anlamlılık düzeyleri p<0.05 ve 0.001 düzeyinde alındı.

Bulgular: Obesite prevalansı erkeklerde % 38.8, kadınlarda % 37.9, genel popülasyonda ise % 38.4 idi. Erkeklerde obezite prevalansı kadınlara göre daha yüksek gözlemlendi (p<0.001). Fazla kilolu ve obez bireylerin kombine prevalans oranı % 70.1 olarak hesaplandı. WC Karın obezite prevalansı kadınlar arasında% 38.2, erkeklerde% 29.3, genel popülasyondaki oranı ise % 33.0 olarak saptandı. Obesite prevalansının yaşla birlikte arttığı; 35 yaş ve sonrasında giderek artış gösterdiği ve yüksek oranlara (% 55-80) ulaştığı, obesitenin yaş, eğitim düzeyi, medeni durum, meslek, fiziksel aktivite, sağlık sorumluluğu ve beslenme alışkanlığı ile ilişki oranları yüksek düzeyde anlamlı bulunmuştur (p<0.001).

Sonuç: Erişkin erkek ve kadınlar arasında obezite prevalansı ve abdominal obezitenin önemli bir halk sağlığı sorunu haline geldiği, sağlıklı yaşam davranışlarından fiziksel aktivite, beslenme ve sağlık sorumluluğu alışkanlıklarında bilinçli bir tutum geliştirilemediği, obesiteyle başa çıkmada bireylerin başarısız olduğu kanısı sonuçlar arasındadır. Obesite risk faktörlerinin azalması için yapılacak mücadele yolunun, geliştirilmiş toplumsal stratejiler geliştirilmesi ve çözüme odaklanılması elzemdir.

Anahtar kelimeler: Obesity, prevalence, body composition, health lifestyle, fiziksel aktivite

Evaluation Of Obesity Prevalance And Physical Activity And Health Responsibility in Elazığ City Population

Objective: This paper examines obesity prevalence, physical activity and health responsibility in Elazığ city.

Material and Method: The study was conducted on 5036 subjects, 2905 men (aged 20-69) and 2131 women (aged 20-69), with an average of (40.93±9.14) chosen randomly among volunteers from different urban and rural areas within Elazığ. Demographic information was obtained from a form. Health-Promoting Lifestyle Profile (HPLP-II) was obtained via Healthy Lifestyle Behaviours Scale by Walker & Pender (1987). In this paper, three sub-evaluation dimensions of HPLP-II, health responsibility, exercise behaviour and nutritional behaviour, were used. Body compositions were obtained with bioelectrical impedance (BIA) method and Waist circumference central obesity (WC) by measuring waist circumference from the navel. Statistical analyses were assessed in SPSS 22.0 packaged software. Chi square, ANOVA, linear and logistic regression analyses were made. Significance levels were taken at p<0.05 and 0.001.

Results: Obesity prevalence was 38.8%, 37.9% and 38.4% in men, women and general population respectively. Obesity prevalence was found to be more in men than in women ($p<0.001$). Combined prevalence rate of overweight and obese individuals were calculated as 70.1%. Rate of WC abdominal prevalence was 38.2%, 29.3% and 33.0% in men, women and general population respectively. It was determined that obesity prevalence increases in parallel with the age and increases gradually at and after the age 35 and reaches high (55-80%) and correlation rates of obesity with age, marital status, level of education, profession, physical activity, health responsibility and nutritional behaviour were found significant ($p<0.001$).

Conclusion: It was concluded that obesity prevalence and abdominal obesity were critical public health issues among adult men and women; besides, conscious attitudes couldn't be developed towards healthy life behaviours including physical activity, nutrition and health responsibility behaviours, and individuals couldn't overcome obesity. It is essential to develop social strategies and reduce obesity risk factors.

OP52

Effect of 10 Weeks Combined Core Stability and Aerobic Training on Frequent Urination in Elderly Overweight Women

¹Behrouz Baghaiee, ²Mohammad Hossein Sadeghi Zali, ³Mohammad Sadaghian, ⁴Amir Mohammad Daneshian Moghaddam, ⁵Sima Ahmadkhani

¹Department Of Physical Education And Sports Science, Jolfa Branch, Islamic Azad University, Jolfa, Iran

²Department Of Microbiology, Faculty Of Veterinary Medicine, Urmia Branch, Islamic Azad University, Urmia, Iran

³Department Of Pathobiology, Faculty Of Veterinary Medicine, Shabestar Branch, Islamic Azad University, Shabestar, Iran

⁴Department Of Agriculture, Faculty Of Veterinary Medicine, Shabestar Branch, Islamic Azad University, Shabestar, Iran

⁵Faculty Of Health Science, Marmara University, Istanbul, Turkey

Email : behrouz_phsport@yahoo.com

Background and aim: Aging in women is associated with the spread of various diseases and problems, including frequent urination, which imposes many costs and problems on individuals as well as on caregivers. Lower urinary tract infections and increased intraocular pressure such as overweight as well as pelvic floor conditions are among the factors that affect it. So aim of this study was the investigated of 10 week combined core stability and aerobic training on frequent urination in elderly overweight women.

Methods: 30 women in age range of 60-72 years old with a body mass index of 30.2 ± 2.30 kg/m² were selected purposefully among volunteers. They were randomly divided into two combined exercises (central stability and aerobic exercise) (n = 18) and control group (n = 12). Under baseline, frequent urination was measured by ICIQ-OAB questionnaire in both groups. The experimental group participated in 10-week training sessions, including 2 sessions per week of core stability training and 2 days aerobic training. After the 10-week, both groups completed the ICIQ-OAB questionnaire. Independent and dependent t-test was used for statistical analysis. All statistical analyzes were performed using SPSS software version 23 and $\alpha \leq 0.05$.

Results: The 10-week training significantly reduced the incidence of urinary incontinence in overweight elderly women (P = 0.003). There was a significant decrease in frequent urination during the day (P = 0.002), frequent urination during the night (P = 0.005), rush to the toilet to urinate (P=0.001) and urine leak before reaching the toilet (P = 0.002).

Conclusion: Combined exercises lead to a decrease in frequent urination in overweight elderly women by strengthening the pelvic floor and abdominal muscles and reducing body fat.

Keywords: Frequent Urination, Exercise, Aging

Pes Planus Olan İnönü Üniversitesi Öğrencilerinin Fiziksel Uygunluk Düzeyi, Yaşam Kalitesi ve Benlik Saygılarının Değerlendirilmesi

¹Ramazan Bayer, ¹Mahmut Açı

¹İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Malatya

Email : rmznbayer@gmail.com, m.acak@hotmail.com

Pes Planus Olan İnönü Üniversitesi Öğrencilerinin Fiziksel Uygunluk Düzeyi, Yaşam Kalitesi ve Benlik Saygılarının Değerlendirilmesi
Özet Giriş ve Amaç: Pes planus olan İnönü Üniversitesi öğrencilerinin fiziksel uygunluk düzeyi, yaşam kalitesi ve benlik saygılarının değerlendirilmesi ve bu durumun birbiri ile olan ilişkisini belirlemektir.

Yöntem: Araştırma kesitsel tarama modelinde bir çalışmadır. Araştırmaya 2016-2017 eğitim öğretim yılı içerisinde Malatya İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesinde öğrenim gören ve düztaban olan 134 erkek ve 134 kadın katılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçümler; SF-36 Yaşam Kalitesi Ölçeği, Uluslararası Fiziksel Aktivite Düzeyi Belirleme Ölçeği (UFAA) ve Rosenberg Benlik saygısı Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 24.0 istatistik programı kullanılmıştır. Compute Variable ile ölçeklerin alt boyutları hesaplanmış ve Independent-Samples T Testi kullanılarak cinsiyetler arası karşılaştırma yapılmıştır. Ölçekler arasındaki ilişkiyi belirlemek için Bivariate Correlations analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılan öğrencilerin UFAA'ya göre hesaplanan haftalık enerji tüketiminin erkekler ($1357,30 \pm 244,85$) ve kadınlarda ($1298,20 \pm 243,14$) en fazla hafif (met-dk/hafta) düzeyde ve anlamlı olduğu belirlenmiş, yaşam kaliteleri alt boyutları incelendiğinde ise; fiziksel fonksiyon, fiziksel rol, emosyonel rol, enerji, ruhsal, sosyal ve genel sağlık boyutlarında anlamlı fark bulunmadığı ancak yaşam kalitesi alt boyutu olan ağrıda ise ($p>,018$) anlamlı fark olduğu belirlenmiştir. Benlik saygısı ölçeğinden alınan puan ortalamasına göre bayan ve erkeklerin orta düzey benlik saygısına sahip olduğu ve iki katılımcı arasındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir.

Sonuç: Pes planus olan öğrencilerin fiziksel uygunluk düzeyi, yaşam kalitesi ve benlik saygısı olumsuz yönde etkilendiği, fiziksel uygunluktaki olumsuzluğun yaşam kalitesini ve benlik saygısını olumsuz yönde etkilediği belirlenmiştir. Yapılacak daha detaylı çalışmalar ile literatüre katkıda bulunulup pes planus hakkında bireylerin bilgilendirilmesi düşünülebilir.

Anahtar Kelimeler: Pes Planus, Yaşam Kalitesi, Fiziksel Uygunluk, Benlik Saygısı

Assessment of Physical Fitness Level, Quality of Life and Respect for the Self in İnönü University Students who are Pes Planus

Assessment of Physical Fitness Level, Quality of Life and Respect for the Self in İnönü University Students who are Pes Planus
Abstract Objective: To determine the level of physical fitness, quality of life and self esteem of İnönü University students who are Pes planus and determine their relationship with each other. Materials and Methods: The study is a study in cross-sectional screening model. 134 males and 134 females attending Malatya İnönü University Faculty of Education participated in the research during 2016-2017 education year. SF-36 Quality of Life Scale, International Physical Activity Level Scale and Rosenberg Self-Esteem Scale were used in the study. SPSS 24.0 statistical program was used in the analysis of the data. The sub-dimensions of the scales were calculated with Compute Variable and the genders were compared using the Independent-Samples T Test. Bivariate Correlations analysis was used to determine the relationship between scales.

Findings: It was determined that the weekly energy consumption of the students who participated in the survey according to UFAA was the most mild (met-dk / week) level and significant in men (1357,30244,85) and women (1298,20243,14) When it is examined; ($P > 0,018$) in the physical quality, physical role, emotional role, energy, mental, social and general health dimensions but not the quality of life subscale. It was determined that the average score of the self-esteem scale had a moderate self-esteem for both men and women and that the difference between the two participants was significant. Conclusion: It was determined that physical fitness level, quality of life and self-esteem were affected negatively, physical fitness negatively affected quality of life and self-esteem negatively in students with pes planus. With more detailed studies to be done, the literature can be contributed and individuals can be informed about pes planus.

Keywords: Pes planus, quality of life, physical fitness, self-esteem

Sualtı Ragbi Sporcularında Kulak ve İşitme Sağlığının İncelenmesi

¹Ahmet Sarı, ¹Emine Kutlay

¹Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir

Email : dr.ahmetsari79@gmail.com, emine.kutlay@ege.edu.tr

Giriş ve Amaç: Sualtı ragbi, havuzda yüksek basınç altında nefes tutularak mücadele edilen bir spor dalıdır (1). Bu çalışmada sualtı ragbi sporcularının kulak ve işitme sağlığı incelenmiştir.

Yöntem: Bu araştırma 2017 yılında Ege Üniversitesi Olimpik Yüzme Havuzunda gerçekleşmiştir. İzmir ilinde, sualtı ragbi spor dalında faaliyet gösteren spor kulüplerinde en az 1 yıldır sualtı ragbi sporu yapan, 18-35 yaşları arasında (N=30, ortalama boy uzunluğu 181,76 ± 6,67 cm, vücut ağırlığı 89,63 ± 11,86 kg, BMI 27,13 ± 3,32 kg/m²) 30 erkek gönüllü sporcu bu kesitsel çalışmaya katılmıştır. Sporcuların demografik, spor geçmişlerine yönelik sorgulamaları yapılmış, olgu rapor formları hazırlanmıştır. Muayene sonrası, saf ses odyometri testinde Resonance R27A14G000059 odyometri cihazı kullanılmış ve Hughson-Westlake "yükseltme metodu" uygulanmıştır. Timpanometri testinde, Prob frekansı 226 Hz olan Resonance A766 middle ear analyzer kullanılmıştır (2). Tüm parametrelerin kulak sağlığı ile ilişkilerine bakılmıştır. Veriler SPSS (Version 18) programında, Chi-Square, Spearman nonparametric korelasyon ve descriptives statistics testleri kullanılarak değerlendirildi.

Bulgular: Antrenman yılı 1 ile 16 yıl arasında değişen 30 sporcudan 4'ünde patolojik timpanometri, 12 sporcuda patolojik odyometri bulguları saptanmıştır. Sporcuların sualtı ragbi sporunu yapma süreleri ile patolojik timpanometri sonuçları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki gözlenmezken (p>0,05), patolojik odyometri sonuçları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır (p<0,05).

Sonuç : Sporcuların antrenman yılı arttıkça, saf ses odyometri testlerinde nörosensörial tipte işitme kayıpları (%40) gözlenmiştir. Bu kayıpların barotravma ve hipoksiye bağlı olarak iç kulakta oluşan deformasyonlar nedeniyle gelişebileceği düşünülmektedir. Kulak sağlığına yönelik taramaların düzenli aralıklar ile yapılması, koruyucu önlemlerin alınması önerilmektedir.

Kaynaklar

1. Türkiye Sualtı Sporları Federasyonu Web sitehomepage on the internet]. İstanbul 2017 [cited 2005 may 13]. Available from: <http://tssf.gov.tr/sualti-ragbisi/>

2. Lee KJ. Essential Otolaryngology(Çev:Metin Önerci) 8.Baskı Kitabevi, İstanbul, 2004.s:477-484.

Investigation of Ear and Hearing in Underwater Rugby Athletes

Introduction and Aim: Underwater rugby is a sport, struggling under high pressure in the pool by breathing(1). For this purpose, ear and hearing health in underwater rugby athletes were investigated, in this study.

Method: This research was carried out in 2017 at Ege University Olympic Swimming Pool. This is a cross-sectional study in which underwater rugby athletes in Izmir participated that have underwater rugby sports for at least 1 year and 30 male volunteers between the ages of 18-35 (N=30, mean height 181,76±6,67 cm, body weight 89,63 ±11,86 kg, BMI 27,13 ± 3,32kg/m²). Questionnaires were made for the sportsmen's demographic and sports backgrounds and case report forms were prepared. R27A14G000059 audiometry device was used and the Hughson-Westlake "upgrade method" was applied. In the tympanometry test, a Resonance A766 middle ear analyzer with a probe frequency of 226 Hz was used (2). All parameters were compared with ear health.

These data were statistically analyzed with Chi-Square test, Spearman nonparametric correlations test and descriptives statistics test by using SPSS (Version 18) program.

Findings: Pathologic tympanometry was found in 4 of the 30 athletes ranging from 1 to 16 years in the training year, and pathological audiometry findings were found in 12 athletes. While there was a statistically significant relationship between the pathologic audiometry and duration of underwater rugby, there was no significant relationship between pathological tympanometry.

Conclusion: As the athlete's training years increased, neurosensory type hearing loss (40%) was observed in pure audio audiometry tests. It is thought that hearing loss may develop due to deformations in the inner ear caused by barotrauma and hypoxia. It is recommended that regular screening of ear health and protective measures should be taken.

References: 1. Turkish Underwater Sports Federation Web site[homepage on the internet].Istanbul 2017 [cited 2005 may 13].Available from:<http://tssf.gov.tr/sualti-ragbisi/>

2. Lee KJ. Essential Otolaryngolgy(Çev:Metin Önerci) 8.Baskı Kitabevi, İstanbul,2004.s:477-484.

Obez ve Aşırı Kilolu Erkek Çocuklarda 4 Haftalık Düşük Şiddetli Fiziksel Aktivite Programının Karaciğer Enzim Düzeyleri Ürik Asit Üre Ve Kreatinkinaz Aktivitesine Etkisi

¹Zarife Pancar, ¹Mustafa Özdal, ²Vedat Çınar

¹Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Gaziantep

²Fırat Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Elazığ

Email : z.pancar01@gmail.com, ozdalm@hotmail.com, cinarvedat@hotmail.com

Amaç: Bu çalışmanın amacı 4 haftalık düşük şiddetli fiziksel aktivite programının obez ve aşırı kilolu erkek çocuklarda karaciğer enzim düzeyleri ürik asit üre ve kreatinkinaz aktivitesine etkisinin araştırılmasıdır.

Yöntem: Araştırmaya 12-14 yaş aralığında 27 erkek çocuk; obez grup 12, kilolu grup 15 olarak iki gruba ayrıldı. Grupların oluşturulmasında obeziteyi belirlemek için, bireyin vücut ağırlığının (kg), boy uzunluğunun (m) karesine bölünmesiyle ($BKI=kg/m^2$) elde edilen değer olan Beden Kitle İndeksi (BKİ) kullanılmıştır. Çalışmaya katılan çocuklara 4 hafta süresince haftada 3 gün, günde 60 dakika süren seçilmiş sportif oyunlar ve süresi giderek artan yürüyüş programı uygulandı. Çalışmanın başlangıcında ve bitiminde olmak üzere istirahat halinde alınan plazma kan örneklerinde AST, ALT, ALP, ürikasit, üre ve kreatinkinaz seviyeleri tespit edildi. Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizinde, SPSS 22.0 istatistik programı (SPSS Inc., Chicago, Illinois, ABD) kullanıldı. İki grupların karşılaştırılmasında Independent Samples T ve grupların ön test ve son testleri arasındaki farkın analizi için Paired Samples T testleri kullanıldı.

Bulgular: Uygulama sonunda obez grubun ön test ve son test değerlerinde vücut ağırlığında son test lehine düşüş, kreatinkinaz ve ALP değerlerinde son test lehine anlamlı bir artış tespit edilmiştir. Kilolu grubun ise vücut ağırlığı, BMI' de son test lehine düşüş, ALP değerlerinde son test lehine anlamlı bir şekilde artış tespit edilmiştir. Her iki grubun gruplar arası tüm değerlerinde, anlamlı bir değişim tespit edilmemiştir. ($p>0,05$).

Sonuç: Sonuç olarak, 12-14 yaş aralığındaki çocuklarda 4 haftalık düşük şiddetli fiziksel aktivite programı uygulamasının vücut ağırlığı, BMI, ALP ve kreatinkinaz aktivitesinde değişime sebep olduğu söylenebilir. Sonuç olarak, 12-14 yaş aralığındaki çocuklarda 4 haftalık düşük şiddetli fiziksel aktivite programı uygulamasının vücut ağırlığı, BMI, ALP ve kreatinkinaz aktivitesinde düşüşe sebep olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel aktivite, AST, ALP

The Effect of 4-Week Low Intensity Physical Activity Program on the Liver Enzyme Levels of Uric Acid Urea and Creatine Kinase Activity in Obese and Overweight Children

Objective: The aim of this study is to investigate the effect of 4 weeks of low intensity physical activity program on urinary acid urea and creatine kinase activity in obese and overweight boys.

Methods: A total of 27 boys in the 12-14 age range; obese group 12 and overweight group 15 were divided into two groups. The Body Mass Index (BMI), which is the value obtained by dividing the body weight (kg) of the individual by the height (m) ($BMI = kg / m^2$), was used to determine obesity in the formation of the groups. Children who participated in the study during the 4 weeks 3 days a week, games and sporting selected time period of 60 minutes a day walking program applied increasingly. AST, ALT, ALP, uric acid, urea and creatine kinase levels were determined in plasma blood samples taken at rest and at the beginning and end of the study. In the statistical analysis of the data obtained in the study, SPSS 22.0 statistical program (SPSS Inc., Chicago, Illinois, ABD) was used.

Paired Samples T tests were used to analyze the difference between the Independent Samples T and the pre-test and post-test of the groups in the comparison of the binary groups.

Results: At the end of the study, there was a significant decrease in body weight, creatine kinase and ALP values in the pre-test and post- test values of the obese group in favor of the post test; body weight, BMI, and ALP values of the other overweight group were significantly lowered in favor of the post test at the pretest and posttest values. There was no significant change in all values between groups of both groups ($p>0,05$).

Conclusions: As a result, it can be concluded that the 4 week low intensity physical activity program in children aged 12-14 years

Amerikan Futbolu Oynayan Sporcularda Peroneus Longus Kası Üzerine Uzun Süreli Elektrik Stimülasyonu Uygulamasının Statik Ve Dinamik Dengeye Etkisi

²Yavuz Lima, ²Çetin İşleğen, ¹Özgür Özkaya, ¹Ramazan Aydınoglu, ¹Görkem Aybars Balcı

¹Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir

²Ege Üniversitesi Spor Hekimliği Anabilim Dalı, İzmir

Email : yavuz.lima@ege.edu.tr, cetin.islegen@ege.edu.tr, ozgur.ozkaya@ege.edu.tr, ramazan.aydinoglu@ege.edu.tr, gorkem.aybars.balcı@ege.edu.tr

Giriş ve amaç: Ayak bileği yaralanmaları tüm spor yaralanmaları içinde ilk sırada yer almaktadır. Ancak bu yaralanmaların önlenmesi konusuna gereken önem verilmemektedir. Elektrik stimülasyonu uygulaması peroneus longus kasının kuvvet artışına ve bu nedenle ayak bileği yaralanmaları azalmasını sağlayabilir. Bu çalışmanın temel amacı sağlıklı sporcularda peroneus longus kası üzerine uzun süreli elektrik stimülasyonu uygulamasının denge üzerindeki etkisini incelemektir.

Yöntem: Çalışmaya erkekler üniversite liginde mücadele eden, iyi düzeyde antrene ve sağlıklı 40 Amerikan futbolu oyuncusu katıldı. 36 katılımcıya her iki bacak izometrik kas kuvvetleri, statik ve dinamik dengeyi değerlendirecek şekilde ilk testler yapıldı. Katılımcılar 19 çalışma, 17 kontrol grubu olacak şekilde ikiye ayrıldı. Çalışma grubuna beş hafta boyunca haftada üç gün elektrik stimülasyonu uygulandı. Elektrik stimülasyonu 80 Hz 200 µs dalga boyu ile bifazik asimetrik rektangüler akım kullanılarak uygulandı. 16 çalışma, 16 kontrol grubu olacak şekilde 32 katılımcı ile son testler alındı. Ortalama değerler arası farklar SPSS programında tekrarlanan ölçümler testi ve post-hoc olarak LSD kullanılarak analiz edildi. $p \leq 0.05$ düzeyi anlamlı kabul edildi.

Bulgular: Uygulanan elektrik stimülasyonu sonrası çalışma grubu dominant taraf ilk test-son test eversiyon ve dorsal fleksiyon kas kuvvetlerindeki farklılıklar anlamlı bulundu ($p=0.041$ ve $p=0.017$). Kontrol grubundaki kuvvet farkları anlamlı değildi ($p>0.05$). Çalışma grubu ilk test-son test dominant taraf statik front-back salınım, dominant taraf dinamik mediolateral salınım ve çoklu eksen denge verileri arasındaki farklılıklar hipotezi destekler nitelikte anlamlı idi (sırasıyla $p=0.05$, $p=0.027$ ve $p=0.015$). Kontrol grubu statik front-back salınım denge verileri arasındaki farklılık da anlamlı bulundu ($p=0.029$).

Sonuç: Çalışmanın ana hipotezi olan sağlıklı sporcularda uzun süre elektrik stimülasyonu uygulamasının statik ve dinamik dengeye olumlu etki göstereceği savı teyit edildi.

Anahtar Kelimeler: Elektro-Stimülasyon, Musculus Peroneus Longus, Denge

The Effect Of Long Term Electrical Stimulation Of The Peroneus Longus Muscle On The Static And Dynamic Balance Of American Football Players

Introduction and aim: Ankle injuries are the most common injuries in all sports injuries. However, not enough care is given to prevent these injuries. The application of electrical stimulation may increase the strength of the peroneus longus muscle and thus reduce the ankle injuries. The main purpose of this study was to examine the effect of long-term electrical stimulation of the peroneus longus muscle on the balance of healthy athletes.

Methods: A total of 40 well-trained male American football players taking part in the university league participated in the study. Thirty-six participants underwent initial testing to assess both their leg muscle isometric strength, and static/dynamic balances. Participants were divided into two groups as 19 study and 17 control. Nineteen participants of study group received electrical stimulation three times a week for five weeks.

Electrical stimulation was performed using asymmetrical rectangular biphasic pulses; frequency=80Hz, pulse duration= 140 μ s. Trials were conducted with the remaining 32 participants, including the 16 controls. Then, SPSS 20.0 was used for repeated measures and LSD as post-hoc based on means. Level of $p \leq 0.05$ was considered as significant. Results: Following electrical stimulation application, the testing group's dominant side first test-final test mean differences in muscle strength during eversion and dorsal flexion improved ($p=0.041$ and $p=0.017$ respectively). The strength differences in the control group were not significant ($p>0.05$). Differences between the first test-final test scores for the dominant side's static front-back sway, dynamic mediolateral sway, and multiaxial equilibrium support the hypothesis that the testing group would improve in the given aspects was significant ($p=0.05$, $p=0.027$ and $p=0.015$ respectively). The difference between the static front-back sway balance data set for the control group was also significant ($p=0.029$).

Conclusion: The main hypothesis of the study such that long-term electrical stimulation in healthy athletes would have a positive effect on static and dynamic balance

Ön Çapraz Bağ Cerrahisi Geçirmiş Bireylerde Cross-Over Eğitimin Spora Dönüş Sonuçları Üzerine Etkisi

¹Gülcan Harput, ¹Gülcan Harput, ¹Leyla Eraslan, ¹Serdar Demirci, ¹Taha İbrahim Yıldız, ²Burak Ulusoy, ¹Volga Bayrakçı Tunay

¹Hacettepe Üniversitesi, Ankara

²Karatekin Üniversitesi, Çankırı

Email : aktasgulcan@gmail.com, aktasgulcan@yahoo.com, tacina_87@hotmail.com, fztserdar@hotmail.com, yldztahaibrahim@gmail.com, fztburakulusoy@gmail.com, volgamel@yahoo.com

Giriş ve Amaç: Ön çapraz bağ (ÖÇB) rehabilitasyonu ile birlikte karşı taraf (kontralateral) ekstremitte kuvvetlendirme programının spora dönüş sonuçlarında etkili olup olmadığına dair yeterli bilgi bulunmamaktadır. Bu çalışmanın amacı ÖÇB cerrahisi sonrası kontralateral kuvvet eğitiminin ameliyatlı taraf kas kuvveti ve sıçrama performansına olan etkisini araştırmaktır.

Yöntem: Hamstring tendon grefti ile ÖÇB cerrahisi geçirmiş 29 hasta (Yaş: 27.7±7.9 yıl, BMI:26.3±7.9 kg/m²) çalışmaya dahil edildi. Katılımcılar rast gele olarak iki gruba ayrıldı: Grup 1 (n=15) ve Grup 2 (n=14). Cerrahi sonrası 4. haftada, Grup1 standart rehabilitasyona ek olarak 60°/s açısal hızda sağlam taraf eksentrik quadriceps ve hamstring kuvvetlendirme programına başladı. Eğitim haftada 3 kere olacak şekilde 8 hafta boyunca yapıldı. Grup 2 ise standart rehabilitasyon programına devam etti. Cerrahi sonrası 6. ayda 60°/s ve 180°/s açısal hızlarda Quadriceps ve hamstring izokinetik kas kuvveti ve tek bacak sıçrama testi değerlendirildi. Ekstremitte simetri indeksi (ESI) [(etkilenmiş bacak/sağlam taraf)x100] veri analizinde kullanıldı. İstatistiksel analizde Independent sample t testi kullanıldı.

Bulgular: Quadriceps kuvvet simetrisi ve sıçrama performansı gruplar arasında farklı bulunmadı (p>0.05). Hamstring kuvveti ise gruplar arasında farklı bulundu. Grup 2'nin hamstring kuvvet simetrisi 60°/s (p=0.01) ve 180°/s (p=0.01) açısal hızlarında daha büyüktü.

Sonuç: Bu çalışma, ÖÇB cerrahisi sonrası cross-over eğitiminin kuvvet gelişimi ve sıçrama performansında etkili olmadığını gösterdi. Bunun yanında, sağlam taraftaki kuvvetteki artış iki bacak arasında kuvvet dengesizliğine yol açtığından, en az %90 kuvvet simetrisini gözetten spora dönüş kararını olumsuz yönde etkileyebilir. Kaynaklar: 1-Lee et al. Sports Med 2007 2-Lindsey et al. JAT 2014

Effects Of Cross-Over Training On Return To Sports Outcomes in Patients With Anterior Cruciate Ligament Reconstruction

Introduction and Aim: There is limited information whether anterior cruciate ligament (ACL) rehabilitation with contralateral strength training could improve the return to sport outcomes after ACL reconstruction. The aim of this study was to investigate the effects of contralateral training effect on muscle strength, hop performance of the reconstructed limb after ACL reconstruction. Methods: 29 patients (Age: 27.7±7.9 years, BMI:26.3±7.9 kg/m²) who had undergone ACL reconstruction with hamstring tendon autograft were included in this study. The participants were randomly assigned into two groups: Group 1 (n= 15) and control (n=14). At 4 weeks after surgery, Group 1 started to exercise their uninvolved limb in eccentric mode quadriceps and hamstring strengthening at 60°/s, 3 times per week for 8 weeks in addition to the standard ACL rehabilitation program, while the control group continued to the standard ACL rehabilitation program. Quadriceps and hamstring isokinetic strength at 60°/s and 180°/s and single leg hop performance were evaluated at 6 months after surgery. Limb symmetry index (LSI) [(involved leg/uninvolved leg)x 100] was used for data analysis. Independent sample t test was used for statistical analysis.

Results: There was no significant difference between groups in terms of quadriceps strength LSIs at 60°/s ($p=0.92$) and 180°/s ($p=0.71$) and hop performance ($p=0.42$). However, hamstring strength LSIs were found significantly different between groups that control groups showed greater LSI for hamstring strength at 60°/s ($p=0.01$) and 180°/s ($p=0.01$).

Conclusion: Cross-over training seems not to be effective for strength recovery and hop performance of the reconstructed limb after ACL reconstruction. Besides, strength increments in healthy limb due to isokinetic training could cause strength asymmetries between the two leg and it may negatively affect return to sport decision as at least 90% of strength LSI is need for return to sport.

References: 1-Lee et al. Sports Med 2007 2-Lindsey et al. JAT 2014

Menstrual Döngünün Toplam ve Bölgesel Vücut Kompozisyonu Üzerine Etkisi

¹Yasemin Güzel, ²Mehmet Gören Köse, ²Fatma Eroğlu, ²Tahir Hazır, ²Ayşe Kin İşler, ¹Şükran Nazan Koşar

¹Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Egzersizde Beslenme Ve Metabolizma Anabilim Dalı

²Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü, Spor Ve Antrenörlük Anabilim Dalı

Email : ysmonur@gmail.com, gorenkose@hacettepe.edu.tr, fatmamertoglu@gmail.com, thazir@hacettepe.edu.tr, ayse.kinisler@hacettepe.edu.tr, nazankosar@gmail.com

Giriş ve amaç: Menstrual döngü boyunca gözlenen hormonal değişikliklerin, vücut fonksiyonlarını ve bileşenlerini etkilediği bilinmektedir. Menstrual döngünün fazları ve vücut kompozisyonu arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar yıllardır olmakla birlikte, luteal fazda vücudun hangi bölgelerinde sıvı veya ağırlık artışı olduğuna ilişkin çalışma bulunmamaktadır. Bu çalışmanın amacı, menstrual döngünün farklı fazlarının toplam ve bölgesel vücut kompozisyonu üzerine etkisini incelemektir.

Gereç ve yöntem: Çalışmaya 18-29 yaş aralığında, son 6 aydır menstrual düzensizlik yaşamamış ve hormon preparatı kullanmayan, 28-35 günlük menstrual döngü aralığına sahip 20 rekreatif olarak aktif kadın gönüllü katılmıştır. Menstrual döngünün fazları estradiol(E2) ve progesteron(PRO) hormon analizi ile teyit edilmiştir (Mid-foliküler faz(MF) için E2(pg.ml⁻¹):73,17±1,23, PRO (ng.ml⁻¹):0,52±0,30, Luteal faz(LF) için E2(pg.ml⁻¹):151,70±61,58, PRO (ng.ml⁻¹):8,79±6,85). Katılımcılar aynı menstrual döngünün luteal ve foliküler fazında çağırılarak, vücut kompozisyonu ölçülmüştür. Boy uzunlukları stadiometre ile, vücut ağırlıkları ve vücut suyu biyoelektrik impedans(BIA) yöntemiyle ölçülmüştür. Vücut kompozisyonları toplam ve bölgesel olarak 2 fazda da aynı koşullarda(12 saatlik açlık sonrası, hidrate durumda) Dual Energy X-Ray Absorptiometry(DXA) ile belirlenmiştir. Luteal ve foliküler fazlar arasında vücut kompozisyonu yönünden farklılık olup olmadığı Bağımlı İki Örneklem t testi yöntemiyle analiz edilmiştir.

Sonuç ve Kaynaklar: Katılımcıların yaş ortalamaları 20,65±2,54 yıl, boy uzunlukları 167,90±7,24cm'dir. MF ve LF'da tekrarlanan antropometrik ölçümlerde sırasıyla vücut ağırlığı (62,70±10,37kg; 63,28±10,50 kg;p<0,05), kas kitlesi (42,07±5,66kg; 42,76±5,53kg;p<0,05), yağsız vücut kitlesi(44,70±5,99kg; 45,37±5,88kg;p<0,00), yağ yüzdesi (29,16±5,80%;28,56±5,96%;p<0,00) olarak belirlenmiştir. Vücut kompozisyonu bölgesel olarak incelendiğinde, iki faz arasında android (2,74±0,37kg;2,85±0,38 kg) ve jinoid (6,78±0,96 kg; 6,97±0,10 kg) bölge kas kitlesi, android (2,79±0,38 kg; 2,90±0,39 kg) ve jinoid (7,04±0,99 kg; 7,2±1,07 kg) bölge yağsız vücut kitlesi, gövde kas kitlesi (20,20±2,78 kg; 20,74±2,61 kg) ve gövde yağsız vücut kitlesindeki (21,00±2,91kg; 21,54±2,74 kg) değişimler anlamlıdır (p<0,01). Buna karşılık, iki fazda android ve jinoid bölge yağ yüzdesi ve gövde yağ yüzdesindeki değişim anlamlı değildir (p>0,05). Sonuç olarak, kadınlarda vücut kompozisyonu ölçümünde, menstrual döngünün fazı dikkate alınmalı, doğru sonuç elde etmek için foliküler fazda ölçüm gerçekleştirilmelidir.

The Effects Of Menstrual Cycle On Total And Regional Body Composition

Purpose: The hormonal changes during the menstrual cycle affect body functions and composition. Although numerous studies investigating the relationship between menstrual cycle and body composition have been carried out, to our knowledge, there is no study reporting the regions of the body have increased fluid retention or body weight in the luteal phase. The aim of this study was to demonstrate the changes in body composition during the menstrual cycle.

Methods: Body composition and anthropometric measurements throughout the menstrual cycle were carried out in a sample of 20 (18-29years old) naturally menstruated (28-35days, without hormonal supplementation or therapy), recreationally active women. The menstrual cycle phases were confirmed by hormone analysis (Mid-follicular phase(MP) E2 (pg.ml⁻¹): 73,17±31,23, PRO(ng.ml⁻¹): 0,52±0,30, Luteal phase (LP) E2 (pg.ml⁻¹):151,70±61,58, PRO(ng.ml⁻¹): 8,79±6,85). Height, body mass, total body water were

measured with a stadiometer and BIA, respectively. Total and regional body composition were determined with DXA during MP and LP under the same conditions. Paired samples t-test was used to determine the body composition differences between the menstrual cycles.

Results: Significant differences were found between MP and LP in terms of weight ($62,70 \pm 10,37\text{kg}$; $63,28 \pm 10,50\text{kg}$; $p < 0,05$), muscle mass ($42,07 \pm 5,66\text{kg}$; $42,76 \pm 5,53\text{kg}$; $p < 0,05$), fat free mass ($44,7 \pm 5,9\text{kg}$; $45,3 \pm 5,8\text{kg}$; $p < 0,00$) and fat% ($29,16 \pm 5,80\%$; $28,56 \pm 5,96\%$; $p < 0,00$). Also android ($2,74 \pm 0,37\text{kg}$; $2,85 \pm 0,38\text{kg}$) and gynoid ($6,78 \pm 0,96\text{kg}$; $6,97 \pm 0,10\text{kg}$) muscle mass, android ($2,79 \pm 0,38\text{kg}$; $2,90 \pm 0,39\text{kg}$) and gynoid ($7,04 \pm 0,99\text{kg}$; $7,2 \pm 1,07\text{kg}$) fat free mass were significantly different between MP and LP. There were also significant differences in trunk muscle mass ($20,20 \pm 2,78\text{kg}$; $20,74 \pm 2,61\text{kg}$) and trunk fat free mass ($21,00 \pm 2,91\text{kg}$; $21,54 \pm 2,74\text{kg}$) between the phases. Whereas, the changes in android and gynoid fat% and trunk fat% were not significant. As a result, while measuring the body composition in women, menstrual phases needs to be taken into account and if possible, the measurement be performed during the MP.

Teknokent Çalışanlarında Fiziksel Aktivite Düzeyi, Genel Yaşam Kalitesi ve İş Performansı İlişkisi

¹Hakan Kuru, ¹Mustafa Levent İnce

¹Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara

Email : hkuru@metu.edu.tr, mince@metu.edu.tr

Düzenli yapılan fiziksel aktivitenin bireylerin genel sağlığına olumlu etkisi birçok çalışmada gösterilmiştir. Bununla birlikte özellikle ofislerde çalışan kişilerin düşük fiziksel aktiviteye düzeyine bağlı sağlık problemlerine daha açık oldukları da ilgili alan yazında sıkça ifade edilmektedir. Teknoloji ve yazılım geliştirme işlerinde çalışan mühendis ve uzmanlarında genelde ofis ortamlarında uzun süreli çalışmaları nedeniyle düşük fiziksel aktivite düzeyine sahip olmaları ve yetersiz fiziksel aktiviteye bağlı sağlık ve iş performansı sorunları yaşamaları olasıdır. Bu çalışmanın amacı teknoloji geliştirme ve yazılım sektöründe yer alan teknokent çalışanlarının fiziksel aktivite düzeyleri, genel yaşam kaliteleri ve iş performansları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Çalışma verileri Ankara, İstanbul, Bursa, İzmir, Eskişehir ve Bolu illerindeki teknokentlerde çalışan 405 kişidir (231 erkek; 174 kadın). Katılımcıların yaş ortalaması 32.27 yıldır (SD=6.8). Veriler Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi-Kısa Form, EQ-5D Genel Yaşam Kalitesi Ölçeği ve Sağlık ve İş Performansı Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Veri analizi için betimleyici istatistik ve basit doğrusal regresyon testleri kullanılmıştır ($p<0.05$). Bulgulara göre, katılımcıların ortalama 1068.2 (SD=1108.4) met-dk/hafta fiziksel etkinlik yaptığı ve EQ-5D sağlık yararlanım endeks ortalama puanlarının 0.14 (SD=0.9) olduğu saptanmıştır. Katılımcıların ortalama iş performansları düzeylerini % 81.1 (SD=1.0) olarak algıladıkları görülmüştür. Katılımcıların yaşam kaliteleri ile fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde ise yüksek ve orta şiddette fiziksel aktivite ile yaşam kalitesi endeks skorları arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($p<0.05$). Yaşam kaliteleri ile iş performansları incelendiğinde ise anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir ($p<0.05$). Ayrıca fiziksel aktivite düzeyleri ile iş performansları arasındaki ilişki incelendiğinde ise iş performansı ile yüksek ve orta şiddette fiziksel aktivite arasında anlamlı ilişki bulunmuştur ($p<0.05$). Elde edilen sonuçlar teknokent çalışanlarının fiziksel aktivite düzeylerinin çok düşük olduğunu ve bunun yaşam kalitelerini ve iş performanslarını olumsuz etkilediğini ortaya çıkarmıştır. Teknokent çalışanlarının yaşam kalitelerinin ve iş performanslarının artırılması için fiziksel aktivite düzeylerinin arttıracak müdahale/egitim çalışmalarına ihtiyaç vardır.

The Relationship Between Physical Activity Level, Quality of Life and Work Performance in Technopolis Employees

The health benefits of doing regular physical activity have been shown in many studies. However, it is stated in the literature that especially employees working in offices are more vulnerable to health problems due to low physical activity level. Engineers and specialists working in information technologies and software development jobs often have low levels of physical activity due to long hours of work in the office environment. As a result, there are health and work performance problems associated with the inadequate physical activity. The purpose of this study is to examine the relationship between the physical activity levels, quality of life and work performances of technopolis employees in information technologies and software development sector. 405 participants (231 men&174 women) working in technopolises in Ankara, İstanbul, Bursa, İzmir, Eskişehir and Bolu participated in this study. The mean age of participants was 32.27 years (SD = 6.8). Data were collected using the International Physical Activity Questionnaire-Short Form, the EQ-5D General Quality of Life Scale and the Health and Work Productivity Questionnaire. Descriptive statistics and simple linear regression tests were used for data analysis ($p<0.05$). According to findings, participants were found to have an average of 1068.2 (SD = 1108.4) MET-min/week and 0.14 (SD = 0.9) of EQ-5D index scores. Perceived average job performance was 81.1% (SD = 1.0). There was a significant association between quality of life and moderate and vigorous physical activity ($p<0.05$). There was no significant relationship between quality of life and job performances ($p<0.05$). Moreover, there was a significant association between job performance and vigorous and medium level physical activity ($p<0.05$). The results indicated that physical activity levels of technopolis employees were low and negatively affects the quality of life and work performance. There is a need for intervention/training activities that promotes physical activity levels of employees.

SB376

Erkek Bireylerde Mulligan Traksiyon Düz Bacak Kaldırma Tekniğinin Esneklik ve Hareket Açısına Akut Etkisi

¹Fatma Ünver, ¹Meryem Büke, ²Emine Akbulut, ¹Fatih Kayhan Telef, ¹Veysel Uludağ

¹Pamukkale Üniversitesi, Fizik Tedavi Ve Rehabilitasyon YO, Denizli/ Türkiye

²Denizli Devlet Hastanesi, Denizli/Türkiye

Email : funver@pau.edu.tr, meryem_buke@hotmail.com, akbulutemine7@gmail.com, kayhantelef48@gmail.com, vuludag15@posta.pau.edu.tr

Giriş ve Amaç: Amacımız m. hamstring kısıtlamalarını önlemek için kullanılan Mulligan çekiş tekniğinin esneklik ve hareket açıklığı (ROM) üzerine akut etkisini belirlemektir. Yöntem: Bu çalışmada, yaş ortalaması 22.9 ± 2.77 yıl olan 14 sağlıklı erkek üniversite öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların demografik verileri alınarak düz bacak kaldırma pozisyonu açıklanmıştır. Her iki bacak için düz bacak kaldırma test pozisyonu uygulanmıştır. Bu pozisyonda aktif ve pasif ROM değerleri telefondaki dijital gonyometre uygulama (Goniometer Records) ile ölçülmüştür. Test sırasında yaşanan ağrı ve gerginlik, 10 cm'lik görsel analog skalası (VAS) ile sorgulanmıştır. Esnekliği ölçmek için otur uzan test kullanılmıştır. Test sırasında ulaşılan mesafeler santimetre (cm) olarak kaydedilmiştir. Ölçümler aynı fizyoterapistler tarafından yapılmıştır. İlk ölçümler yapıldıktan sonra, Mulligan Comcept eğitimi alan fizyoterapist her iki alt ekstremité için mulligan traksiyon tekniğini uygulamış ve ölçümler tekrarlanmıştır.

Bulgular: Traksiyon sonrası elde edilen sonuçlara göre, ROM değerleri ($0.000 \leq p \leq 0.003$) ve otur uzan test ($p = 0.034$) skorlarında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Düz bacak kaldırma sırasında hissedilen gerginlik değeri her iki bacakta azalmıştır. Fakat bu azalış istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p > 0.05$).

Sonuç ve Kaynaklar: Sonuç olarak, Mulligan traksiyon tekniği ROM değerlerini ve esneklik sonuçlarını anlamlı derecede değiştirebildiği gösterilmiştir. Bu nedenle, yaralanmayı önlemek ve esnekliği artırmak için Mulligan traksiyon tekniğini egzersizlere eklemek yararlıdır.

Anahtar kelimeler: Traksiyon, Hareket açıklığı, Fiziksel terapi yöntemleri, Esneklik

The Acute Effect Of Mulligan Traction Straight Leg Raise Technique On Flexibility And Range Of Motion in Male People

Introduction and Purpose: Our aim is to determine the acute effect of the Mulligan traction technique used to prevent m.hamstring limitations on flexibility and range of motion (ROM). Methods: In this study, 14 healthy male university students with an average age of 22.9 ± 2.77 years participated as volunteers. After the demographic data of the participants were taken, straight leg raise position has been described. Straight leg raise test position has applied for both legs. The active and passive ROM values at the position has measured by the digital goniometer application (Goniometer Records) on the phone. The pain and tension during the test have questioned with a 10-cm visual analog scale (VAS). A sit and reach test was used to measure flexibility. The distances reached during the test were recorded in centimeters (cm). Measurements has made by the same physiotherapists. After the first measurements were taken, the physiotherapist trained by Mulligan Comcept applied the mulligan traction technique for both lower extremities and the measurements were repeated.

Results: According to results obtained after traction, there was a significant differences were found in the ROM values ($0.000 \leq p \leq 0.003$) and the sit and reach test ($p = 0.034$) scores. The tension value felt during straight leg raise decreased in both legs. But, this decrease was not statistically significant ($p > 0.05$).

Conclusion: As a result, the Mulligan traction technique has been shown to be able to acutely change the results of ROM values and flexibility. It is therefore useful to include the Mulligan traction technique in the exercises to prevent injury and increase flexibility.

Keywords: Traction, Range of motion, Physical Therapy Modalities, Flexibility

SUNULMADI

SB434

Farklı Omuz Abduksiyon Açılarında Yapılan Skapular Retraksiyon Egzersizleri Sırasında Deltoid/Rotator Kılıf Kas Aktivitesinin İncelenmesi

¹Hande Güney-Deniz, ¹Gülcan Harput, ¹İrem Düzgün

¹Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : hande.guney@hacettepe.edu.tr,

Giriş ve amaç: Omuz abduksiyonu sırasında Deltoid aktivitesine karşı Rotator Kılıf kasları humerusun yukarı translasyonunu kontrol etmektedir. Deltoid ve Rotator Kılıf kasları arasında oluşan kuvvet dengesizliği omuz sıkışma sendromuna ve rotator kılıf kas yırtıklarına neden olabilir. Bu çalışmanın amacı farklı omuz abduksiyon açılarındaki yapılan skapula retraksiyon egzersizleri sırasında deltoid ve rotator kılıf kas aktivitesini incelemektir.

Yöntem: Çalışmaya omuz problemi olmayan 21 kişi (yaş: 22.9 ± 2.8 yıl, boy: 169.3 ± 9.5 cm, kilo: 65.5 ± 12.9 kg) dahil edildi. Skapula retraksiyon egzersizleri sırasında Deltoid ve İnfraspinatus kas aktivasyon düzeyini ölçmek için yüzeysel elektromiyografi (TELEmyo DTS, Noraxon USA, Inc, Scottsdale, AZ) kullanıldı. Egzersizler sırasında, bireylerden her omuz abduksiyon açısında (0° , 45° , 60° ve 90°) elastik bant ile dirençli skapula retraksiyonu yapması istendi. Skapula retraksiyon egzersizleri sırasında Deltoid:İnfraspinatus oran değişiklikleri, tekrarlı ölçümler için ANOVA testiyle değerlendirildi.

Bulgular: Skapular retraksiyon egzersizinin Deltoid:İnfraspinatus oranına etkisi anlamlı bulundu ($F(2,41) = 42.23$, $p < 0.001$). Omuz 0° abduksiyon pozisyonunda Deltoid:İnfraspinatus oranı, 45° ($p < 0.001$), 60° ($p < 0.001$) ve 90° ($p < 0.001$) omuz abduksiyonu ile kıyaslandığında daha düşük bulundu. Deltoid:İnfraspinatus oranı 45° ile 60° ($p = 0.049$) ve 60° ile 90° ($p = 0.01$) omuz abduksiyonu sırasında farklılık göstermekteydi. Omuz abduksiyon açısı arttıkça Deltoid:İnfraspinatus oranının arttığı belirlendi.

Sonuç: Omuz abduksiyon derecesi arttıkça Deltoid aktivitesinin artması buna karşılık İnfraspinatus kas aktivitesinin göreceli olarak sabit kalması omuz sıkışma sendromunu tetikleyebilir. Omuz ağrısı olan veya cerrahisi geçiren kişilerde erken dönemde 0° - 45° aralığındaki açılar kullanılarak yapılan retraksiyon egzersizlerinin daha güvenli olacağı düşünülmektedir.

Kaynaklar: Michener LA, Sharma S, Cools AM, Timmons MK. Relative scapular muscle activity ratios are altered in subacromial pain syndrome. J Shoulder Elbow Surg. 2016;25(11):1861-1867.

Investigation Of Deltoid / Rotator Cuff Muscle Activity During Scapular Retraction Exercises in Various Shoulder Abduction Angles

Introduction & Objectives: Rotator cuff muscles control the translation of the humerus against deltoid activity during shoulder abduction. Strength imbalances between these muscles can cause shoulder impingement syndrome and rotator cuff tears. The purpose of this study was to investigate deltoid and rotator cuff muscle activity during scapular retraction exercises performed at various shoulder abduction angles.

Methods: Twenty-one participants (age: 22.9 ± 2.8 years, height: 169.3 ± 9.5 , weight: 65.5 ± 12.9) with no shoulder problems were included in the study. Surface electromyography (TELEmyo DTS, Noraxon USA, Inc, Scottsdale, AZ) was used to measure the Deltoid and Infraspinatus muscle activation levels. During these exercises, the participants were asked to perform resistant scapular retraction with elastic band at each shoulder abduction angle (0° , 45° , 60° and 90°). Deltoid: Infraspinatus ratio changes during scapula retraction exercises were analyzed by repeated measures of ANOVA.

Results: There was significant exercise effect on deltoid: infraspinatus ratio ($F(2,41) = 42.23, p < 0.001$). The Deltoid: Infraspinatus ratios were higher at 45 ° ($p < 0.001$), 60 ° ($p < 0.001$) and 90 ° ($p < 0.001$) shoulder abduction compared to 0 ° position. Deltoid: Infraspinatus ratios were also different between 45 ° and 60 ° ($p = 0.049$) and between 60 ° and 90 ° ($p = 0.01$). Deltoid: Infraspinatus ratio increased, as the shoulder abduction angle increased.

Conclusion: The increased deltoid activity relative to stable muscle activity of the during increased shoulder abduction degrees might lead to shoulder impingement. It is thought that the retraction exercises ranges between 0 ° and 45 ° might be more safer for people with shoulder pain or in the early period after shoulder surgery.

References: Michener LA, Sharma S, Cools AM, Timmons MK. Relative scapular muscle activity ratios are altered in subacromial pain syndrome. J Shoulder Elbow Surg. 2016;25(11):1861-1867.

SB588

Co Enzim Q10 Ve Çinko Takviyesiyle Birlikte Uygulanan Yüzme Egzersizlerinin Genç Erkek Sporcularda Ast-Alt Metabolizması Üzerine Etkisinin İncelenmesi

¹Vedat Çınar, ²Yahya Polat, ¹Taner Akbulut, ²Kerimhan Kaynak, ²İrfan Marangoz

¹Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

²Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kayseri

Bu çalışmanın amacı 8 haftalık yüzme egzersiziyle birlikte uygulanan çinko ve CoQ10 takviyesinin, AST-ALT metabolizması üzerindeki etkisinin belirlenmesidir. Araştırmaya 18-22 yaş grubunda aktif spor yapan 36 erkek sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar eşit sayıda 4 gruba ayrılmıştır. Gruplar: 1.Grup: çinko takviyeli grup (Ç), 2. Grup: Koenzim Q10 takviyeli grup (Q), 3. Grup: Sadece egzersiz yapan kontrol grubu (K), 4.Grup: Çinko ile birlikte Koenzim Q10 takviyeli grup (ÇQ) olarak oluşturulmuştur. Araştırma grubunun ilk hafta uygulama öncesinde istirahat (ÖTD), egzersiz sonrasında ön test yorgunluk (ÖTY) ve 8 haftalık takviye sonrasında egzersiz öncesi son test dinlenik (STD) ve egzersiz sonrası son test yorgunluk (STY) durumunda alınan serum örneklerinden AST ve ALT seviyeleri belirlenmiştir. Yapılan analizler sonucunda, sekiz haftalık yüzme egzersizinin AST değerlerinde sadece çinko takviyesi almış grupta; 8 hafta sonunda dinlenik değerin yorgunluk değerlerine göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). ALT değerlerinde ise çinko takviyesi almış grupta sekiz haftalık egzersizin yorgunluk değerleri, egzersizden önceki dinlenik ve sekiz hafta sonraki dinlenik değerlerinden daha düşük olduğu saptanmıştır Kontrol grubunda ise yorgunluk (STY) değerleri son test dinlenik (STD) değerlerinden değerlerinden daha düşük çıkmıştır ($p<0.05$). Çinko ve Q10 takviyesi almış grupta ise hem STY ve STD hem de STD ve OTD arasında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Sonuç olarak, AST ve ALT metabolizması üzerinde 8 haftalık yüzme egzersizleriyle birlikte uygulanan çinko ve CO enzim Q10 takviyesinin etkili olduğu belirlenmiştir. AST ve ALT metabolizmasının etkinliğinde antioksidan takviyesinin önemli katkılar sağlayacağı söylenebilir.

Examination On The Effect Of Swimming Exercises Applied With Co Enzyme Q10 And Zinc Supplementation On The Ast-Alt Metabolism in Young Athletes

In that study, it has been aimed to determine the effect of zinc and CoQ10 supplementation applied with 8-week swimming exercises on AST-ALT metabolism. Our study was conducted on 36 voluntary male athletes aged 18-22 who do physical exercises actively. The participants were divided equally into 4 groups. The groups were constituted in that way: 1st Group: Group which is supplied with zinc (Z), 2nd Group: Group which is supplied with Coenzyme Q10 (Q), 3rd Group: Control Group who does physical exercises (C) and 4th Group: Group which is supplied with Zinc and Coenzyme Q10 (ZQ). At the first week of the study, AST and ALT levels of the participants were measured from the samples which were drawn from the participants at pre-exercise resting period (PRP), post-exercise pre-test fatigue (PTF) and pre-exercise post test rested (PTR) and post-exercise posttest fatigue (PTF) after 8-week supplementation period. In consequence of the conducted analysis, it was identified that rested AST levels of the group supplied with zinc were higher than their fatigue levels after 8-week supplementation period ($p<0.05$). As for ALT values of the group supplied with zinc, the posttest fatigue values were found lower than the pre-exercise rested and after 8- week exercise rested values ($p<0.05$). The posttest fatigue (PTF) values of the control group were determined lower than their posttest rested (PTR) values ($p<0.05$). It was identified statistically significant differences between not only PostTF and PostTR values but also PostTR and PreTR values of the group supplied with Zinc and Coenzyme Q10 ($p<0.05$). Consequently, it was confirmed that zinc and CoQ10 supplementation applied with 8-week swimming exercises had influence over the AST and ALT metabolism. It can be said that the antioxidant supplementation makes significant contributions as the AST and ALT metabolism are active.

Genç Sporcularda Yüzme Egzersizleriyle Birlikte Uygulanan Co Enzim Q10 Ve Çinko Takviyesinin Kas Hasarı ve İlgili Enzimler Üzerine Etkisi

²Yahya Polat, ³Zait Burak Aktuğ, ¹Taner Akbulut, ¹Vedat Çınar

¹Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

²Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kayseri

³Ömer Halisdemir Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Niğde

Bu çalışmanın amacı, Çinko ve CO enzim Q10 takviyesi ve yüzme egzersizlerinin kas hasarı ve ilgili kas enzimleri üzerine etkisinin incelenmesidir. Araştırmaya 18-22 yaş grubunda aktif spor yapan 36 erkek sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar eşit sayıda 4 gruba ayrılmıştır. Gruplar: 1.Grup: çinko takviyeli grup (Ç), 2. Grup: Koenzim Q10 takviyeli grup (Q), 3. Grup: Sadece egzersiz yapan kontrol grubu (K), 4.Grup: Çinko ile birlikte Koenzim Q10 takviyeli grup (ÇQ) olarak oluşturulmuştur. Araştırma grubunun ilk hafta uygulama öncesinde istirahat (ÖTD), egzersiz sonrasında ön test yorgunluk (ÖTY) ve 8 haftalık takviye sonrasında egzersiz öncesi son test dinlenik (STD) ve egzersiz sonrası son test yorgunluk (STY) durumunda alınan serum örneklerinden LDH, CK, CK-MM, Ürik asit seviyeleri belirlenmiştir. Tüm gruplarda analiz edilen 4 enzim için ön test dinlenik ile ön test yorgunluk değerleri arasında ve son test dinlenik ile son test yorgunluk seviyeleri arasında anlamlı farklılıklar saptanmıştır ($p<0.05$). Aynı şekilde Ön Test-Son Test değerlerinin karşılaştırılmasında da her 4 enzimde de anlamlı artışların meydana geldiği belirlenmiştir ($p<0.05$). Ayrıca gruplar kendi içerisinde karşılaştırıldığında, çinko ve CO enzim Q10'nun beraber kullanılması ile sadece çinko veya CO enzim Q10 kullanılması arasında bir farklılık olmadığı ($p>0.05$) görülmüştür. Sonuç olarak, kas hasarının azaltılmasında 8 haftalık yüzme egzersizleriyle uygulanan çinko ve CO enzim Q10 takviyesinin etkili olduğu belirlenmiştir. Ayrıca çinko ve CO enzim Q10 kullanımı arasında etkinlik yönünden farklılık olmadığı ve beraber kullanılmasının ayrı ayrı kullanılmasına göre üstünlük sağlamadığı tespit edilmiştir. Kas hasarını önlemede antioksidan takviyesinin performansı önemli derecede arttıracakı düşünülmektedir

Effect Of Co Enzyme Q10 And Zinc Supplementation Applied With Swimming Exercises On Muscle Damage And Related Enzymes in Young Athletes

In this study, it has been aimed to determine the effect of zinc and CO enzyme Q10 supplementation and swimming workouts on muscle damage and related muscle enzymes. Our study was conducted on 36 voluntary male athletes who do physical exercises actively. The participants were divided equally into 4 groups. The groups were constituted in that way: 1st Group: Group which is supplied with zinc (Z), 2nd Group: Group which is supplied with Coenzyme Q10 (Q), 3rd Group: Control Group who does physical exercises (C) and 4th Group: Group which is supplied with Zinc and Coenzyme Q10 (ZQ). At the first week of the study, LDH, CK, CK-MM, uric acid levels of the participants were measured from the samples which were drawn from the participants at pre-exercise resting period (PRP), post-exercise pre-test fatigue (PTF) and pre-exercise post test rested after 8-week supplementation period (PTR) and post-exercise posttest fatigue (PTF). It was identified statistically significant differences between the pre-test rested and pre-test fatigue values and also posttest rested and posttest fatigue levels ($p<0.05$). Similarly, as the pretest and posttest values were compared, it was identified significant increases in all 4 enzymes ($p<0.05$). Furthermore, when the groups were compared in themselves, it was not observed any differences between the use of zinc with CO enzyme Q10 and sole use of zinc or CO enzyme Q10 ($p>0.05$). Consequently, it was confirmed that 8-week swimming exercises supplied with zinc and CO enzyme Q10 was effective in reducing muscle injuries. Moreover, it was determined there was no difference in effectiveness of the use of zinc and CO enzyme Q10 and co-use of them did not overtower the effect of their respective usage. It is believed that antioxidant supplementation usage in preventing muscle injury will increase the sportive performance.

A Study On Current Researches On Relationship Between Benign Hypermobility Syndrome (Hms) And Sports

¹Eren Uluöz

¹Cukurova University, School Of Physical Education And Sports, Adana / Turkey

Email : *proferde@hotmail.com*

HMS is defined as a clinical syndrome in which joints have a range of motion over normal without relation to a rheumatic disease. HMS has been reported to cause chronic pain in some people, although in the community about 5-15% of healthy individuals show no symptoms. The aim of this study is to point to the relationship between HMS and sport. In recent years, studies on sports and HMS have reported that HMS provides some advantages in sport branches that require flexibility, such as gymnastics, ballet, and dance. In addition, studies in some sports have reported that HMS does not increase the injury risk. There is not a statistically significant difference of injury rates between HMS and non-HMS groups in Blokland et al.(2017) elite female soccer players, Collinge and Simmonds (2009) footballers and Tokish et al.(2017)'s studies. However, it has been reported in many studies that HMS has increased the injury risk, especially in sports involving physical. In a meta-analysis of Pacey et al.(2010), Huston et al.(2000) reported that HMS increased the risk of disability particularly in the knee joint. Similarly, Uluöz(2007) (volleyball), Smith et al.(2005) (netball), Konopinski et al. (2012) (soccer), Stewart and Burden(2004) (rugby) reported that there was a statistically significant relationship between HMS and sports injuries. In Conclusion, HMS syndrome is a condition in which sedentary individuals often have no problem during life. However, it is a discomfort that should be taken into consideration because it causes injuries in joints especially in individuals who perform physical activity and sports at different levels. It may be thought that taking necessary precautions such as detailed health checks especially in selection of athletes, use of protective materials and rehabilitation applications will help prevent sports injuries which cause negative effects on athletes, clubs and health budgets.

Postmenopozal Obez Kadınlarda 10 Haftalık Aerobik Egzersiz Programının Leptin, Kemik Dönüşüm Belirteçleri ve Glukoz Homeostazı Üzerine Etkisi

¹Yasemin Güzel, ¹Muhammed Mustafa Atakan, ¹Süleyman Bulut, ¹Hüseyin Hüsrev Turnagöl, ¹Tahir Hazır, ¹Şükran Nazan Koşar

¹Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : ysmnonur@gmail.com, atakan.hacettepe@gmail.com, slmbulut@gmail.com, husrevturnagol@gmail.com, thazir@hacettepe.edu.tr, nazankosar@gmail.com

Giriş ve Amaç: Menopoz döneminde östrojen azalması ile birlikte obezite artmakta ve kemik sağlığı bozulmaktadır. Obezitenin artması ise hem kemik sağlığını olumsuz etkilemekte hem de insulin direnci oluşma riskini artırmaktadır. Diğer taraftan orta şiddetli aerobik egzersize katılımın obezite ve ilişkili sağlık sorunlarını önlemek ve tedavi etmek için önemli bir faktör olduğu bilinmektedir. Son yıllarda obezite ve kemik sağlığı açısından üzerinde durulan bir konu olan “Kemik-yağ ve kas etkileşimi” göz önünde bulundurulduğunda, bu etkileşimde önemli rol oynayan osteokalsin, leptin ve glukoz homeostazının postmenopozal kadınlarda aerobik egzersizden nasıl etkilendiği araştırılmamıştır. Bu nedenle, bu çalışmanın amacı postmenopozal obez kadınlarda 10 haftalık aerobik egzersizin serum osteokalsin, leptin ve glukoz dengesi üzerine etkilerini incelemektir.

Yöntem: Bu çalışmaya 24 obez postmenopozal kadın (50-62 yaş arası; BKİ≥30 kg/m²) katılmıştır. Katılımcılar rastgele yöntemle kontrol grubu (n=12) ve egzersiz grubu (n=12) olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Egzersiz grubu 10 haftalık orta şiddetli egzersiz programına (25-40 dk/gün, 3gün/hafta, %50-70 rezerv kalp atım hızı aralığında) katılmıştır. Egzersiz programından önce ve sonra besin tüketim kaydı alınarak analiz edilmiş; vücut kompozisyonu Dual energy X-Ray absorptiometry (DXA) ile, VO₂ max ve dinlenik metabolik hız indirekt kalorimetri ile ölçülmüş, kan analizleri tekrarlanmıştır. Egzersiz etkisi ve gruplar arasındaki farklılığı analiz etmek amacıyla tekrarlı ölçümlerde ANOVA yöntemi kullanılmıştır.

Bulgular: Egzersiz grubunda vücut ağırlığı ve yağ kitlesi anlamlı olarak azalmıştır (p<0.05). Leptin düzeyinde anlamlı azalma sadece egzersiz grubunda görülürken, osteokalsin ve kemik alkali fosfataz (BALP) düzeyi anlamlı olarak artmıştır. Ayrıca glukoz dengesinin göstergesi olan glikolize hemoglobin (HbA1c) egzersiz grubunda anlamlı olarak azalırken, kontrol grubunda değişiklik olmamıştır.

Sonuç: Bu çalışmanın bulguları, postmenopozal obez kadınlarda 10 haftalık orta şiddetli aerobik egzersizin inflamatuvar bir sitokin olan leptin düzeyini azalttığını, kemik yapım belirteçlerinden osteokalsin ve BALP düzeyini artırdığını göstermektedir. Ayrıca düzenli egzersiz programına katılan kadınların glukoz homeostazında da iyileşme görülmektedir. Bu değişiklikler düzenli egzersizi takiben ve vücut kompozisyonunun iyileşmesi ile birlikte görülmüştür.

Effect of Exercise Training on Leptin, Bone Turnover Markers and Glucose Homeostasis in Postmenopausal Obese Women

Purpose: In postmenopausal period, reduction in estradiol, as well as an increase in obesity, lead to deterioration in bone health. Increase in obesity negatively affects bone health and increases the risk of developing insulin sensitivity. On the other hand, participation in moderate-intensity aerobic exercise training (AET) is known as a substantial factor both to prevent and to treat obesity-induced health problems. When the interaction among bone, obesity, and muscle is taken into consideration, it has not been researched that how aerobic exercise training would affect osteocalcin, leptin and glucose homeostasis (GH) which play important role in this interaction in postmenopausal obese women. In this context, the aim of this study was to determine the effect of 10weeks aerobic exercise training on leptin, bone turnover markers and GH in postmenopausal obese women (PMW).

Methods: 24 obese PMW (aged 50-62 years; BMI ≥ 30 kg/m²) randomly assigned into two groups: Control (n=12) and Exercise (n=12). Exercise group performed AET (25-40 min/day, 3 days/week at 50-70% of heart rate reserve) for 10 weeks. Food intake, body composition, VO₂ max, resting metabolic rate (RMR) and blood analysis were measured before and after training program. VO₂ max and RMR were determined using indirect calorimeter. Repeated measure ANOVA was used to analyze treatment effects and group differences. Results: Body weight and fat mass were significantly reduced after AET in obese PMW. There was a marked increase in osteocalcin and bone-alkaline phosphatase and significant decrease in leptin levels in AET group. Although glycated haemoglobin (HbA1c) was reduced significantly in exercise group, there was no significant change in control group.

Conclusion: 10 weeks moderate intensity AET decreases leptin, an inflammatory cytokine and increases osteocalcin and BALP, bone formation markers. Glucose homeostasis improves in women participating in regular exercise program. These changes have been found after participating in regular exercise program and improving body composition.

Farklı Branşlarda Düzenli Spor Yapan Bireylerle Sedanter Bireylerin Ldh, Ck-Mm, Albümin ve Kalsiyum Seviyeleri Açısından Karşılaştırılması

¹Hacı Bayram Temur, ¹Muzafer Selçuk, ²Vedat Çınar, ¹Mücahit Sarıkaya, ²Taner Akbulut

¹Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu \ Van

²Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi \ Elazığ

Email : temurbay@hotmail.com, muzsel@hotmail.com, cinarvedat@hotmail.com, mucahit.sarikaya@hotmail.com, akbuluttaner23@gmail.com

Amaç: Bu araştırmada farklı branşlarda aktif olarak spor yapan ve spor yapmayan kişilerin LDH, CK-MM, Albümin ve Kalsiyum seviyelerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırmada farklı branşlarda aktif olarak spor yapan ve spor yapmayan toplamda 76 (174,57 boy, 65,67 kilogram) yer almıştır. Katılımcılardan alınan kan örneklerinden LDH, CK-MM, Albümin ve Kalsiyum Seviyelerinin tayini yapılmıştır. Veriler SPSS 22.0 paket program kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin analizinde One Way Anova testinden faydalanılmış olup gruplar arasındaki farklılığı belirlemek için Tukey HSD testi uygulanmıştır. Bulgular: Ulaşılan veriler analiz edildiğinde gruplar arasında LDH, CK-MM, Albümin ve Kalsiyum seviyelerinde anlamlı bir farklılık olduğu ortaya konmuştur ($p<0.05$). Bu farklılıkların LDH’ da Hentbolculardan, CK-MM ve Kalsiyumda sedanter bireylerden, Albüminde ise Basketbol oynayan bireylerden kaynaklandığı tespit edilmiştir. Sonuç: Araştırma sonucunda düzenli olarak spor yapan ve spor yapmayan bireylerin LDH, CK-MM, Albümin ve Kalsiyum Seviyelerinde farklılıklar olduğu görülmüştür. Bu farklılığın oluşmasında düzenli olarak yapılan egzersizin önemli rolünün olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz, Sporcu, Sedanter, Karaciğer enzimleri

Comparison Of Sedanter Individuals From Regular Sports Individuals With Different Branches With Lower Ldh, Ck-Mm, Albumin And Calcium Levels

Purpose: In this study, it was aimed to determine LDH, CK-MM, Albumin and Calcium Levels of people who are actively doing sports and not doing sports in different branches. Methods: In the research in different branches actively engaged in sports and doing sports in a total of 76 (174.57 height, 65.67 kilograms) took place. LDH, CK-MM, Albumin and Calcium Levels were identified from blood samples from participants. The data were analyzed using the SPSS 22.0 package program. One-way Anova test was used in the analysis of the data and Tukey HSD test was applied to determine the difference between the groups. Findings: When the data were analyzed, it was found that there was a significant difference in LDH, CK-MM, Albumin and Calcium levels among the groups ($p<0.05$). These differences were found to be attributable to the handball players in LDH, the sedanter individuals in CK-MM and Calcium, and the basketball players in the Album. Discussion and Conclusion: As a result of the research, it was seen that there were differences in LDH, CK-MM, Albumin and Calcium Levels of individuals who regularly do sports and do not exercise. Regarding this difference, it can be said that regular exercise is an important role.

Keywords: Exercise, Athlete, Sedanter, Liver enzymes

SB918

Egzersizin Açlık Üzerine Etsi

¹Serife Vatansever, ²Nurcan Demirel, ¹Nimet Haşıl Korkmaz

¹Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa

²Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

Email : serifevatansever@yahoo.com, ,

Amaç: Bu araştırmanın amacı farklı akut egzersizlerin subjektif açlık skoru üzerine etkilerini incelemektir. Yöntem: Çalışmaya 10 sağlıklı erkek gönüllü olarak katılmış ve çalışma öncesi katılımcılar bilgilendirilerek yazılı olarak izinleri alınmıştır. Katılımcılar, randomize çapraz dizayn yöntemine göre 1,5 saatlik dört denemeye (3 egzersiz ve 1 kontrol) katılmıştır. Egzersiz denemesinde katılımcılar 3 farklı egzersiz protokolü uygulamışlardır (direnc, direnc+dayanıklılık, dayanıklılık). Kontrol denemesinde katılımcılar 1.5 saat dinlenmiştir. Subjektif açlık hissi skorları, başlangıçta (-20) ve başlangıçtan sonra 0, 20, 40, 60 ve 90. dakikalarda 100 mm görsel analog skalası (VAS) ile belirlenmiştir.

Bulgular: Denemeler arasındaki açlık skorları değişikliklerini belirlemek için tekrarlı ölçümlerde çift yönlü ANOVA analizi kullanılmıştır. Denemeler arasında anlamlı fark bulunması halinde denemelerde ve denemeler arasında belirli zaman aralıklarındaki farklara tekrarlı ölçümlerde ANOVA ve Bonferroni post-hoc testleri ile bakılmıştır. Çift yönlü ANOVA sonuçlarına göre açlık skorlarında deneme ($p=0.040$) deneme x zaman ($p=0.035$) ve zaman ($p=0.000$) etkisi vardır. Dayanıklılık+direnc egzersizleri denemesi kontrol ($p=0.042$) ve direnc egzersizi denemesine ($p=0.030$) göre açlık hissini daha fazla arttırmaktadır.

Sonuç: Sonuç olarak, akut direnc + dayanıklılık egzersizi sağlıklı erkeklerde iştahı arttırmaktadır.

Anahtar kelimeler: Egzersiz modu, açlık, kilo kontrolü

Effect of Exercise on Hunger

Aim: This study investigated the effects of different acute exercise mode on subjective hunger rating. Method: Ten healthy male subjects participated voluntarily in the study and written informed consent was obtained from all subjects before participation. Subjects undertook four, 1,5 h trials (3 exercises and 1 control) in a randomized crossover design. In the exercise trials subjects were performed three different exercise protocol (resistance, resistance+endurance, endurance). In the control trial, subjects rested for 1,5 h. Ratings of subjective feelings of hunger was reported on 100 mm visual analogue scales (VAS) at baseline (-20) and at 0, 20, 40, 60 and 90 mins after baseline.

Result: Repeated-measures, two factor ANOVA was used to examine differences between the four trials over time for hunger change. Between-trial differences at each time point were examined using repeated measures ANOVA and Bonferroni post hoc tests when significant interactions were found. Two-way ANOVAs revealed significant trial ($p=0.040$) trial x time effects ($p=0.035$) and time ($p=0.000$) effects for hunger. Endurance+resistance exercise trial increases the feeling of hunger more than resistance exercises trial ($p=0.030$) and control trial ($p=0.042$).

Conclusion: In conclusion, acute resistance+endurance exercise increases appetite in healthy male.

Keywords: Exercise modes, hunger, weight control

SPORDA PSİKOSOSYAL ALANLAR / PSYCHOSOCIAL FIELDS IN SPORT

Egzersiz ve Spor Psikolojisi **Exercise and Sport Psychology**

Sporda Prosoyal ve Antisosyal Davranışlar: Kişilik Tipi ve Ahlaki Kimliğin Rolü

¹Ender Şenel, ¹Mevlüt Yıldız, ²İbrahim Yıldırım

¹Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla

²Gazi Üniversitesi, Ankara

Email : endersenel@gmail.com, mevlutyildizz@gmail.com, yildiran@gazi.edu.tr

Amaç: Bu çalışmanın amacı, vücut temaslı spor dallarında, aktif olarak müsabakalara katılan sporcuların prososyal ya da antisosyal davranışlar sergilemesinde kişilik tipi ve ahlaki kimlik rolünün incelenmesidir. Bu çalışmada, iki farklı model önerilmiştir. Birinci modelde, ahlaki kimliği içselleştirme davranışının düzenleyici rolü üzerinden dışadönüklüğün prososyal ve antisosyal davranışlar üzerindeki olumlu etkisinin arttığı, ikinci modelde ise ahlaki kimliği içselleştirmenin aracı rolü üzerinden psikotizizimin olumsuz etkisinin azaldığı öne sürülmüştür.

Yöntem: Araştırmaya, çeşitli branşlarından 296 sporcu katılmıştır. Veriler, Kavussanu ve Boardley (2009) tarafından geliştirilen ve Sezen-Balçıklı (2013) tarafından Türkçeye uyarlanan Sporda Prosoyal ve Antisosyal Davranışlar Ölçeği, Aquino ve Reed (2002) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması Yılmaz ve Yılmaz (2015) tarafından yapılan Ahlaki Kimlik Ölçeği ve Francis ve ark. (1992) tarafından geliştirilen, Türkçeye Karancı, Dirik ve Yorulmaz (2007) tarafından uyarlanan Eysenck Kişilik Anketi kullanılarak toplanmıştır. Modellerle ilişkin analizler AMOS programında Path analizi kullanılarak yapılmıştır.

Bulgular: Ahlaki kimliği içselleştirme ile prososyal takım arkadaşı arasında pozitif yönlü, anti sosyal takım arkadaşı ve anti sosyal rakip arasında negatif yönlü ilişki bulunmuştur. Dışadönüklük ile prososyal takım arkadaşı ve prososyal rakip pozitif, anti sosyal takım arkadaşı boyutu negatif yönde ilişkilidir. Psikotizizm boyutu ile prososyal takım arkadaşı boyutu arasında negatif yönlü, anti sosyal takım arkadaşı ve anti sosyal rakip boyutları arasında pozitif yönlü ilişki gözlemlenmiştir.

Sonuç: Psikotizizm özellikleri sergileyen sporcuların daha az prososyal davranış ve daha fazla antisosyal davranışlar sergilediği, ancak ahlaki kimliği içselleştirme yaklaşımı ile psikotizizimin prososyal davranışlar üzerindeki olumsuz etkisinin azaldığını söylemek mümkündür. Dışadönük kişilik özellikleri sergileyen sporcuların daha fazla prososyal davranış sergilediğini, içselleştirme yaklaşımı aracılığı ile dışadönüklük özelliğinin prososyal davranış üzerindeki olumlu, antisosyal davranışlar üzerindeki negatif etkisini artırdığını söylemek mümkündür. Dışadönük sporculara ahlaki kimliği içselleştirme yaklaşımları kazandırılmasıyla birlikte, sporcuların daha çok prososyal daha az antisosyal davranış sergileyeceklerini söylemek mümkündür. Psikotizizm özellikleri sergileyen sporcuların, ahlaki kimliği içselleştirme yaklaşımını benimsemelerine yönelik verilecek desteğin, bu sporcuların prososyal davranışlarını artırırken, antisosyal davranışlarını azaltacağı söylenebilir.

Prosocial And Antisocial Behaviors In Sport: The Roles Of Personal Traits And Moral Identity

Purpose: The aim of this study is to examine the roles of personal traits and moral identity in displaying prosocial and antisocial behaviors by athletes actively participating in team and individual sports in which have body contact. In this study, two different models were hypothesized. In the first model, it was proposed that the positive effect of extraversion on prosocial and antisocial behaviors increased with the moderator role of internalization of moral identity; in the second model, it was proposed that the negative effect of psychoticism on prosocial and antisocial behaviors decreased with the mediator role of internalization of moral identity.

Method: 296 athletes from various branches participated in this study. Data was collected by using Prosocial and Antisocial Behaviors in Sport Scale, developed by Kavussanu and Broadley (2009), adapted to Turkish by Sezen-Balçıklı (2013), Moral Identity Scale, developed by Aquino and Reed (2002), adapted Turkish by Yılmaz and Yılmaz (2015),

Eysenck Personality Questionnaire, developed by Francis et al. (1992), adapted to Turkish by Karancı, Dirik and Yorulmaz (2007). Models were analyzed in AMOS program by using Path analysis. Results: Internalization of moral identity was correlated with prosocial teammate positively, antisocial teammate and opponent negatively. Positive correlation was found between extraversion and prosocial teammate and opponent, negative correlation was found between extraversion and antisocial teammate.

Conclusion: It can also be stated that extravert athletes exhibit more prosocial behaviors, however with the role of internalization of moral identity, positive effect of extraversion on prosocial behaviors increases, negative effect of it on antisocial behaviors decreases. It is possible to conclude that extravert athletes will display more prosocial and less antisocial behaviors with the acquisition of internalization of moral identity. The support that athletes are taught to adopt internalization can lead to increase prosocial behaviors and decrease antisocial behaviors.

Ortaöğretim Okulu Öğrencilerinin Spor Yapma Durumlarına Göre Kaygı ve Öz Güven Düzeylerinin İncelenmesi (Muğla İl Merkezi Örneği)

¹Hüseyin Kırmıoğlu, ²Mehmet Dalli, ²Burcu Demirel

¹Muş Alparslan Üniversitesi/Muş

²Sıtkı Koçman Üniversitesi/Muğla

Email : hkirim2005@yahoo.com, mehmetdalli@mu.edu.tr, burcudemirel48@gmail.com

Bu araştırma, Muğla İl Merkezinde Milli Eğitim Bakanlığına bağlı olarak eğitim-öğretim hizmeti veren ortaöğretim öğrencilerinin spor yapma durumlarına göre kaygı ve öz güven düzeylerinin incelenmesine odaklanmıştır. Katılımcıların kaygı ve öz güven düzeylerini belirlemek için araştırmacılar tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu”, Akın (2007) tarafından geliştirilen “Öz Güven Ölçeği” ve Spielberger, Gorsuch ve Lushene tarafından 1970 yılında geliştirilen “Spielberger Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri (STAI)”ölçeği kullanılmıştır. Katılımcıların kaygı ve öz güven düzeyleri, cinsiyet, spor yapma durumları, algılanan gelir seviyeleri ve spor branşları açısından mukayese edilmiştir. Araştırma, tarama modelinin kullanıldığı bir çalışmadır. Araştırmanın evrenini Muğla il merkezindeki devlet ortaöğretim okullarına (Turgut Reis, Muğla, Gazi, Sosyal Bilimler, Mesleki ve Teknik ve Kanuni Sultan Süleyman Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi)devam eden 3241 ortaöğretim öğrencisi oluşturmuştur. Örneklem gurubunu ise, 371'i kadın, 305'i erkek olmak üzere genel toplamda 676 ortaöğretim okulu öğrencisi oluşturmuştur. Verilerin değerlendirilmesinde ve hesaplanmış değerlerin bulunmasında, SPSS 22.0 istatistik paket programı kullanılmıştır. Normallik sınavına göre normal dağılım göstermeyen veriler için nonparametrik testlerden Mann-Whitney U ve Kruskal Wallis H testleri kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, katılımcıların spor yapma değişkeni açısından yapılan analiz sonuçlarına göre, sporcu katılımcıların, toplam özgüven, iç-özgüven, dış-özgüven ve durumluluk kaygı düzeyleri, sedanter katılımcılara oranla daha yüksek bulgulanmış olup, sporcu katılımcılar lehine sonuçlanmıştır ($p<.000$). Buna karşın, sürekli kaygı düzeyleri bakımından sporcu ve sedanter katılımcılar arasında istatistiksek olarak anlamlı bir farklılığa rastlanamamıştır. Katılımcıların cinsiyet değişkeni açısından yapılan analiz sonuçlarına göre, erkek katılımcıların, toplam özgüven, iç-özgüven ve durumluluk kaygı düzeyleri, kadın katılımcılara oranla anlamlı düzeyde yüksek bulgulanmıştır ($p<.05$). Buna karşın, cinsiyet değişkeni bakımından, dış-özgüven ve sürekli kaygı düzeyleri arasında anlamlı farklılığa rastlanamamıştır($p>.05$). Bu çalışmanın katılımcıları açısından, sporcu kimliğine sahip olmanın, özgüven ve kaygı düzeylerine pozitif yönde etki ettiği, erkek katılımcıların, kadın katılımcılardan daha yüksek öz güven bildirdikleri söylenebilir.

Reviewing High School Students' Anxiety And Self-Confidence Levels In Terms Of Doing Sports (Muğla City Center Sample)

This study aimed at reviewing anxiety and self-confidence levels of high school students who studied at high schools located in Muğla city center under Ministry of National Education in terms of doing sports. In order to measure anxiety and self-confidence levels of the participants; “Personal Information Form” designed by researchers, “Self-confidence Scale” developed by Akın and “Spielberger State and Trait Anxiety Scale” designed by Spielberger in 1970 were used. Participants' anxiety and self-confidence levels were compared to variables of sex, doing sports, perceived economic income and sportive branches. The study was designed in screening model. The population of the study was composed of 3241 students who attended public high schools (Turgut Reis, Muğla, Gazi, Social Sciences, Vocational and Technical and Kanuni Sultan Süleyman Vocational and Technical Anatolian High School) located in Muğla city center. Sample of the study was consisted of 676 high school students; 371 of whom were female students while 305 of them were male students. For the assessment of the data; SPSS 22.0 statistical software was employed. For the data that did not follow a normal distribution according to normality test, nonparametric Mann-Whitney U and Kruskal Wallis H tests were used. According to findings obtained and participants' analysis results concerning doing sports variable; it was identified that sportive participants' total self-confidence, internal self-confidence, external self-confidence and state anxiety levels were higher than sedentary participants on behalf of sportive participants ($p<.000$). On the other hand; no statistically significant difference was found between sportive participants and sedentary participants in terms of trait anxiety.

According to participants' analysis results concerning sex variable; it was identified that male participants' total self-confidence, internal self-confidence and state anxiety levels were significantly higher than female participants ($p < 0.05$) whereas no statistically significant difference was found in external self-confidence and trait anxiety in terms of sex variable ($p > 0.05$). In this

Sporcuların Narsisizm Düzeyleri İle Tutkunluk Boyutları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

²Ercan Ateş, ¹Ferudun Dorak, ¹Lale Yıldız, ¹A.Meliha Canpolat

¹Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir

²Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa

Email : ercanates.post@gmail.om, ferudun.dorak@ege.edu.tr, laleyildiz84@gmail.com, monursal@yahoo.com

Giriş ve Amaç: Son yıllarda sporcu bireylerin kişilikleri üzerinde yapılan çalışmalarda narsisizm kavramı dikkat çekmektedir. Narsisizm en basit tanımıyla bireyin kendini beğenmesi, zihinsel ve fiziksel özellikleri yönünden üstün görmesi olarak tanımlanabilir (Tazegül, 2012). Tutum ve davranışlara yön verebilen narsisizm, sporcularda performans açısından olumlu ya da olumsuz sonuçlar doğurabilmektedir. Narsist bireyler, spor alanlarında becerilerini en üst düzeyde sergilemek ve dikkat çekmek için yoğun çaba harcarlar, bu çabalar da tutkulu davranışlarla gerçekleşmektedir. Tutkunluk, takıntılı ve uyumlu olarak iki boyutla açıklanmaktadır. Bu çalışmada, farklı branşlardaki sporcuların narsizm düzeyleri ile tutkunluk boyutlarının bazı değişkenlere göre belirlenmesi ve aralarındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Çalışmaya 163 kadın 271 erkek olmak üzere toplam 434 sporcu katılmıştır. Katılımcılara Vallerand ve ark. (2003) tarafından geliştirilen ve Keleşek (2013) tarafından Türkçeye uyarlanan "Tutkunluk Ölçeği" ile Ames ve ark. (2006) tarafından düzenlenen ve Atay (2009) tarafından Türkçeleştirilen 16 soruluk Narsistik Kişilik Envanteri uygulanmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistik, t testi, ANOVA ve tutkunluk ile narsisizm arasındaki ilişkiyi belirlemek için 'Pearson Korelasyon analizi uygulanmıştır. Sonuç olarak, narsizm ölçeğinde cinsiyete göre üstünlük, otorite, hak iddia etme alt boyutlarında, ortalama puanlar arasında istatistiksel anlamlı bir farklılık bulunmakta ($p<.05$) ve erkek katılımcıların daha yüksek bir ortalamaya sahip olduğu görülmektedir. Yaş gruplarına göre narsizm düzeyleri karşılaştırıldığında üstünlük, teşhircilik, otorite, sömürücülük ve hak iddia etme alt boyutları arasında istatistiksel anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p<.05$), bu farklılık genç grubun (15-20 yaş) daha yüksek ortalama değerlere sahip olmasından kaynaklanmaktadır. Korelasyon analizi sonucunda narsizmin teşhircilik alt boyutu ile takıntılı tutku ($p<.01$) ve uyumlu tutku ($p<.05$) boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki belirlenmiştir. Ayrıca, narsizmin otorite ve kendine yeterlilik alt boyutları ile takıntılı tutku boyutunda pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki saptanırken, hak iddia etme alt boyutuyla uyumlu tutku boyutu arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki saptanmıştır ($p<.05$).

The Study Of Relationship Between The Levels Of Narcissism And The Dimension Of Passion Of Athletes

Introduction: The concept of narcissism has attracted attention in the studies having recently been performed on the personalities of sportive individuals. Narcissism can be defined as individual's admiring himself/herself and finding himself/herself superior in terms of his/her mental and physical features in its simplest definition. Narcissistic individuals make great efforts in order to exhibit their skills in sportive fields and to attract attention, and these efforts take place through passionate behaviors. Passion is explained in two dimensions as obsessive and compatible. In this study, it was aimed to determine the narcissism levels and passion dimensions of athletes of different branches according to some variables and to examine the relationship between them. Methodology: The study included a total of 434 athletes, 163 of whom were female and 271 were male. The participants were implemented with a "passion scale", developed by Vallerand et al. (2003) and adapted to Turkish by Keleşek (2013), and with a Narcissistic Personality Inventory of 16 items, arranged by Ames et al. (2006) and translated into Turkish by Atay (2009). Descriptive analysis, t test, ANOVA were applied in the analysis of data, and 'Pearson Correlation analysis' was applied to determine the relationship between passion and narcissism. Results: Consequently, it is found out in the narcissism scale that there is a statistically significant difference between average scores, and sub-dimensions of superiority by gender, authority, and claiming right ($p<.05$) and it is seen that male participants have higher averages. In comparing narcissism levels according to age groups, there is a statistically significant difference between sub-dimensions of superiority, exhibitionism, colonialism, and claiming right.

This difference is caused by the fact that the youngest group (15-20 age) have higher average scores. In the consequence of correlation analysis, a low level of significant relationship was determined between sub-dimension of narcissism and sub-dimension passion.

Vücut Geliştirme Sporcuların Anabolik Stereoid Kürü Öncesi Ve Sonrası Narsisizm Düzeylerinin Karşılaştırılması

Ünsal Tazegül

¹Mardin Artuklu Üniversitesi, Mardin

Email : unsaltazegul@gmail.com

Yapılan bu çalışmanın amacı, elit düzeydeki vücut geliştirme sporcularının steroid kürü öncesi ve sonrası narsisizm düzeylerini karşılaştırmaktır. Çalışma Grubunu, çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 42 stereoid kullanan vücut geliştirme sporcusu oluşturmaktadır. Ayrıca 22 kişilik kontrol grubu oluşturulmuştur. Kontrol grubundaki sporcular stereoid kullanmamıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak, 2005 yılında Colombiya Üniversitesi'nden Dr. Ames ve arkadaşları tarafından geliştirilen ve Salim Atay tarafından 2009 yılında geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılarak Türkçeleştirilen 16 soruluk "Narsistik Kişilik Envanteri" kullanılmıştır. Elde edilen verilerin çözümlenmesinde SPSS 20 paket programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde eş örneklem t testi ve tanımlayıcı istatistik analizleri uygulanmıştır. Sporcuların stereoid kürü öncesi narsisizm skoru (8,5714) olarak belirlenirken, stereoid kürü sonrası narsisizm skoru (13,4286) olarak belirlenmiştir. Yapılan istatistiki analiz sonuçlarına göre, steroid kürü sonrası sporcuların narsisizm düzeylerinde bir artış olduğu belirlenmiştir.

The Comparison Of Narcissism Levels Of Bodybuilding Athletes Before And After Anabolic Steroid Cure

The aim of the study was to compare narcissism levels of bodybuilding athletes in elite level before and after anabolic steroid cure. The sample group of the study was composed of a total of 42 bodybuilding athletes who uses steroids and voluntarily participated in the study. A control group of 22 people was also established and they did not use steroids. 16-question Narcissistic Personality Inventory (NPI- 16), which was coordinated by Daniel R. Ames and his colleagues at Colombia University in 2005; validated, trusted, and adapted to Turkish language by Salim ATAY in 2009, was used as a data collection tool. For analyses of data, Portable IBM SPSS Statistics v20 software package was used. Paired sample t-test and descriptive statistical analysis were applied in the analysis of the data. Before the steroid cure of the athletes's narcissism level was found to be (8,5714), after steroid cure of the athletes's narcissism level was found to be (13,4286). According to the statistical analysis results, it was determined that there was an increase in narcissism levels of the athletes after steroid cure.

SB113

Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk ve Utanç Eğilimi Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi

¹Ünal Türkçapar, ²Murat Atasoy, ³Murat Ozan

¹Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Besyo

²Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Besyo

³Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü

Email : turkcaparunal@hotmail.com, muratatasoy40@gmail.com, muratozan25@hotmail.com

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç eğilimi düzeylerinin farklı değişkenlere göre araştırmaktır. Araştırmada, betimsel nitelikli tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu, Kahramanmaraş Sütçü İmam üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu beden eğitimi öğretmenliği bölümünde 2016-2017 eğitim öğretim döneminde öğrenim gören toplam 100 katılımcı oluşturmaktadır. Araştırmanın verileri araştırmacı tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgiler Formu" ile Şahin ve Şahin (1992) tarafından geliştirilen ve katılımcıların utanç seviyelerini ölçmek için kullanılan utanç eğilimi ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Toplanan veriler üzerinde aritmetik ortalama, standart sapma, korelasyon, t testi ve tek yönlü varyans analizleri yapıldı (p<0.05, p<0.01). Elde edilen incelendiğinde suçluluk ile utanç seviyelerinde ve okudukları sınıf seviyelerinde anlamlı düzeyde farklılaştığı ancak cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi, Suçluluk, Utanç.

Investigations Of University Students From Different Variables Of Guilt And Shame Trends Levels

Summary The purpose of this research is to investigate the level of guilt and embarrassment of university students according to different variables. In the study, a descriptive scanning model was used. The study group consists of a total of 100 participants from Kahramanmaraş Sütçü İmam University Physical Education and Sports College Physical Education Teacher Training Department during 2016-2017 education period. The data of the study were collected using the "Personal Information Form" prepared by the researcher and the shame tendency scale developed by Şahin and Şahin (1992) and used to measure the level of shame of the participants. Arithmetic mean, standard deviation, correlation, t test and one way analysis of variance were performed on the collected data (p <0.05, p <0.01). When examined, it was concluded that the level of guilt and embarrassment and level of grades they read differed significantly but did not differ according to gender variable.

Keywords: Physical education, Guilt, Shame

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Sosyal Karşılaştırma Düzeyleri İle Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi

¹Hüseyin Eroğlu, ¹Ünal Türkçapar, ²İzzet Uçan

¹Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Besyo

²Bayburt Üniversitesi Besyo

Email : eroglu1@gmail.com, turkcaparunal@hotmail.com, izzetucan@gmail.com

Bu araştırmanın amacı, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin sosyal karşılaştırma düzeyleri ile problem çözme becerilerinin farklı değişkenlere göre araştırmaktır. Araştırmada, betimsel nitelikli tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu, 2017-2018 eğitim öğretim döneminde öğrenim gören toplam 193 katılımcı oluşturmaktadır. Araştırmanın verileri araştırmacı tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgiler Formu" ile Şahin, Durak ve Şahin (1993) tarafından Türkçe'ye uyarlanan sosyal karşılaştırma ölçeği ve Heppner ve Petersen (1982) tarafından geliştirilen ve Şahin ve ark. (1993) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan "Problem Çözme Envanteri (PÇE)" kullanılmıştır. Toplanan veriler üzerinde aritmetik ortalama, standart sapma, korelasyon, t testi ve tek yönlü varyans analizleri yapıldı ($p < 0.05$, $p < 0.01$). Elde edilen bulgular incelendiğinde bölüm ve yaş değişkenlerine göre anlamlı farklılaştığı fakat cinsiyet ve gelir değişkenlerine göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi, Sosyal karşılaştırma, Problem çözme.

Investigation Of Problem Solving Skills By Social Comparison Levels Of Physical Education And Sports School Students

Summary The purpose of this research is to investigate the social comparison levels of the students of the Physical Education and Sports College according to the different variables of the problem solving skills. In the study, a descriptive scanning model was used. The study group of the study comprises a total of 193 participants studying in the 2017-2018 education period. The social comparison scale adapted to Turkish by Şahin, Durak and Şahin (1993) and the social comparison scale developed by Heppner and Petersen (1982) and Şahin et al. (1993) used the "Problem Solving Inventory (PSI)" which was adapted to Turkish. Arithmetic mean, standard deviation, correlation, t test and one way analysis of variance were performed on the collected data ($p < 0.05$, $p < 0.01$). When the findings were examined, it was found that they were significantly different according to department and age variables but not gender and income variables.

Keywords: Physical Education, Social Comparison, Problem Solving

Hokey Hakemlerinin İş Doyumları ile Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi

¹Ali Yıldırım, ²Eren Uluöz, ²Zeynep Filiz Dinç, ³Uğur Abakay

¹Milli Eğitim Bakanlığı, Gaziantep

²Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Adana

³Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Gaziantep

Email : aliyildirim2784@gmail.com, erenuluoz_333@hotmail.com, zdinc@cu.edu.tr, uabakay@gmail.com

Giriş: Bu çalışmanın amacı hokey hakemlerinin iş doyumu ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir.

Yöntem; Araştırma, Antalya-Alanya'da yapılan Hokey Antrenör ve Hakem Gelişim Seminerine katılan 38'si erkek 15'i kadın toplam 53 hokey hakemiyle yapılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu, Maslach Tükenmişlik Envanteri (1981) ve Minnesota İş Doyum Ölçeği (1988) kullanılmıştır. Ölçeklerden elde edilen veriler ortalama, yüzde, standart sapma gibi istatistiksel yöntemlerle özetlenmiştir. İkili grupların karşılaştırmasında t-testi, çoklu grupların karşılaştırmasında One Way Anova testleri yapılmıştır.

Bulgular; Hokey hakemlerinin, cinsiyetleri, medeni durumları, yaş durumları, hakemlik dışı mesleği ve gelir durumları göz önüne alındığında iş doyumu seviyeleri ve mesleki tükenmişlik düzeyleri bakımından istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0,05$). Ancak eğitim seviyesi açısından iş doyumu seviyelerinde istatistiksel açıdan anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Buna ek olarak hakemlik yaşı ve hakemlik klasmanı değişkenleri açısından mesleki tükenmişlik düzeylerinde istatistiksel açıdan anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

Sonuç; Tükenmişlik duygusunun olumsuz etkilerini azaltmak için hokey hakemlerini tükenmişlik duygusuna yönelten mesleki ve sosyal faktörleri ortadan kaldıracak tedbirlere başvurulması gerektiği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Hokey, Hakem, İş Doyumu, Mesleki Tükenmişlik

Investigation Of Occupational Burnout And Job Satisfaction Levels Of Hockey Referees in Terms Of Various Variables

Introduction; The main purpose of this study is to examine the levels of job satisfaction and occupational burnout of hockey referees in terms of various variables. Method; The research was conducted with a total of 53 hockey referees, 38 male and 15 female, participating in the Hockey Coach and Referee Development Seminar held in Antalya-Alanya. Personal information form, Maslach Burnout Inventory (1981) and Minnesota Job Satisfaction Scale (1988) were used as data collection tools in the survey. The data obtained from the scales were summarized by statistical methods such as mean, percent, standard deviation. One-Way Anova tests were performed for comparison of multiple groups.

Findings; As a result of the research, there was no statistically significant difference between the levels of job satisfaction and occupational burnout when gender, marital status, age status, non-arbitrary profession and income status of hockey referees were taken into account ($p> 0,05$).

However, statistically significant differences were found in job satisfaction levels in terms of education level ($p < 0.05$). In addition, statistically significant differences were found in occupational burnout levels in terms of arbitrator age and referee classification variables ($p < 0.05$).

Conclusion; In order to reduce the negative effects of burnout feelings it is considered necessary to resort to measures that will remove the professional and social factors leading to the person's sense of burnout.

Keywords: Hockey, Referee, Job Satisfaction, Occupational Burnout

SB197

Farklı Branşlardaki Alt Yapı Sporcularında Ahlaki Karar Alma ve GÜDÜSEL İKLİM

¹Ayşe Türksoy, ¹Burcu Güvendi, ²Nurgül Keskin, ³Süleyman Şahin

¹İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

²Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Ağrı

³Gençlik Spor Bakanlığı, Gençlik Hizmetleri Ve Spor İl Müdürlüğü, Bursa

Email : ayseturksoy@hotmail.com, burcuguvendi@gmail.com, nurgulkeskin28@gmail.com ,

Amaç: Bu araştırmanın amacı farklı branşlardaki alt yapı sporcularında ahlaki karar alma ve güdüsel iklimin bazı bağımsız değişkenlere göre incelenmesi ve aralarındaki ilişkinin ortaya konulmasıdır. Yöntem: Araştırmanın çalışma grubunu basketbol, voleybol ve futbol branşından X yaş=15,07±1,42 olan, 280 erkek ve 161 kız olmak üzere toplamda 441 sporcu oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak; Gürpınar (2014) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Ahlaki karar alma ölçeği" ve Toros (2001) tarafından Türkçeye uyarlanan "Güdüsel iklim ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde; betimleyici istatistikler, t testi, Tek Faktörlü Varyans Analizi (ANOVA) ve Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Sporcuların ahlaki karar alma alt boyutlarından, adilce kazanmayı korumaya katıldıkları, hileyi benimsemeye katılmadıklarını, yarışma severliği benimsemede ise kararsız kaldıkları görülmüştür. Uсталık iklim ile adilce kazanmayı korumak arasında pozitif yönde orta düzeyde, hileyi benimsemek ile arasında negatif yönde düşük düzeyde ilişki görülürken, performans iklimi ile yarışma severliği benimsemek ve hileyi benimsemek arasında düşük düzeyde pozitif yönde ilişki belirlenmiştir. Yaşa göre, performans iklim, yarışma severliği benimsemek ve adilce kazanmayı korumak boyutlarında 18-20 yaş lehine anlamlı farklılık, spor yılına göre, adilce kazanmayı korumak boyutunda 7 yıl ve üzeri lehine anlamlı farklılık, cinsiyete göre, uсталık ve performans iklim boyutunda kadınların lehine ve hileyi benimsemek ve yarışma severliği benimseme boyutunda ise erkeklerin lehine anlamlı farklılık görülmüştür ($p<0.05$). Yarışma düzeylerine göre, uсталık iklim ve adilce kazanmayı korumak boyutunda kulüp sporcularının lehine anlamlı farklılık, branşa göre, performans iklim ve yarışma severliği benimseme boyunda futbolcuların lehine, uсталık iklim ve adilce kazanmayı korumak boyutlarında ise voleybolcular lehine anlamlı farklılık saptanmıştır ($p<0.05$).

Sonuç: Ahlaki karar almada sporcuların adilce kazanmayı kabul ettikleri ve hileyi benimsemedikleri görülürken yarışma severliği benimsemede yani rakibi dezavantaja uğratmak konusunda ise kararsız oldukları görülmüştür. Ayrıca motivasyonel olarak performans odaklı sporcuların kazanmak için oyun kurallarını ihlal etmeye çalışabilecekleri, uсталık yönelime sahip sporcuların ise kazanmak ve kaybetmeyi hayatın doğal bir parçası olarak gördükleri belirlenmiştir. Anahtar Kelimeler: Spor, Motivasyon, Ahlaki karar

Moral Decision Making and Motivational Climate in Infrastructure Sportsmen in Different Branches

Purpose: The aim of this research is to examine moral decision-making and motivational climate in relation to some independent variables and to reveal the relationship between them in infrastructure sportspeople in different branches.

Method: The study group consisted of 441 athletes, 280 boys and 161 girls, age of 15.07 ± 1.42 from the basketball, volleyball and football branches. The moral decision scale and the motivational climate scale were used. In the analysis; descriptive statistics, t test, one-way ANOVA and Pearson Moments Multiplication Correlation analysis were used.

Findings: It has been observed that the athletes participate in moral decision-making sub-dimensions to protect fairness, not to participate in the trickery, and to be indifferent to the liking of competition. While there is a low level of correlation between mastery climate and fairness to win in the positive direction and low level in the negative direction with the cheating, there is a low level positive relationship between the performance climate and the adoption of cheerfulness.

According to the age, to adopt fairness in performance climate, to adopt fairness of competition and to maintain fairness in the size of 18-20 years age, to the sport year, to the sport year to win fairly 7 years in size and to the difference in meaning, and in the aspect of adopting competition severity, there was a significant difference in favor of men ($p<0.05$).

Conclusion: In the moral decision, it was seen that the athletes agreed to win fairly and did not adopt the trick but it was seen that they were indecisive about the opponent disadvantage in adopting competition affinity. Motivationally, performance-focused athletes can try to violate the rules of the game in order to win, while athletes with mastery orientation have seen it as a natural part of life to win and lose.

Keywords: Sports, Motivation, Moral Decision

SB213

Üniversite Öğrencilerinde Spor ve Farklı Değişkenlerin Kararsızlık Düzeyine Etkisinin Araştırılması

²Gökhan Bayraktar, ¹Erdoğan Tozoğlu, ¹Mücahit Dursun, ²Metin Bayram

¹Atatürk Üniversitesi. Eğitim Fakültesi. Erzurum

²Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi. Besyo-ağrı

Email : gokbayraktar@gmail.com, etozoglu@hotmail.com, kartal_894@hotmail.com, metinbayram04@hotmail.com

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin kişisel kararsızlık düzeyleri üzerine, sporun ve farklı değişkenlerin ilişkisi araştırılmıştır. Araştırmaya Erzurum Atatürk Üniversitesi'nde öğrenim gören 22 yaş ortalamasındaki 218 kadın ve 213 erkek olmak üzere toplam 431 öğrenci katılmıştır. Veri toplamak amacı ile Kuzgun ve Bacanlı (2005) tarafından geliştirilen Kişisel Kararsızlık Ölçeği (KKÖ) kullanılmıştır (8). Verilerin analizinde t testi ve anova varyans testi analizi tekniklerinden yararlanılmıştır. Grupların görüşleri arasındaki fark P 0.05 anlamlılık düzeyi dikkate alınarak yorumlanmıştır. Elde edilen bulgulara göre cinsiyet, yaş ve aile yapısı değişkenlerine göre kişisel kararsızlık düzeyleri arasında farklılık olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır. Spor yapma durumları karşılaştırıldığında, araştırmacı ve aceleci kararsızlık düzeyleri arasında farklılık olduğu, spor yapanların araştırmacı ve aceleci kararsızlık düzeylerinin spor yapmayanlardan düşük olduğu ortaya çıkmıştır. Spor türü, spor yapma süresi, spor yapma nedeni ve öğrenim görmekte oldukları bölüm değişkenleri arasında, araştırmacı ve aceleci kararsızlık düzeylerinde farklılık olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Çıkan sonuçlara göre spor yapmanın araştırmacı ve aceleci kararsızlık üzerinde olumlu etkisi olduğu görülmektedir. Öneri olarak üniversite öğrencilerin okul yaşamında ve sosyal yaşamda kararsızlık düzeylerinin düşürülmesinde sporun etkisi dikkate alınarak, öğrencilerin eğitim sürecinin sportif aktivitelerle de desteklenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Kararsızlık üzerinde olumlu etki edeceği düşünülen diğer faktörlerin araştırılması da önem teşkil etmektedir.

The Impacts Of Sports And Different Variables On The Instability Level Of Undergraduates

In this research, the impacts of sports and different variables on the instability level of undergraduates are studied. A total of 431 students in the average of 22 years old, including 218 women and 213 men and studying at Erzurum Atatürk University, have participated in this research. The personal instability scale developed by Kuzgun and Bacanlı (2005) was used with the goal of collecting data (8). In data analysis, t test and ANOVA variance test techniques were used. The difference between the views of the groups has been reviewed considering P 0.05 significance level. According to findings, there are no differences at the personal instability level with respect to gender, age and family structure variables. Compared to sport participation, it is obtained that there are differences at searching and hasty instability levels. It is found that the searching and hasty instability level of graduates doing sports is lower than the level of those doing no sports. It is also found that there are differences at the searching and hasty instability level according to sports type, sports duration, reasons for doing sports and studying faculty variables. It is seen that doing sports has positive impact on the searching and hasty instability levels according to the results. In view of the results, it is advised that the education process of graduates must be supported with sports activities by taking in the consideration the impacts of doing sports for decreasing the instability level of graduates at university life and social life. It is also important to search other factors having positive impacts on the instability.

14-16 Yaş Grubu Sporcularda Ailesel GÜdüsel İklimin GÜdülenme ve Yarışma Kaygısındaki Rolü

¹Yüksel Demirkol Aydın, ²Yüksel Demirkol Aydın, ³İlhan Odabaşı

¹Haliç Üniversitesi /İstanbul

²Haliç Üniversitesi /İstanbul

³Haliç Üniversitesini /İstanbul

Email : ydemirkola@gmail.com, ydemirkola@gmail.com, ilhanodabas@yahoo.com

Bu çalışmanın amacı 14-16 yaş grubu sporcularda ebeveynler tarafından yaratılan güdüsel iklimin güdülenme ve yarışma kaygısındaki rolünü araştırmaktır. Çalışmada ayrıca, algılanan güdüsel iklim, güdülenme ve yarışma kaygısında cinsiyet, spor branşı, yarışma düzeyi ve milli sporcu olup olmamaya göre farklılıklar incelenmiştir. Çalışmaya 67 kadın ($\bar{x}$ yaş =14,84±0,82) ve 147 erkek ($\bar{x}$ yaş =15,05±0,83) toplam 214 sporcu ($\bar{x}$ yaş =14,95±0,83) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılara, White & Duda (1993) tarafından geliştirilen "Ebeveyn- Yönelimli Motivasyon İklim Ölçeği-2", Smith ve ark. (2006) tarafından geliştirilen "Sporda GÜdülenme Ölçeği", Smith ve arkadaşları tarafından (1990) geliştirilen "Spor Kaygı ölçeği SAS-2" ve araştırmacı tarafından geliştirilen "Kişisel Bilgi Formu" uygulanmıştır. Yapılan analiz sonuçlarına göre; Sporcu Kaygı Ölçeği Somatik Kaygı Alt Boyutu puanlarının toplam varyansının %23,4'ünü, Sporcu Kaygı Ölçeği Konsantrasyon Alt Boyutu puanlarının toplam varyansının %17,5'ini, Sporda GÜdülenme Ölçeği GÜdülenmeme Alt Boyutu puanlarının toplam varyansının %23,7'ini, Sporda GÜdülenme Ölçeği İçsel GÜdülenme Alt Boyutu puanlarının toplam varyansının %8,9'unu karşılamaktadır. Sonuç olarak; Anne ve babanın yarattığı güdüsel ikliminin genç sporcular üzerinde etkisi olduğu ve bu etki en fazla Sporda GÜdülenme Ölçeğinin güdülenmeme alt boyutuna ait olduğu, Somatik alt boyutun ise ikinci sırada etkili olduğu gözlemlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Genç Sporcu, GÜdüsel iklim, GÜdülenme, Kaygı

The Role of Parent Motivational Climate on Motivation and Competition Anxiety for Athletes Between 14-16 Ages

The aim of the study is to investigate parental motivational climate's role on motivation and competition anxiety with the athletes between the ages of 14-16. In addition to that, the differences about gender, sport field, competition level and being a national athlete on perceived motivational climate, motivation and competition anxiety are investigated. 67 women ($\bar{x}$ age =14,84±0,82) and 147 men ($\bar{x}$ age =15,05±0,83), in total 214 athletes ($\bar{x}$ age =14,95±0,83) have contributed voluntarily. "Parent-Initiated Motivational Climate Questionnaire- 2" by White and Duda (1993), "Sport Motivation Scale" by Smith et.al. (2006), "Sport Anxiety Scale SAS-2" by Smith et al. (1990) and "Personal Information Form" by the researcher have administered to the participants. According to the results, total variance of %23,4 in Sport Anxiety Scale Somatic subscale, total variance of %17,5 in Sport Anxiety Scale Attention subscale, total variance of %23,7 in Sport Motivation Scale amotivation subscale and a total variance of %8,9 in Sport Motivation Scale Internal Motivation subscale are found. As a conclusion, the effect of parental motivation on young athletes is found. This effect is strongest on Sport Motivation Scale amotivation subscale and weakest on Somatic subscale of Sport Anxiety Scale.

Keywords: Young Athlete, Motivational Climate, Motivation, Anxiety

SB241

Sporcu Eğitim Merkezlerindeki Atletizm Branşı Öğrenci- Sporcuların Başarı Algıları ile Spora Katılım Güdülerinin İncelenmesi

¹Yeşim Karaç, ³Faruk Yamaner

¹Spor Genel Müdürlüğü, Ankara

²Spor Genel Müdürlüğü Çorum

³Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum

Email : ysm74@hotmail.com, ysm74@hotmail.com, yamanerf@hotmail.com

Amaç: Bu çalışmanın amacı Spor Genel Müdürlüğüne bağlı olan Sporcu Eğitim Merkezlerindeki atletizm branşındaki öğrenci-sporcuların spora katılım güdüsüyle başarı algısını belirlemek ve cinsiyet ile SEM'deki yatılı-gündüzlü statüsüne göre spora katılım güdülerinin farklılaşp farklılaşmadığını incelemektir.

Yöntem: Çalışmaya, 2015-2016 eğitim-öğretim yılında kayıtlı olan 15 Sporcu Eğitim Merkezinde eğitim gören ve müsabakalara katılmış 69 kadın (Xyaş=14,33±1,67), 145 erkek (Xyaş=14,67±1,67) toplam 214 (Xyaş = 14,67±1,67) sporcu öğrenci katılmıştır. Katılımcılara Spora Katılım Güdüsü Ölçeği ve Başarı Algısı Envanteri- Çocuk Versiyonu uygulanmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistiksel teknikler, Tek Yönlü Varyans Analiz (ANOVA), Çok Yönlü Varyans Analiz (MANOVA) ve Pearson Korelasyon tekniği kullanılmıştır.

Bulgular: Analiz sonuçlarına göre, sporcuların katılım güdülerinde cinsiyet ve SEM'deki statülerine göre (yatılı/gündüzlü) istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır (p>0.05). Başarı Algısı değerleri incelendiğinde ise sporcuların görev yönelimleri arasında cinsiyet ve SEM'deki statüsü (yatılı/gündüzlü) değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu bulunmuştur (p<0.05). Bunun yanı sıra, sporcuların hedef yönelimleri ile katılım güdülerinde anlamlı pozitif ilişki tespit edilmiştir (p<0.01).

Sonuç: Sonuç olarak, kadın sporcuların görevde ustalığı gösterdiklerinde, yeni bir beceri öğrendiklerinde ve fazla çaba gösterdiklerinde erkek sporculara göre performanslarından daha fazla memnun oldukları söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Spora Katılım Güdüsü, Atletizm, Sporcu, Cinsiyet, Başarı Algısı (Bu bildiri, aynı adlı doktora tezinden üretilmiştir.)

Kaynakça: Oyar, B.Zeynep. Aşçı, F.Hülya. Çelebi, Müberra. Mülazımoğlu, Özgür. 2001, "Spora Katılım Güdüsü Ölçeği'nin Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışması", Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe J. of Sport Science

Kazak Çetinkalp Z. 2006, The Validity and Reliability Study of "The Children's Version of the Perception of Success Questionnaire-POSQCH" For Turkish Athletes

Athletics Branch in Athlete Training Centers Examination of Student-Athlete's Success Perceptions and Sports Participation Motives

Purpose: The aim of this study by examining the perception of student-athletes in the athletic branch in the Athletic Training Centers affiliated to the General Directorate of Sports, Gender, age of the spouse according to the residential-daytime status in the SEM.

Method: The study's 15 Sports Training Centers registered in the academic year of 2015- 2016. Sixty-nine female (Mage=14,33±1,67), 145 male (Mage =14,67±1,67) totally 214 (Mage = 14,67±1,67) athletes trained and participated in the field of athletics.

Participation Motivation Questionnaire (PMQ) and The Perception of Success (Child Version) were used to participants. In the analysis of the data, descriptive statistical techniques, One-way ANOVA, Multiple Variance Analysis (MANOVA) and Pearson Correlation technique were used.

Result: According to the results, there was no statistically significant difference between the participation motives of the athletes according to gender and statuses in SEM (boarding / daytime) ($p > 0.05$). When the Perception Perception values were examined, it was found that there was statistically significant difference between the task orientations of the athletes according to gender and SEM status (boarding / daytime) variables ($p < 0.05$). Besides, there was a significant positive correlation between the target orientations of the athletes and the participation motivation ($p < 0.01$).

Conclusion: In conclusion, we can say that female athletes are more satisfied with their performance compared to male athletes when they show mastery of the task, when they learn a new skill, and when they make much effort.

Keywords: Sport Participation Motivation, Athletics, Athlete, Gender, Perception of Success (This statement was produced from the same doctoral thesis)

Oyar, B.Zeynep. Aşçı, F.Hülya. Çelebi, Müberra. Mülazımoğlu, Özgür. 2001, "PMQ Validity and Reliable Study of Scale, Sports Science Journal, Hacettepe J. of Sport Science

Kazak Çetinkalp Z. 2006, The Validity and Reliability Study of "The Children's Version of the Perception of Success Questionnaire-POSQCH" For Turkish Athletes

SB267

Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüklerinde Çalışan Personellerin İş Doyum Düzeylerinin İncelenmesi

¹*Ismail Polatcan*, ²*Atalay Gacar*, ²*Zeki Coşkuneri*, ¹*Ahmet Yıkılmaz*

¹*Bitlis Eren Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Bitlis*

²*Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ*

Email : *ipolatcan@hotmail.com, agacar@firat.edu.tr, coskunerzeki@gmail.com, ayikilmaz.beu.edu.tr*

Bu araştırmada, personel ve kurum performansı açısından önemli olan iş doyumunu düzeyleri bireysel demografik özellikler (cinsiyet, yaş, eğitim durumu, iş deneyimi ve ünvan) açısından incelenmiştir. Bu araştırmanın amacı, Doğu Anadolu Bölgesinde Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüklerinde çalışanların iş doyum düzeylerinin demografik özellikler açısından incelenmesidir.

Araştırmaya 71 kadın ve 151 erkek katılmıştır. Araştırmada katılımcıların kişisel bilgilerini öğrenebilmek için kişisel bilgi formu kullanılmıştır. İş doyum düzeylerinin belirlenebilmesi için ise, Minnesota İş Doyum Ölçeği kullanılmıştır. Weiss, Davis, England ve Lofguist (1967) tarafından geliştirilen ölçek Baycan (1985) tarafından Türkçe'ye uyarlanarak geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Veriler normal dağılımdan göstermediğinden çalışanların iş doyum düzeylerinin cinsiyete göre değişip değişmediği Mann Whitney U Testi ile analiz edilmiştir. Yaş, iş deneyimi, ünvan ve eğitim durumlarına ait veriler ise Kruskal Wallis H Testi ile analiz edilmiştir.

Cinsiyet değişkenine göre erkek çalışanlar kadın çalışanlardan daha yüksek doyuma sahiptir. Yaş değişkenine göre en yüksek doyum 40- 50 yaş grubundaki çalışanlardayken, en düşük doyum ise 29-39 yaş aralığındaki bireylerde gözlenmiştir. Eğitim durumlarına göre ise lisans ve lisansüstü çalışanların en düşük iş doyumuna sahip oldukları saptanmıştır. Hizmet yılı ve deneyim değişkenlerine göre 0-4 yaş aralığındakilerin en düşük, 51 ve yaş üstünde ise en yüksek iş doyumuna sahip oldukları gözlenmiştir. Analiz sonucunda, Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüklerinde çalışanların genel doyum düzeyi yüksek derecede bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Gençlik hizmetleri, spor il müdürlükleri, iş doyumunu, demografik değişkenler

Investigation Of Satisfaction Levels Of Working Personnels Of Youth Services And Sports Directorates

In this research, job satisfaction levels that are important regarding staff and organization performance was investigated regarding individual demographic characteristics (gender, age, educational status, job experience and position). In the purpose of this research is to investigate the job satisfaction levels of employees of Youth Services and Sports Provincial Directorates in Eastern Anatolia Region in terms of demographic characteristics.

In the Research participated in 71 women and 151 men. Personal Information Form was used during the research to learn about the personal information of participants. In Research was used as a data collection tool the " Minnesota Questionnaire" developed Weiss, Davis, England ve Lofguist (1967) and developed by Baycan (1985) is a validity and reliability study in our country. Due to the reason that the data had not been collected from normal distribution, Mann Whitney U Test was used to analyze whether the job satisfaction levels vary according to the gender or not. All data with age, job experience, position and educational status was analyzed by Kruskal-Wallis H Test.

Male employees were found to have higher satisfaction compared to female employees according to the variable of gender. The employees in the 40-50 age group were found to have the highest satisfaction level according to the variable of age and the individuals in the group of 18-28 and over were found to have the lowest satisfaction level. According to years of service and experience variables, it was observed that those in the 0-4 age range had the lowest job satisfaction and those with the highest age were 51 and above. As a result of the analysis, the general satisfaction level of the employees in the Youth Services and Sports Provincial Directorates was found to be at a high level.

Keywords: Youth Services, Sports Provincial Directorates, Job satisfaction, demographic variables

SB277

Elit Düzeyde Bireysel ve Takım Spor Yapan Sporcuların Zihinsel Dayanıklılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi

¹Yunus Emre Yarayan, ²Aydiner Birsin Yıldız, ³Dogukan Batur Alp Gülşen

¹Siirt Üniversitesi, Siirt

²Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara

³Akdeniz Üniversitesi, Antalya

Email : emreyarayan@siirt.edu.tr , dogukan.gulsen@akdeniz.edu.tr

Giriş: Bu araştırmanın amacı, elit düzeyde bireysel ve takım sporu yapan sporcuların zihinsel dayanıklılık düzeylerini incelemek ve aralarında cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi ve spor yapma süresine göre fark olup olmadığını belirlemektir.

Yöntem: Araştırmaya bireysel sporlardan Atletizm, Boks, Karate ve Bisiklet branşlarından 56'sı erkek (54,6), 50'si kadın (45,4) olmak üzere toplam 106 sporcu; takım sporlarından ise, Futbol, Basketbol, Voleybol ve Hentbol branşlarından 57'si erkek (56,4), 44'ü kadın (43,6) olmak üzere 101 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Araştırma kapsamında, sosyo-demografik değişkenlerle ilgili bilgiler araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu ile toplanmıştır. Araştırmanın amacına ulaşmak için; ölçüm aracı olarak Sheard, Golby ve Van Wersch (2009) tarafından geliştirilen, Türkçeye uyarlaması Altıntaş (2015) tarafından yapılan "Zihinsel Dayanıklılık Envanteri-SZDÖ" (Sport Mental Toughness Questionnaire-SMTQ) kullanılmıştır. Çalışmada kullanılan ölçeğe verilen yanıtların iç tutarlılığı Cronbach alpha (α) ile incelenmiş ve katsayı .83 olarak bulunmuştur. Verilerin analizi SPSS 21 paket programı ile yapılmış, betimsel istatistikler frekans (f), yüzde (%), T-Testi testi ve ANOVA testleri kullanılmıştır.

Sonuç: Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre, bireysel spor yapan sporcuların takım sporu yapan sporculara göre zihinsel dayanıklılık düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi ve spor yapma süresi, değişkenleri incelendiğinde gruplar içinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Elit Sporcu, Zihinsel Dayanıklılık, Bireysel ve Takım Spor

Examination Of Mental Toughness Levels Of Athletes From Individual And Team Sports At An Elite Level According To Multiple Variables

Introduction: The aim of this research is to examine the mental toughness levels of the individual and team athletes at the elite level and to determine whether they differ according to gender, age, education level and duration of sport.

Method: A total of 106 athletes, 56 male (54,6) and 50 female (45,4) from Athletics, Boxing, Karate and Bicycle branches, as for the team sports, a total of 101 athletes, 57 male (56,4) and 44 female (43,6) from Football, Basketball, Volleyball and Handball branches voluntarily participated in the research study. In the scope of the research, information about socio-demographic variables was collected by the personal information form created by the researchers. To reach the purpose of the research; "Sport Mental Toughness Questionnaire-SMTQ " has been used as a measurement tool developed by Sheard, Golby ve Van Wersch (2009) and made by Altıntaş (2015) as a Turkish adaptation. The internal consistency of responses to the scale used in the study was examined by Cronbach alpha (α) and the coefficient was found to be .83. The analysis of the data was made with the SPSS 21 package program, descriptive statistics frequency (f), percentage (%), T-test and ANOVA tests were used in the study.

Conclusion: According to the findings of the research, it was determined that the individual athletes had higher levels of mental toughness than the team athletes. In addition, when the variables such as gender, age, education level and duration of sport were examined, statistically significant differences were found in the groups.

Keywords: Elite Athlete, Mental Toughness, Individual and Team Sports

SB359

Sporcularda Kararlılık ve Atılganlık Duygusu İle Öz Güven Duygusu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

¹Yusuf Can, ²Mihriay Musa, ³Sultan Kalfa

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla

²Uşak Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Uşak

³Uşak Üniversitesi, Spor Merkezi, Uşak

Email : yusufcan@mu.edu.tr, mihriay.musa@usak.edu.tr, sultankalfaa@hotmail.com

Bu araştırmanın amacı, sporcularda kararlılık ve atılganlık duygusu ile özgüven duygusu arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Araştırmada ayrıca, sporcuların kararlılık ve atılganlık duygusu ile öz güven duygusunda cinsiyet, yaş, spor yılı, spor dalı, sporcunun eğitim düzeyi ve sportif başarı durumu açısından anlamlı farklılıkların bulunup bulunmadığı incelenmiştir. Araştırmaya, halen aktif lisanslı sporcular arasından tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilmiş olan ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 96 kadın ve 142 erkek olmak üzere toplam 238 sporcu katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, sporcularda özgüven duygularını ölçmek amacıyla Akın, A. (2007) tarafından geliştirilen Özgüven Ölçeği ve sporcularda kararlılık ve atılganlık duygularını ölçmek amacıyla Konter, E. ve , Johan Ng., (2012) tarafından geliştirilen spor cesaret ölçeğinin kararlılık ve atılganlık alt boyutlarına ilişkin sorular kullanılmıştır. Araştırmanın kişisel verileri 6 sorudan oluşan kişisel bilgi formu ile elde edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre; sporcularda kararlılık ve atılganlık duygusu ile öz güven duygusu arasında pozitif yönlü ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca, yapılan regression analizine göre, sporcularda atılganlık ve kararlılık duygularının özgüven duygusunda pozitif bir etkisinin bulunduğu anlaşılmaktadır.

Anahtar Kelimeler: sporcu, öz güven, , sportif başarı

Investigation Of The Relationship Between Sense Of Assertiveness And Sense Of Determination With Sense Of Self-Confidence in Athletes.

Present study aimed to examine the relationship between sense of assertiveness and sense of determination with sense of self-confidence in athletes. The study also examined whether there were significant differences in the sense of determination and sense of assertiveness of the athletes according to gender, age, sport year, sport type, educational level of the athlete and sportive success. A total of 238 athletes, 96 female and 142 male, selected by random sampling method among the currently licensed athletes approving to participate voluntarily took part in the study. As a means of collecting data in the study, Self- Confidence Scale developed by Akin, A. (2007) to measure the sense of self- confidence and the questions about determination and assertiveness sub-dimensions of Sport Courage scale developed by Konter, E. ve, Johan Ng., (2012) were used to measure the sense of determination and assertiveness of the athletes. The personal data of the study was obtained by a personal information form consisting of 6 questions. According to the results of the study; there was positive relationship between sense of assertiveness and determination and sense of self- confidence of athletes. In addition, according to the regression analysis performed, it was understood that the athletes' sense of assertiveness and determination had a positive effect on self-confidence.

Keywords: athlete, self confidence, sportive success

Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bölümü Öğrencilerinin Özguven Düzeylerinin Değerlendirilmesi

¹Zafer Doğru, ¹Yetkin Utku Kamuk

¹Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum

Email : zaferdogru@hitit.edu.tr, yetkinkamuk@hitit.edu.tr

Bu çalışma ile Spor Bilimleri Fakültesi (SBF) Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bölümü (BESE) öğrencilerinin Özguven düzeylerinin değerlendirilmesi amaçlanmaktadır. Hitit Üniversitesi (HİTÜ) SBF'nde öğrenim görmektedir olan BESE öğrencilerinden toplam 154 (56 kadın, 98 erkek) öğrenci (1. Sınıf n=55; 24 kadın, 31 erkek, 2. Sınıf n=50; 18 kadın, 32 erkek ve 3. Sınıf n=49; 14 kadın, 35 erkek) gönüllü olarak katılmıştır. Veri toplamak için Akın (2007) tarafından geliştirilen Özguven Ölçeği ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Çalışmada, BESE öğrencilerinin Özguven puanlarının karşılaştırılmasında ANOVA ve bağımsız örneklem t testi kullanıldı ($p < 0,05$). Özguven ölçeğinin güvenirlik katsayısı 0,946'dır. Yapılan istatistik analizler sonucunda öğrencilerin özguven ölçeğinden ortalama 3,5 üzerinde puan aldıkları, dolayısı ile kendilerini yüksek derecede özguvenli algıladıkları sonucu elde edilmiştir. Cinsiyet, sınıf düzeyi, anne ve babanın eğitim durumu, akademik başarı ve konakladığı yer açısından hem iç ve dış özguven hemde özguven düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p > 0,05$). Buna ek olarak, ailelerin gelir durumlarına göre özguven $t(152) = -2,023$ $p < 0,05$ ve iç özguven $t(152) = -2,032$, $p < 0,05$ düzeylerinde istatistiksel olarak farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Açlık sınırı altında gelire sahip olan BESE öğrencileri açlık sınırı üstünde gelire sahip olan BESE öğrencilerinden daha düşük özguven düzeyine sahip oldukları sonucu ortaya çıkmıştır ($p < 0,05$). Bu sonuçlara göre gelirin özguven ve iç özguven düzeylerini etkilediği ve deneklerin yüksek özguven algısına sahip olmalarının ise bir aktiviteyi başarılı bir biçimde yerine getirebileceklerine olan inançları açısından olumlu bir bulgu olarak değerlendirilmektedir.

Evaluation Of Self-Confidence Perception Levels Of Physical Education And Sport Education Students

In this study, it was aimed to evaluate the perceived level of Self-Confidence of the students of Physical Education and Sports Education Department (PESE) in the Faculty of Sport Sciences (FSS) of Hitit University (HITU). The study sample was consisted of freshmen, sophomores and juniors studying in PESE. A total of 154 students participated in the study, of whom 55 (24 female and 31 male) studied in the first grade, 50 in the second grade (18 female and 32 male), and 49 in the third grade (14 female and 35 male). Self-Confidence scale developed by Akın (2007) was used for measurement. The Cronbach's Alpha reliability coefficient of the entire scale was found to be 0.94. ANOVA and independent sample t test were used in the comparison of Self-Confidence scores of PESE students ($p < 0.05$). The Cronbach's Alpha reliability coefficient of the entire scale in this study was found to be 0.946. The group's average self-confidence score is over 3.5, indicating that they have a high level of self-confidence. There was no difference between Self-Confidence scores of PESE students in terms of Gender, Educational Background of Parents, Student's Grade, Type of Accommodation, GPA (academic success) ($p > 0.05$). In terms of income levels, the self-confidence scores of those with a high income level (above the starvation line) were found to be higher than those with low income level (below the starvation line); Self-Confidence $t(152) = -2,023$ $p < 0,05$ and Inner Self-Confidence $t(152) = -2,032$, $p < 0,05$. According to these results, it can be said that income level affects students' perception of Self-Confidence and Internal Self-Confidence. High Self-Confidence scores provide a good sign on the subjects' beliefs in achieving an activity successfully. Keywords: Physical Education and Sport, Self-Confidence.

SB410

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulundaki Öğrencilerin Akademik Kontrol Odağı, Öz düzenlemenin Dikkat Kontrolü ve Başarı Yönelimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Melek Kozak, ²Zehra Certel

¹Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu/ Karaman

²Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi/ Antalya

Email : melek.kozak@gmail.com, zcertel@akdeniz.edu.tr

Amaç: Beden eğitimi ve spor yüksekokulundaki öğrencilerin, akademik kontrol odakları, öz düzenlemenin dikkat kontrolü ve başarı yönelimlerini cinsiyet, spor dalı, spor deneyimi ve genel akademik not ortalaması değişkenlerine göre incelemek ve birbirleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır.

Yöntem: Araştırma örneklemini, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi'nde beden eğitimi ve spor öğretmenliği ve spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören 227 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, "Akademik Kontrol Odağı Ölçeği", "Özdüzenlemenin Dikkat Kontrolü Ölçeği", "2x2 Başarı Yönelimleri Ölçeği" ve Kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde MANOVA, ANOVA ve değişkenler arası ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyon Katsayısı kullanılmıştır. Bulgular: Öğrencilerin cinsiyetlerine göre, akademik kontrol odağı, başarı yönelimleri ve öz-düzenlemenin dikkat kontrolünde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>.05$). Öğrencilerin, genel akademik not ortalaması açısından incelendiğinde, başarı yönelimlerinde ve öz-düzenlemenin dikkat kontrolünde istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<.05$). Öğrencilerin, takım veya bireysel spor yapma durumuna göre, performans kaçınma ve öğrenme kaçınma anlamlı bir fark göstermektedir ($p<.05$). Öğrencilerin spor deneyimleri ile ilgili olarak, performans yaklaşma, öğrenme-yaklaşma ve öğrenme- kaçınma boyutlarında anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p<.05$). Genel not ortalaması yüksek olan öğrencilerin, düşük olan öğrencilere göre başarı yönelimleri ve öz-düzenlemenin dikkat kontrolü puanları daha yüksek bulunmuştur ($p<.05$). Bireysel spor yapan öğrencilerin öğrenme-kaçınma ve performans-kaçınma puanları takım sporu yapan öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. 1-5 yıl ve 6-10 yıl spor yapanların öğrenme-yaklaşma düzeyleri, 16-20 yıl spor yapanlara göre daha yüksek bulunmuştur. 1-5 yıl ve 11- 15 yıl spor yapanların performans-yaklaşma düzeyi 16-20 yıl spor yapanlara göre daha yüksektir.

Sonuç: Dışsal akademik kontrol odağı ile, başarı yönelimleri ve öz-düzenlemenin dikkat kontrolünde anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Anahtar kelimeler: Akademik kontrol odağı, özdüzenlemenin dikkat kontrolü, başarı yönelimleri, spor.

The Examination of Relationships between Control Dimension of Self-regulation, Achievement Goal Orientations and Locus of Academic Control of Students in School of Physical Education and Sports

Aim: The aim of this study is to examine locus of academic control, attention control of self-regulation and achievement goals of the students studying in school of physical education and sports in terms of academic achievement, sport branches, sport experience and gender. Moreover, it is aimed to reveal the relationship among locus of academic control, control attention of self-regulation and achievement goals.

Method: Sample of the study consisted of 227 students in the physical education and sport department and sports management in Karamanoğlu Mehmetbey University. Data collection tools were personal information form, "Locus of Academic Control Scale", "Control Dimension of Self-regulation", "2x2 Achievement Goal Orientations Scale". To analyze data, MANOVA, ANOVA and Pearson correlation coefficient was used.

Results: There was not statistically significant difference among control attention of self-regulation, achievement goals and locus of academic control in terms of gender variable ($p>.05$). When the average academic grade of the students was examined, there was a significant difference among their control attention of self-regulation and achievement goals ($p<.05$). With regard to sports experiences of students, performance-approach, learning-approach and learning-avoidance were found statistically significant ($p<.05$). It was found that students with high average academic grade had higher scores on control attention of self-regulation and achievement goals than those with lower ($p<.05$). Students participating individual sports had higher performance-avoidance and learning-avoidance scores than those with team sports. Students', 1-5 years and 6-10 year sport experience, learning-approach levels were higher than students who had 16-20 year sport experience. Students', 1-5 and 11-15 year sport experience, performance-approach levels were higher than students who had 16-20 year sport experience.

Conclusions: There was significant relationship among external locus of academic control, control attention of self-regulation and achievement goals. Keywords: Locus of academic control, achievement goals, control attention of self-regulation, sports.

SB457

Sporcuların Kişilik Özelliklerine Göre Renk Duyguları

¹Hande Baba Kaya, ¹Malik Beyleroğlu

¹Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

Email : handebaba@sakarya.edu.tr, mbeyler@sakarya.edu.tr

Giriş ve Amaç: Renk üzerine yapılan çalışmalar incelendiğinde, renklerin duygusal tepkilere yol açtığı görülmektedir. Duygusal tepkiler davranışın meydana gelişinde temel dürtü olarak rol oynar. Sporcuların duygusal tepkileri performanslarını oldukça etkilemektedir. Bu anlamda, duygusal tepkilere yol açan renkler spor ortamlarında önem arz etmektedir. Temel olarak renk ve duygu arasındaki ilişkiyi inceleyen bu araştırmanın amacı, sporcuların kişilik özelliklerine göre renk duygularını belirlemektir.

Yöntem: Çalışma 2016-2017 eğitim öğretim yılında Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören sporcular arasından kolayda örnekleme yöntemi ile belirlenen 230 sporcu ile yapılmıştır. Sporcuların renk duygularını belirlemek için, renk kartları sporculara gösterilerek, araştırmacılar tarafından hazırlanan duygu skalasında tercih ettikleri duyguları işaretlemeleri istenmiştir. Kişilik özelliklerini belirlemek için ise Hathaway ve Mckinly tarafından geliştirilen Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri-2 (MMPI-2) kullanılmıştır. Demografik bilgiler, araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılarak toplanmıştır. Toplanan veriler SPSS 22.0 paket programına araştırmacılar tarafından kodlanarak yüzde, frekans ve çapraz tablo analizlerinden yararlanılmıştır. MMPI kişilik testi boyutlarından yüksek ve düşük puan alan katılımcılar ayrı ayrı gruplandırılmıştır.

Elde edilen bulgulara göre, siyah renk için, korku, üzüntü ve iğrenme duyguları tercih edilirken, kırmızı renk için öfke ve utanç duygusu, mavi renk için zevk duygusunun tercih edildiği tespit edilmiştir. Mavi ve kırmızı renkler arasında sevgi duygusunda kişilik özelliklerine göre farklılaşmalar görülürken, yeşil rengin şaşkınlık duygusunda öne çıktığı belirlenmiştir.

Sonuç olarak; sporcularda renklere yönelik duygu tercihlerinin belirlendiği bu çalışmanın, sporcu davranışları üzerinde renklerin etkileri ile ilgili yapılacak farklı çalışmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Duygu, Renk, MMPI, Spor, Kişilik.

Color Emotions According To Personality Traits Of Athletes

Introduction And Purpose: When studies on color are examined, it appears that colors lead to emotional reactions. Emotional reactions play a central role in the development of behavior. The emotional response of the athlete greatly influences his performance. In this sense, the colors that lead to emotional reactions are important in sports environments. Basically, the aim of this research, which examines the relationship between color and emotion, is to determine the color emotions according to the personality traits of the athletes.

Methodology: The study was conducted with 230 athletes determined by convenience sampling method among the athletes who were educated at the Sports Sciences Faculty of Sakarya University. In order to determine the color feelings of the athletes, markings on the emotional scale were indicated by showing color cards. MMPI-2 developed by Hathaway and Mckinly was used to determine personality traits. The collected data were coded by the researchers into the SPSS 22.0 package program and the percentage, frequency and crosstab analyzes were used. Participants with high and low scores from the MMPI-2 test dimensions were grouped separately.

According to the findings, it was determined that for black color, fear, sadness and disgust are preferred, red color is anger and shame, blue color is pleasure. It was determined that blue and red colors differed according to their personality characteristics in the feeling of love, and that green color stood out in a sense of surprise.

As a result, this study, in which the emotions preferences for color are determined in the athletes, can be expressed as a way of illuminating different studies about the effects of colors on athletic behavior.

Keywords: Emotion, Color, MMPI, Sport, Personality.

Basketbol Antrenörlerinin Duygusal Emek Davranışları İle İletişim Becerilerinin İncelenmesi

¹Ömer Cengiz, ²Zinnur Gerek

¹Siirt Üniversitesi, Siirt

²Atatürk Üniversitesi, Erzurum

Email : omer.cengiz80@gmail.com, zgerak@atauni.edu.tr

Amaç: Yapılan bu araştırmanın temel amacı basketbol antrenörlerinin duygusal emek davranışları ile iletişim becerilerini incelemektir. **Materyal ve Metod:** Araştırma açımlayıcı sıralı karma yöntemle desenlenmiştir. Araştırmada basketbol antrenörlerinin duygusal emek davranışlarını ortaya koymak için Kaya tarafından uyarlanan "duygusal emek ölçeği", iletişim becerilerini ölçmek için Yılmaz tarafından geliştirilen "iletişim beceri" ölçeği kullanılmıştır. Nicel kısımdan sonra sonuçlar basketbol antrenörleriyle paylaşılarak nitel kısma geçilmiştir. Nitel kısımda araştırmacı tarafından hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme uygulanmıştır. Araştırmanın nicel kısımdaki örneklem grubunu 281 basketbol antrenörü oluşturmaktadır. Nitel kısmına ait çalışma grubunu ise 12 Dev Adam Okullarına kayıtlı çeşitli kademelerde faaliyet gösteren 25 basketbol antrenörü oluşturmaktadır.

Bulgular: Basketbol antrenörlerinin duygusal emek davranışlarının orta düzeyde olduğu ($X=3.57$), iletişim becerilerinin çok yüksek düzeyde olduğu ($X=4.29$) görülmektedir. Basketbol antrenörlerinde duygusal emek davranışlarıyla iletişim becerileri arasında orta düzeyde bir ilişkinin olduğu ($r=.36$) ve duygusal emeğin iletişim becerilerini %18 açıkladığı görülmektedir.

Sonuç: Araştırma sonucunda basketbol antrenörlerinde duygusal emek davranışları ile iletişim becerileri arasında pozitif yönde ilişkinin olduğu, duygusal emek davranışlarının iletişim becerilerini yordadığı; duygusal emek davranışlarının takım ruhunun oluşmasında, güven ve sağlıklı iletişimin sağlanmasında önemli olduğu, duygusal emeği zayıflatan etmenlerin yönetici ve aile desteğinin az olması, fiziki imkanların yetersiz olması, emeğin karşılığını alamama gibi faktörlerden kaynaklandığı, duygusal emeğin artırılmasında iç ve dış faktörlerin olduğu ortaya çıktığı; iletişim engelleri olarak yönetimsel sorunlar, ailelerin egoları ve ilgili mercilerden kaynaklanan birtakım sorunlar olduğu, iletişimin güçlendirilmesi için kişisel eğitim seminerleri, sosyal etkinlikler ve ailelerin sürece dahil edilmesi gibi birtakım adımların atılması gerektiği gibi sonuçlar ortaya çıkmıştır.

Investigation Of The Basketball Coaches' Emotional Labor Behaviors With Communication Skills

Aim: The main purpose of this research is to examine the communication skills of basketball coaches with their emotional labor behavior.

Material and Method: The research is designed with an mixed method. In the study, "emotional labor scale" adapted by Kaya and "communication skill" scale developed by Yılmaz were used to measure communication skills in order to reveal emotional labor behavior of basketball coaches. After the quantitative part, the results were shared with basketball coaches and qualitative part was passed. In the qualitative part, a semi-structured interview prepared by the researcher was applied. The sample of the quantitative part of the study included 281 basketball coaches. The working group of the qualitative part constitutes 25 basketball coaches operating at various levels registered to 12 Giant Man Schools.

Results: It is seen that basketball coaches' emotional labor behavior is moderate ($X = 3.57$) and communication skills are very high ($X = 4.29$). Basketball coaches have a moderate relationship between emotional labor and communication skills ($r = .36$) and explained 18% of emotional labor communication skills.

Conclusions: As a result of the research, it is found that there is a positive relationship between emotional labor behaviors and communication skills in basketball coaches, emotional labor behaviors predict communication skills; Emotional labor behaviors appeared to be important in the formation of team spirit, in providing confidence and healthy communication, in internal and external factors in emotional labor, factors that weakened emotional labor were caused by factors such as lack of managerial and family support, inadequate physical opportunities, There are some problems as communication obstacles, such as administrative problems, family problems and problems arising from related institutions, personal training seminars for strengthening communication, social activities and the inclusion of families in the process.

SB459

Spor Bilimleri Öğrencileri İle Tıp Fakültesi Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Değerlendirilmesi

²Meliha Uzun, ²Bereket Köse, ¹Alper Cenk Gürkan, ³İbrahim Dalbudak

¹Gazi Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Ankara

²Şırnak Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Şırnak

³Süleyman Demirel Üniversitesi Atabey Meslek Yüksekokulu, Isparta

Email : melihauzun16@gmail.com, bereket.kose@hotmail.com, dralpercenkgurkan@mynet.com, dalbudakibo@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Sağlık; bireyin kendisiyle ve sosyal, fiziksel çevresiyle kurduğu bir denge halidir (Sartorius, 2006). Bu çalışmanın amacı, spor bilimleri öğrencileri ile tıp fakültesi öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının değerlendirilmesidir.

Yöntem: Araştırmaya, 2016- 2017 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören, Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesinden 91 öğrenci, Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinden de 94 öğrenci olmak üzere toplam 185 kişi katılmıştır. Veri toplama aracı olarak, araştırmacılar tarafından oluşturulan "Kişisel Bilgi Formu" ve 1987 yılında Walker ve arkadaşları tarafından geliştirilip, geçerlik ve güvenilirliği Bahar ve arkadaşları (2008) tarafından yapılan "Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği- II" uygulanmıştır. Verilerin istatistiksel analizinde, ikili karşılaştırmalar için t testi, ikiden fazla grupların karşılaştırmaları için anlamlı bir fark olup olmadığını test etmek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way ANOVA) kullanılmıştır.

Bulgular: Öğrencilerin %50,3'ünün erkek, %49,7'sinin kadın olduğu belirlenmiştir. Erkek ve kız öğrencilerin sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeği puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Aynı şekilde, öğrencilerin bölümlerine ve gelir düzeylerine göre incelendiğinde de, sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeği puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir (p>0.05).

Sonuç: Sonuç olarak, öğrencilerin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarında farkın bir önem arz etmediği görülmektedir. Sağlıklı yaşam bilincini arttırmaya yönelik çalışmaların artmasına paralel olarak fiziksel aktiviteye yönelik programların da uygulanması bireylere fayda sağlayacaktır.

Kaynaklar: Sartorius, N. (2006). The Meanings of Health and its Promotion. Croatian Medical Journal, 47(4): 662-4. Walker, SN. Sechrist, KR. Pender, NJ. (1987). The Health-Promoting Lifestyle Profile: Development and Psychometric Characteristics. Nursing Research, 36(2):76-81. Bahar, Z. Beşer, A. Gördes, N. Ersin, F. Kıssal, A. (2008). Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II'nin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 12(1):1-13.

Anahtar kelimeler: Spor bilimleri öğrencileri, Tıp Fakültesi öğrencileri, Sağlıklı yaşam biçimi.

Evaluation Of Healthy Living Behaviors Of Sport Scientist Students And Medical Faculty Students

Introduction and Aim: Health; (Sartorius, 2006) is the balance established by the individual and his social and physical environment. The aim of this study is to evaluate the healthy lifestyle behaviors of sports students and medical school students.

Method: A total of 185 participants, 91 students from Süleyman Demirel University Faculty of Medicine and 94 students from the Faculty of Sports Sciences of Ankara University participated in the research in 2016-2017 academic year. The "Personal Information Form" developed by the researchers and the "Healthy Life Style Behavior Scale-II" developed by Walker et al.

In 1987 by Bahar et al. (2008) were applied as data collection tools. In the statistical analysis of the data, one-way ANOVA was used to test whether there was a significant difference between the t test for binary comparisons and the comparisons of more than two groups.

Findings: It was determined that 50.3% of the students were male and 49.7% of the students were female. It has been found that there is no significant difference between male and female students' scores of healthy lifestyle behaviors scale scores. Similarly, it was determined that there was no significant difference between healthy lifestyle behaviors scale scores ($p > 0.05$) when examined according to the students' sections and income levels.

Conclusion: As a result, it is seen that there is no significant difference in healthy lifestyle behaviors of the students. In parallel with the increasing efforts to increase awareness of healthy living, the implementation of programs for physical activity will benefit the individual.

Resources: Sartorius, N. (2006). The Meanings of Health and its Promotion. Croatian Medical Journal, 47 (4): 662-4. Walker, SN. Sechrist, KR. Pender, NJ. (1987). The Health-Promoting Lifestyle Profile: Development and Psychometric Characteristics. Nursing Research, 36 (2): 76-81. Bahar, Z. Beşer, A. Gördes, N. Ersin, F. Kıssal, A. (2008). Validity and reliability study of Healthy Life Style Behavior

SB482

Fiziksel Görünüş Mükemmeliyetçiliği Ölçeği: Türk Egzersiz Katılımcıları için Psikometrik bir Değerlendirme

¹Aysel Kolsallayan, ²Feride Zişan Kazak Çetinkalp

¹Ege Üniversitesi, İzmir

²Ege Üniversitesi, İzmir

Email : aysel.kolsallayan@gmail.com, fzisankazak@gmail.com

Fiziksel Görünüş Mükemmeliyetçiliği Ölçeği: Türk Egzersiz Katılımcıları için Psikometrik bir Değerlendirme

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, Yang ve Stoeber (2012) tarafından geliştirilen Fiziksel Görünüş Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin Türk egzersiz katılımcıları için geçerlik ve güvenirliklerini belirlemektir. Yöntem: Fiziksel Görünüş Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin Türk egzersiz katılımcılarına uyarlanması çalışmasının örneklemini 170 kadın ve 150 erkek toplam 320 egzersiz katılımcısı oluşturmaktadır. Fiziksel Görünüş Mükemmeliyetçiliği Ölçeği'nin geçerliğini test etmek için ilk olarak Açıklayıcı faktör analizi yapılmıştır. Daha sonra Doğrulamalı faktör analizi ile modelin doğruluğu test edilmiştir. Son olarak güvenirlik katsayılarını belirlemek için Cronbach alfa değerlerine incelenmiştir.

Bulgular: Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Barlett Sphericity testi sonuçları, ölçek maddelerine verilen cevapların faktörlenebileceğini göstermiştir. Varimax döndürme yöntemiyle yapılan Açıklayıcı faktör analizi sonucunda, on iki madde içeren 2 faktörlü bir yapı ortaya koymuştur. Kusurlu olma endişesi ve Mükemmellik için umut. Bu faktörlerin varyansın % 70'ini açıkladığı belirlenmiştir. Doğrulamalı faktör analizi sonucunda, ölçüm modeline ait uyum indeksleri $\chi^2/sd= 128.95/50=2.57$, RMSEA =.07, SRMR =.06, GFI =.94, AGFI =.90, NFI =.95; NNFI=.96, CFI =.97 olarak hesaplanmıştır. Bu bulgulara ek olarak, ölçeğin Cronbach alfa katsayıları, kusurlu olma endişesi için .90 ve mükemmellik için umut için .93 olarak bulunmuştur.

Sonuç: Bulgular, Fiziksel Görünüş Mükemmeliyetçiliği Ölçeği'nin Türk Egzersiz Katılımcıları için kullanılabilir bir ölçüm aracı olduğunu ortaya koymuştur.

Anahtar kelimeler: Fiziksel görünüş mükemmeliyetçiliği, egzersiz, güdülenme.

The Physical Appearance Perfectionism Scale: A Psychometric Evaluation for Turkish Exercise Participants

Introduction and Purpose: The purpose of this study was to determine reliability and validity for Turkish exercise participants of The Physical Appearance Perfectionism Scale which has been developed by Yang and Stoeber (2012).

Method: In the study about adapting to Turkish exercise participants of The Physical Appearance Perfectionism Scale, the sample is consist of 320 exercise participants which are 170 female and 150 male. To test the validity of the Physical Appearance Perfection Scale, firstly, exploratory factor analysis was performed. Then, the fit of the model was examined with confirmatory factor analysis. Finally, Cronbach alpha values were examined to determine the reliability coefficients.

Results: The results of the Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) and Barlett Sphericity tests show that items can be used for factor analysis. Exploratory factor analysis with varimax rotation revealed a 2-factor structure with twelve items: Worry about imperfection and Hope for perfectionism. Percent of variance explained by the 2-factors was 70 %. As a result of the confirmatory factor analysis, the fit indices for this scale are calculated as $\chi^2/sd= 128.95/50=2.57$, RMSEA=.07, SRMR=.06, GFI=.94, AGFI=.90, NFI=.95; NNFI =.96, CFI=.97. In

addition to these findings, Cronbach's alpha coefficients of the scale were also found .90 for worry about imperfection and .92 for hope for perfectionism.

Conclusion: Findings have shown that the Physical Appearance Perfection Scale is a useful measurement tool for Turkish Exercise Participants.

Keywords: Physical appearance perfectionism, exercise, motivation.

SUNULMADI

SB505

Bireysel Ve Takım Sporcularında Spor Yaşının İmgeleme Biçimlerine Etkisi

²Erol Doğan, ¹Tuğba Onat, ²Musa Çon, ¹Faruk Bozyurt

¹Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun

²Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun

Email : erol.dogan@omu.edu.tr, tuba-onat@hotmail.com, musacon@omu.edu.tr, muzadere@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı bireysel ve takım sporcularının spor yaşlarının imgeleme biçimlerine etkisini araştırmaktır.

Yöntem: Çalışmaya 256 bireysel (68 güreş, 62 judo, 65 atlet, 35 taekwando, 26 yüzücü), 260 takım sporcusu (90 futbol, 62 basketbol, 58 voleybol, 50 hentbol) katılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Hall tarafından geliştirilen (2001) Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Kızıldağ ve Kale (2012) tarafından uyarlanan “Sporda İmgeleme Envanteri” kullanılmıştır. Ölçek 21 soru ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutlarını; “Bilişsel İmgeleme”, “Motivasyonel Özel İmgeleme”, “Motivasyonel genel- Uyarılmışlık” ve “Motivasyonel genel- Uсталık” oluşturmaktadır. İkili grupların karşılaştırılmasında bağımsız gruplarda T testi uygulanmıştır..

Bulgular: bireysel ve takım sporcuların imgeleme alt boyutları karşılaştırıldığında “Bilişsel imgeleme” alt boyutunda ve “Motivasyonel Genel Uсталık” bireysel sporcular lehine fark vardır ($p<0,001$ ve $p=0,040$). Spor yaşına göre alt boyutlar incelendiğinde 1-4 yıl, 5-8 yıl ve 9 yıl ve üzeri sporcularda bireysel sporcular lehine fark vardır ($p=0,019$, $p=0,004$, $p<0,001$).

Sonuç: Spor yaşına göre bireysel sporcuların imgeleme alt boyutlarından “Bilişsel İmgeleme” alt boyutunu takım sporcularına göre daha fazla kullandıkları görülmektedir. Bu durumun ortaya çıkmasında bireysel sporcuların müsabaka esnasında tek başlarına mücadele etmesinin etkisi olabilir. Bireysel sporcu müsabaka esnasında tek başınadır. Buna bağlı olarak yeni stratejiler geliştirme, hataları düzeltme, beceriyi en iyi şekilde uygulamak durumundadır. Bu durum da spor yaşında bireysel sporcular lehine farklılık oluşturmuş olabilir.

Kaynaklar: Hall CR. (2001). Imagery in sport and exercise. (2nd Edition). (RN Singer, HA Hausenblas, Eds.) Handbook of Research on Sport Psychology.s. 538. New York: John Willy& Sons. Kızıldağ, E., & Tiryaki, M. Ş. (2012). Sporda imgeleme envanterinin Türk sporcular için uyarlanması. Spor Bilimleri Dergisi, 23(1), 13-23.

The Effect Of Sports Age On Imagery Forms in Individual And Team Sports

Introduction and Aim: The aim of this study is to search the effect of sports age on imagery forms in individual and team sports.

Method: 256 individaul (68 wrestling, 62 judo, 65 athletes, 35 taekwando, 26 swimmers), 260 team sportsmen (92 football, 62 basketball, 58 volleyball, 50 handball) participated in the study. In the study , as data collecting device, the Turkish reliabilty and validity study developed by Hall (2001) and “imagery inventory in sports” adapted by Kızıldağ and Kale (2012) were used. Scale consists of 21 questions and 4 sub-dimensions. “Cognitive imagery”, “Motivational Special imagery”, “Motivational general alertness”, and “Motivational general – mastership” constitute the sub-dimensions of the scale. T- test was applied in independent groups in comparison of binary groups.

Findings: When compared the imagery sub-dimensions of individual and team sportsmen, in “Cognitive Imagery” sub- dimension and “Motivational General Mastership”, there is a difference in favor of individual sporsmen ($p<0.001$ and $p=0.040$). When sub-dimension examined according to the sports age, there is a difference in favor of 1-4 years, 5-8 years and 9 years and over sportsmen ($p=0.019$, $p=0.004$, $p<0.001$).

Result: It is noticed that according to the sport age, individual sportsmen use “cognitive imagery” sub-dimension of imagery sub-dimensions more than team sportsmen. This may be the cause of the affect of individual sportsmen’s struggling alone during the game. Individual sportsman is alone during the game. In this regard, individual sportsman has to develop new strategies, correct the mistakes, apply the skill best. This situation may have created differentness in favor of individual sportsmen in sports age.

Kadın Futbolcularda Spor Yaşının İmgeleme Biçimlerine Etkisi

¹Erol Doğan, ¹Hamza Küçük, ¹M. Yalçın Taşmektepligil

¹Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun

Email : erol.dogan@omu.edu.tr, hamza.kucuk@omu.edu.tr, myalcint@omu.edu.tr

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı kadın futbolcuların spor yaşlarının imgeleme biçimlerine etkisini araştırmaktır.

Yöntem: Çalışmaya 1. Ve 2. Kadınlar futbol liginde oynayan 84 kadın futbolcu katılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Hall tarafından geliştirilen (2001) Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Kızıldağ ve Kale (2012) tarafından uyarlanan “Sporda İmgeleme Envanteri” kullanılmıştır. Ölçek 21 soru ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutlarını; “Bilişsel İmgeleme”, “Motivasyonel Özel İmgeleme”, “Motivasyonel genel- Uyarılmışlık” ve “Motivasyonel genel- Ustalık” oluşturmaktadır. Gruplar arası farklılığın tespiti için ANOVA, farklılığın hangi grubun lehine olduğunu tespit etmek için de Tukey karşılaştırma testi yapılmıştır.

Bulgular: Çalışmaya spor yaşı 1-4 yıl olan 25, 5-8 yıl olan 36 ve 9 yıl ve üzeri olmak üzere de 23 kişi katılmıştır. Çalışma bulgularına göre 9 yıl ve üzeri spor yaşına sahip olan sporcular Bilişsel İmgeleme alt boyutunda 1-4 yıl olanlardan Motivasyonel Genel Ustalık alt boyutunda da 1-4 yıl ve 5-8 yıl olanlardan anlamlı derecede farklıdır ($p=0,027$ ve $p<0,001$).

Sonuç: Çalışma sonuçlarına göre bilişsel imgelemenin 9 yıl ve üzeri olanlarda yüksek olması becerinin uygulanması, strateji oluşturma, hataların düzeltilmesi gibi becerilerle alakalı olabilir. Spor yaşı düşük olan futbolcuların daha az müsabakaya çıkmasının bu duruma etkisi olabileceği söylenebilir. Spor yaşı arttıkça oynanan maç sayısı da artmaktadır. Buna bağlı olarak hataların düzeltilmesi, yeni oyun planlarının belirlenmesi de mümkün olabilmektedir. Benzer şekilde motivasyonel genel ustalık imgeleme biçiminin yüksek olması spor yaşına bağlı olarak gelişen ustalık yani tecrübe ile ilişkili olabilir. Futbolcuların tecrübelerine bağlı olarak sportif zekalarının gelişmesi ve oyun becerisini kontrol etmesi bu durumla ilişkilendirilebilir. Bu çalışma sonuçlarına göre spor yaşının imgeleme biçimlerini etkilediği söylenebilir.

Kaynaklar: Hall CR. (2001). Imagery in sport and exercise. (2nd Edition). (RN Singer, HA Hausenblas, Eds.) Handbook of Research on Sport Psychology.s. 538. New York: John Willy& Sons. Kızıldağ, E., & Tiryaki, M. Ş. (2012). Sporda imgeleme envanterinin Türk sporcular için uyarlanması. Spor Bilimleri Dergisi, 23(1),

The Impact Of Sports Age On Imagery Forms On Female Footballers

Introduction and aim: The aim of this study is to search the impact of sports age of female footballers on imagery forms.

Method: 84 female footballers playing in the 1. and 2. women's football leagues participated in the study. The data collecting device “Imagery inventory on sports” developed by Hall (2001) and the Turkish reliability and validity study of which were adapted by Kızıldağ and Kale (2012) was used in the study. Scale consists of 21 questions and 4 sub-dimensions. “Cognitive imagery”, “Motivational Special imagery”, “ Motivational general alertness”, and “Motivational general – mastership” constitute the sub-dimensions of the scale. Anova test was used to determine the difference between the groups and as to Tukey comparison test, it was used to determine on which group the discrepancy was in favor of.

Findings: Those whose sports ages were 1-4 years 25 individuals, 5-8 years 36 individuals and 9 years and over 23 individuals participated in the study.

According to the findings of the study, the athletes who have 9 years and over sports ages are significantly different in cognitive imagery sub-dimension from those who have 1-4 sports ages, and also are different from those who have 1-4 and 5-8 years sports ages in motivational general mastership sub-dimension ($p=0.027$ and $p<0.001$).

Result: According to the results of the study, cognitive imagery's being high in 9 years and over may be related to the skills such as application of the skill, creating a strategy, correction of errors. It may be said that football players with low age of sports competing less may affect this situation. As sports age increases, the number of played matches increases as well.

Çocuklarda Sporun Dikkat Düzeyi ve Akademik Başarı Üzerine Etkisinin İncelenmesi

¹Serkan İbiş, ¹Zait Burak Aktuğ

¹Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Niğde

Email : serkanibis@gmail.com, zaitburak@gmail.com

Giriş ve Amaç: Dikkat eksikliği (DE) çocuklarda sık görülen bir rahatsızlıktır. DE'nin akademik başarıyı (AB) olumsuz etkilediği bilinmektedir. DE'nin tedavisinde tıbbi yöntemler kullanılırken, son zamanlarda fiziksel aktivitenin DE üzerinde olumlu etkilerinin olduğu belirtilmektedir. Yapılan çalışmanın amacı, lisanslı olarak spor yapan çocuklar ile spor yapmayan çocukların dikkat düzeyi (DD) ve AB'ları arasındaki farkın incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya 10-14 yaşları arasında toplam 920 (spor yapan= 506, spor yapmayan= 414) gönüllü çocuk katılmıştır. Çalışmaya katılan çocukların dikkat düzeyleri D2 dikkat testi ile, akademik başarıları Matematik, Türkçe ve Fen Bilgisi derslerinin yıl sonu notları ile değerlendirilmiştir. Elde edilen veriler SPSS 24,0 programına girildikten sonra spor yapan çocuklar ile spor yapmayan çocukların AB ve DD parametreleri arasındaki farkı belirlemede independent t testi, kategorik verilerin analizinde Chi-square testi kullanılmıştır.

Bulgular: Elde edilen sonuçlara göre DD'lerinin kategorilendirilmesinde spor yapan çocukların spor yapmayan çocuklara göre iyi sınıfında fazla, kötü sınıfında ise daha düşük sayıda olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$). Ayrıca çalışmamızda spor yapan çocukların spor yapmayan çocuklara göre AB'nın (Matematik, Türkçe, Fen Bilgisi) istatistiksel olarak anlamlı şekilde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak; sporun çocuklarda sadece sağlık ve fiziksel gelişimde değil, aynı zamanda DD ve AB'nın geliştirmede de önemli bir rolünün olduğu belirlenmiştir.

The Investigation Of The Effect Of Sports On The Attention Level And Academic Success In Children

Introduction And Purpose: Attention deficit (AD) is a common disorder in children. It is known that AD has an adverse effect on academic success (AS). While medical methods are used in the treatment of AD, it has recently been noted that physical activity has positive effects on AD. The aim of the study is to examine the difference between the level of attention (LA) and the AS of children who do sports and those who do not.

Methods: A total of 920 voluntary children between 10-14 years of age (414 sports-doers, 506 non-sports doers) participated in the study. Attention levels of the children participating in the study were assessed by the D2 attention test and of Mathematics, Turkish language and Science courses by means of the end of year academic success grades. Independent t test was used to determine the difference between AS and LA parameters and Chi-square test was used in the analysis of categorical data through SPSS 24,0.

Results: According to the obtained results, it was determined that the children who were doing sports were categorized in the LA group and the children in the bad category had a lower number than those who did not do sports ($p < 0.05$). In addition, it was also determined in our study that AS (Mathematics, Turkish Language, Science) of the students who did sports was significantly higher rather than the students who did not do sports ($p < 0.05$). although there was no significant difference between the children who did sports and those who did not in terms of AS it was found that the number of children higher in AS.

Conclusions: As a result, it has been determined sports plays an important role in not only children's health and physical development but also in LA as well as in the development of AS.

Sporda Sosyal Alanlar Makalelerinin Araştırma Yaklaşımlarının İncelenmesi

¹Safer Elmas, ¹Aydan Gözmen Elmas, ¹F. Hülya Aşçı

¹Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : safter.elmas@gmail.com, ,

Bu çalışmada spor bilimleri dergilerindeki sporda sosyal alanlar makalelerinin araştırma yaklaşımlarının incelenmesi amaçlanmıştır. Makalelerin araştırma yöntemlerinde, desenlerinde, veri toplama tekniklerinde ve araştırma alanlarında hangi yaklaşımların benimsendiği belirlenmeye çalışılmıştır.

Araştırmada nitel araştırma tekniklerinden doküman inceleme tekniği seçilmiştir. Araştırma kapsamında spor bilimleri alanında en az on yıldır süreli akademik yayın yapan üç dergi incelenmiştir. 1990-2016 tarihleri arasında, sporda sosyal alanlarda yayınlanmış 400 makale, araştırma yöntemi, araştırma deseni, veri toplama teknikleri ve araştırma alanları başlıkları çerçevesinde sınıflandırılmış; 1990-1999, 2000-2009 ve 2010-2016 olmak üzere üç tarihsel dönem çerçevesinde incelenmiştir. Kategorize edilen veriler, içerik analizi ve betimleyici istatistik kullanılarak analiz edilmiştir.

Analiz sonuçları, 400 makalenin %78'inin nicel, %13.2'sinin nitel araştırma yöntemi ile gerçekleştirildiğini, çalışmaların %8.8'inin derleme niteliğinde olduğunu ortaya koymaktadır. Nicel araştırma yöntemleriyle gerçekleştirilen çalışmalarda ilişkisel tarama %68.6 ile en çok tasarlanan araştırma deseni iken, çalışmaların %78.2'inde veri toplama aracı olarak ölçek kullanılmıştır. Dönemler bazında incelendiğinde, üç dönemde de en fazla çalışma spor psikolojisi alanında yapılırken, nicel araştırma yöntemi ve ilişkisel tarama deseni çalışmalarda sıklıkla kullanılmıştır. Veri toplama araçlarına bakıldığında ise çalışmalarda en fazla ölçekler kullanılmıştır. 1990- 1999 yılları arasında spor psikolojisinden sonra en fazla çalışma yapılan alan spor sosyolojisi (%15.4) olurken, 2000-2009 ve 2010- 2016 yılları arasında ise spor yönetimi (%23.4-%21) olmuştur. 1990-1999 yılları arasında nitel (%15.4), 2000-2009 yılları arasında derleme (%11.3), 2010-2016 yılları arasında ise tekrar nitel (%15) araştırma yöntemi en fazla benimsenen ikinci araştırma yöntemidir. 1990-1999 ve 2010-2016 yılları arasında en fazla kullanılan ikinci veri toplama aracı birincil/ikincil kaynaklar (%26.9-%10.7) olurken, 2000-2009 yılları arasında ise anket (%25.9) olmuştur.

Araştırmanın sonuçları, baskın metodolojik yaklaşımın nicel yöntem olduğunu, araştırmaların sıklıkla ilişkisel tarama desenleri çerçevesinde planlandığını ve sporda sosyal alanlarda en çok çalışmanın spor psikolojisi alanında yapıldığını göstermektedir.

Methodological Analysis Of Articles in Social Discipline Of Sports

This study was aimed to examine the methodological approaches of the articles in the social aspects of sports in the journals of sport sciences. In the research methods, design, data collection tools and sub discipline of the articles were investigated.

Document analysis was used in the study. Three journals, which have been publishing articles at least ten years, in the field of sport sciences have been examined. Between 1990 and 2016, 400 articles in the social field of sports sciences were classified based on research methods, design, data collection tools and research areas. These articles were examined in three historical periods; 1990- 1999, 2000-2009 and 2010-2016. The classified data was analyzed by using content and descriptive analysis.

The findings showed that 78% of the 400 articles were quantitative, 13.2% were qualitative research method, and 8.8% of the articles were review. In studies conducted with quantitative research methods, correlational design was mostly used research design with 68.6%, in 78.2% of the studies, scale was used as data collection tool. By periods, studies were mostly conducted in the field of sport psychology in three periods, while quantitative research method and correlational design were frequently used.

Scales were frequently used as data collection tools. After sports psychology, sports sociology (15.4%) was mostly studied field between 1990- 1999, while sports management (23.4%-21%) was between 2000-2009 and 2010-2016 years. Qualitative research (15.4%) between 1990-1999, review (11.3%) between 2000 and 2009 and qualitative research (15%) between 2010-2016 were secondly used method. Primary/secondary sources (26.9%-10.7%) were secondly used data collection measures between 1990-1999 and 2010-2016, while survey (25.9%) was between 2000-2009.

The results indicated that quantitative methodology is dominant in the social disciplines of sport. Moreover, researches are frequently planned with correlational design and sports psychology is most studying sub discipline of social field of sports sciences.

14-15 Yaş Grubu Çocuklarda Akran İlişkileri Ve Sosyal Destek Almada Spora Katılımın Etkisi

¹Zekai Pehlivan, ¹Sunacan İlke Bal

¹Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Mersin

Email : zpehlivan_59@hotmail.com, s.ilkedemirci@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Özellikle çocuk ve gençlerde akran ilişkilerinin kalitesi onların sosyal yaşamını, akademik başarısını etkilemekte ve onların öz-değerini artırmaktadır (Sullivan, 1953). Bununla birlikte birey ruhsal, zihinsel ve fiziksel gelişiminde sosyal destek unsurlarına da ihtiyaç duymaktadır. En önemli sosyal destek unsurlarını ise anne-baba, arkadaş ve kardeşler oluşturmaktadır (Yıldırım, 2006). Bu nedenle bu araştırmanın genel amacı; 14-15 yaş grubu çocukların akran ilişkileri ve sosyal destek almada spora katılımın etkisini incelemektir.

Yöntem: Araştırmaya 14-15 yaş aralığında 294 öğrenci katılmıştır. Veriler, Akran İlişkileri Ölçeği (Atik ve diğ, 2014) ve Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği (Duyan, Gelbal ve Var, 2013) ile toplanmıştır. Verilerin analizinde bağımsız gruplar için t testi kullanılmıştır. Bulgular: Akran İlişkileri Ölçeği "Birliktelik" alt ölçeğinde ve Sosyal İlişkiler Unsuru Ölçeği "Arkadaş desteği" alt ölçeğinde spora katılanlar katılmayanlardan anlamlı biçimde yüksek puan almışlardır ($p<0,05$). Sosyal İlişkiler Unsuru Ölçeği "Arkadaş desteği" alt ölçeğinde bireysel sporlara katılanların puanları takım sporuna katılanlardan anlamlı olarak yüksek bulunmuştur ($p<0,05$). Akran İlişkileri Ölçeği "Birliktelik" alt ölçeğinde en yakın arkadaşının spora katıldığını belirtenlerin puanları spora katılmayanlardan anlamlı biçimde yüksek olduğu gözlenmiştir ($p<0,05$).

Sonuç: Akran ilişkileri açısından erkeklerin kadınlara oranla daha fazla birliktelik içerisinde oldukları, akran ilişkilerinde kadınlar daha fazla çatışma yaşadıkları söylenebilir. Spora katılımın birliktelik duygusunu geliştirdiği ve spora katılanların sosyal destek unsuru olarak da arkadaş desteğine daha fazla ihtiyaç duydukları söylenebilir. Kaynaklar: Duyan, V., Gelbal, S., ve Var, E. Ç. (2013). The adaptation study of the provision of social relations scale to Turkish. Hacettepe University Journal of Education, 44, 159-169. Sullivan, H. S. (1953). The Interpersonal Theory of Psychiatry. New York: Norton. Yıldırım, İ. (2006). Akademik başarının yordayıcısı olarak gündelik sıkıntılar ve sosyal destek. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 30, 258-267. Atik, Z. E., Çoban, A. E., Çok, F., Doğan, T., ve Karaman, N. G. (2014). Akran İlişkileri Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 14(2), 433-446.

The Impact Of Sports Participation On Peer Relationship And Social Support For 14-15 Years Old Children

Introduction and Aim: The quality of peer relations, especially in children and adolescents, affects their social life, academic success and their self-worth (Sullivan, 1953). However, an individual also needs social support for his/her spiritual, mental and physical development. The most important elements of social support are parents, friends and siblings (Yıldırım, 2006). Therefore, the overall purpose of this research is to evaluate the effect of the participation of 14-15 year-old children in sports on their peer relations and social support. Method: The participants of this study consisted of 294 students between the age of 14-15. The data were collected through the Friendship Qualities Scale -FQS (Atik et al., 2014) and Provision of Social Relationship Scale -PSRS (Duyan, Gelbal ve Var, 2013). Levene test was performed for the normalization of the distribution. T test for independent groups were used for the data analysis. Findings: In the "companionship" subscale of FQS and "friendship support" subscale of PSRS, those who participated in sports had significantly higher scores than those who did not participate ($p<0,05$). The scores of those who participated in individual sports were significantly higher than those who participated in team sports in "friend support" subscale of PSRS ($p<0,05$). It was also observed that the scores of those who mentioned that their close friends participated in sports activities were significantly higher than those whose friends did not participate in sports in "companionship" subscale of FQS ($p <0,05$).

Conclusion: It can be concluded that boys have more companionship than girls and girls have more conflicts than boys in terms of peer relations. It can also be suggested that the participation in sports improves the feeling of togetherness and those who participate in sports need more friendship support as a provision of social support.

Egzersiz ve Spor Psikolojisinde Yeni Bir Uygulama: Pofa (Pictures Of Facial Affect)

¹Utku Işık

¹Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kütahya

Email : utku.isik@dpu.edu.tr

Giriş ve Amaç Elli yıldan fazla bir süredir, psikologlar yüz ifadesi ve duygular arasındaki ilişkileri araştırmışlardır. Bir yüzü görerek ne gibi duygular değerlendirilir? Bu kararlar ne kadar güvenilirdir? Yüzlerdeki duygular kararları ne kadar etkilemektedir? Başkalarının duygu dışavurumlarını doğru olarak algılayabilme yetisi sözel olmayan iletişim sisteminin önemli bir bileşenidir. Kişilerarası ilişkilerde doğru ve başarılı bağlar kurmak, duygu dışavurumu gibi sözel olmayan ipuçlarının doğru yorumlanmasıyla ilintilidir. Yüzde dışa vuran duygular kişilerin içsel duygusal yaşantıları ve eğilimleri ile ilgili bilgi sağlayarak sosyal iletişim için anahtar rol oynar ve çevreye uyumu sağlamaya olanak tanır. Fiziksel aktivite esnasında, yüz tanıma etkilerinin araştırıldığı çalışmalar yavaş yavaş ortaya çıkmaktadır. Fiziksel aktivasyon koşulları, istirahat halinde genellikle incelenen koşullardan farklıdır çünkü fiziksel aktivasyona içerdiği hareketler ve bu hareketleri gerçekleştirmek için gerekli enerji talebi nedeniyle bedensel durumların değişmesi eşlik eder. Bu çalışmanın amacı farklı alanlarda kullanılmakta olan yüz tanıma sisteminin egzersiz ve spor psikolojisindeki uygulama alanlarını açıklamak ve örnek bir uygulama ile anlaşılır hale getirmektir.

Yöntem Çalışmada SuberLap 5 ile dizayn edilen POFA testi kullanılmıştır. Çalışmaya 10 sedanter üniversite öğrencisi ($X=23,14 \pm 1,21$) ile milli düzeyde spor yapmakta olan 10 profesyonel sporcu ($X=22,56 \pm 1,96$) katılmıştır. Bu çalışma için RB-740 tepki pedi kullanılmıştır. Katılımcılara farklı duygu durumlarını içeren (mutluluk, korku, kızgın ve üzgün) 63 fotoğraf gösterilmiş ve katılımcılardan bu fotoğrafların hangi duygu durumunu gösterdiğini bilmeleri istenmiştir. BULGULAR Yapılan analizler sonucunda milli sporcular duyguları tanıma noktasında sedanter bireylere göre anlamlı derecede yüksek ortalamalar elde etmişlerdir ($F=12,805; p<0,05$). Bu sonuçlar tüm duygu durumları için benzer şekilde ortaya çıkmıştır. Ayrıca, duygulara verilen tepki hızları açısından da milli sporcular anlamlı bir fark yaratmışlardır ($F=8,234; p<0,05$).

Sonuç Spor ortamında sporcu için karşısındaki rakibin veya takım arkadaşının, antrenör içinde sporcusunun duygu durumunu anlamak geliştirilecek stratejiler için oldukça önem arz etmektedir. Duygu durumunu algılayabilmek sözsüz iletişimin temel kaynağı olduğundan spor ve egzersiz psikolojisinde POFA ile geliştirilebilecek testler alanda farklı yeniliklere neden olacaktır.

A New Application In Exercise And Sports Psychology: Pofa (Pictures Of Facial Affect)

Introduction And Purpose: For more than fifty years, psychologists have investigated relationships between facial expressions and emotions. What feelings are evaluated by seeing a face? How much do the hundreds of emotions affect decisions? During physical activity, studies in which facial recognition effects are searched slowly emerge. The conditions of physical activation are different from the conditions usually examined at rest, because the movements involved in physical activation and the change in physical conditions due to the energy demand for these movements are accompanied. The purpose of this study is to explain the application areas of face recognition system used in different fields in exercise and sport psychology and make it understandable by a sample application.

Method: The POFA test designed with SuberLap 5 was used in the study. 10 professional sportsmen who doing sports at the national level ($X = 22.56 \pm 1.96$) participated in the study with 10 sedanter university students ($X = 23.14 \pm 1.21$). RB-740 response pellet was used for this study. Participants were shown 63 photos (happiness, fear, angry and sad) with different emotional states and were asked participants to know which emotions they showed.

Results: As a result of the analyzes, national athletes got a high average at the point of recognizing emotion compared to sedanter individuals ($F = 12,805$, $p < 0,05$). In addition, national athletes made a meaningful difference in response rates to emotions ($F = 8,234$, $p < 0,05$). **CONCLUSION** It is very important for the strategies to develop the competitor or teammate for the athlete in the sports environment, to understand the emotional state of the athlete in the coach. Since the ability to perceive emotion is the main source of nonverbal communication, tests that can be developed with POFA in sport and exercise psychology will cause different innovations in the field.

Beden Dili ve Dansa İlişkin Öz-Yeterliğin Fiziksel Olarak Kendini Tanımlama Üzerine Etkisi

¹Gökay Daşdan, ¹Gökay Daşdan, ¹Zekai Pehlivan

¹Mersin Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Mersin

Email : gokaydasdans@gmail.com, gokaydasdans@gmail.com, zpehlivan_59@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Özellikle son 15 yıldır Sosyal Latin Dansları, yetişkinler ve gençler arasında hem rekreasyonel olarak hem de performans düzeyinde tercih edilen popüler aktiviteler arasındadır (Iuliano ve diğ., 2017). Düzenli fiziksel aktivite olarak yapıldığında da fizyolojik ve psikolojik iyi olma hali sağlamaktadır (Marquez ve diğ., 2017). Bu çalışmada, Sosyal Latin Dansları kurslarına devam eden katılımcıların beden dili ve dansa karşı öz yeterliklerinin, fiziksel benlik algısı düzeyleri üzerindeki etkisi incelenmiştir. Yöntem: Bu çalışmanın örneklemi, Adana ve Mersin illerinde, rastgele seçilen Sosyal Latin Dansı kurslarına katılan ve yaşları 17 ile 54 arasında değişen 169 kadın 110 erkek olmak üzere toplam 279 kişiden oluşmaktadır. Katılımcıların dans yaşları ortalaması 13.13 aydır. Veri toplama araçları: Verilerin toplanmasında Fiziksel Olarak Kendini Tanımlama Envanteri (PSDQ) ve Beden Dili ve Dansa İlişkin Öz-yeterlik Ölçeği (BDDKÖYÖ) kullanılmıştır. Verilerin bağımsız örneklerde t-testi ve Pearson korelasyon katsayısı kullanılmıştır.

Bulgular: Yapılan analizler sonucunda; katılımcıların PSDQ alt ölçek puanlarının ve BDDKÖYÖ toplam puanının cinsiyet ve eğitim durumu değişkenleri açısından farklılaşmadığı ($p>0.05$), biyolojik yaş ve dans yaşı ile ölçeklerin bazı boyutları pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca BDDKÖYÖ'nün fiziksel olarak kendini tanımlama düzeyi üzerindeki etkisi incelendiğinde de, PSDQ'nun koordinasyon, görünüm, esneklik ve kendine güven boyutlarıyla pozitif; vücut yağ boyutu ile negatif korelasyon gösterdiği bulunmuştur.

Sonuç: Dansın fiziksel olarak kendini pozitif şekilde tanımlamaya etkisinin olduğu söylenebilir.

Kaynaklar: Iuliano, J. E., Lutrick, K., Maez, P., Nacim, E., & Reinschmidt, K. (2017). Dance for Your Health: Exploring Social Latin Dancing for Community Health Promotion. American Journal of Health Education, 48(3): 142-145. Marquez, D. X., Wilson, R., Aguiñaga, S., Vásquez, P., Fogg, L., Yang, Z., & Spanbauer, C. (2017). Regular Latin dancing and health education may improve cognition of late middle-aged and older Latinos. Journal of Aging and Physical Activity, 25(3): 482-489.

The Role Of The Self-Efficacy Related To Body Language And Dance On The Physical Self Description

Introduction and Aim: Over the past 15 years, social latin dances have ben most popular activity between adults and youths in terms of both recreational and performance. When the activity is doing as regularly, It can be contribute to well being which includes physiological and psychosocial benefits. In this study, Social Latin Dances participants have been examined in terms of the role of self efficacy related to Body Language and Dance on the Physical Self Description.

Method: The sample has been consisted of participants in Social Latin Dance activities in Mersin and Adana. The sample was randomly selected and ages range were between 17 and 54. Participant who 169 female and 110 male, including a total of 279 study were included. Dance experince duration as month was 11.94 for female while was 14.97 for male and the avarage of it was 13.13 for all participants.

Material: "Physical Self- Description Questionnaire-PSDQ" and "Evaluation of Self-Efficacy Related to Body Language and Dance Questionnaire-ESERBLDQ" were administered to all participants. In addition to independent samples t-test and pearson correlation were used. Findings: PSDQ subscale scores and ESERBLDQ total score in terms of gender and educational level variable did not differ.

When PSDQ and ESERBLDQ total score were compared in terms of age and experience duration, some variables were positively related to them. When the examine the role of ESERBLDQ on PSDQ, it was found that coordination, appearance, flexibility and self-confidence were positively correlated, but body fat were negatively correlated.

Results: Dance is effective way in self description as positively.

Keywords: Physical self description, Self efficacy, Dance

Baskı Altında En Kötüsünü Nasıl Düşünür, Söyler Veya Yaparız?

¹Recep Görgülü

¹Faculty Of Sport Sciences, Uludag University, Bursa

Email : gorgulurecep@gmail.com

Giriş ve Amaç: İronik hatalar, en şiddetli halde ortaya çıkan hatalardandır ve hedeflenin tam tersi sonuçlara neden olurlar. Kesinlikle kaçınılması gereken bu durum ile bilişsel kaygı arttığında daha sık karşılaşmaktayız. Kuramsal olarak Wegner'in zihinsel kontrolün ironik süreçleri teorisi (1994) bilişsel kaygı arttığında performansın en istenmeyen biçimde sonuçlanacağını öngörmektedir. Bu çalışmanın amacı özgün üç farklı reaktif (tepkimeli) motor beceri ile deneysel olarak Wegner'in teorisini farklı bilişsel kaygı durumlarında test etmektir.

Yöntem: Deney 1(N=53, Myaş=19.62, SS=2.09) ve 2(N=47, Myaş=21.05, SS=2.63)'de ki amaç ironik hataların oluşumunun reaktif (tepkimeli) durum ve görevler ile ilk defa laboratuvar ortamında test edilmesidir. Deney 3'ün (N=50; Myaş=22.43, SS=3.72) amacı ise verilen komutların oluşan ironik hatalar üzerindeki düzenleyici (moderatör) etkisinin literatürde ilk defa test edilmesidir. Deneyler (1, 2 ve 3) manipüle edilen düşük ve yüksek(yarışma ortamı, sosyal değerlendirme ve mali teşvik sağlanarak) bilişsel kaygı durumlarındaki katılımcıların özgün olarak hazırlanmış eğimli bir düzenden sırasıyla, rastgele ve yatay olarak düşen üç ana renkte ki golf toplarına masa tenisi raketi ile verilen komuta göre müdahale etmeyi veya etmemeyi gerektirmektedir.

Bulgular ve Sonuç: Eşleştirilmiş örneklem t – testi sonuçlarına göre psikofizyolojik ölçümler (Kardiyak aktivite; Kalp atım hızı, kalp atım hızı değişkenliği ve kas aktivasyonu) kaygı manipülasyonunun etkisini ortaya koymuştur. Tüm deneylerde performans analizleri Deney 1 için 2(durum: düşük-yüksek kaygı) × 2(top: hedef, hedef olmayan), Deney 2 ve 3 için ayrı ayrı 2(durum: düşük-yüksek kaygı) × 3(top: hedef, hedef olmayan, ironik) ANOVA ile elde edilmiştir. Wegner'in (1994-2009) teorisini destekler biçimde Deney 1 ve 2'den elde edilen sonuçlara göre yüksek bilişsel kaygı durumunun ironik hataların artmasına neden olduğu tespit edilmiştir. Daha önemlisi, Deney 3'ün özgünlüğü ilk defa elde edilen bulgular doğrultusunda ve verilen komutların ironik hataların azaltılmasında ki etkisi ile kanıtlanmıştır. Bu çalışmadan elde edilen sonuçlar, ironik hatalara yatkınlığın önlenmesinde uygulayıcılara komuta özgü pratik ve uygulamalı çözümler sunmaktadır.

How to Think, Say or do Precisely The Worst Thing Under Pressure?

Ironical errors are errors in the most severe form, and result in outcomes precisely opposite to those that were intended. They are said to occur when the to-be-avoided state enters the conscious mind; this happens more frequently when we are anxious. Wegner's (1994) theory of ironic processes of mental control predicts that, when anxious, one's performance will break down in a precisely counter-intentional manner. The purpose of this research is to present three novel tests of Wegner's theory in a laboratory based reactive task. In Experiments 1(N=53, Mage=19.62, SD = 2.09) and 2(N=47, Mage=21.05, SD = 2.63), the aim was to conduct the first specific examination of the incidence of ironical error using a reactive motor task. The aim of the Experiment 3(N=50, Mage=22.43, SD=3.72) was to provide the first test of whether task instruction moderates the incidence of ironical errors. The task required participants to react a series of three primary colour balls as they rolled down a chute under low- and high-anxiety (competition, social evaluation and financial incentives) conditions. Results from paired samples t-tests confirmed the effectiveness of the anxiety manipulation check (psychophysiological measures; heart rate and heart rate variability, muscle activity). For the Experiment 1; a 2 (epoch: low-high anxiety) × 2 (ball: target, non- target), for the experiments 2 and 3; a separate 2(epoch) × 3(ball: target, ironical error, non-error) fully repeated measures ANOVA were employed to analyze performance. In accord with Wegner's (1994-2009) theory, results (Experiment 1and 2) revealed that pressurized situation increased the number of specifically ironical errors. Importantly,

the results (Experiment 3) provide the first evidence that instructional interventions can reduce the incidence of anxiety-induced ironic errors in reactive motor tasks that is also the novelty of this study. The results offer practitioners a practical instruction-based solution for reducing the susceptibility to ironic errors.

Türk Elit Milli Karatecilerin Kişisel ve Sosyal Spor Kimliklerinin Öz-Kimlik Grafiği Aracılığıyla İncelenmesi

²*İsmail Sanberk*, ³*Cenab Türkeri*, ¹*Burhan Parsak*

¹*Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Mersin*

²*Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü, Adana*

³*Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Adana*

Email : mailsanberk@gmail.com, cenabturkeri@gmail.com, b.parsak@hotmail.com

Türk Elit Milli Karatecilerin Kişisel ve Sosyal Spor Kimliklerinin Öz-Kimlik Grafiği Aracılığıyla İncelenmesi

Bu araştırma altı Türk milli karatecinin ideal - ideal olmayan karateci imgesine ve bir karateci olarak kendilerine ilişkin bilişsel temsillerini incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışmanın katılımcılarını Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu'nda öğrenimine devam etmekte olan ve aynı zamanda Türkiye Karate Milli Takım sporcusu olan altı elit karateci oluşturmuştur. Çalışmanın verileri bir yarı yapılandırılmış görüşme tekniği olan repertuar ağı tekniği ile toplanmıştır. Repertuar ağı verilerinin analizi neticesinde her bir katılımcının öz-kimlik grafikleri elde edilmiş ve incelenmiştir. Elde edilen bulgular bir sporcu dışında sporcuların tamamının kişisel ve sosyal spor kimliklerinin olumlu olduğunu göstermektedir. Sporcu olarak öz-değeri yüksek olan sporcuların aynı zamanda bir karateci olarak kendilerini, ideal benlerini ve sosyal benlerini olumlu kişisel yapılarla açıkladıkları tespit edilmiştir. Bu çalışma Türkiye'de ulusal ve uluslararası turnuvalarda başarı göstermiş olan genç yetişkin elit karateciler üzerinde yürütülmüştür; ileride yapılacak araştırmalarla amatör, minik ve junior karatecilerin kişisel ve sosyal spor kimlikleri öz-kimlik grafiği aracılığıyla ortaya konabilir. Ayrıca bir karatecinin zaman içerisindeki gelişimi boylamsal olarak öz-kimlik grafiği aracılığıyla değerlendirilebilir. Öz-kimlik grafiğinin sağlayabileceği işlevsel ve pratik bilgiler göz önünde bulundurulduğunda, bu yöntemin daha yaygın olarak ve daha çok sayıda çalışmada kullanılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

Anahtar sözcükler: Öz-Kimlik Grafiği, Benlik, Kişisel Yapı, Repertuar Ağı, Karate

Self-Identity Graph of Elite Turkish National Karate Palyers' Personal and Social Sport Identities

Self-Identity Graph of Elite Turkish National Karate Palyers' Personal and Social Sport Identities

Abstract The aim of this study is to investigate ideal and non-ideal image of six Turkish national players and their cognitive representation of karate players. This study involved six participants from University of Cukurova Physical Education who are national karate players. The data of this study were collected via the repertory grid, a semi -structured interview technique. Self-identity graph of each participant was obtained and analyzed based on repertory grid data. The findings show that all the participants' personal and social sport identities, except one participant, are positive. The study found that the participants who had high self-value identified selves, ideal self and social self with positive personal constructs as a karate player. This study was carried out with young adult elite karate players who became successful in national and international tournaments. Further studies can be conducted with amateur and junior karate players. In addition, a longitudinal study can be performed with a karate player via self-identity graph. Considering functional and practical information of self-identity graph, the number of studies should be increased by using this method.

Keywords: Self-identity graph, personality, personal construct, repertory grid, karate.

SB580

Tenis Branşıyla Uğraşan Sporcuların Mobbing Algılama Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi

¹Hande İnan, ¹Mehmet Kartal, ¹Aykut Dünder, ¹Fatih Murathan, ¹Esra Bayrak

¹Adıyaman Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Adıyaman

Email : hinan@adiyaman.edu.tr, m.kartal@adiyaman.edu.tr, adundar@adiyaman.edu.tr, fmurathan@adiyaman.edu.tr, ebayrak@adiyaman.edu.tr

Tüm ülkelerde, yaş, cinsiyet, kıdem ayrımı yapılmaksızın çalışanların karşılaştığı işyeri sorunu olan mobbing davranışının artık günümüzde en çok üzerinde durulan örgütsel bir sorun konumunda olduğu söylenebilir. İşyerinde psikolojik taciz veya İngilizce söyleniş şekliyle "mobbing" oluşumu, nedenleri ve süreci açısından farklı bir kavramdır. Bu çalışmada, sporcuların mobbinge yönelik algılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmanın araştırma grubu, Adıyaman ilindeki Adıyaman Belediyespor'da ve Gençlik Spor İl Müdürlüğü'nde tenis branşıyla uğraşan 71 sporcudan oluşmaktadır. Araştırmaya katılan sporculara, iki bölümden oluşan anket uygulaması yapılmıştır. Birinci bölümde katılımcıların demografik bilgilerine yönelik araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu yer almaktadır. Diğer bölümde ise Einarsen ve Raknes (1997) tarafından geliştirilen, Türkçe'ye uyarlama çalışması Cemaloğlu (2007) tarafından, spora uyarlama çalışması Cengiz (2008) tarafından yapılan "Mobbing Ölçeği" uygulanmıştır. Araştırma sonucunda, cinsiyet değişkenine göre, görev ve sosyal ilişkiler alt boyutunda kadınların erkeklere göre daha fazla mobbinge maruz kalmış oldukları tespit edilmiştir. Eğitim değişkenine göre ise, örgüt içi ve sosyal ilişkiler alt boyutunda lisede öğrenim gören öğrencilerin ilköğretim de öğrenim gören öğrencilere göre daha fazla mobbinge uğramış olduğu sonucuna varılmıştır. Sporculuk yaşı değişkeni açısından bakıldığında, örgüt içi ve sosyal ilişkiler alt boyutunda 2-5 yıl, 0-1 yıl sporcu olanlara göre daha fazla mobbinge maruz kaldıkları tespit edilmiştir. Yaş değişkenine göre ise, sosyal ilişkiler ve örgüt içi iletişim alt boyutunda 15-17 yaş grubu, 12-14 yaş grubuna göre mobbinge maruz kaldığı sonucuna varılmıştır. Anahtar Kelimeler: Mobbing, Sporcu, Tenis, Algi

Examining Of Tennis Branch Athletes' Mobbing Perception Levels in Terms Of Certain Variables

In all countries, it can be said that the mobbing behavior, which is the workplace problem compared to the employees without discrimination of age, sex and seniority, is now the most problematic organizational problem. The formation of "mobbing" in the form of psychological harassment or spoken English language, in the workplace is a different concept in terms of causes and process. In this study, it is aimed to investigate some variables of the tennis athletes' mobbing perception. The research group of the study consisted of 71 athletes dealing with tennis in the Adıyaman Belediyespor and the Provincial Directorate of Youth and Sports in Adıyaman province. A survey consisting of two parts was conducted for the athletes participating in the survey. In the first part, there is a personal information form developed by the researcher towards to the demographic information of the participants. In the other part, " Mobbing Scale " developed by Einarsen and Raknes (1997) and implemented to the Turkish language by Cemaloglu (2007), sports adaptation study conducted by Cengiz (2008), was applied. As a result of the research, it was determined that women were more exposed to mobbing than males in the task and social relations subscale according to gender variable. According to the education variable, it was concluded that the students who attended high school in the sub-organizational and social relations sub-dimension had more mobbing than the primary school students. From the point of view of the age variable of the sport, it has been found that in the intra-organizational and social relations sub-dimension, they are exposed to mobbing more than 2-5 years and 0-1 year athletes. According to the age variable, 15-17 age group were exposed to more mobbing behaviours than 12-14 age in the social relations and intra-organizational communication sub-dimension.

Keywords: Mobbing, Athlete, Tennis, Perception

Spor Yapan ve Yapmayan İşitme Engellilerde Sürekli Dikkat Becerilerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi

¹Mustafa Baş, ²Elif Aydın,

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Trabzon

²Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Gümüşhane

³Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Trabzon

Email : mustafaabat@hotmail.com, aydinelif_61@hotmail.com, mustafaabat@hotmail.com

Bu araştırmanın amacı; Aktif spor yapan ve yapmayan işitme engelli bireylerde sürekli dikkat becerilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırmaya Trabzon'da yaşayan, 12-17 yaş aralığında, düzenli olarak spor yapma alışkanlığı bulunan 43 ve spor yapmayan 58 olmak üzere toplam 101 işitme engelli katılmıştır. Araştırmada araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu ile katılımcıların dikkat becerilerinin belirlenmesinde Burdon Dikkat Testi kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizlerinde SPSS 21 programında Kruskal Wallis H testi ve Mann Whitney U testleri kullanılmış, istatistiksel açıdan anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak belirlenmiştir. Araştırma sonucunda, spor yapmayan işitme engellilerin dikkat düzeylerinin yaş gruplarına, işitme cihazı kullanma durumlarına göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Buna karşılık, spor yapmayan işitme engellilerin dikkat düzeylerinin cinsiyetlerine, işitme engelinin ortaya çıkma nedenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p > 0,05$). Spor yapan işitme engelli bireylerde, dikkat düzeyinin cinsiyetlerine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Buna karşılık, spor yapan işitme engelli çocukların dikkat düzeylerinin yaş gruplarına, işitme engelinin ortaya çıkış nedenlerine, işitme cihazı kullanma durumlarına göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılık göstermediği tespit edilmiştir ($p > 0,05$). Sonuç olarak, spor yapan işitme engellilerin spor yapmayan işitme engellilere göre dikkat düzeyleri daha yüksek olduğu söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Engelli, Spor, Dikkat

Investigation On Some Variables Of Continuous Attention Skills In Hearing Impaired Sports

The purpose of this research; It is the study of constant attention skills in hearing impaired individuals who do and do not actively play sports in terms of some variables. A total of 101 hearing-impaired children, aged 12-17 years, living in Trabzon, 43 children with regular sports habits and 58 non-sports children, participated in the research. The personal information form developed by the researcher in the study and the Burdon Attention Test were used to determine the attentiveness of the participants. Kruskal Wallis H test and Mann Whitney U tests were used in the statistical analysis of the data obtained in the study. Statistically significant level of significance was determined as $p < 0,05$. As a result of the study, it was found that the attentional level of hearing impaired children who did not exercise showed a statistically significant difference according to the age groups and the use of hearing aids ($p < 0,05$). On the other hand, it was determined that there was no statistically significant difference between the attitudes of the hearing impaired children and the gender of the hearing impaired children ($p > 0,05$). It has been determined that the level of attentiveness of the hearing impaired individuals who play sports shows a statistically significant difference according to gender ($p < 0,05$). On the other hand, it was determined that the attentional level of the hearing impaired children did not differ statistically according to the age groups, causes of hearing impairment, hearing aids usage ($p > 0,05$). As a result, it can be said that the hearing impaired children who play sports are more attentive than the hearing impaired children who do not play sports.

Keywords: Disabled, Sports, Attention

SB584

İl Spor Müsabakasına Katılan Ortaokul Öğrencilerin Öz Güvenlerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi

¹Mustafa BAŞ, ²Mustafa BAŞ, ³Elif Aydın, ⁴Emriye Çağırın

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Trabzon

²Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Trabzon

³Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Gümüşhane

⁴Trabzon Milli Eğitim Müdürlüğü Trabzon

Email : mustafaabat@hotmail.com, mustafaabat@ktu.edu.tr, aydinelif_61@hotmail.com, ecağırın@hotmail.com

Bu çalışmanın amacı, il spor müsabakalarına katılan ve katılmayan ortaokul öğrencilerinin öz güven düzeylerinin cinsiyet, sınıf düzeyi, spor yapma durumu, tercih ettikleri spor dalı gibi çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir. Betimsel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılan çalışmanın örneklemini Trabzon'da biri özel üçü devlet ortaokulunda öğrenim gören ve çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden toplam 100 öğrenci ile yürütülmüştür. Çalışmada veri toplama aracı olarak, öğrencilerin demografik özelliklerini belirlemek için araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel bilgi formu ve Akın (2007) tarafından geliştirilen öz güven ölçeği kullanılmıştır. Ölçeklerden elde edilen veriler SPSS 24 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Sonuç olarak, il spor müsabakalarına katılan öğrencilerin öz güvenlerinin cinsiyet, spor yapma durumu ve yaşanan yere göre anlamlı farklılık gösterirken, sınıf düzeyine, tercih edilen spor türüne, kardeş sayısına, anne ve babanın eğitim durumuna ve ailenin gelir düzeyine göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Özgüven

An Analysis Of Various Variables Of Self Security Of Secondary School Students Participating In The Province Of Sport

The aim of this study is to examine the self-esteem levels of middle school students who participate in sports competitions of provinces in terms of gender, class level, sporting situation and sports variables they prefer. The sample of the study using the relational screening model of descriptive research methods was conducted with a total of 100 students in Trabzon who were studying in private three state secondary schools and voluntarily participating in the study. The personal information form developed by the researcher and the self-confidence scale developed by Akın (2007) were used to determine the demographic characteristics of the students. Data from scales were analyzed using the SPSS 24 packet program. As a result, while the self-confidence of the students participating in provincial sports competitions showed a significant difference according to gender, sporting situation and the place where they live, no significant difference was found according to class level, preferred sport type, number of siblings, educational level of parents and family income level.

Keywords: Sport, Self-confidence

Antrenör ve Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Akademik İyimserlik ve Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi

¹Tamer Karademir, ²Meziyet Taşçı, ¹Özlem Özcan, ¹Osman Enes Köklü, ¹Özlem Gültekin Sun

¹Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kahramanmaraş

²İnönü Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilimdalı

Email : tamer.karademir@hotmail.com, , yasar.ozlem.46@hotmail.com, ,

Giriş ve Amaç: Bu çalışma antrenörlük eğitimi ile beden eğitim ve spor öğretmenliği bölümlerinde okuyan öğrencilerin akademik iyimserlik ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin bazı değişkenlere göre nasıl şekillendiğini belirlemek amacı ile yapılmıştır. Yöntem: Araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyen beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünden 120, antrenörlük eğitimi bölümünden 85 olmak üzere toplam 205 öğrenci dahil edilmiştir. Bu çalışmadaki veriler kişisel bilgi formunun yanı sıra akademik iyimserlik ve psikolojik iyi oluş ölçekleri kullanılarak toplanmıştır. Akademik iyimserliklerini ölçmek amacıyla Hoy vd. (2006) tarafından geliştirilen akademik önemi ölçen ve toplam 11 maddeden oluşan akademik iyimserlik ölçeği kullanılmıştır. Psikolojik iyi oluşlarını ölçmek amacıyla Ryff (1989) tarafından geliştirilen Akin ve ark., (2012) tarafından geliştirilen 42 soruluk kısa form kullanılmıştır.

Bulgular: Bu çalışmaya katılanlar 18 ile 28 yaş aralığında olup, %60 ının erkek, %40 ının bayan olduğu belirlenmiştir. Çalışma grubunun %58,3 ü beden eğitimi ve spor öğretmenliği, % 41,7 si ise antrenörlük eğitimi bölümünde okumaktadır. Araştırmada grubunun akademik iyimserlik ve psikolojik iyi oluş düzeylerinde cinsiyet ve sınıf değişkenine göre istatistiksel olarak fark gözlemlenmezken, barındığı yer ve bölüm değişkenine göre psikolojik iyi oluş düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu belirlenmiştir (p<0.05).

Tartışma ve Sonuçlar: Araştırma sonuçlarına göre; çalışma grubunun cinsiyet değişkenine göre bayan ve erkek öğrencilerin akademik iyimserlik ve psikolojik iyi oluş düzeylerine ait puan ortalamaları arasında benzerlik olduğu görülmüştür. Beden eğitimi öğretmenliği bölümü öğrencilerinin antrenörlük eğitimi öğrencilerine göre, özel yurttan kalanların devlet yurdunda kalanlara göre psikolojik iyi oluş düzeyleri daha yüksektir. Ayrıca araştırmanın bulguları beden eğitimi öğretmenliği ve antrenörlük eğitimi öğrencilerinin akademik iyimserlik ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin birbiriyle pozitif yönlü, orta düzeyde ve anlamlı ilişki içerisinde olduğunu ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Akademik iyimserlik, Psikolojik iyi oluş, Spor, Eğitim

Research For Physchological Well-Being Level And Academical Optimism Of Trainers And Physical Education Teachers

Abstract This Research is made to determine how effected according to some variates on physchological well-being level and academical optimism of trainers and physical education teachers. A total of 205 students, including 120 physical education and sport instructors who want to participate voluntarily in research and 85 in the number of athletic training, were included. The data in this study are collected using the personal information form as well as academic optimism and psychological well-being. The academic optimism developed by Hoy et al, in order to achieve academic optimism and academic optimisim consisting of a total of 11 items was used. A form with 42 question developed by Ryff was used for psychological well being. It was determined that participants were between 18 and 25 years old and 60% of them were male and 40% of them were female. 58,5% of the study group is attending phsical education and sports education, and 41,7% is studyin on coaching education. there was no statistically significant difference in the academic optimism and psychological well-being of the study group compared to the gender and class variables, and it was determined that there was a statistically significant difference in psychological well-being according to the place of residence and division variable.

According to the research results there was a similarity between the average scores of academic optimism and psychological well-being of male and female students according to the gender variable of the study group. According to the trainees of the students of physical education teachers, psychological well-being is higher than that of the residents in the state. The findings of the research also show that the academic optimism and psychological well-being of the physical education teachers and trainers are in a positive, moderate and meaningful relationship with each other.

Keywords: Academic Optimism, Psychological Well-Being , Sport, Education

Taraftar Ve Tribün Liderlerinin Kişilik Özelliklerinin Saldırganlık Davranışları Üzerine Etkisinin Araştırılması

1Mehmet Acet

1Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu-Kütahya

Giriş ve Amaç: Tribün liderini, takımın çıkarlarını benimseyerek, aynı renklere gönül vermiş kişileri motive eden, onların takımlarını desteklemelerini sağlayan, takım için bestelenen sloganların, marşların organize şekilde söylenmesini sağlayan, tribünde direksiyondaki kişi ya da kişiler olarak betimleyebilmekteyiz.

Yöntem: Bu çalışmanın amacı, futbol taraftarlarının kişilik özellikleri ve saldırganlık düzeyleri açısından tribün liderlerinden etkilenme düzeylerinin incelenmesi ve saldırganlığın kişilik özelliklerinden etkilenip etkilenmediğini belirlemektir.

Çalışmanın örneklem grubuna 2014-2015 sezonunda kolayda örnekleme yöntemi ile ulaşılmıştır. Örneklem grubunu Türkiye’de Spor Toto Süper Lig, TFF 1. Lig, Spor Toto 2. Lig, Spor Toto 3. Liglerinde mücadele eden takımların maçlarına aktif olarak giden, takımlarını tribünden destekleyen taraftarlar (N=95) ve bu taraftarlara yön veren tribün liderleri (N=67) oluşturmaktadır.

Bulgular ve Sonuç: Verilerin değerlendirilmesinde ve hesaplanmış değerlerin bulunmasında SPSS 21,0 istatistik paket program kullanılmıştır. Araştırma kapsamında katılımcılara uygulanan anket üç bölümden oluşmaktadır. Anket formunun birinci bölümünde; yaş, cinsiyet ve eğitim durumu gibi kişisel özelliklere ilişkin sorular. İkinci bölümünde Francis ve ark. (1992) tarafından geliştirilen Eysenck Kişilik Envanteri ile Tuzgöl (1998) tarafından geliştirilen Saldırganlık Ölçeği kullanılmıştır. Alt boyutların doğrusal ilişkisini tespiti ve bağımsız değişkenlerin etkisini anlamak için Regresyon analizinden ve çoklu karşılaştırmalar için ANCOVA testlerinden faydalanılmıştır.

Sonuç olarak tribün liderleri ve taraftarların saldırganlık özellikleri birbirlerine benzerlik göstermekle birlikte; saldırganlık davranışları kişilik özelliklerinden direkt olarak etkilenmektedir. Tribün liderlerinin ve taraftarın kişilik özelliklerine göre saldırganlık düzeyleri arasında da fark vardır. Tribünlerde ki saldırganlık olaylarının önlenmesinde tribün liderlerinin rolü göz önüne alındığında; taraftarın belirlemiş olduğu tribün liderleri federasyonlarca veya kulüpler aracılığı ile eğitilebilir.

Anahtar Kelimeler: Tribün Lideri, Kişilik, Saldırganlık, Taraftar.

Analysis On The Effect Of Personality Traits Of Fans And Tribune Leaders On Aggressive Behaviors

The purpose of this study is to analyze the football fans’ level of being influenced from the tribune leaders in terms of personality traits and their aggressive behaviors and to determine whether aggression is affected from personality traits. The sample group of the study has been reached with convenience sampling in 2014-2015 season. The sample group is composed of the fans (N=95) actively going the matches of the teams that compete in Spor Toto Super League, TFF 1st League, Spor Toto 2nd League and Spor Toto 3rd League in Turkey and supporting their teams in the tribune and of the tribune leaders (N=67) guiding these fans. SPSS 21.0 package program has been used for evaluation of data and finding the calculated values. The questionnaire applied to the participants within the scope of research is composed of three parts. In the first part of the questionnaire, there are questions about such personal characteristics as age, sex and educational background. In the second part, Eysenck Personality Questionnaire developed by Francis et al. (1992) and Aggression Scale developed by Tuzgöl (1998) have been used. Regression analysis has been utilized in order to determine the liner relation of sub- dimensions and to understand the effect of independent variables.

ANCOVA tests have been used for multiple comparisons. In conclusion, aggressive characteristics of tribune leaders and fans are similar and aggressive behaviors are directly affected from personality traits. There is a difference between the aggression levels according to the personality traits of tribune leaders and fans. When the role of tribune leaders in preventing aggression incidents in tribunes is considered, the tribune leaders chosen by fans can be trained via federations or clubs.

Keywords: Tribune Leader, Personality, Aggression, Fans.

Güreşçilerin Hedef Yönelimlerinin Deneyim Süresi Değişkeni Açısından İncelenmesi

¹Ali Burak Toy, ²Esin Türkmen, ¹Turhan Toros

¹Mersin Üniversitesi, Mersin

²Mersin İl Milli Eğitim Müdürlüğü Mersin

Email : aliburaktoy@hotmail.com, esinturkmen81@gmail.com, turhantoros@gmail.com

Giriş ve Amaç Spor ortamında başarı veya başarısızlık duygusu sporcunun kendi hedef yönelimiyle ilgilidir. Başarı, kişiyle ve diğerleriyle karşılaştırıldığında hedef yönelimini belirler. Bu araştırmada güreşçilerinin hedef yönelimi düzeylerinin deneyim süresi değişkeni açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem Araştırmaya u23 ve büyükler kategorisinde yarışan yaş ortalaması $20,76 \pm 3,93$ olan 143 güreşçi katılmıştır. Araştırmada Hedef Yönelimi düzeylerini belirlemek için "Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği" ile araştırmacılar tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu" uygulanmıştır. Verilerin analizinde tek yönlü varyans analizi (Anova) ve betimsel istatistik yöntemi kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç Yapılan analiz sonuçlarına göre; güreşçilerinin deneyim süresi değişkeni ile görev yönelimi puanları arasında anlamlı bir farklılık görülmektedir [$F(3,139)=3,139$; $p<0,05$]. Sonuç olarak güreşçilerin hedef yönelimi düzeyleri arasında deneyim süresi değişkeni açısından farklılıklar bulunmuştur.

The Relationship Of Goal Orientation Of Wrestlers Was Examined In Terms Of Years Of Experience

Introduction and Purpose The feeling of success or failure in the sports environment is related to the athlete's own goal orientation. Success determines target orientation when compared to person and others. **Method** In this study, the relationship of goal orientation and life satisfaction of wrestlers was examined in terms of years of experience. One hundred and forty-three wrestlers competing in the category of u-23 and seniors participated in this study. "The Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire" was used. "Personal Information Questionnaire" were applied to determine the life satisfaction level and determination of goal orientation level. **Results** The analysis of the data was performed by using one way analysis of variance (ANOVA) and descriptive statistical methods. A significant difference [$F(3,139) = 3.139$; $p<0.05$] was obtained between wrestlers' years of experience variable and subdimensions of task orientation. Consequently, years of experience variable plays an important role in determining the goal orientation level of wrestlers.

SB643

Türkiye Üniversiteler Ragbi Ligi Oyuncularının Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi

¹Seydi Ahmet Ağaoğlu, ¹Yücel Makaracı, ¹İzzet İslamoğlu, ¹Bilge Öksüz

¹Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun

Email : s.ahmet.agaoglu@gmail.com, yucelmkr@gmail.com, izzetislamoglu@gmail.com , bilgeoksuz393@gmail.com

Giriş ve Amaç: Saldırganlık, kişide saldırı davranışı göstermeye yönelik olan ve nispeten süreklilik özelliği taşıyan bir eğilimi anlatmaktadır. Ragbi, oyuncuların karşılıklı sert temaslarının ve mücadelelerinin yoğun şekilde gerçekleştiği; sakatlanma riskinin en yüksek olduğu spor dallarından biridir. Bu paralelde çalışmanın amacı; Türkiye Üniversiteler Ragbi Ligi oyuncularının saldırganlık düzeylerinin incelenmesidir. Yöntem: Araştırmaya Türkiye Üniversiteler Ragbi Ligi'nde yer alan toplamda 97 (n=97) kadın sporcu katılmıştır. Sporcuların yaş ortalamaları 22,31 ± 1,75'tir. Katılımcılara turnuva esnasında yüz yüze görüşme yöntemi kullanılarak, İpek İlter (Kiper) tarafından 1984 yılında geliştirilen 7'li likert tipi saldırganlık envanteri uygulanmıştır. Envanter 30 maddeden ve üç alt ölçekten (yıkıcı saldırganlık, atılğanlık ve edilgen saldırganlık) oluşmaktadır. Ayrıca katılımcılara demografik bilgileri içeren kişisel bilgi formu da uygulanmıştır. Verilerin istatistiksel analizlerinde, gruplar arası karşılaştırmada ise ANOVA testi kullanılmıştır.

Bulgular: Analiz sonucunda, yıkıcı saldırganlık alt boyutunda aylık geliri 1000-2000 TL arasında olanların 2000-3000 TL geliri olanlardan daha yüksek saldırganlık puanına sahip oldukları belirlenmiştir (p=0,028). Atılğanlık alt boyutunda aylık geliri 3000 TL ve üzeri olanlar, 1000-2000 TL geliri olanlardan daha yüksek puana sahip oldukları tespit edilmiştir (p=0,003). Edilgen saldırganlık alt boyutunda; Anadolu Üniversitesi oyuncular, Ondokuz Mayıs Üniversitesi (OMÜ), Trakya, Bartın ve Celal Bayar Üniversiteleri oyuncularından; Hacettepe Üniversitesi oyuncular OMÜ ve Bartın Üniversitesi oyuncularından daha düşük puana sahiptir (<0,001).

Sonuç: Aylık gelir düzeyinin saldırganlık düzeyini etkilediği tespit edilmiştir. Düşük gelir durumuna sahip sporcuların yıkıcı saldırganlık alt boyutunda gelir durumu yüksek sporculara göre daha yüksek saldırganlık puanına sahip olduğu görülmektedir. Bu durumdaki sporculara saldırganlıkla baş edebilme becerisi kazandıracak çalışmalar yapılması önerilebilir.

The Investigation Of Aggression Levels Of Turkish Universities Rugby League Players

Introduction and Aim: Aggression refers to a tendency that demonstrates self-assault behavior and relatively has persistent property. Rugby is one of the sports branches that includes players' mutual hard contacts and intensive fighting and also has very high level risk of injury. In this context; the present study aims to investigate the aggression levels of Turkish universities rugby league players. Methods: The study included a total of 97 women players in Turkish universities rugby league. The mean ages were 22,31 ± 1,75 years in players. As data collection tool, aggression scale (a seven-point Likert type) developed by İpek İlter(Kiper) in 1984 was used by using face to face interview method. The scale consisted of 30 questions and three subscales (hostile aggression, hardiness and passive aggression). Also a personal information form which included demographic information was applied to the players. ANOVA test was used in comparisons between groups.

Findings: In hostile aggression subscale, players who had 1000-2000 TL monthly income showed more hostile aggression score than players who had 2000-3000 TL monthly income (p=0,028). In hardiness subscale, players who had 3000 TL and more monthly income showed more hardiness score than players who had 1000-2000 TL monthly income (p=0,003). In passive aggression subscale, Anadolu University players had lower scores than Ondokuz Mayıs (OMU), Trakya, Bartın and Celal Bayar Universities' players; and Hacettepe University players had lower scores than OMU and Bartın Universities' players (<0,001).

Result: It was determined that monthly income had an impact on aggression level. It was also found that players who had low monthly income had higher scores when compared with players who had high monthly income in hostile aggression subscale. In this case, practices which will bring ability about coping with aggression could be recommended to those players.

SB650

Orta Öğretim Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeyleri İle Akademik GÜdülenme Düzeylerinin İncelenmesi

¹Nimet Haşıl Korkmaz, ²Serkan Pancar, ³Tuncay Alparslan, ⁴Şerife Vatansever

¹Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa

²Milli Eğitim Bakanlığı, Bursa

³Milli Savunma Bakanlığı, Ankara

⁴Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa

Email : nhasil@uludag.edu.tr, , ,

Bu çalışmanın amacı Anadolu liselerinde öğrenim gören öğrencilerin demografik özellikleri, vücut kütle indeksleri (VKI), fiziksel aktivite ve akademik güdülenme düzeyleri hakkında bilgi sahibi olmak ve fiziksel aktivite düzeylerinin akademik güdülenme üzerine etkisini incelemektir. Araştırmanın evrenini Bursa ilindeki Anadolu Liseleri oluşturur iken örnekleme, Osmangazi ilçesindeki Anadolu Lisesinde öğrenim görmekte olan toplam 451 kişilik, (kız n=264, erkek n=187) öğrenciden oluşturulmuştur. Ankete katılan toplam 451 kişinin yaşları 16.32 ± 0.678 , boyları 168.5 ± 8.373 cm, ağırlıkları 59.02 ± 11.011 kg.'dır. Erkeklerin fiziksel aktivite düzeyleri 710.26 ± 667.98 MET-dk/hf, ortalama akademik güdülenme puanlarının 58.74 ± 12.76 olduğu, kızların fiziksel aktivite düzeyleri 447.27 ± 526.23 MET-dk/hf., ortalama akademik güdülenme puanları 61.10 ± 12.76 olduğu tespit edilmiştir.

Bu araştırmada veriler, Öztürk (2005) "Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi-Kısa Formu" (UFAA), Bozanoglu (2004) tarafından geliştirilen geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yapılan "Akademik Güdülenme Ölçeği" (AGÖ) ile toplanmıştır. Verilerin istatistiksel analizinde 'SPSS 23.0 for Windows' programı kullanılmıştır. Akademik güdülenme ile fiziksel aktivite grupları arasında ilişkinin incelenmesi için Pearson Korelasyon testi, gruplar arasında karşılaştırılmalarda Bağımsız T testi kullanılmıştır.

Sonuç olarak; fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik güdülenme ve yaş arasında ilişki tespit edilememiştir ($p > 0.05$). Benzer şekilde, yaş ile akademik güdülenme arasında da ilişki tespit edilememiştir ($p > 0.05$). Cinsiyete göre akademik güdülenme düzeyleri karşılaştırıldığında, anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p > 0.05$). Ancak cinsiyete göre FA toplam puanları karşılaştırıldığında, erkek öğrenciler lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p < 0.05$).

Anahtar kelimeler: Akademik güdülenme, Fiziksel aktivite, Anadolu lisesi öğrencileri

Investigation of Physical Activity Levels and Academic Motivation Levels of Secondary School Students

The aim of this study is to examine the demographic characteristics, body mass index (BMI), physical activity and academic motivation levels of students in Anatolian high school and to examine the effect of physical activity levels on academic motivation. While the universe of the research was formed by the Anatolian High Schools in Bursa, the sample consisted of 451 students (female n = 264, male n = 187) studying in Anatolian High School in Osmangazi district. A total of 451 students participating in the survey were 16.32 ± 0.678 years old, 168.5 ± 8.373 cm in length and 59.02 ± 11.011 kg in weight. Male physical activity levels were 710.26 ± 667.98 MET-min/week, mean academic motivation scores were 58.74 ± 12.76 , girls' physical activity levels were 447.27 ± 526.23 MET-min/week, mean academic motivation scores were 61.10 ± 12.76

In the study, "International Physical Activity Questionnaire-Short Form" which validity and reliability studies developed by Öztürk(2005) and. "Academic Motivation Scale" which validity and reliability is studied by Bozanoglu(2004) are used. In the statistical analysis of the data, 'SPSS 23.0 for Window program was used. Pearson Correlation test was used to examine the relationship between academic motivation and physical activity groups, and independent T test was used in comparison between groups.

As a result; there was no correlation between physical activity and academic motivation and age ($p>0.05$) similarly; there was no correlation between age and academic motivation ($p>0.05$). When the levels of academic motivation according to sex were compared, a significant difference was not found ($p>0.05$). But physical activity levels according to sex were compared, a significant difference found in favor of male students ($p<0.05$)

Keywords: Academic motivation, Physical activity, Anatolian high School students

SB659

Sporcuların Sosyal Uyum Düzeyleri ile Öfke Kontrol Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

²Yusuf Can, ¹Zülbiye Kaçay

¹Sakarya University, Faculty Of Sport Sciences, Sakarya

²Muğla Sıtkı Koçman University, Faculty Of Sport Sciences, Muğla

Email : yusufcan@mu.edu.tr, zzkacay@gmail.com

Bu araştırmanın amacı, sporcuların sosyal uyum düzeyleri ile öfke kontrol düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmada ayrıca, sporcuların sosyal uyum düzeyleri ile öfke kontrol düzeylerinde cinsiyet, yaş, spor yılı, spor dalı, sporcunun eğitim düzeyi ve sportif başarı durumu açısından anlamlı farklılıkların bulunup bulunmadığı incelenmiştir.

Araştırmaya, halen aktif lisanslı sporcular arasından tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilmiş olan ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 116 kadın ve 158 erkek olmak üzere toplam 274 sporcu katılmıştır.

Araştırmada veri toplama aracı olarak, sporcuların sosyal uyum düzeylerini ölçmek amacıyla Özgüven (1992) tarafından geliştirilen Hacettepe Kişilik Envanterinin "Sosyal ilişkiler" ve "Sosyal Normlar" alt boyutlarına ilişkin sorular ve sporcularda öfke kontrol düzeylerini ölçmek amacıyla Spielberger ve arkadaşları (1983) tarafından geliştirilen ve Özer (1994) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği (SÖÖTÖ) kullanılmıştır. Araştırmanın kişisel verileri 6 sorudan oluşan kişisel bilgi formu ile elde edilmiştir.

Araştırma sonuçlarına göre; sporcuların sosyal uyum düzeyleri ile öfke kontrol düzeyleri arasında pozitif yönlü ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca, sporcuların sosyal uyum düzeyleri ile öfke kontrol düzeylerinde cinsiyet, spor yılı ve sportif başarı durumu açısından anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p < 0,05$). Anahtar Kelimeler: Sporcu, Sosyal Uyum, Öfke Kontrolü, Sportif Başarı

Analysis of the Relationship Between Social Adjustment Levels and Anger Control Levels of the Athletes

Social adjustment is to get along with people in a society. Anger is one of the strongest emotion that sometimes cause people to have problems in their lives. Dealing with the anger can be said to be more important for the athletes because, it can effect their successes if it is not controlled. So, it was considered that the social adjustment and the anger control levels of the athletes could be related with each others. Therefore, the aim of this research was to examine the relationship between social adjustment levels and anger control levels of the athletes. It was also examined whether there were significant differences in the social adjustment levels and the anger control levels of the athletes in terms of gender, age, sport experience, education levels, and sporting achievement status. A total of 274 athletes, 116 female and 158 male, selected by random sampling method among active licensed athletes, participated in the survey voluntarily.

In the research, in order to measure the social adaptation levels of the athletes, the questions of two sub-scales (Social Relationships, Social Norms) of Hacettepe Personality Inventory which was developed by Özgüven (1992), was used. Also to measure the level of anger control, the Continuous Anger-Anger Expression Style Scale which was developed by Spielberger et al. (1983) and adopted to Turkish by Özer (1994) was used. The personal data of the research was obtained by using 6 questions personal information form.

According to the results of the research; there was a positive relationship between the social adjustment levels of the athletes and the anger control levels. In addition, the significant differences were determined in social adjustment levels and anger control levels of the athletes in terms of gender, sport year and sports achievement status ($p < 0,05$). Key words: Athlete, Social Adaptation, Anger Control, Sportive Achievement

Spor Yapan ve Yapmayan Ortaokul Öğrencilerinin Kişilik Özelliklerinin Karşılaştırılması

¹Erkan Konca, ³Necati Alp Erilli, ⁴Egemen Ermiş, ⁴Yunus Berk, ⁴Abdurrahim Kaplan

¹Yavuz Selim Ortaokulu Sivas

²Yavuz Selim Ortaokulu Sivas

³Cumhuriyet Üniv., İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi, Ekonometri Bölümü, İstatistik Anabilim Dalı, Siva

⁴Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimler Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Samsun

Email : erkankonca@yahoo.com, erkankonca@yahoo.com, aerilli@cumhuriyet.edu.tr, egeddeath@hotmail.com, yunberk@gmail.com, selcukbesyo85@gmail.com

Spor Yapan Ve Yapmayan Ortaokul Öğrencilerinin Kişilik Özelliklerinin Karşılaştırılması

Giriş ve Amaç Spor günümüzde sadece sağlıklı yaşam sürmek amacı ile yapılan bir faaliyet olmanın dışına çıkmıştır. Sosyal gelişim, kişinin doğumdan yetişkin oluncaya kadar, başka insanlarla olan ilişkileri ve onlara karşı geliştirdiği bilgi ve duygular bütünü olarak ifade edilir. Bu çalışmanın amacı spor yapan ve yapmayan ortaokul 6, 7 ve 8. Sınıf öğrencilerinin kişilik özelliklerinin incelenmesidir.

Yöntem Araştırmaya Sivas İl merkezinde eğitim gören 290 erkek(%47.9) ve 315 kız(%52.1) toplam 605 ortaokul öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların %50.9 'u lisanslı %49.1'i lisanssız öğrencilerden oluşmuştur. Çalışmaya Sivas il merkezinde bulunan Milli Eğitim Bakanlığına bağlı devlet ve özel okullar arasından seçilen 10 okul dahil edilmiştir. Katılımcılara demografik özellikleri ve sportif özelliklerini sorgulayan anket formu ile 5 faktörlü kişilik envanteri uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS.22 paket programında Independent-Samples T test ve One way ANOVA testleri kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular Araştırmaya 605 öğrenci katılmıştır. Cinsiyete göre kişilik özellikleri arasında dışadönüklük, duygusal dengesizlik ve açıklık alt boyut puanlarında olarak önemli farklılıklar bulunurken ($p<0.05$), geçimlilik ve sorumluluk alt boyut puanlarında önemli bir farklılık bulunmamıştır($p>0.05$). Lisanslı spor yapma durumlarına göre kişilik özellikleri arasında ve branşlara göre kişilik özellikleri alt boyut puanlarında önemli fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Spor yapma sıklığına göre dışadönüklük, geçimlilik ve açıklık alt boyut puanlarında önemli farklar bulunmuştur ($p<0,05$) . Diğer yandan, spor yapma sıklığına göre duygusal dengesizlik ve sorumluluk alt boyut puanlarında önemli farklar bulunmamıştır ($p>0,05$).

Sonuç Çalışmada ortaya çıkan bulguları incelediğimizde spor yapma sıklıkları ve cinsiyetin çalışmanın uygulandığı gruplarda kişilik özelliklerini etkilediği sonucuna ulaşabiliriz. Bu sonuçları; spor yapma sürelerinde artış oldukça bireylerin daha sosyal oldukları çevreleri ile ilişki kurmakta zorlanmadıkları şeklinde yorumlayabiliriz. Yapılan spor branşının uygulanma biçimi ve süresi önem kazanmaktadır. Gelişme evresindeki bireylerin kişilik özellikleri spor ile gelişim hatta kişilik özelliklerinde belirleyici rol aldığı söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Spor, kişilik özellikleri, öğrenci

Comparison Of Personality Traits Of Secondary School Students Who Do Sports And Those Who Do Not

Comparison Of Personality Traits Of Secondary School Students Who Do Sports And Those Who Do Not

Introduction and Purpose Sport is no longer an activity done to lead a healthy life. Social development is expressed as an individual's relationships with other individuals from birth to adulthood and as the information and feelings developed towards them. The purpose of this study is to examine the characteristics of 6th, 7th and 8th graders who do sports and those who do not.

Method A total of 605 students-290 (47.9%) boys and 315 (52.1%) girls- in the city center of Sivas participated in the study voluntarily. 50.9% of the participants had license while 49.1% did not. 10 schools chosen among state and private schools of Ministry of National Education were included in the study. The participants were given a questionnaire about demographic and sportive characteristics and 5-factor personality inventory. The data obtained were analyzed with SPSS.22 program by using Independent-Samples T test and One-way ANOVA.

Results While statistically significant differences were found between extroversion, neuroticism and openness in terms of gender ($p < 0.05$), no significant difference was found between agreeableness and conscientiousness ($p > 0.05$). No statistically significant difference was found between personality traits in terms of having license and between branches and traits ($p > 0.05$). Statistically significant differences were found between extroversion, agreeableness and openness and frequency of doing sports ($p < 0.05$), while no significant difference was found between neuroticism and conscientiousness and frequency of doing sports ($p > 0.05$).

Conclusion It can be concluded that frequency of doing sport and gender influenced personality traits of the students. As students do more sports, they become more social and not have difficulties in their relationships with others. It can be said that sports has a determining role on personality traits of individuals in development stages. Key Words: Sport, personality traits, students

Antrenörlerin Temel Psikolojik İhtiyaçlarının ve İş Tatmin Düzeylerinin İncelenmesi

¹Hakan Kolayış, ¹Nurullah Çelik

¹Sakarya Üniversitesi, Sakarya

Email : hkolayis@sakarya.edu.tr, nurullahc@sakarya.edu.tr

Giriş ve Amaç: Darley(1991) ihtiyacı, kişinin biyolojik (fizyolojik) veya psikolojik gereklilikten oluşan yetersizlik durumudur şeklinde ifade etmiştir. İş tatmini, geçmişten günümüze güncelliğini kaybetmeyen, kişilerin işe daha olumlu yaklaşımlarını, işlerinde mutlu başarılı ve üretken olmalarını sağlayan önemli bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu çalışmanın amacı, Sakarya ilindeki antrenörlerin temel psikolojik ihtiyaçlarının ve iş tatmini düzeylerinin araştırılmasıdır.

Gereç ve Yöntem: Çalışmaya, Sakarya ilinde yaşları 19 ile 34 arasında değişen, 27'si kadın 38'i erkek olmak üzere toplam 65 (Xyaş:25,65±3,28) antrenör katılmıştır. Araştırmada iki adet ölçek kullanılmıştır. İlki, Deci ve Ryan (2000) tarafından geliştirilen ve Kesici Üre ve arkadaşları (2002) tarafından Türkçeye uyarlanan Temel Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğidir. Ölçek 21 madde ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar: a)Özerklik ihtiyacı, b)Yeterlik ihtiyacı, c)İlişki ihtiyaçlarıdır. Araştırmada kullanılan ikinci ölçek ise 20 madde ve 2 alt boyuttan oluşan Weiss ve ark., (1967) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Baycan (1985) tarafından yapılan Minnesota İş Doyumu Ölçeğinin 20 maddelik kısa formudur. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler ve bağımsız gruplar t-testi kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, kadın antrenörler ile erkek antrenörler arasında temel psikolojik ihtiyaçlar bakımından ilişkili olma alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0,05$). Öte yandan, özerklik ve yeterlik ihtiyacı alt boyutlarında ise anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($p>0,05$). İş doyumu bakımından ise, hem içsel hem de dışsal iş doyumu alt boyutlarında kadın antrenörler ile erkek antrenörler arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0,05$).

Sonuç: Araştırmanın sonucuna göre, kadın ve erkek antrenörlerin temel psikolojik ihtiyaçları ve iş doyum düzeyleri farklılık göstermiştir. Kadın antrenörlerin daha yüksek iş doyum düzeyine sahip olduğu ve öte yandan daha fazla sosyal ilişki kurma ihtiyacına gereksinim duyduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Antrenör, İhtiyaç, İş Tatmini

Investigation Of The Basic Psychological Needs And Job Satisfaction Levels Of Coaches

Introduction and Purpose: Darley(1991) expressed the need for a person's inadequacy of biological (physiological) or psychological necessity. Job satisfaction allows people to approach their work more positively and to be happy and productive in their work. The purpose of this study was to investigate the basic psychological needs and job satisfaction levels of the coaches in Sakarya province.

Material and Method: A total of 65 (Xyaş: 25,65 ± 3,28) coaches, aged between 19 and 34, 27 were women and 38 were male, participated in the study. Two scales were used in the study. The first was the Basic Psychological Needs Scale which was developed by Deci and Ryan (2000) and adapted to Turkish by Kesici Urea et al. (2002). The scale consists of 21 items and 3 sub-dimensions. These are: a)Autonomy, b)Competence c)Relatedness. The second scale used in the study was the 20-item short form of the Minnesota Job Satisfaction Scale developed by Weiss et al., (1967) and adopted to Turkish by Baycan (1985).It contains 20 items and 2 sub-scales. For analysis, descriptive statistics and independent groups t-test were used.

Findings: According to findings in the study, there was a statistically significant difference in the sub-scale of relatedness between female coaches and male coaches regarding basic psychological needs ($p<0,05$).

On the other hand, there was no significant difference in the autonomy and competence sub-dimensions ($p>0,05$). Regarding job satisfaction, a significant difference was found between female coaches and male coaches in both intrinsic and extrinsic job satisfaction sub-dimensions ($p<0.05$).

Conclusion: According to the results of the research, the basic psychological needs and job satisfaction levels of the male and female coaches displayed differences. It was seen that female coaches had a higher level of job satisfaction and the need to build more social relationships.

Keywords: Coach, need, job satisfaction

SB740

Sekiz Haftalık Antrenmanda Sözel Geribildirim, Basketbolda Turnike, Top Sürme, Yaşam Doyumu Ve Özyeterlik, Üzerine Etkisi

İbrahim Efe Etiler, ¹Turhan Toros

¹Mersin Üniversitesi

Email : efeetiler@gmail.com, turhantoros@mersin.edu.tr

Sekiz Haftalık Antrenmanda Sözel Geribildirim, Basketbolda Turnike, Top Sürme, Yaşam Doyumu Ve Özyeterlik, Üzerine Etkisi

İbrahim Efe ETİLER-Mersin Üniversitesi Doktora Öğrencisi Turhan TOROS-Mersin Üniversitesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü

Bu araştırmanın amacı; antrenmanlarda sporcuya verilen sözel geribildirimlerin, basketbolda turnike, top sürme ile yaşam doyumu ve özyeterlilik üzerine etkisinin incelenmesidir. 2016-2017 yılında Toros Üniversitesinde eğitim öğretim gören ve bazı değişkenler açısından benzerlik gösteren iki grupta toplam 40 öğrenci ile araştırma yapılmıştır. Araştırma grubunun, yaş ortalaması deney grubu için $(20,87 \pm 1,61)$ ve kontrol grubu için $(20,60 \pm 1,09)$ 'dur. Veri toplama araçları olarak Diener ve arkadaşları (1985) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlaması Yetim (1991) tarafından yapılan Yaşam Doyumu Ölçeği; Riggs, Warka, Babasa, Betancourt ve Hooker tarafından 1994 yılında geliştirilen ve Türkçeye uyarlaması Öcel (2002) tarafından yapılan Özyeterlik Ölçeği ile geçerlik ve güvenirlik çalışması Çamur (2001) tarafından yapılan Top Sürme Değerlendirme Formu ve Turnike Değerlendirme Formu kullanılmıştır. Veri analizinde puanların normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için Shapiro-Wilk testi kullanılmıştır. Grupların öntest ve son test puanları arasındaki farkı belirlemek için Wilcoxon İşaretili Sıralar Testinden yararlanılmıştır. Çalışmada, anlamlılık düzeyi olarak istatistiksel işlemlerde 0.05 kullanılmıştır. Araştırma bulgularına göre deney grubu ön test-son test top sürme değerleri ve turnike değerleri arasında anlamlı fark çıkmıştır ($p < 0.05$). Ayrıca, deney grubu ön test - son test yaşam doyumu değerleri ile özyeterlik değerleri arasında anlamlı bir fark çıkmamıştır ($p > 0.05$). Deney ve kontrol grupları arası farkları belirleyebilmek için Mann-Whitney U Testinden yararlanılmıştır. Araştırma bulgularına göre, deney ve kontrol grupları son test top sürme, turnike, yaşam doyumu ve özyeterlik değerleri arasında anlamlı bir fark çıkmıştır ($p < 0.05$). Sonuç olarak, sekiz haftalık antrenmanda verilen sözel geribildirimlerin top sürme, turnike, yaşam doyumu ve özyeterlik üzerine olumlu yönde etkisi olduğu görülmüştür. Anahtar Kelimeler: Beceri Öğrenimi, Basketbol, Geribildirim, Sözel Geribildirim, Yaşam Doyumu, Özyeterlik

The Effect of an 8-Week Verbal Feedback on Lay Up and Dribbling in Basketball, Life Satisfaction and Self-Efficacy

The Effect of an 8-Week Verbal Feedback on Lay Up and Dribbling in Basketball, Life Satisfaction and Self-Efficacy İbrahim Efe ETİLER-Mersin University-PhD Student Turhan TOROS*Mersin University

The purpose of this study is to examine the effect of an 8-week long verbal feedback on lay up and dribbling during basketball trainings, life satisfaction and self-efficacy. The study was conducted in 2016-2017 on a total of 40 registered students in two groups at Toros University who also displayed similarities based on particular variables. The arithmetic age average of the experimental group is $(20,87 \pm 1,61)$ whereas the control group's average is $(20,60 \pm 1,09)$. For data collection, three different scales were used; the Turkish adaptation (Yetim, 1991) of the life satisfaction scale by Diener and his friends (1985), the Turkish adaptation (Ocel, 2002) of the self-efficacy scale by Riggs, Warka, Babasa, Batencourt and Hooker (1994) and the lay up and dribbling forms devised to maintain the validity and the reliability of the research by Camur (2001). The Shapiro-Wilk Test was

conducted to determine whether the scores in data analysis are within a normal variance.

To determine the difference between the pre-test and post-test results, Wilcoxon's Signed Rank Test was implemented. 0.05 was used to obtain a significance statistical difference. A significant statistical difference was detected between the pre-test and post-test results of the experiment group based on their lay-up and dribbling scores ($p < 0.05$). There is no significant statistical difference between the pre-test and post-test

Orta Şiddetli Aerobik Egzersizin Çalışma Belleği ve Ketleme Kontrolü Üzerine Akut Etkilerinin İncelenmesi

¹Erdem Çakaloğlu, ¹Perican Bayar

¹Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : erdemcakaloglu@gmail.com, pbayar@ankara.edu.tr

Giriş ve Amaç : Ketleme kontrolü, beynin prefrontal alanıyla ilişkili olan yönetici işlevlerinden biridir ve çevrede bulunan bilgiden gereksiz olanları elemine edebilme becerisiyle ilişkilidir. Çalışma belleği ise, karmaşık bilgiyi kısa süre içinde koruyan ve işleyen, sınırlı kapasiteli ve çok bileşenli bir bilişsel yetenektir. Aerobik egzersizin bilişsel süreçler üzerine etkilerine ilişkin yapılan çalışmalarda birbirine benzer sonuçlar alındığı rapor edilmektedir. Fakat bu çalışmalar genellikle sedanter bireyler üzerinde gerçekleştirilmektedir. Çalışmanın amacı; sporcularda orta şiddetli aerobik egzersizin bilişsel süreçlerdeki yönetici işlevlerden ketleme kontrolü ve çalışma belleği üzerine akut etkilerini incelemektir.

Yöntem Çalışmaya farklı branşlarda düzenli antrenman yapan 12 gönüllü erkek sporcu (Xyaş= 20.25±1.36) alınmıştır. Çalışma deseni, denek içi randomize karşıt dengeli çapraz döngülü çalışma dizaynıdır. Katılımcılar ilk günü alışma çalışması (familiarizasyon) olmak üzere toplamda üç gün laboratuvara gelmiştir. Katılımcılara egzersiz ve dinlenme koşullarının öncesinde ve sonrasında bilişsel testler uygulanmıştır. Sıralama etkilerini engellemek amacıyla bilişsel testler ve koşullar randomize karşıt olarak dengelenmiştir. Egzersiz koşulunda; katılımcılar 30 dakika boyunca koşu bandında Maksimum Kalp Atım Rezevlerinin %65-70 şiddet aralığındaki kalp atım hızında koşmuşlar, egzersiz süresince de kalp atım hızları takip edilmiştir. Egzersizin ardından katılımcılar 10 dakika pasif olarak dinlendirildikten sonra İnquisitLab 5 arayüzü kullanılarak ketleme kontrolü için Stroop testine, çalışma belleği için N-geri görevine tabi tutulmuşlardır. İstirahat koşulunda ise güncel dergilerin bulunduğu sessiz bir odada egzersiz süresi kadar zaman geçirmeleri sağlanmış ve aynı testler uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 22 istatistik paket programında işlenmiş ve egzersiz ile dinlenme koşullarına ait değerler tekrarlayan ölçümlerde çift yönlü ANOVA ile karşılaştırılmıştır.

Bulgular ve Sonuç Araştırma sonucunda katılımcıların, Stroop testinin uyumlu denemelerindeki reaksiyon zamanları orta şiddetli aerobik egzersiz koşulunda anlamlı şekilde azalırken ($p=0.05$), diğer parametrelerde anlamlı bir fark bulunmamıştır. N-geri görevinde ise doğru sayılarında ve reaksiyon zamanlarında egzersiz ve dinlenme koşulları arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır.

Investigation of Acute Effects of Moderate Aerobic Exercise On Working Memory and Inhibitory Control

Introduction and Aim Inhibitory control is one of the executive functions associated with the prefrontal area and related to the ability to eliminate unnecessary information in the environment. Working memory is a limited capacity and multi-component cognitive ability that protects and processes complex knowledge in a short period of time. Purpose of the study; to investigate the acute effects of moderate aerobic exercise on the inhibitory control and working memory in athletes.

Method Twelve volunteer male athletes (Xage = 20.25 ± 1.36) who were regularly trained in different branches of the sport were taken into study. The study design is an within-subjects randomize counterbalanced crossover study design. Participants spent three days in the laboratory for the first day of integration is familiarization. Participants were subjected to cognitive testing before and after exercising and resting conditions. To prevent order effects, cognitive tests and conditions are balanced against each other randomly. In the condition of exercise; During a 30 minute run in the treadmill, the maximum heart rate reserves ran at a heart rate of 65- 70%, and heart rates were monitored throughout the exercise.

After that, Stroop test was used for inhibitory control and N-back task was applied for working memory using InquisitLab 5 software interface. In resting condition, the time spent in the silent room, where the current journals are located, is as much as the duration of the exercise. The obtained data were processed in SPSS 22 statistical package program and the values related to exercise and rest conditions were compared with repeated measures two way ANOVA.

Findings and Results As a result of the study, while the reaction times in the Stroop test-congruent trials were significantly reduced ($p = 0.05$) in the moderate exercise condition, participants didn't have a significant difference in the other parameters. In the N-backward task, no significant difference was found.

Temel Psikolojik İhtiyaçlara, Antrenör Sporcu İlişkileri ve Liderlik Etkileri

²Sinan Yıldırım, ¹Alper Yıldız, ²Ziya Koruç

¹Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara

²Hacettepe Üniversitesi, Ankara

Email : snysbf@gmail.com, alperyildiz54@gmail.com, zkoruc@hacettepe.edu.tr

Bu araştırmanın amacı, aktif olarak spora katılan bireylerde antrenör - sporcu ilişkileri, antrenörlerin liderlik tarzları ve sporcuların temel psikolojik ihtiyaçlar üzerindeki etkilerinin incelenmesidir.

Araştırma grubu, Ankara ilinde 218 erkek, 140 kadın toplam 358 (yaş ort.=18.05±3.6 yıl) yarışmacı seviyede sporcudan oluşmaktadır. Araştırmada Chelladurai ve Saleh (1980)'in Sporda Liderlik Ölçeği'nin Sporcunun Lider Davranışını Algılaması Formu (SLÖ/SLDA); Jowett ve Ntoumanis (2004)'ün Antrenör - Sporcu İlişkileri Envanteri ve Deci ve Ryan (1991)'in İhtiyaç Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler ve çoklu regresyon analizi kullanılmıştır.

Araştırma bulgularında, sporda liderlik davranışları ($R^2=.04$) sporcuların özerkliği [F(5, 357)=3.106, $p<0.05$]; sporda liderlik davranışları ($R^2=.07$) yeterliliği [F(5, 357)=5.162, $p<0.05$]; ve sporda liderlik davranışları ($R^2=.10$) ilişkiselliği [F(5, 357)=7.456, $p<0.05$] anlamlı bir şekilde yordamıştır. Ayrıca, liderlik davranışlarından eğitici-öğretici davranış ve otoriter davranış modele anlamlı bir etki yapmaktadır. Antrenör ve sporcu ilişkileri ($R^2=.026$) sporcuların özerkliği [F(1, 361)=9.494, $p<0.05$], Antrenör ve sporcu ilişkileri ($R^2=.035$) yeterliliği [F(1, 361)=13.262, $p<0.05$], ve Antrenör ve sporcu ilişkileri ($R^2=.042$) ilişkiselliği [F(1, 361)=15.789, $p<0.05$] anlamlı bir şekilde yordamıştır. Antrenör ve sporcu ilişkisinin kalitesinde artışın özerklik, yeterlik ve ilişkisellik üzerinde olumlu bir etki yaptığı görülmektedir. Dikkat çekici bir diğer bulguda antrenör-sporcu ilişkileriyle temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki korelasyonların bu çalışmada 0.16 – 0.20 arasında değiştiği görülmektedir. Benzer araştırmalarda bu değerlerin Riley ve Smith (2011) 0.33 – 0.53, Felton ve Jowett (2013) 0.52 – 0.61 ve Choi ve diğerleri (2013) 0.13-0.43 arasında değiştiği görülmekte ve bu çalışmadan genel olarak daha yüksek korelasyonlarının olduğu görülmektedir. Korelasyonlar arasındaki bu değişim kültürel nedenler ve örneklem grupları arasındaki farklılıklar nedeniyle olabilir.

Sonuç olarak, antrenör eğitici-öğretici gösterdiğinde ya da antrenör ve sporcunun ilişkisi daha olumlu olduğunda sporcunun temel psikolojik ihtiyaçları da bundan olumlu etkilenmektedir. Ancak, otoriter davranış gösterildiğinde olumsuz bir etki ortaya çıkmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Sporda liderlik, antrenör-sporcu ilişkileri, temel psikolojik ihtiyaçlar

Effects Of Coach-Athlete Relationships And Leadership On Basic Psychological Needs

Aim of this research was to examine effects of coach-athlete relationships and leadership styles of the coaches on basic psychological needs of active sport participants.

Sample consisted of 210 male, 140 female and 358 (Mage=18.05,SD=3.6 years) in total competitive participants from Ankara city. Chelladurai and Saleh's (1980) Athletes' Perceptions of their coaches' behavior form of the Leadership Scale for Sport; Jowett and Ntoumanis' (2004) Coach-Athlete Relationship Questionnaire; and Deci and Ryan's (1991) Need Satisfaction Scale were used in this study. Descriptive statistics and multiple regression analyses were employed in statistical data analysis.

Findings indicated that; leadership behaviors in sport ($R^2=.04$) predicted autonomy [$F(5,357)=3.106, p<0.05$]; leadership behaviors in sport ($R^2=.07$) predicted competences [$F(5,357)=5.162, p<0.05$]; and again leadership behaviors in sport ($R^2=.10$) predicted relatedness [$F(5,357)=7.456, p<0.05$] of the athletes significantly. In addition; training and instruction, and autocratic behavior which are forms of leadership behaviors had significant effect on the model. Coach-athlete relationships ($R^2=.026$) predicted autonomy [$F(1, 361)=9.494, p<0.05$]; coach-athlete relationships ($R^2=.035$) predicted competences [$F(1, 361)=13.262, p<0.05$]; and again coach-athlete relationships ($R^2=.042$) predicted relatedness [$F(1, 361)=15.789, p<0.05$] of the athletes significantly. It appeared to be increase on the quality of coach-athlete relationships affected autonomy, competence and relatedness positively. Another remarkable finding was that the correlations between coach-athlete relationships and basic psychological needs vary between 0.16–0.20. In similar studies the correlations vary as follows; Riley and Smith (2011) 0.33–0.53, Felton and Jowett (2013) 0.52–0.61 and Choi et. al. (2013) 0.13-0.43. These results showed that the correlations are mostly higher than this study's findings. The differences may stem from cultural and sampling differences.

As a consequence; when coaches exhibit training and instruction behavior or there is positive coach-athlete relationship, athletes' basic psychological needs are affected positively. However; when authoritarian behavior is shown by the coaches, a negative effect appears.

Keywords: Leadership in sports, coach-athlete relationships, basic psychological needs

Artistik Buz Pateni Müsabakasına Katılan Sporculardaki Antrenör-Sporcu İlişkisinin İncelenmesi

¹Hakan Kolayış, ¹Nurullah Çelik, ¹Mustafa Narin

¹Sakarya Üniversitesi, Sakarya

Email : hkolayis@sakarya.edu.tr, nurullahc@sakarya.edu.tr, mustafanrn@gmail.com

Giriş ve Amaç: Bir spor ortamında, sporcu ve antrenör arasındaki ilişki sporcuların gerek psikososyal gerekse fiziksel gelişimleri açısından önemlidir. Altıntaş ve arkadaşları (2012) olumlu iletişim süreçlerinin geçtiği, olumlu ilişkilerin kurulduğu ortamda oluşan olumlu bir antrenör- sporcu ilişkisinin sporcunun motivasyonunu arttırmasının yanı sıra, onlara becerilerini geliştirmek için de uygun ortam sağladığını ifade etmişlerdir. Bu çalışmanın amacı, artistik buz pateni müsabakasına katılan sporcuların antrenör-sporcu ilişkisinin incelenmesidir.

Gereç ve Yöntem: Araştırmaya yaşları 14-24 arasındaki toplam 34 aktif sporcu katılmıştır. Yaş ortalamaları $X_{yaş}:16,09 \pm 2,12$ olarak tespit edilmiştir. Çalışmada ölçüm aracı olarak, kişisel bilgi formu ve Jowett ve Ntoumanis (2004) tarafından geliştirilen antrenör sporcu ilişkisi ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 11 madde ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar: a)Yakınlık, b)Bağlılık, c)Tamamlayıcılıktır. Ölçeğin Türkçe uyarlaması ise, Altıntaş ve arkadaşları (2012) tarafından yapılmıştır.Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler ile Pearson korelasyon analizi yapılmıştır.

Bulgular: Çalışmadan elde edilen bulgulara göre; spor yılı ve antrenör ile çalışma yılı bakımından antrenör-sporcu ilişkisinde anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0,05$). Öte yandan, yabancı ülkelere gelen sporcular ile Türk sporcular arasında antrenör sporcu ilişkisi ölçeğinin yakınlık alt boyutunda anlamlı bir fark bulunmuştur ($r: 0,023$; $p<0,05$). Diğer alt boyutlarında ise anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0,05$).

Sonuç: Çalışmada elde edilen bulgular ışığında, sporcuların spor yapma yılı ve antrenörleri ile çalışma yılı bakımından antrenör sporcu ilişkisinde anlamlı bir ilişkinin olmadığı tespit edilmiştir. Öte yandan yabancı ülkeden gelen sporcuların Türk sporcularla karşılaştırıldığında, kendilerini antrenörlerine daha yakın hissettikleri sonucu ortaya çıkmıştır.

Anahtar Kelimeler: Buz pateni, antrenör-sporcu ilişkisi

Examination Of The Coach-Athlete Relationship Of The Athletes Participating In The Artistic Ice-Skating Competition

Introduction and Purpose: In a sport environment, the relationship between athlete and coach is important for the athletes' psycho-social and physical development. Altıntaş and colleagues emphasized that a positive coach-athlete relationship in a positive relationship environment through which positive communication processes have been constructed, not only increases the motivation of the athlete but also provides them a convenient environment to develop their skills. The purpose of this study was to examine the coach-athlete relationship of the athletes participating in the artistic ice-skating competition.

Materials and Methods: A total of 34 athletes aged between 14 and 24 years participated in the study. The mean of age was determined to be $X_{age}: 16,09 \pm 2,12$. As a measurement tool in the study, a personal information form and Coach Athlete Relationship Scale developed by Jowett and Ntoumanis (2004) were used. The scale consists of 11 items and 3 sub-dimensions. These are: a)Closeness, b)Commitment, c)Complementary. The Turkish adaptation of the scale was done by Altıntaş et al. (2012). In the analysis of the data, descriptive statistics and Pearson correlation analysis were done.

Findings: According to the findings, there was no significant difference between the coach and the athlete in terms of the year of the sport and the year of the coach ($p > 0,05$). On the other hand, a significant difference was found in the closeness sub-scale of the coach athlete relationship scale between the athletes from foreign countries and Turkish athletes ($r:0.023$, $p < 0.05$). No significant difference was found in other sub-dimensions ($p > 0,05$).

Conclusion: It was found that there was not a significant relationship between coaches and athletes in terms of the findings of the study. On the other hand, it was revealed that foreign athletes found themselves feeling closer to their coaches when compared to Turkish athletes.

Keywords: Ice skating, coach-athlete relationship

Düzenli Fitness Antrenmanlarının Kadınların Proaktif Kişilik, Öznel Zindelik, Psikolojik İyi Oluş Ve Öznel Mutluluk Düzeyleri Üzerine Etkisinin İncelenmesi

¹Hakan Kolayis, ¹Nurullah Çelik

¹Sakarya Üniversitesi, Sakarya

Email : hkolayis@sakarya.edu.tr, nurullahc@sakarya.edu.tr

Amaç: Bu çalışmanın amacı, düzenli fitness antrenmanlarının kadınların proaktif kişilik, öznel zindelik, psikolojik iyi oluş ve öznel mutluluk düzeyleri üzerine etkisinin incelenmesidir.

Gereç ve Yöntem: Araştırmada kontrol ve deney grubu olmak üzere iki grup yer almıştır. Deney grubunda, düzenli olarak haftada 3 gün 1'er saat zumba, bosu ve pilatesten oluşan fitness antrenmanı yapan 54 kadın yer almıştır. Bu gruptaki katılımcıların yaş ortalaması $30,63 \pm 4,47$ olarak bulunmuştur. Kontrol grubunda ise herhangi bir fiziksel aktivite yapmayan ve yaş ortalaması $27,21 \pm 5,74$ olan 39 kadın yer almıştır. Çalışmada ölçüm aracı olarak kısaltılmış proaktif kişilik ölçeği (Akın ve diğ., 2011), öznel mutluluk ölçeği (Akın, 2011), psikolojik iyi oluş ölçeği (Akın ve Fidan, 2012) ve öznel zindelik ölçeği (Akın ve diğ., 2012) kullanılmıştır. Katılımcılara 12 haftalık düzenli egzersiz öncesinde ve sonrasında ölçekler uygulanarak ön-test ve son test verileri elde edilmiştir. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler ve bağımlı gruplar t-testi kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırma sonunda yapılan analizlere göre, kontrol grubunda yer alan kadınların proaktif kişilik, öznel zindelik, psikolojik iyi oluş ve öznel mutluluk ön test ve son test değerleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > 0,05$). Öte yandan, deney grubunda yer alan kadın katılımcıların proaktif kişilik, öznel zindelik, psikolojik iyi oluş ve öznel mutluluk ön test ve son test değerleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p < 0,05$).

Sonuç: Araştırmadan elde edilen sonuçlar, 12 hafta boyunca düzenli olarak fitness antrenmanı yapan kadınların, herhangi bir fiziksel aktivite yapmayan kadınlardan daha yüksek proaktif kişilik özelliğine sahip oldukları, kendilerini daha zinde, psikolojik açıdan daha iyi ve mutlu hissettikleri sonucunu ortaya çıkarmıştır.

Anahtar Kelimeler: Proaktif kişilik, öznel zindelik, psikolojik iyi oluş, öznel mutluluk

Examining The Effect Of Regular Fitness Trainings On Proactive Personality, Subjective Vitality, Psychological Well-Being And Subjective Happiness Levels Of Women

Purpose: The purpose of this study was to examine the effect of regular fitness training on proactive personality, subjective vitality, psychological well-being and subjective happiness levels of women.

Materials and Methods: Two groups were included in the study; control and experimental group. The experimental group comprised of 54 women who had 1 hour of 3-days-a-week regular fitness training including bosu, zumba and pilates. The mean of age was found to be 30.63 ± 4.47 . The control group consisted of 39 women who did not do any physical activity and their mean of age was found to be 27.21 ± 5.74 . For measurements, the abbreviated proactive personality scale (Akın et al., 2011), subjective happiness scale (Akın, 2011), the psychological well-being scale (Akın and Fidan, 2012) and the subjective vitality scale (Akın et al., 2012) were used in the study. Participants were given scales to collection data for pre-test and post-test before and after 12 weeks of regular fitness training. Descriptive statistics and paired samples t-test were used in the analysis of the data.

Findings: According to the analyzes in the study, there was no significant difference between the pre-test and post-test values of the proactive personality, subjective vitality, psychological well-being and subjective happiness levels of the women in the control group ($p>0.05$). On the other hand, significant differences were found between pre-test and post-test values of proactive personality, subjective vitality, psychological well-being and subjective happiness levels of women in the experimental group ($p<0.05$).

Conclusion: The results obtained from the study revealed that women who regularly perform fitness training for 12 weeks had a higher proactive personality traits than women those who were not engaged in any physical activity and accordingly feel better, energetic, dutiful and happier.

Keywords: Proactive personality, subjective vitality, psychological well-being, subjective happiness

Teori Odaklı Egzersiz Danışmanlığı Sonrası Egzersiz Davranışı, Bazı Psikolojik Faktörler Ve Fiziksel Özelliklerdeki Değişimlerin İncelenmesi

¹Gözde Ersöz, ¹İlker Özmutlu, ¹Serkan Aydın, ¹Yasemin Arı, ¹Erhan Kara, ²Tekin Öztürk

¹Namık Kemal Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Tekirdağ

²Namık Kemal Üniversitesi, Teknik Bilimler Meslek Yüksekokulu, Tekirdağ

Email : gozde0007@gmail.com, iozmutlu@nku.edu.tr, saydin@nku.edu.tr, yari@nku.edu.tr, ekara@nku.edu.tr, tozturk@nku.edu.tr

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı Namık Kemal Üniversitesi'nde çalışan personelin egzersiz davranışının, bazı psikolojik faktörlerin ve fiziksel özelliklerin 8 haftalık teori odaklı egzersiz danışmanlığı sonrası farklılığını incelemektir.

Yöntem: Çalışmaya Namık Kemal Üniversitesi'nde çalışan 81 personel (erkek=27; χ yaş=44.16±8.60 ve kadın=23; χ yaş=38.27±7.61) gönüllü olarak katılmıştır. Bu araştırma kapsamında katılımcılara 8 haftalık egzersiz programı öncesinde ve sonrasında kişisel bilgi formu, Genel Öz-Yeterlik Ölçeği (GÖYÖ), Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ), Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PIOÖ) ve Egzersiz Davranışı Değişim Basamakları Anketi (EDDBA) uygulanmış; araştırma grubunun fiziksel özelliklerini belirlemek üzere TANİTA BC 545 N vücut analiz tartısı kullanılmıştır. Araştırmaya katılan bireylere egzersiz programı öncesi ve program süresince egzersiz danışmanlığı yapılmıştır. Katılımcıların araştırma süresince fiziksel aktivite düzeyleri pedometre (adım sayar) aleti kullanılarak belirlenmiş ve katılımcılara günlük fiziksel aktivite düzeylerini kaydetmeleri için egzersiz uygulamaları sonrasında toplanmak üzere bir egzersiz defteri verilmiştir. Katılımcılara 8 hafta boyunca orta şiddette (30-45 dk tempolu yürüyüş+30 dk direnç egzersizleri) antrenörler eşliğinde yaptırılmıştır. Araştırma grubunun özelliklerinin tanımlanması için betimsel istatistik analizi, araştırmada ele alınan değişkenlerin 8 haftalık egzersiz uygulaması öncesi ve sonrası farklılıklarının incelenmesi amacıyla bağımlı örneklemelerde t testi istatistik analiz yöntemi kullanılmıştır.

Bulgular: Yapılan analizler sonucunda katılımcıların 8 haftalık egzersiz sonrasında egzersizde yer aldıkları saftada, adım sayılarında, psikolojik iyi oluş, genel öz-yeterlik düzeylerinde ve fiziksel aktivite düzeylerinde artış; kilo, VKİ, yağ oranları, iç yağlanma oranları, sıvı oranları ve metabolik yaşlarında azalış gözlemlenmiş; katılımcıların depresyon düzeyleri, kas oranları ve kemik ağırlıklarında ise herhangi bir farklılık görülmemiştir. Egzersiz uygulamaları bittikten 1 ay sonra katılımcılar telefon ile aranmış ve onlara egzersize devam edip etmedikleri sorulmuştur. Örneklem grubunun %72 (59 kişi)'inin düzenli egzersiz yapamadığı öğrenilmiştir.

Sonuç: Bu araştırma sonucunda, bireylerin egzersiz danışmanı eşliğinde katıldıkları egzersiz programının onlara hem psikolojik hem de fiziksel olarak fayda sağladığı ve danışman ile yapılan egzersizlerin egzersize devamlılık konusunda etkili olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Genel Öz-Yeterlilik, Depresyon, Psikolojik İyi Oluş, Egzersiz

Investigation Of Changes In Exercise Behaviour, Some Psychological Factors And Physical Characteristics After The Theory Focused Exercise Consultancy

The purpose of this study was to determine the effects of a 8-week theory-focused exercise counseling on exercise behaviour, some psychological factors and physical characteristics of the staff of Namık Kemal University. 81 university staff voluntarily participated in this study. General Self-Efficacy Scale, Beck Depression Scale, Psychological Well-Being Scale, Exercise Stages of Change Questionnaire were administered to participants and Tanita BC 545N was used to determine the physical characteristics of the research group.

Exercise counseling was provided to participants before and during exercise program. Physical activity levels of participants were determined using a pedometer during the study and an exercise booklet which was to be gathered after exercise program was given to participants to let them record their daily physical activity levels. Participants were made to exercise for 8 weeks with moderate intensity (30-45min walk+30min resistance exercise) in company with trainers. Descriptive statistics was used in order to define the characteristics of the research group, paired sample t test was used to determine the significant differences between the two measurement mean change scores before and after the exercise program. As a result, at the stage of change in exercise, the participants' count of step, psychological well-being, general self efficacy and physical activity level were increased; while their weight, BMI, fat ratios, internal fat ratios, fluid ratios and metabolic age were decreased after a eight-week exercise program. There were no differences in depression levels, muscle ratios, and bone weights of the participants. One month after the exercises were over, the participants were asked on the phone if they continued to exercise or not. It has been found out that 72% of the sample group cannot exercise regularly. As a result of this research, it can be claimed that the exercise program in which the individuals participated and accompanied by the exercise counselor is both psychologically and physically beneficial to them and that the exercises guided by the counselor are effective on exercise dependence.

Temel Psikolojik İhtiyaçların Sporcuların Psikolojik Becerileri Üzerindeki Etkisi

¹Deniz Bedir, ¹Süleyman Erim Erhan, ¹İlhan Şen, ¹Fatih Bedir, ²Ahmet Gökhan Yazıcı

¹Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

²Atatürk Üniversitesi, Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi, Erzurum

Email : denizbedir@hotmail.com, erimerhan@hotmail.com, ilhan.sen@atauni.edu.tr, fatih.bedir@atauni.edu.tr, agokhanyazici@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Psikolojik beceriler bireyin sportif performansında belirleyici faktörlerden birisidir. Sporunun müsabaka öncesi, sırası ve sonrasındaki psikolojik süreçleri müsabakadaki performansını doğrudan etkilemektedir. Öz Belirleme kuramına göre bireyin temel psikolojik ihtiyaçlarının doyurulması bireylerin büyümeleri, bütünleşmeleri, gelişimleri, ruh sağlıkları ve iyi olmaları için gereklidir. Bu kuramdan yola çıkılarak sporunun müsabaka esnasında iyi performans gösterebilmesini etkileyen psikolojik becerilerin geliştirilmesinde temel psikolojik ihtiyaçların doyurulmasının ne derecede etkili olduğu konusunda araştırma yapılması gereksinimi ortaya çıkmıştır. Bu bağlamda yapılan çalışmada, temel psikolojik ihtiyaçların sporcuların psikolojik becerileri üzerine etkisinin araştırılması amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırmaya çeşitli spor branşlarında spor yapan 39 kadın, 111 erkek olmak üzere toplam 150 sporcu katılmıştır. Sporculara "Sporcuların Psikolojik Becerilerini Değerlendirme Ölçeği" ve "Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği" uygulanmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistik analizi, t testi, ANOVA ve doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Bulgular: Yapılan analizler sonucunda "Sporcuların Psikolojik Becerilerini Değerlendirme Ölçeği"nden alınan puanlara göre cinsiyet bazında herhangi bir anlamlı farklılık görülmezken, sporcuların millilik durumları açısından ise milli sporcular lehine anlamlı farklılık gözlenmiştir ($p=.004$). Ayrıca temel psikolojik ihtiyaçların sporcuların psikolojik becerilerini ne ölçüde yordadığını saptamak için doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre temel psikolojik ihtiyaçların sporcuların psikolojik becerilerine ilişki toplam varyansın %22.1'ini açıkladığı görülmüştür ($\beta=.479$, $t=6.629$, $p=.000$). Sonuç: Buna göre temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması temel psikolojik becerilerin geliştirilmesine katkı yapacağı söylenebilir.

The Effects Of Basic Psychological Needs On Psychological Skills Of Athletes

Introduction and Aim: Psychological skills are one of the determining factors in an individual's sportive performance. The psychological of the athlete before, during and after the competition directly affect his / her performance in the competition. According to the theory of self- determination, satisfying the individual's basic psychological needs is necessary for individual growth, integration, development, mental health and well being. It has become necessary to conduct a research on how effective the satisfaction of basic psychological needs in the development of psychological skills affecting the performance of the athlete during the competition can be achieved by going out of this theoretical way. In this context, it is aimed to investigate the effect of basic psychological needs on psychological skills of athletes.

Method: A total of 150 athletes, 39 female and 111 male, participated in the research in various sports branches. "Assessment of Psychological Skills by Athletes Inventory" and "Basic Psychological Needs Inventory" were administered to athletes. Descriptive statistical analysis, t test, ANOVA and linear regression analysis were used in the analysis of the data.

Findings: As a result of the analyzes made, there was no significant difference on the gender basis according to the scores obtained from the " Assessment of Psychological Skills by Athletes Inventory", while there was a significant difference in favor of the national athletes in terms of being national athletes ($p=.004$). In addition, a linear regression analysis was conducted to determine the extent to which the psychological needs of the athletes explain their psychological skills.

According to the results obtained, the basic psychological needs explained 22.1% of the total variance related to the psychological skills of the athletes ($\beta=.479$, $t=6.629$, $p=.000$).

Result: Accordingly, it can be said that fulfilling basic psychological needs will contribute to the development of basic psychological skills.

Elit Sporcularda Sürekli Optimal Performans Duygu Durumunun Belirlenmesinde Kaygı ve GÜDÜLENMENİN ROLÜ

¹Nurgül Keskin, ¹Gökhan Bayraktar

¹Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, AĞRI

Email : nkeskin@agri.edu.tr, gokbayraktar@gmail.com

Giriş ve Amaç Bu çalışmanın amacı elit sporculardaki sürekli optimal performans duygu durumunun yordanmasında motivasyonun ve kaygının rolünün incelenmesidir. Yöntem Çalışmaya farklı spor branşlarından (atletizm, curling, yüzme ve güreş) 41 kadın ($\bar{X}_{\text{yaş}}=20.16\pm3.20$) ve 82 erkek ($\bar{X}_{\text{yaş}}=21.93\pm3.88$) olmak üzere yaş ortalamaları 21.34 ± 3.75 olan toplamda 123 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların sporculuk geçmişi 8.44 ± 4.39 yıl olup, % 81.3'ü milli sporcudur. Veri toplama aracı olarak "Kişisel Bilgi Formu", "Sürekli Optimal Performans Duygu Durum Ölçeği-2 (SOPDDÖ-2)", "Sporda GÜDÜLENME Ölçeği (SGÖ)" ve "Spor Kaygı Ölçeği-2 (SKÖ-2)" kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde betimleyici istatistikler ve Basit Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır.

Bulgular Yapılan regresyon analiz sonuçlarına göre, sporcuların SKÖ-2'den elde ettikleri kaygı puanları, SOPDDÖ-2'nin alt boyutlarından açık hedefler ($R^2=0.07$; $\beta=-0.28$; $p=0.00$), belirli geri bildirim ($R^2=0.10$; $\beta=-0.33$; $p=0.00$), kontrol duygusu ($R^2=0.06$; $\beta=-0.25$; $p=0.01$) ve amaca ulaşmanın ($R^2=0.05$; $\beta=-0.24$; $p=0.01$) negatif yönde anlamlı yordayıcılarıdır. SGÖ'nün alt boyutlarından içsel güdülenme ise, SOPDDÖ-2'nin kendilik farkındalığının azalması alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamazken ($p>0.05$), diğer tüm alt boyutları %6 ile %19 arasında pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordamaktadır ($p<0.05$). Özdeşimle güdülenme, SOPDDÖ-2'nin tüm alt boyutlarını %3 ile %9 arasında pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordarken ($p<0.05$); dışsal güdülenme, SOPDDÖ-2'nin tüm alt boyutlarını %11 ile %29 arasında pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordamaktadır ($p<0.05$). Diğer taraftan, güdülenmeme yalnızca eylem farkındalık birleşimi ($R^2=0.04$; $\beta=0.21$; $p=0.02$), kendilik farkındalığının azalması ($R^2=0.06$; $\beta=0.25$; $p=0.01$) ve zamanın dönüşümü ($R^2=0.10$; $\beta=0.33$; $p=0.00$) alt boyutlarının pozitif yönde anlamlı yordayıcısıdır.

Sonuç Sonuç olarak sporcuların sürekli optimal performans duygu durumları üzerinde kaygının zayıflatıcı, güdülenmenin ise kolaylaştırıcı olarak rol oynadığı söylenebilir.

The Role of Anxiety and Motivation in Determining Dispositional Flow in the Elite Athletes

Introduction and Purpose The purpose of this study was to examine the role of anxiety and motivation in predicting the dispositional flow in elite athletes. Method Fourty one female ($\bar{M}_{\text{age}}=20.16 \pm 3.20$) and 82 male ($\bar{M}_{\text{age}}= 21.93 \pm 3.88$), totally 123 athletes from different sports branches (athletics, curling, swimming and wrestling) voluntarily participated in the study. The participants' athletic experience was for 8.44 ± 4.39 years and 81.3% of them were national athletes. "Personal Information Form", "Dispositional Flow State Scale-2 (DFS- 2)", "Sport Motivation Scale (SMS)" and "The Sport Anxiety Scale-2 (SAS-2)" were used as the data collection tools. Descriptive statistics and Simple Linear Regression Analysis were used in the analysis of the obtained data.

Findings According to the regression analysis results, the anxiety scores obtained from the SAS-2 by the athletes were negatively significant predictors of clear targets ($R^2=0.07$; $\beta=-0.28$; $p=0.00$), unambiguous feedback ($R^2=0.10$; $\beta=-0.33$; $p=0.00$), sense of control ($R^2=0.06$; $\beta=-0.25$; $p=0.01$) and autotelic experience ($R^2=0.05$; $\beta=-0.24$; $p=0.01$). Intrinsic motivation did not predict significantly loss self-consciousness ($p >0.05$), while it predicted positively all other subscales significantly between 6% and 19% ($p <0.05$). Identified regulation predicted all the subscales of DFS-2 positively between 3% and 9% significantly and also external motivation predicted all the subscales of DFS-2 positively between %11 and %29 significantly. On the other hand amotivation predicted positively only action awareness ($R^2=0.04$; $\beta=0.21$; $p=0.02$), ($R^2=0.04$; $\beta=0.21$; $p=0.02$), loss self-consciousness ($R^2=0.06$; $\beta=0.25$; $p=0.01$) and transformation of time ($R^2=0.10$; $\beta=0.33$; $p=0.00$) significantly.

Conclusion It can be concluded that the anxiety has a role of inhibitor and the motivation has a role of facilitator on the dispositional flow experiences of the athletes.

Sporda Güdülenme leği-II'nin Psikometrik zelliklerinin İncelenmesi

¹Ali Yıldız, ²Atahan Altıntaş, ¹Safter Elmas, ¹F. Hülya Aşçı

¹Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

²Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : yildizali7@gmail.com, atahan@baskent.edu.tr, safter.elmas@gmail.com, fhulya@marmara.edu.tr

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı Pelletier ve ark. (2013) tarafından geliştirilen "Sporda Güdülenme leği-II (SG-II)'nin Türk sporcular için psikometrik özelliklerinin test edilmesidir.

Yöntem: Araştırmaya 168 kadın ($X_{yaş}=21.24\pm3.62$), 241 erkek ($X_{yaş}=22.43\pm4.71$) olmak üzere toplam 409 ($X_{yaş}=21.94\pm4.32$) sporcu gönüllü olarak katılmıştır. SG-II, 18 madde ve 6 alt boyuttan oluşmakta ve 7'li likert tipinde değerlendirilmektedir. Verilerin analizinde; ölçeğin yapı geçerliği için doğrulamayı faktör analizi (DFA) yapılmış, eş zamanlı geçerlik için Sporda Güdülenme leği (SG) ile ilişkisine bakılmış, kriter geçerliği için ise Sporda Görev ve Ego Yönelimi leği, Yaşam Doyum leği ve znel Zindelik leği ile ilişkisi Pearson Moment Çarpım Korelasyonu ile test edilmiştir. Ölçeğin güvenirliğini test etmek için ise Cronbach alfa güvenirlik katsayısı hesaplanmıştır.

Bulgular: Yapı geçerliğine ilişkin bulgular orijinal ölçeğin 6 faktör yapısı ile tutarlı olmakla birlikte 3. madde ile 7. madde düşük faktör yükleri ve ölçeğin düşük uyum indeks değerleri nedeniyle modelden çıkarılmıştır. Doğrulamayı faktör analiz sonuçlarına göre, ölçeğin 16 maddelik modele ait uyum indeks değerleri ($\chi^2/sd=2.61$, $IFI=0.94$, $TLI=0.91$, $CFI=0.94$ ve $RMSEA=0.06$) olarak bulunmuştur. Elde edilen faktör yükleri ise 0.43 ile 0.84 arasında değişkenlik göstermektedir. Bunun yanı sıra, eş zamanlı geçerlik analizi sonucunda, SG-II'nin tüm alt boyut puanları ile SG tüm alt boyut puanları arasında anlamlı ilişki bulunmuştur ($p<0.05$). Kriter geçerliği için yapılan analiz sonuçları da SG-II ile diğer ölçekler arasında anlamlı ilişki olduğunu ortaya koymuştur ($p<0.05$). Ölçeğin 16 maddelik modeli için iç tutarlık değerleri ise 0.44 ile 0.75 arasında değişmektedir.

Sonuç: Bulgular SG-II'nin 16 maddelik Türkçe versiyonunun Türk sporcuların güdülenme düzeylerini belirlemede kullanılabileceğini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor, güdülenme, lek

The Psychometric Properties of Sport Motivation Scale-II

Introduction and Purpose: The purpose of this study was to examine the psychometric properties of Sport Motivation Scale-II (SMS-II) which was developed by Pelletier et al. (2013), for Turkish athletes.

Methods: 168 female ($M_{age}=21.24\pm3.62$), 241 male ($M_{age}=22.43\pm4.71$) and total 409 ($M_{age}=21.94\pm4.32$) athletes voluntarily participated to the study. The SMS-II consists of 18 items and 6 subscales and is responded on 7 point Likert scale. The confirmatory factor analysis (CFA) was conducted for the construct validity, for concurrent validity the relationship between SMS-II and Sports Motivation Scale (SMS) was examined and for criterion validity the relationship between SMS-II and Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire, The Satisfaction with Life Scale and Subjective Vitality Scale were examined with Pearson Product Moment Correlation. Scale's reliability was tested by Cronbach alfa coefficient.

Results: Although, findings on the construct validity were consistent with factor structure of original scale, item 3 and item 7 were removed from the model due to low factor loadings and low index values. According to the confirmatory factor analysis results, the values of goodness of fit index of scale with 16 items were ($\chi^2 / sd = 2.61$, IFI = 0.94, TLI = 0.91, CFI = 0.94 and RMSEA = 0.06). The factor loadings were between 0.43 and 0.84 for scale with 16 items. Results on the concurrent validity analysis indicated that all subscale scores of SMS-II and all subscale scores of SMS were significantly correlated ($p < 0.05$). The results of the analysis for the criterion validity also revealed that there were significant relationship between SMS-II and other scales ($p < 0.05$). The internal consistency values for the 16-item model of the scale ranged from 0.44 to 0.75.

Conclusion: Results indicated that 16 items Turkish version of SMS-II can be used to determine the motivation level of Turkish athletes.

Keywords: Sports, Motivation, Scale

Futbol Taraftarlarının İletişim Becerileri İle Öfke Tarzları Arasındaki İlişki

¹Recep Cengiz, ²Utku Işık

¹Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

²Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Email : rcengiz1965@gmail.com, utkuisik87@gmail.com

Giriş ve Amaç Kişilerarası iletişim sürecinde kaynağın tutumları, yetenekleri, sosyal rol ve statüsü, benlik kavramı, karşısındakine ilişkin algıları, konuya ilişkin bilgi düzeyi gibi faktörler mesajın oluşturulma ve iletilme süreci üzerinde belirleyici rol oynamaktadır. Mesajın düzgün bir şekilde karşıya iletilmesi kişinin konu ile ilgili kafasındaki soru işaretlerini giderecek ve kendisini daha huzurlu hissedecektir. Ancak iletişimdeki eksiklikler onun öfkelenmesine ve saldırgan bir davranış sergilemesine neden olabilir. Spor ortamında da bu durum en net şekilde taraftarlar arasında görülebilir. Bu doğrultuda bu çalışmanın amacı futbol taraftarlarının iletişim düzeyleri ile öfke tarzları arasındaki ilişkiyi incelemektir.

Yöntem Araştırma örneklem grubu için; mail adresi olan taraftar derneklerine ölçekler gönderilmiş ve geri dönütler doğrultusunda 541 futbol taraftarı çalışmanın örneklem grubunu oluşturmuştur. Çalışmada "İletişim Becerileri Ölçeği" ve Sürekli "Öfke ve Öfke Tarzı Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmada ölçek maddeleri normal dağılım gösterdiği için (yapılan Shapiro-Wilks testi doğrultusunda ($p>0,05$)) t-testi, Tek yönlü varyans analizi ve Pearson korelasyon analizinden faydalanılmıştır.

Bulgular "Sürekli öfke" alt boyutu için sosyal çevreden memnun musunuz sorusuna "Evet" cevabını verenlerin ortalaması, "Hayır" cevabı verenlerin ortalamasından anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur. Benzer durum iletişim alt boyutlarından "zihinsel" ve "davranışsal" alt boyutlarında da söz konusudur. Hangi iletişim aracını kullanmış olduklarına dair yapılmış olan analize göre; sürekli öfke alt boyutunda diğer ve telefon yanıtı veren katılımcıların ortalamaları yüz yüze yanıtı veren katılımcıların ortalamalarından anlamlı derecede daha yüksektir ($F=6,313; p<0,05$). Yapılan Pearson korelasyon analizinde sürekli öfke, öfke içte ve öfke dışta alt boyutları arttıkça iletişim alt boyutlarının tamamında artışlar meydana gelmiştir. Ayrıca öfke kontrol alt boyutunun ortalamaları arttıkça da iletişim alt boyutlarının tamamında anlamlı düzeyde azalışlar meydana gelmiştir ($p<0,05$)

Sonuç Yapılmış olan analizler sonucunda katılımcıların sık kullandıkları iletişim araçları onların iletişim becerilerini ve öfke tarzlarını etkilemektedir. Ayrıca bireylerin sosyal çevrelerinden memnun olup olmama durumları da onların iletişim becerilerini ve öfke tarzlarını etkilemektedir. Katılımcıların iletişim becerileri ile öfke tarzları arasında da doğrusal bir ilişkiye rastlanmıştır.

The Relationship Between Communication Skills And Anger Styles Among Football Fans

Introduciion And Purpose Factors such as the attitudes, abilities, social role and status of the source, the concept of self, perceptions about the subject, level of knowledge about the topic play a decisive role in the process of formation and transmission of messages in the process of interpersonal communication. In this respect, the aim of this study is to examine the relationship between the level of communication of football supporters and anger styles.

Method For the research sample group; mail addresses were sent to the supporters' associations and the sample group of 541 football supporters in the direction of feedback was created. "Communication Skills Scale" and "Anger and Anger Style Scale" were used in the study. The t-test, One-way analysis of variance and Pearson's correlation analysis were used because the scale items showed normal distribution (in the Shapiro-Wilks test direction ($p> 0,05$)).

Results For the "continuous anger" sub-dimension, the average of those who answered "Yes" was significantly lower than the average of "No" responders. The similar situation is related to the "mental" and "behavioral" sub-dimensions of communication sub- dimensions. According to the analysis of what communication tool they used, ($F = 6,313$, $p < 0,05$) .The Pearson correlation analysis revealed that communication anxiety, anger, and anger were significantly higher in the anger subscale than in the subscales of the other participants who answered the telephone answering subscale all of the dimensions have come to fruition. In addition, as the average of the anger control subscale increased, all of the communication subscales decreased significantly ($p < 0,05$)

Conclusion As a result of the analyzes done, the communication tools frequently used by the participants are affecting their communication skills and anger styles. A linear relationship was also found between participants' communication skills and their anger styles.

Kadın Basketbol Takımlarında Rol Belirsizliği ve Grup Bütünlüğü Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Fatma Çepikkurt, ²Fatma Çepikkurt, ¹Zeka Pehlevan

¹ME. Ü. Beden Eğitimi Ve Spor YO

²ME. Ü. Beden Eğitimi YO Ve Spo

Email : fcepikkurt@hotmail.com, fcepikkurt@hotmail.com, zpehlevan_59@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Sporda grup dinamikleri konusunda yapılan çalışmalar grup bütünlüğü ve rol belirsizliğinin sporda başarılı sonuçlar elde etmede önemli olduğunu ortaya koymuştur. Rol belirsizliği, bireyin pozisyonu ile ilgili olarak kendisinden beklenen görev konusunda bilgilerin açık ve tutarlı olmaması şeklinde tanımlanmakta (Kahn ve ark. 1964) ve çok boyutlu yapı olarak kabul edilmektedir. Rol belirsizliği; sorumlulukların kapsamı ile ilgili belirsizlikler, davranışsal sorumluluklardaki belirsizlikler, rol performansının değerlendirilmesi konusundaki belirsizlikler ve rol sorumluluklarının yerine getirilmemesinin yarattığı sonuçlar olmak üzere dört temel yapıdan oluşmaktadır (Kahn et al. 1964; Beauchamp et al, 2002). Grup bütünlüğü ise “bir grubun kendi araçsal amaçlarını gerçekleştirmek ve / veya üyelerin duygusal ihtiyaçlarını tatmin etmek için bir araya gelme ve birleşmeye devam etme eğilimine yansıyan dinamik bir süreç” olarak tanımlanmaktadır (Carron et. al.).Özetle bu çalışmanın amacı, kadın basketbol takımlarının grup bütünlüğü ve rol belirsizliği algılarını incelemek ve bu iki değişken arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır.

Yöntem: Çalışmaya 150 kadın basketbolcu katılmıştır. Katılanların yaş ortalaması $X_{yaş} = 22.97 \pm 3.97$) ve aynı takımda oynama süreleri $X_{taksüre} = 2.34 \pm 1.22$ 'dir. Veriler “Rol Belirsizliği Envanteri” ve “Takım Birlikteliği Envanteri” ile toplanmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistikler ve Pearson Korelasyon Analizi teknikleri kullanılmıştır.

Bulgular: Betimleyici istatistikler çalışmaya katılanların takımdaki bütünlüğe dair algılarının ve “Rol Sorumluluğu ve Performans Ölçütü” puanlarının yüksek olduğunu, “rolün gerektirdiklerini bilme” boyutu puanlarının ise düşük olduğunu ortaya koymuştur. Korelasyon analizi sonuçları “Rol Sorumluluğu ve Performans Ölçütü” boyutu ile “grubun bireysel çekiciliği-sosyal” ($r = .165$; $p < .05$); “grup bütünlüğü- görev” ($r = .221$; $p < .05$) ve “grup bütünlüğü-sosyal” ($r = .178$; $p < .05$) boyutları arasında pozitif ilişki olduğunu ortaya koymuştur.

Sonuç: Çalışmada elde edilen bulgular dikkate alındığında; rolünün sorumluluğunu ve performans ölçütlerinin ne olduğunu bilen sporcuların takımlarındaki görev ve sosyal bütünlüğü yüksek algıladıkları söylenebilir. Bu bulgular daha önce yapılan araştırmaların bulgularıyla kısmen benzerlik göstermektedir (Eys ve ark. 2001; Briefly ve ark 2010; Bosselut ve ark. 2010).

Anahtar Kelimeler: Rol belirsizliği, grup bütünlüğü

Examining The Relationship Between Role Ambiguity And Group Cohesion in Female Basketball Teams

Introduction-Purpose: Studies on group dynamics in sport reveal that role ambiguity, and group cohesion were important for succesfull results in sport. Role ambiguity has been defined as the lack of clear, consistent information regarding the actions required in a particular position (Kahn et.al. 1964). Role ambiguity has four manifestations: ambiguity associated with scope of responsibilities, behavioral responsibilities, evaluation of role performance, and consequences of a failure to discharge role responsibilities (Kahn et al. 1964; Beauchamp et al, 2002). Cohesion has been defined as “a dynamic process which is reflected in the tendency for a group to stick together and remain united in the pursuit of its instrumental objectives and/or for the satisfaction of member affective needs” (Carron,et.al,1998). The purpose of this study was to investigate role ambiguity and group cohesion at female basketball teams; and also to establish the relationship between these two variables.

Method: 150 female basketball players participated in the study. Their mean age was 22.97 ± 3.97 years and average association with their respective teams was 2.34 ± 1.22 years. Data were collected with Role Ambiguity Scale (Davarci, 2008) and Group Environment Questionnaire (Moralli, 1994). For analysis, descriptive statistics and Pearson Correlations Analysis were used.

Results: According to descriptive statistics, participants had a high score on team cohesiveness and "Role Responsibility-Performance Criterion", but low score at "Knowing of Role Requirement". Pearson correlation analysis showed that "Role Responsibility and Performance Criterion" have positive correlation with "individual attraction to the group-social" ($r=.165$; $p<.05$); group integration-task ($r=.221$; $p<.05$) and group integration-social ($r=.178$; $p<.05$).

Conclusion: As a result, it can be said that the athletes who know the responsibilities and performance criteria of their roles held stronger beliefs about in their team's unity around its task and social cohesiveness. These findings show similarities with earlier research findings (Eys et. al. 2001; Briefly et.al. 2010)

Keywords: role ambiguity, group cohesion

Türkiye’de Eskrim Sporcularının Spora Başlama Nedenleri Ve Beklentileri

¹Hakan Akdeniz, ²Gülşah Sekban, ²Aslıhan Kayabaş , ²Nevin Koçak

¹Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Eğitim Bilimleri Ens. Beden Eğitimi ve Spor ABD.

²Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : hakanakdeniz@gmail.com, gsekban@yahoo.com, aslihankayabas@outlook.com, nevinkocak@gmail.com

Bu çalışmanın amacı Türkiye Eskrim Federasyonuna bağlı lisanslı olarak eskrim yapan sporcuların spora başlama nedenleri ve beklentilerinin incelenmesidir. Araştırma grubunu gönüllü olarak çalışmaya katılan 106 eskrim sporcusu oluşturmuştur. Veriler, araştırmacı tarafından anket formu uygulanarak toplanmıştır. Uygulama öncesinde sporcular araştırmanın amaçları ve içeriği hakkında bilgilendirilmiştir. Her uygulama 10 dakika süresince devam etmiştir. Araştırmada iki bölümden oluşan Sunay ve Saracaloğlu (1997) tarafından geliştirilen anket ölçeği kullanılmıştır. Bu çalışmada envanterdeki Eskrim Spora Başlama Nedenleri ölçeğinin Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı 0.71; Eskrim Sporuyla Profesyonel Biçimde Uğraşma Nedenleri ölçeğinin 0.79 ve Eskrim Sporundan Beklentiler ölçeğinin katsayısı 0.83 olarak bulunmuştur. Anket Formundan elde edilen veriler Microsoft Excel programına girilmiş, daha sonra SPSS 15.0 istatistik paket programında değerlendirilmiştir. Verilerin analizinde SPSS 15.0 programı kullanılmıştır. Puanların cinsiyet ve öğrenim durumu değişkenlerine göre karşılaştırması bağımsız iki örneklem t testi ile yapılmıştır. Anlamlılık düzeyi ($p < 0.05$) olarak belirlenmiştir. Araştırma sonucunda Türkiye Eskrim Federasyonuna bağlı lisanslı eskrim sporcularının spora başlamadaki en önemli faktörlerinin aileleri ve beden eğitimi öğretmeni olduğu, sporu profesyonel olarak devam ettirmede eskrim sporunu sevmeye ve başarı kazanmaktan zevk duymanın etkili olduğu, spordan en önemli beklentilerinin milli takım sporcusu olma ve herkesçe tanınan bir sporcu olma isteği olduğu tespit edilmiştir. Çalışmada ayrıca spora başlama, profesyonel olarak devam ettirme ve spordan beklentilerin cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği; yurt dışı burs alma, milli sporcu olma ve herkesçe tanınma gibi beklentilerin öğrenim düzeyine göre farklılaştığı tespit edilmiştir ($p < 0.05$). **Anahtar Kelimeler:** Eskrim, spor, beklenti

Reasons And Expectations Of Starting The Gym Of Fencing Athletes In Turkey

The purpose of this research is to review the reasons and expectations of starting the gym of registered athletes actualize fencing and also are enrolled to Turkish Fencing Federation. The research group consists of 106 fencing athletes who accepted to attend to this study voluntarily. The data is collected by applying a questionnaire form by the investigator. The sporters are informed about the goals and content of the study before the practice. Each of the practices continued for 10 minutes. The survey form with two parts is used in this research. The survey scale developed by Sunay and Saracaloğlu (1997) is utilized. Cronbach Alpha reliability coefficient of the scale of reasons of starting the fencing sport is found as 0,71; Cronbach Alpha reliability coefficient of the scale of contending with Fencing Sport in a professional way is found as 0,79; finally, the Cronbach Alpha reliability coefficient of the scale of Expectations from Fencing Sport is determined as 0,83. The data collected from the questionnaire is entered into Microsoft Excel program, then evaluated through SPSS 15.0 statistics packaged software. SPSS 15.0 program analyzed the data. Independent two-sample t-test actualized the comparison of the scores in regard to the gender and educational background variables. The significance level is specified as ($p < 0,05$) It is determined at the end of the research that the primary reasons of the registered fencing athletes enrolled to Turkish Fencing Federation start the fencing sports are the family and the physical education teachers. Besides, the factors like loving the fencing sport and rejoicing in being successful are effective on continuing to this sport professionally. The foremost expectations from this fencing sport is to be a national team athlete and prominence. According to the results of the study, there is not found any significant difference between the issues such as starting the gym,

SB888

Üniversite Öğrencilerinin Öğrenilmiş Güçlülük ve Yaşam Doyumunu Öngörmede Egzersiz Davranışı ve Fiziksel Aktivite Düzeyinin Rolü

¹Gözde Ersöz, ¹Başak Eroğlu, ¹İlker Özmutlu, ¹Arif Kaan Eroğlu

¹Namık Kemal Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Tekirdağ

Email : gozde0007@gmail.com, beroglu@nku.edu.tr, iozmutlu@nku.edu.tr, akeroglu@nku.edu.tr

Giriş ve Amaç: Öğrenilmiş güçlülük bireyin stres yaratan yaşam olayları ile ne kadar etkili bir biçimde baş ettiğini gösteren bir kavram, yaşam doyumu ise bireyin yaşamını pozitif değerlendirmesidir. Her iki psikolojik kavram bilişsel bir yapıya sahiptir ve fiziksel aktivite ve egzersiz davranışı ile ilişkili olabileceği varsayımından dolayı bu çalışmada incelenmiştir. Bu çalışmanın amacı Namık Kemal Üniversitesi'nde öğrenim gören öğrencilerin egzersiz davranışı ve fiziksel aktivite düzeyinin öğrenilmiş güçlülük ve yaşam doyumu ile ilişkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya Namık Kemal Üniversitesi'nde öğrenim gören 341 öğrenci (erkek=160; $\chi_{\text{yaş}}=20.56 \pm 1.66$ ve kadın=181; $\chi_{\text{yaş}}=20.06 \pm 1.03$) gönüllü olarak katılmıştır. Bu araştırma kapsamında katılımcılara kişisel bilgi formu, Rosenbaum Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi ve Egzersiz Davranışı Değişim Basamakları Anketi uygulanmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistik analizi (ortalama, standart sapma), Kolmogorov Smirnov ve Levene testi, Basit Regresyon analizi kullanılmıştır. Bulgular: Araştırmadan elde edilen bulgulara göre katılımcıların egzersizde davranış değişim basamağı öğrenilmiş güçlülük ortalamalarını % 0.02 oranında ($R=.144$; $R^2=.021$; Düzeltilmiş $R^2=.018$; $F(1, 340)= 7.14$, $p< 0.01$; $\beta=0.14$); yaşam doyumunu ise % 0.03 oranında ($R=.176$; $R^2=.031$; Düzeltilmiş $R^2=.028$; $F(1, 340)= 10.81$, $p< 0.01$; $\beta=0.18$) pozitif etkilemiştir. Fiziksel aktivite düzeyi öğrenilmiş güçlülük ortalamasını % 0.02 oranında ($R=.121$; $R^2=.015$; Düzeltilmiş $R^2=.012$; $F(1, 340)= 5.07$, $p< 0.05$; $\beta=0.12$) pozitif etkilerken; fiziksel aktivite düzeyi ile yaşam doyumu arasında herhangi bir ilişki bulunamamıştır ($p>0.05$).

Sonuç: Sonuç olarak, elde edilen bulgular egzersiz davranışının katılımcıların öğrenilmiş güçlülük ve yaşam doyumunu öngörmede etkili olduğunu; fiziksel olarak aktiflik düzeyinin ise sadece katılımcıların öğrenilmiş güçlülük düzeyini öngörebildiğini göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Öğrenilmiş güçlülük, yaşam doyumu, egzersiz davranışı, fiziksel aktivite düzeyi

The Role Of University Students' Exercise Behaviour And Physical Activity Level In Predicting Their Learned Resourcefulness And Life Satisfaction

Introduction and Aim: Learned resourcefulness is a notion that shows how effectively an individual copes with stressful life events and life satisfaction is a positive evaluation of an individual's life. Both psychological notions have a cognitive structure and are studied in this study because of the assumption that they may be related to physical activity and exercise behavior. The purpose of this study was to determine the relationship between exercise behavior and physical activity level with learned resourcefulness and life satisfaction of the students who have studied at Namık Kemal University. Method: 341 university students (n_{male}=160; $\chi_{\text{age}}=20.56 \pm 1.66$ and n_{female}=181; $\chi_{\text{age}}=20.06 \pm 1.03$) voluntarily participated in this study. The personal information form, Rosenbaum's Self Control Schedule, Life Satisfaction Scale, International Physical Activity Questionnaire and Exercise Stages of Change Questionnaire were administered to all participants. Data was analyzed using by descriptive statistics, Kolmogorov Smirnov ve Levene test and Simple Regresion analysis.

Results: As a result of the analysis, participants' stages of change in exercise has influenced positively in proportion to 0.02 percents of the mean of learned resourcefulness and in proportion to 0.03 percents of the mean of life satisfaction. In addition physical activity level of participants have affected positively in proportion to 0.02 percents of the mean of learned resourcefulness. On the other hand there was no relationship between physical activity level and life satisfaction.

Conclusion: Findings revealed that exercise behaviour has predicted learned resourcefulness and life satisfaction and physical activity level has predicted only learned resourcefulness of participants.

Keywords: Learned Resourcefulness, Life Satisfaction, Exercise Behaviour, Physical Activity Level

SB905

Ergen Futbolcularda Şiddet Eğilimi İle Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Yunus Emre Güler, ¹Yunus Emre Güler, ²Kazım Kaya

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

²Ahi Evran Üniversitesi BESYO

Email : yunusemregulerr@gmail.com, yunusemregulerr@gmail.com, kazimkaya40@hotmail.com

Bu çalışmada ergen futbolcuların şiddet eğilimleri ile sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkinin ortaya çıkarılması amaçlanmıştır. Araştırmanın evrenini, Ankara Amatör Futbol liginde yer alan U14 ve U17 liglerinde 2013-2014 futbol sezonunda yer alan sporcular oluştururken, örnekleme ise Ankara amatör futbol lig futbolcularının 200 U14 ve 200 U17 gönüllü sporcu oluşturmaktadır. Uygulanan ölçekler, takım ve sporcu ayırt etmeksizin, toplamda 400 sporcuya uygulanmıştır. Veri toplama aracı olarak, Göka ve ark. (1998) tarafından geliştirilen Şiddet Eğilim Ölçeği (ŞEÖ) ve Yıldırım (1997) tarafından geliştirilen Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ASDÖ) kullanılmıştır. Futbolcuların demografik özelliklerini incelemek amacıyla merkezi dağılım ölçeklendirmesi yapılmış olup, U-14 ve U-17 yaş grubu öğrencilerinin şiddet eğilim durumlarının demografik bilgilerle kıyaslamaları yapılırken, değişkenlerin parametrik olup olmadıklarını öğrenmek için Kolmogorov-Smirnov testi uygulanmış, bütün değişkenler için p-değeri (0,05) den büyük olduğu için Independent Samples t testi, One-Way Anova testi ve Ki-kare testleri uygulanmıştır. Yapılan istatistik analizler SPSS 21.0 paket programıyla yapılmıştır. Araştırmada sonuç olarak; sporcuların yaşları ile şiddet eğilim durumları arasında (p-değeri=.000), anne çalışma durumlarıyla, algılanan sosyal destek düzeyleri arasında (p-değeri=.047), baba çalışma durumlarıyla, şiddet eğilim durumları arasında (p-değeri=.030), baba eğitim düzeyleriyle, algılanan sosyal destek düzeyleri arasında (p-değeri=.039), televizyonda izlenen program içerikleriyle, şiddet eğilim durumları arasında (p-değeri=.020) ve sporun hoşgörüyü artırma durumuyla, algılanan sosyal içerik düzeyleri arasında (p-değeri=.000) anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Şiddet Eğilimi, Sosyal Destek, Spor.

The Investigation Of The Relation Between Tendencies To Aggression Of The Adolescent Football Players With Social Support Provided

This study investigates the relation between the tendency of violence of adolescent football players and the level of the social support conceived . The universe of the research was the U14 and U17football players in amateur football leagues in 2013-2014 seasons. The samples were constituted 200 U14 and 200 U17 players from amateur leagues of Ankara in the same season. The scales were applied to the whole sample without discrimination the teams or players. The data collection tools were "Tendency to Violence Scale" developed by Göka et al. (1998) and the "Conceived Social Support Scale" developed by Yıldırım (1997). The demographic features of the participants were determined by central distribution method. The relation between the demographic features and tendency to violence and aggression of the participants were compared. The fact that whether the variables were parametric or not was determined by the use of Kolmogorov-Smirnov test and since the p-value of all the variables was higher than 0,05 the data were treated with Independent Samples, One-Way Anova and Chi Square tests .All the statistical analyses were carried out by the use of SPSS 21.0 statistical soft ware .The results showed that there were statistically significant relations between the age and tendency to violence (p=.000); working mothers and conceived social support (p=.047);working fathers and tendency to violence (p=.030); educational level of the father and the conceived social support (p=.039; contents of the TV programs and the tendency to violence (p=.020) and promotion effect of sports upon tolerance and conceived social support (p=.000).

Keywords: Tendency to violence, social support.

Spor Sosyoloji **Sports Sociology**

Spor Yaralanmalarının Öncülü Olarak Sosyal Destek

¹Hande Türkeri Bozkurt, ¹Nefise Bulgu

¹Hacettepe Üniversitesi, Ankara

Email : handebozkurt@hacettepe.edu.tr, nbulgu@hacettepe.edu.tr

Giriş ve Amaç Çocuk sporcuların karşılaştığı yaralanmalar ileriki spor yaşantılarını etkileyecek önemli bir risk faktörü olarak karşılına çıkmaktadır. Yaralanmaların önlenmesi için atılabilecek en önemli adım ise yaralanmaya sebep olan faktörleri belirlemek ve bunları ortadan kaldırmaya çalışmaktır. Yaralanmaya sebep olduğu düşünülen böyle faktörlerden birisi de sporcunun sosyal destek sistemlerindeki bozulmalardır. Andersen ve Williams (1988)'in stres-spor yaralanmaları modelinde de sosyal destek ve yaralanma arasındaki ilişkiye özellikle vurgu yapılmış ancak araştırmaya muhtaç bir konu olduğu belirtilmiştir. Bu araştırmada çocuk sporcuların yaralanma deneyiminde aile, antrenör, arkadaşlar tarafından sağlanan sosyal desteğin rolü üzerinde durulmuş, voleybol branşında spora devam eden lisanslı çocuk sporcuların, antrenörlerin ve ailelerin sosyal destek ve yaralanma sebeplerine ilişkin görüşleri incelenerek sosyal desteğin yaralanma sürecindeki rolü ortaya konmaya çalışılmıştır.

Yöntem Araştırma verileri 21 sporcu, 14 antrenör ve 12 aile bireyi ile yapılan derinlemesine bireysel görüşmeler yoluyla toplanmış, verilerin analizi yorumlayıcı fenomenolojik analiz yöntemiyle yapılmıştır.

Bulgular Elde edilen verilerin analizi sonucunda çocuklarda; “sporcunun sosyal destek algısı” ve “yaralanma sebepleri”; ailelerde “sporcuya sağlanan sosyal destek” ve yaralanma sebepleri”; antrenörlerde “sporcuya sağlanan sosyal destek”, “yaralanma sebepleri” ve “stres-spor yaralanmaları modeli” ana temalarına ulaşılmıştır. Her katılımcı için elde edilen temalar içerdiği benzerlikler ve ayrıldığı yönler bakımından karşılaştırılmıştır.

Sonuç Sonuç olarak; bu alanda yapılan diğer araştırmalardan (örn; Lavallée ve Flint, 1996) elde edilen bulgular ve stres spor yaralanmaları modeli (Andersen ve Williams, 1988) ile paralel olarak, sosyal destek eksikliğinin yaralanmada bir etken olduğu ancak çoğunlukla birkaç başka faktörle birleşerek bu etkiyi yarattığı ortaya çıkmıştır. Yaralanmaların önlenmesi konusunda yapılacak araştırmalarda bu durumun hesaba katılması önerilmektedir.

Kaynaklar Andersen, M. B., & Williams, J. M. (1988). A model of stress and athletic injury: Prediction and prevention. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10(3), 294-306. Lavallée, L., & Flint, F. (1996). The relationship of stress, competitive anxiety, mood state, and social support to athletic injury. *Journal of athletic training*, 31(4), 296.

Social Support As An injury Antecedent

Introduction and Purpose Injuries taking place in youth sports appear as a significant risk factor in future sport careers of athletes. Therefore, it is important to determine the causes of the injuries. One of the factors causing injuries is deteriorations in social support systems of athletes. Andersen and Williams (1988) also emphasized the relation between the social support and injuries with their stress-sport injury model, but according to the researcher that is still a topic that needs further research. This study focuses on the role of social support in the young volleyball players' injury experience by investigating the views of athletes, their coaches, and families regarding social support and causes of injuries, with an emphasis on the role of social support in the process of injury.

Method Research data was collected with in-depth interviews with 21 athletes, 14 coaches, and 12 family members. Data analysis was made by using phenomenological analysis method.

Finding The themes reached as a result of the analysis of the obtained data are “athlete’s perceived social support” and “the reasons of injury” for children; “social support given to the athlete” and “the reasons of injury” for family; “social support given to the athlete”, “the reasons of injury” ve “stres-injury model” for coaches.

Conclusion In compatible with other research (e.g.; Lavallée & Flint, 1996) and stress-injury model, it has emerged that the lack of social support is a factor in the injury, but often it has to combine with several other factors to create this effect

References Andersen, M., & Williams, J. (1988). A model of stress and athletic injury: Prediction and prevention. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10(3), 294-306. Lavallée, L., & Flint, F. (1996). The relationship of stress, competitive anxiety, mood state, and social support to athletic injury. *Journal of athletic training*, 31(4), 296.

Yaralanma Sporun Bir Parçası Mı: Çocuk Hakları Perspektifinden Yaralanma

¹Hande Türkeri Bozkurt, ¹Nefise Bulgu

¹Hacettepe Üniversitesi, Ankara

Email : handebozkurt@hacettepe.edu.tr, nbulgu@hacettepe.edu.tr

Giriş ve Amaç Dünya çapında çok önemli bir konu olan çocuk haklarının spor ortamı içerisinde tartışılmaya başlanması oldukça yeni sayılabilecek bir geçmişe sahiptir (Brackenridge, 2006). Bu süreçte çocuk hakları ihlalleri ve spor yaralanmaları arasındaki bağlantıya doğrudan değinen herhangi bir araştırmaya ulaşılamamıştır. Bu noktadan hareketle bu araştırmanın amacı; (1) voleybol branşı altyapısında lisanslı olarak spora devam eden çocukların yaralanmaya giden süreçteki deneyimlerini incelemek, (2) bu süreçte ortaya çıkan hak ihallerini belirlemek ve (3) yaralanma ile çocuk haklarının ihlali arasındaki bağlantıyı keşfetmektir. Bu araştırmada hak ihalleri Martens ve Seefeldt (1979)'in "Genç Sporcular İçin Haklar Bildirgesi" çerçevesinde ele alınmıştır.

Yöntem Araştırma verileri hem kadın hem de erkek sporculardan oluşan 21 voleybol branşı altyapı sporcusu ile yapılan derinlemesine bireysel görüşmeler yoluyla toplanmış, verilerin analizi yorumlayıcı fenomenolojik analiz yöntemiyle yapılmıştır.

Bulgular Yaralanmaya çocukların gözünden ve çocuk hakları perspektifinden bakılan bu araştırmada sporculardan elde edilen bulguların analizi sonucunda üç ana temaya ulaşılmıştır. Bunlar; 1) Çocuk sporcuların yaralanma deneyimi, 2) Voleybolda hak ihalleri ve 3) Voleybolun kazandırdıklarıdır.

Sonuç Sonuç olarak; voleybol branşı altyapısında yer alan sporcuların Martens ve Seefeldt (1979)'in "Genç Sporcular İçin Haklar Bildirgesi" çerçevesinde çeşitli şekillerde hak ihallerine maruz kaldıkları ve bu durumun yaralanmaya giden süreçte olumsuz yönde etki ettiği ortaya çıkmıştır.

Kaynaklar Brackenridge, C. (2006). Book review essay: Youth sport refocused. *European Physical Education Review*, 12(1), 119-125. Martens, R., & Seefeldt, V. (1979). Guidelines for children's sports. Retrieved from <http://www.sasksport.sk.ca/cis/pdf/guidelines.pdf>

Is Injury A Part Of Sports: From Children's Rights Perspective

Introduction and Aim As a significant worldwide subject, the discussions of the children's rights within the context of the professional sports as a subject are quite recent (Brackenridge, 2006). In this period, any research that directly addresses the link between violations of children's rights and sports injuries has not been reached. With regards to that the aim of the study: (1) investigating how youth professional volleyball players experience the process contributing to an injury (2) determining the violation of the rights arising in this process, (3) discovering the link between injury and children's rights violations. In this research violation of rights has been considered within Martens and Seefeldt's (1979) "Bill of Rights for Young Athlete".

Method 21 male and female professional youth volleyball players took part in this study. The research data has been collected through in-depth interviews and the study was made by an interpretive phenomenological analysis method.

Findings In this study which investigated the injury from the perspective of children and from the perspective of children's rights three main themes have been identified from the analysis of the findings: 1) Young players' experiences of injury 2) Violation of right in volleyball 3) Benefits of Volleyball

Results As a result, it has been found that professional young volleyball players are exposed to violations of rights in various forms within the context of Martens and Seefeldt's (1979) "Bill of Right" and this situation has had a negative effect on the process contributing to an injury.

References Brackenridge, C. (2006). Book review essay: Youth sport refocused. *European Physical Education Review*, 12(1), 119-125.
Martens, R., & Seefeldt, V. (1979). Guidelines for children's sports. Retrieved from <http://www.sasksport.sk.ca/cis/pdf/guidelines.pdf>

SB343

Hooligansgame Oyununun Bir Elektronik Spor Olarak Değerlendirilebilirliği Üzerine Nitel Bir Araştırma

²Fatih Bektaş, ¹Fatih Samet Atasoy, ²Vedat Ayan, ²Selami Yüksek

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon

²Karadeniz Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Trabzon

Email : fatihbektas61@gmail.com, s.fatih.atasoy@gmail.com, vayan@ktu.edu.tr, selami.yuksekk@ktu.edu.tr

Giriş ve Amaç : Hooligansgame oyunu, futbol taraftarları için çevrimiçi bir tarayıcı oyundur. Farklı ülke ve ülke takımları taraftarlarının oyun içinde birbirleri ile çevrimiçi olarak etkileşimde bulundukları, çeşitli platformlarda kavgaya giriştikleri bir oyun olarak ifade edilebilir. Bir tarafı spor ile ilişkilendirilmiş diğer tarafı ise kavga üzerine kurgulanmış olan Hooligansgame oyununun belirli bir oranda oynandığı araştırmacılar tarafından tespit edilmiştir. Buradan hareketle, araştırmacılar tarafında ilginç bir nitelik taşıdığı düşünülen Hooligansgame oyun içeriğinin, E-spor kavramı içerisinde değerlendirilmesi ve bireyler üzerinde bıraktığı etkiyi incelemek bu çalışmanın temel amacını oluşturmaktadır.

Metot: Çalışma, nitel araştırma yöntemlerinden doküman incelemesi tekniği kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Hooligansgame oyununun resmi internet sayfası, oyun formatı ve facebook sayfasında oyun ile ilgili veriler ve görseller içerik analizine tabi tutulmuştur. Aynı zamanda araştırmacılarından biri, oyunu 1 hafta süre boyunca, belirli zamanlarda oynayarak deneyimlemiştir. İncelenen yorumlar ve oyun işleyişinden kodlar elde edilmiş, daha sonra bu kodlardan temalar oluşturulmuştur. Son olarak, oyun formatının, E-spor niteliği taşıyıp, taşımadığı üzerine sistematik incelemeler yapılmıştır.

Bulgular: Hooligansgame oyun formatının, mevcut E-Spor olarak algılanan oyun formatları ile benzerlik gösterdiği tespit edildi. Oyunu facebook sayfasında Galatasaray ve Fenerbahçe taraftarlarının oyun içinde çekilen görselleri üzerinde yapılan yorumlar ve bir araştırmacı tarafından oyun için deneyimler incelendiğinde, “küfür”, “Duyarlılık”, “teşvik”, “şiddet/saldırganlık”, “kışkırtma”, “meydan okuma”, “teolojik söylem”, “normalleştirme” kavramlarının oluştuğu tespit edildi.

Sonuç: Hooligansgame oyununun sporda şiddet ve saldırganlığın yansıtan, holiganizmi yaşatan bir içerikte olması büyük bir problem olarak görülebilir. Lakin Spor temalı video oyunları dışında E-Spor oyunlarında, adam öldürme, yok etme, düşman ve savaş gibi kavramlar ile paralellik göstermesi farklı bir tartışma konusu oluşturmaktadır. E-spor kavramının, bir spor alt dalı olarak algılanması garip bulunmaktadır. Oysa oyunların E-spor kavramı dışında vurgulanması ve böyle bir algı çerçevesinde işlenmesi birçok tartışmayı da ortadan kaldıracığı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Hooligansgame, E-spor, Video Oyunu, Spor, Futbol

A Qualitative Research On The Evaluability Of Hooligansgame Game As An E-Sports Game

Introduction and Aim: Hooligansgame is an online browser game for soccer fans. On the other hand, researchers have been identified that Hooligansgame game which is not a popular game like these games, but the one side is associated with sports, are played on a specific occasion. From this point of view, the main purpose of this study is to examine the effect of Hooligansgame game content, which is thought to be of an interesting nature by researchers, in the concept of E-sports and the effect of this on the individuals.

Method: This study was carried out by using document review technique which is a qualitative research method. Content analysis has been conducted in Hooligansgame's official internet page, game format and Facebook pages about the game. At the same time, one of the researchers experienced the game by playing it for 1 weeks at certain times.

Findings: It was found that the form of Hooligansgame is similar to the game forms that are perceived as existing E-Sports. When the comments made on the Facebook page of the game on Galatasaray and Fenerbahçe supporters' opinions on the images taken from the game and in-game experience played by a researcher were examined, it was found that there were, "Slang", "Sensitivity", "encouragement", "violence / aggression", "Provocation", "challenge", "theological discourse" and "normalization".

Conclusion: Apart from sports-based video games, due to the fact that E-Sports games have shown similarities with Hooligansgame game on the concepts of such as killing, destruction, enemies and war, it creates a different discussion. It is strange that the concept of e-sports is perceived as a sub-branch of the sport. However, it is thought that these kinds games are emphasized except of E-sports word and that it is processed in the frame of such a perception will overcome many debates.

Keywords: Hooligansgame, E-sport, Video game, Sport, Football

SB616

Futbolda Toplumsal Dikey Hareketlilik: Sınıf Atlama ve Hayal Kırıklıkları

¹Safter Elmas, ²İlknur Hacısöftaoğlu, ³Ahmet Talimciler, ⁴Ersin Altıparmak

¹Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

²Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

³Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi, İzmir

⁴Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir

Email : safter.elmas@gmail.com, , ,

Araştırmanın amacı, toplumsal bir alan olan profesyonel futbolun toplumsal dikey hareketlilik sağlayıp sağlamadığını Pierre Bourdieu'nün alan kavramı üzerinden irdelemektir. Bu çerçevede, toplumsal dikey hareketlilik sayesinde değişen ekonomik sermaye, habitus ve toplumsal statünün bireylerde nasıl etki yarattığı göz önünde bulundurulmuştur.

Araştırmada, bireylerin toplumsal dikey hareketlilik konusunda deneyimlerini derinliğine ve çok boyutlu anlamak için fenomenolojik desenli nitel araştırma yöntemi benimsenmiştir. Araştırma konusu ve amacı açısından, araştırma grubu amaçlı örneklemelerden maksimum çeşitlilik örnekleme yöntemiyle seçilmiştir. Futbola yeni başlayanlardan 8 (11-12 yaş), profesyonel olmaya aday futbolculardan 2 (18, 19), profesyonel futbolculardan 4 (24, 27, 29, 31) ve profesyonel futbolu bırakanlardan 2 (32, 49) katılımcı olmak üzere, araştırma grubu 16 kişi olarak belirlenmiştir. Veri toplama araçları yarı-yapılandırılmış tasarımlı, derinlemesine (bireysel) görüşme ve odak grup görüşme formlarından oluşturulmuştur.

Veriler içerik analiziyle analiz edilmiş; açık ve tematik kodlama yapılarak temalar belirlenmiştir. Analiz sonucunda üç farklı tema ortaya çıkmıştır: 1) futbola yönelik toplumsallaşmada sosyal ajanlar: geçiş, 2) profesyonelleşme ve yukarı dikey hareketlilik: dönüşüm, 3) profesyonellikte ve sonrasında sorunlar ve geriye dönüş: düşüş.

Sonuç olarak, futbol alanının sistematik ve yapısal özellikleri sebebiyle, futbolcuların uzun ve kalıcı toplumsal dikey hareketlilik imkânlarının profesyonel futbolda çok sınırlı olduğu; geçiş, dönüşüm ve düşüş süreçlerinde profesyonelliğin farklı sorunları ile karşı karşıya kaldıkları ortaya çıkmıştır.

Social Upward Mobility In Football: Moving Up The Social Ladder And Letdown

The aim of this study is to address whether professional football, which is social institution, enables social upward mobility by means of Pierre Bourdieu's "field" approach. Within this framework, bringing about transformations of economic capital, habitus and social status, which get changed through social upward mobility, on individuals is considered.

In this research, qualitative research method and phenomenology design are used to understand individuals' experiences deeply and multiple in the matter of social upward mobility. In terms of research subject and aim of research, participants are selected from maximum variation sampling that one of the purposeful sampling method. Sixteen participants are determined. Eight participants are beginner in football (ages, 11-12); two participants are candidates for professional footballer (ages, 18, 19); four participants are professional footballer (ages, 24, 27, 29, 31); two participants are quitting football (ages, 32, 49). The main data gathering tools are created from semi-structured individual and focus group interview forms.

Data is analyzed by using open and thematic coding of qualitative content analyses. As a result, three different themes are obtained: 1) social agents in socialization towards soccer: transition, 2) professionalization and social upward mobility: transformation, 3) during and after the professional career having problems and return to beginning: letdown.

In conclusion, because of the fact that systematic and structural issues of professional football field, lasting social upward mobility opportunities of football players have remain very restricted in professional football. It should be said that football players have been faced with different issues of professionalism in process of transition, transformation and letdown.

SB830

Akademisyenlerin Gözünden Sporda Sosyal Alanlardaki Araştırma Yöntemi Yaklaşımlarının İrdelenmesi

¹Safter Elmas, ¹Selçuk Acıkgöz, ¹Hülya Aşçı

¹Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : safter.elmas@gmail.com, selcuk.acikgoz@marmara.edu.tr, fhulya@marmara.edu.tr

Amaç: Bu araştırmanın amacı, sporda sosyal alanlarda yayımlanmış tezlerde nicel araştırma yöntemlerinin baskın bir şekilde kullanılmasının nedenlerini alandaki akademisyenlerin deneyim, düşünce ve yaklaşımları üzerinden irdelemektir. Yöntem: Araştırmada, sporda sosyal alanda araştırma yapan akademisyenlerin düşünce ve deneyimlerini derinlemesine anlamak için nitel araştırma yöntemi benimsenmiştir. Araştırma grubu amaçlı örneklem yöntemiyle oluşturulmuş ve araştırmanın amacına uygun, sporda sosyal alanlarda çalışan akademisyenler araştırmaya dâhil edilmiştir. Araştırmaya en az beş yıldır alanda araştırma yapan, ulusal ve uluslararası bilimsel makaleleri olan, 19 akademisyen katılmıştır. Veri toplamada yapılandırılmış/açık uçlu soru formu katılımcılara kurumsal e-posta adresleri üzerinden ulaştırılmıştır. Veriler içerik analiziyle analiz edilmiş; açık ve tematik kodlama yapılarak temalar belirlenmiştir. Bulgular: İçerik analizi sonucunda “pozitivist nicel yöntem geleneği” ve “araştırma yöntemlerine ilişkin algılar” olmak üzere iki tema ortaya çıkmıştır. Pozitivist nicel yöntem geleneği teması altında a) yöntem popüleritesi, b) kurumsal ekol ve eğitim yaklaşımı, c) danışman yaklaşımı alt temaları; araştırma yöntemlerine ilişkin algılar teması altında ise a) kolay(cı)lık/sonuca çabuk ulaşma, b) ölçülebilirlik/sayısallaştırma, c) uzun, yorucu ve zahmetli veri süreci alt temaları belirlenmiştir. Sonuç: Sporda sosyal alanlarda yayımlanan tezlerde, nicel araştırma yöntemli yaklaşımın sıklıkla kullanılmasının ardında pozitivism temelli araştırma yöntemlerinin benimsenmesinin yattığı söylenebilir. Bununla birlikte, nicel araştırma yönteminin kolaylığına, kısa sürede sonuca ulaştırmasına ve nitel araştırma yönteminin zorlu bir veri süreci gerektirmesine dair inanışların, tezlerdeki yöntem tercihinin belirlenmesinde önemli rol oynadığı görülmektedir.

Questioning Research Method Approaches In Social Fields Of Sports Sciences Through Eyes Of Researchers

Purpose: The aim of this study was to analyse the research methods of published theses that are conducted in the social fields of sports sciences. More specifically, the study aimed to reveal the rationales behind the dominant use of quantitative research methods based on the experience, thoughts and approaches of researchers in the field.

Methodology: The study adapted qualitative research methods to analyse the perspectives of researchers from the field. Criterion sampling method was used amongst various purposive sampling methods. Based on the study purpose, 19 experienced researchers are involved to the study who could provide insightful information about the subject. The inclusion criterion was to involve researchers who have contributed to the field by publishing national and international articles in the last 5 years. Data was collected through sending structured/open-ended interview questionnaires to institutional e-mail addresses of the researchers. Content analysis method was used in the data analysis and themes were generated with open and thematic coding processes.

Findings: After data analysis, two main themes, “tradition of positivist quantitative method” and “perceptions regarding research methods” was obtained. Subthemes that a) popularity of method, b) institutional tradition and educational understanding, c) perspective of supervisor were determined under the tradition of positivist quantitative method theme. Subthemes that a) cutting corners, b) measurability/quantification, c) long, tiring and onerous data process were composed under the perceptions regarding research methods theme.

Conclusion: In these theses which published in social field of sports sciences, it could be said that embracement of positivism-based research method lied behind of frequently using of quantitative research method. However, it was seen that beliefs regarding the easiness of quantitative research method, carrying through in a short time, and requirement of an effortful data process in qualitative research method has played a significant role of the determination of method choice in theses.

Yabancı Bir Ülkede Kültürlerarası Nitel Araştırma: Metodolojik Ve Etik Deneyimlerimin Bir Analizi

1Funda Akcan

1Başkent Üniversitesi Spor Bilimleri Bölümü, Ankara

Giriş ve Amaç: Kültürlerarası nitel bir araştırma yapmak heyecanlı olduğu kadar metodolojik ve etik zorluklarla doludur. Bu anlamda araştırmacılar yabancı bir kültürel ortamda bir yandan araştırmalarını yürütürken diğer yandan da bu zorluklarla mücadele etmek durumunda kalırlar (Liamputtong, 2010). Bu çalışmada tırmanış alt kültürünün kültürlerarası analizini yapmak üzere İngiltere’de yürüttüğüm doktora sonrası araştırmam sırasında bir nitel araştırmacı olarak deneyimlediğim metodolojik ve etik süreçlerin düşünömsel bir analizini sunmayı amaçlıyorum. Aynı zamanda bu çalışma ile, kültürlerarası olsun ya da olmasın, nitel bir araştırma yaparken metodolojik konulara ilişkin düşünme sürecine girmeleri için araştırmacıları teşvik etmeyi amaçlıyorum.

Yöntem: Yabancı bir ülkede kültürlerarası araştırma yürüten bir nitel araştırmacı olarak hem araştırma sürecini hem de kendimi nasıl deneyimlediğimi analiz etmek üzere düşünömsel analiz ve alan notlarını kullandım.

Bulgular: Nitel araştırmacı olarak deneyimlerimin, düşöncelerimin ve duygularımın düşünömsel analizi sonucu elde ettiğim temalarım çerçevesinde bulgularım iki başlıkta toplanıyor. İlk olarak yabancı bir kültürel ortamda kültürlerarası nitel araştırma yapan bir araştırmacı olarak metodolojik boyutta yaşadığım deneyimlere (araştırma alanına erişim, bireysel görüşme süreçleri, alanda kendimi konumlandırmam, araştırma alanındakilerle ilişkiler vb.), karşılaştığım sorunlara ve çözüm stratejilerime değiniyorum ve bunu yaparken araştırmayı nasıl etkilediğimi görmek üzere kendimi incelemeye odaklanıyorum. İkinci olarak içinde bulunduğum nitel araştırma sürecinde deneyimlediğim etik prosedörlere ve alan uygulamasındaki etik sorgulamalarımna ilişkin bir analiz sunuyorum.

Sonuç: Çalışma sonucunda spor ve egzersiz bilimleri alanında yabancı bir ülkede nitel araştırma yürötmeyi planlayan araştırmacıların karşılaşılabilecekleri metodolojik ve etik sorunlara ve araştırmanın her bir aşamasında bu sorunlarla başetme stratejileri geliştirilmesinin önemine değiniyorum.

Kaynaklar: Liamputtong,P. (2010). Performing Qualitative Cross-Cultural Research. Cambridge: Cambridge University Press.

Qualitative Cross-Cultural Research in A Foreign Country: An Analysis Of My Methodological And Ethical Experiences

Introduction and Purpose: Conducting cross-cultural research is exciting but at the same time rife with methodological and ethical challenges. In this sense researchers has to struggle with these challenges while carrying out their research in a foreign cultural setting (Liamputtong, 2010). In this study I aim to present a reflexive analysis of the methodological and ethical processes I experienced during my post-doctoral research on cross-cultural analysis of climbing subculture in the UK. Besides I also aim to encourage researchers to start thinking about methodological issues in performing qualitative research whether it is cross-cultural or not.

Method: I use reflective writing and field notes to present how I experienced the qualitative research process and myself as a qualitative researcher who was conducting a cross-cultural research in a foreign country.

Findings: Reflexive analysis of my experiences, thoughts and feelings as a qualitative researcher identified two themes in this study. Results focus on first my experiences on methodological issues (accessing the research field, individual interview processes, positioning myself in the field, relationships in the field and etc.), the challenges I faced with and my strategies to struggle with these challenges. In doing this I also focus on analyzing myself to understand how I influenced the research as a research subject. Second I present an analysis of my experiences in the ethical procedures and ethical inquiries during my field research.

Conclusion: Conclusions are that researchers who are planning to do a qualitative research in a foreign country may face some methodological and ethical challenges and developing strategies to struggle with these challenges in each research phase is an important issue.

References: Liamputtong,P. (2010). Performing Qualitative Cross-Cultural Research. Cambridge: Cambridge University Press.

Spor Tarihi **Sports History**

Frank Medina: Türkiye’de Bir Yabancı Kondisyoner (1964-1968)

¹Özbay Güven, ¹Mehmet Yıldız

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : oguven@gazi.edu.tr, mehmetyildiz58@gmail.com

Giriş ve Amaç: Türkiye’de Cumhuriyetin ilan edilmesinden itibaren çok yönlü politikalar izlenmiş, farklı alanlarda modernleşmeyi yakalayabilmek için yurt dışından yabancı uzman istihdamı yoluna gidilmiştir. Beden eğitimi ve spor alanında uzmanlar Türkiye’ye davet edilerek bilgi, beceri ve deneyimlerinden yararlanılmıştır. Bu kapsamda 1964-1968 yılları arasında Amerika’nın tanınmış kondisyonerlerinden Frank Medina (d.1915-ö.1988) Türkiye’de atletizm, boks ve güreş branşlarında görev yapmıştır. Bu araştırmanın amacı, Türkiye’ye Cumhuriyet Dönemi’nde kondisyoner olarak davet edilen Frank Medina’nın hayatı, kişiliği, bilgi ve becerileriyle, Türk atletizm, boks ve güreş millî takımlarındaki hizmetleri ve katkılarını ortaya koymaktır.

Yöntem: Bu araştırmanın analizi ve yorumlanmasında nitel araştırma yöntemlerinden doküman incelemesi ve sözlü tarih çalışması kullanılmıştır. Elde edilen veriler içerik analizi ile çözümlenmiştir. Ayrıca Ahmet Ayık, Tevfik Kış ve Gürbüz Lü ile sözlü tarih çalışması yapılmıştır.

Bulgular: Frank Medina, 1964-1968 yılları arasında belirli zaman aralıklarında Türkiye Atletizm Federasyonu’nun davetlisi olarak dört kez Türkiye’de görev yapmıştır. Bu sürede Türk atletlerle oldukça yakından ilgilenirken antrenör yetiştirme sürecine de katkı sağlamıştır. Ayrıca 1968 Mexico City Olimpiyat Oyunları hazırlık kamplarında Türk atletizm, boks ve güreş millî takımlarında da kondisyoner olarak görev yapmıştır. Türkiye’de görev yaptığı süre içerisinde; bilgisi, becerisi, donanımı, kişiliği ve sporculara yaptırmış olduğu değişik antrenmanlar ile sporcuları hem kondisyonel ve psikolojik açıdan hazırlamıştır.

Sonuç ve Tartışma: Türkiye’de beden eğitimi ve spor alanına katkı sağlayan Türk uzmanların yanı sıra yurt dışından alan uzmanları da getirilmiştir. Türkiye’ye gelen uzmanlardan Frank Medina, özellikle pratiğe yönelik uygulamaları, sporcularla olan iletişimi ve sporcuları başarıya yönlendirmedeki kabiliyeti açısından kondisyoner olarak iz bırakmıştır.

Frank Medina: A Foreign Conditioning Coach in Turkey (1964-1968)

Introduction and Purpose: Multi-directional policies were followed, foreign specialists were employed in order to follow-up modernization as of declaration of the Republic regime in Turkey. Specialists in the field of physical education and sports were invited to Turkey, and their knowledge, skills and experience were utilized. In this regard, Frank Medina (b.1915-d.1988), being of the well-known conditioning coaches of America, worked in the fields of athletics, box and wrestling between the years 1964-1968. The purpose of this study is to reveal the life, character, knowledge and skills, and his services and contributions of Frank Medina, who was invited to Turkey as conditioning coach in the Republic Period, to the Turkish athletics, box and wrestling national teams.

Method: We utilized document examination and oral history survey among qualitative research methods which were Ahmet Ayık, Tevfik Kış and Gürbüz Lü for analysis and interpretation of this study. The data obtained were analyzed through content analysis.

Findings: Frank Medina was invited by the Turkish Athletics Federation and worked as a conditioning coach four times for certain periods of time between the years 1964-1968. While taking care of the Turkish athletes, he also contributed to training of trainers during this period. He also worked for the Turkish athletics, box and wrestling national teams as a conditioning coach at 1968 Mexico City Olympics preparation camp. He prepared sports persons both conditionally and psychologically through the various trainings he prescribed for them and his knowledge, skills, qualifications and personality.

Conclusion and Discussion: In addition to the Turkish specialists having contributed to physical education and sports in Turkey, field specialists were also brought from abroad. Frank Medina, among the specialists invited to Turkey, has created a permanent impression with respect to his practices, communication with athletes and capability for directing athletes towards success.

Türkiye’de Cumhuriyet Dönemi’nde Yabancı Eğitim Uzmanlarının Raporlarında Beden Eğitimi ve Spor (1923-1960)

¹Özbay Güven, ¹Mehmet Yıldız

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : oguven@gazi.edu.tr, mehmetyildiz58@gmail.com

Giriş ve Amaç: Cumhuriyetin ilanıyla birlikte Türk eğitim sisteminin yeniden yapılandırılması için farklı uygulamalar başlatılmış ve bu doğrultuda 1923-1960 yılları arasında 123 yabancı eğitim uzmanı Türkiye’ye davet edilmiştir. Gelen eğitim uzmanları arasından 19 kişiden uzmanlık alanları ile ilgili rapor hazırlamaları istenmiş ancak bu uzmanlar Türk eğitim sisteminin bütününe içeren raporlar hazırlamışlardır. Bu uzmanlardan sadece üçü raporlarında beden eğitimi ve spor alanından yüzeysel olarak bahsetmiştir. Bu araştırmanın amacı, Türkiye’ye Cumhuriyet Dönemi’nde davet edilen yabancı eğitim uzmanlarının raporlarında beden eğitimi ve spor ile ilgili alınan kararları belirlemektir.

Yöntem: Bu araştırmanın analizi ve yorumlanmasında nitel araştırma yöntemlerinden doküman incelemesi kullanılmıştır. Elde edilen veriler içerik analizi ile çözümlenmiştir.

Bulgular: Türkiye’ye davet edilen uzmanlardan; Berly Parker’ın (1939) “Türkiye’de İlk Tahsil Hakkında Rapor”unda beden eğitimi ders alanlarının yetersizliği ve beden eğitimi dersinin uygulanmasıyla ilgili sorunlar olduğundan bahsedilirken, John J. Rufi’nin (1953) “Türkiye’de Orta Öğretim, Müşahedeler, Problemler ve Tavsiyeler” isimli raporunda yeni yapılacak binalarda beden eğitimi dersi için uygun yerlerin planlanması üzerinde durulmuştur. Roben J. Maaske’nin (1956) “Türkiye’de Öğretmen Yetiştirme Hakkında Rapor”unda ise ilkökul öğretmenlerin beden eğitimi dersleri için yetersiz oldukları, öğretmen okullarında bu durumun dikkate alınması gerektiği vurgulanmıştır.

Sonuç ve Tartışma: Yabancı eğitim uzmanlarının hazırlamış olduğu raporlarda beden eğitimi ve spor alanının kendilerinden önce yapılan raporlardan etkilendiği ve işlevsellikten çok durum tespiti boyutunda olduğu görülmüştür. Türkiye’ye Cumhuriyetin ilk yıllarından itibaren beden eğitimi ve spor alanında da TİCİ, Türk Spor Kurumu, Beden Terbiyesi Umum Müdürlüğü tarafından yabancı beden eğitimi ve spor uzmanları da getirilerek bu alanın modern anlamda geliştirilmesi için tedbirler alınmıştır.

Physical Education and Sports in the Reports of the Foreign Specialists in the Republic Period in Turkey (1923-1960)

Introduction and Purpose: With declaration of Republic, various practices for restructuring of the Turkish education system were initiated, and 123 foreign education specialists were invited to Turkey between the years 1923-1960. Among the education specialists, 19 specialists were requested to prepare a report regarding their specialty, but these specialists issued reports including the whole of the Turkish education system. Only three of these specialists mentioned the field physical education and sports superficially in their reports. The purpose of this study is to determine the decisions related to physical education and sports in the reports of the education specialists invited to Turkey.

Method: We utilized document analysis, being one of the qualitative research methods, for analysis and interpretation of this research. The data collected were analyzed with content analysis.

Findings: Among the specialists invited to Turkey; Berly Parker (1939) mentioned insufficiency of the areas for physical education courses and problems related to implementation of physical education courses in his “Report on Primary Education in Turkey” while John J. Rufi (1953) deliberated planning of appropriate areas in school buildings to be built for physical education courses in his report titled “Secondary Education, Observations, Problems and Recommendations”. And Roben J. Maaske (1956) emphasized in his “Report on Teacher Education in Turkey” that primary school teachers are not qualified for physical education courses, and this should be considered at teacher academies.

Conclusion and Discussion: It was seen in the reports drafted by foreign education specialists that the fields of physical education and sports were impressed by the previous reports, and were assessment rather than being functional. Foreign physical education and sports specialists were invited to Turkey by The Union of Turkish Training Communities, Turkish Sports Institution, Directorate General of Physical Education, and actions were taken in order to improve this field in modern sense.

Osmanlı Devleti'nde Menzil Okçuluğu

²Özbay Güven, ²Neslihan Arkan, ¹Bilal Hayri Doğan, ²Mehmet Yıldız

¹Atlı Okçuluk Spor Kulübü, Ankara

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : ozbayguven@gmail.com, neslihanarikangazi@gmail.com, bhd1453@gmail.com, mehmetyildiz58@gmail.com

Giriş ve Amaç Okçuluğun, avcılık, savaş ve spor bakımından işlevleri olduğu gibi örgütlenme ve kurumsallaşma göstergeleri de vardır. Okçulukta; av okçuluğu, savaş okçuluğu ve spor okçuluğu boyutları görülürken, hedef, darp ve menzil okçuluğu şeklinde de sınıflandırılmaktadır. Menzil okçuluğu, atış yönünde herhangi bir hedef olmaksızın en uzağa okun atılmasıdır. Menzil okçuluğunun savaşa yönelik işlevlerinden dolayı farklı coğrafyalardaki toplumlarda da varlığı görülmektedir. Osmanlı Devleti'nde menzil okçuluğu kurumsallaşmıştır. Bu bağlamda Osmanlı Devleti'nde menzil okçuluğu nasıl gelişmiştir? Osmanlı Devleti'nde menzil okçuluğunun örgütlenme ve kurumlaşma göstergeleri nelerdir? gibi sorulara değişik boyutlarda cevaplar verilerek dikkat çekilecektir. Bu çalışmada, Osmanlı Devleti'nde menzil okçuluğunun yeri genel bir bakış açısıyla değerlendirilecektir.

Yöntem Bu araştırmanın yorumlanmasında nitel araştırma yöntemlerinden doküman incelemesi kullanılmıştır. Araştırma, veri toplama araçlarından literatür tarama yöntemi ile elde edilen bulgular incelenerek ortaya konulacaktır. Bulgular Osmanlı Devleti'nde menzil okçuluğuna önem verilmiş, korunmuş, teşvik edilmiş ve ilgi gösterilmiştir. Ayrıca menzil okçuluğunun değişik coğrafyalardaki görünümünde Osmanlıların katkısı da dikkate değerdir. Osmanlı Devleti'nde menzil okçuluğunun sportif anlamda rekor prensibine dayalı olarak; menzil oku ve yayı, kabza alma, menzil atma, Atıcılar Kanunu (Kanunname-i Rımat), Atıcılar Sicili, kurallar, menzil atışlarının yapıldığı ok meydanları, menzil taşları ve menzil atıcılarının idmanları gibi pekçok boyutlarda kurumlaşmaya gidildiği görülmüştür.

Sonuç ve Tartışma Osmanlı Devleti'nde menzil okçuluğunun savaş ve spor bakımından işlevselliği, atıcılık becerilerinin geliştirilerek formda tutulmasıyla bütünleştirilmiş, menzil taşı dikme geleneğiyle de bir rekabet ortamı oluşturulmuştur. Atıcılar Kanunu ve Atıcılar Sicili'nin mevcudiyetiyle de, Osmanlı Devleti'nde yüksek seviyede bir spor anlayışının olduğu görülmüştür.

Distance Archery in the Ottoman Empire

Introduction and Purpose Archery has functions with respect to hunting, war and sports as well as organization and institutionalization indicators. While there are hunting archery, warfare archery and sports archery aspect of archery, it is also divided into categories as target, shooting and distance archery. Distance archery is shooting an arrow to the longest distance possible without a target in the shooting direction. Due to its functions with respect to war, distance archery exists in communities of different geographies. Distance archery was institutionalized in the Ottoman Empire. In this regard, we will seek for answers to the questions such as How was archery developed in the Ottoman Empire; What are the organization and institutionalization indicators of distance archery in the Ottoman Empire, in this study.

Method We utilized document analysis, being one of the qualitative research methods, for interpretation of this research. The study reveals the findings obtained with literature review method, being one of the data collection means. Findings Distance archery was important, preserved, encouraged and interested in the Ottoman Empire. Moreover, the contribution of the Ottoman to the appearances of distance archery in various geographies is significant. It was observed that distance archery in Ottoman Empire was institutionalized in many aspects such as distance bow and arrow, gripping, distance shooting based on sportive record principle, The Shooting Code, Shooters Register, rules, archery squares for distance shooting, distance stones and training of distance shooters.

Conclusion and Discussion The functionality of distance archery with respect to warfare and sports in the Ottoman Empire was integrate with improving and maintaining shooting skills, and a competitive environment was created with the tradition of erecting distance stones. Considering existence of the Shooting Code and Shooters Register, it is also seen that there was a high level of sports understanding in the Ottoman Empire.

Lozan Olimpiyat Müzesi'nin Yapısı ve İşlevi

¹Özbay Güven, ¹Neslihan Arkan

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : ozbayguven@gmail.com, neslihanarikangazi@gmail.com

Giriş ve Amaç 19. yüzyılın sonlarına doğru ortaya çıkan spor müzeciliğinin, çağdaş ülkelerdeki görünümüne bakıldığında, Lozan Olimpiyat Müzesi'nin bunlardan biri olduğu görülmektedir. Modern olimpiyatların kurucusu Pierre de Coubertin, 1915 yılından bu yana Uluslararası Olimpiyat Komitesi'ne ev sahipliği yapan Lozan şehrinin ve komitenin adlarına yakışır bir müze açılmasının gerekliliği doğrultusunda 1920 yılında ilk çalışmalarına başlamıştır. Bu çalışmalar, Coubertin'in vefatı ile Juan Antonio Samaranch tarafından devam ettirilerek, 1993 yılının haziran ayında müze, halkın ziyaretine açılmıştır. 2014 yılındaki yenilemenin ardından bugünkü haliyle tekrar ziyaretçilerin hizmetine sunulmuştur. Bu araştırmanın amacı, çağdaş ülkelerdeki spor müzelerinden, Lozan Olimpiyat Müzesi'nin yapısı ve işleyişini incelemektir. Yöntem Bu araştırmada genel tarama modeli ve nitel araştırma teknikleri bir arada kullanılmıştır. Araştırmacı, 9-15 Mayıs 2016 tarihleri arasında Lozan Olimpiyat Müzesi'nde gözlem ve incelemelerde bulunmuştur. Çalışma kapsamında geliştirilen görüşme formu ile müze yetkilileriyle görüşülmüş ve elde edilen veriler bir sistem içerisinde değerlendirilmiştir. Bulgular Lozan Olimpiyat Müzesi'nin genel yapısı incelendiğinde; İsviçre devleti tarafında desteklenen bir vakıf müzesi olmasından dolayı, müzenin yönetim kadrosu ile organizasyon bölümlerinin iş birliği içerisinde çalıştığı, birimlerin görev dağılımındaki işlevselliğinin korunduğu ve sergileme anlayışının da zengin nesne ve doküman arşivi, görsel-işitsel iletişim teknolojileri ile bütünleştirildiği görülmüştür. Müze, mimari yapısı ve bölümleriyle ziyaretçilere kolay ve anlaşılır bir sergi alanı sunarken, eğitsel, kültürel ve sosyal etkinliklerle birçok aktiviteye -konferans, kokteyl, seminer, toplantı- yer verilmektedir. Sonuç ve Tartışma Lozan Olimpiyat Müzesi, yapısı ve işlevi bakımından, spor müzeciliğinin gelişmesine ve geliştirilmesine katkı sağlarken, olimpiyat müzelerinin birbiriyle etkileşimini kolaylaştırarak ortak projeler üretmesini sağlayan Olimpiyat Müzeleri Ağı (OMN)'nın oluşumuna da öncülük ettiği görülmüştür. Sonuç olarak, Lozan Olimpiyat Müzesi, kurulacak spor müzelerine bilgi, deneyim ve uygulamalarıyla örnek teşkil etmiştir.

The Structure and Function of the Lausanne Olympic Museum

Introduction and Purpose Pierre de Coubertin, the founder of the modern Olympics, started his preliminary works in 1920 in line with the necessity for foundation of a museum worthy of the name of the committee and the Lausanne city hosting the International Olympics Committee since 1915. Juan Antonio Samaranch took on these works after death of Coubertin, the museum was opened to visitors in June, 1993. The museum was reopened to service after the restoration in 2014. The purpose of this study is to examine the structure and functioning of the Lausanne Olympic Museum, being of the sports museums in contemporary countries. Method We utilized general survey method and qualitative research techniques in this study. The Researcher carried out on site observations and examination at the Lausanne Olympic Museum between the dates of 9-15th May 2016. We interviewed the museum officials with the interview form developed within the scope of the study, and evaluated the data collected systematically. Findings Examining the general structure of the Lausanne Olympic Museum, we observed; that as being a foundation museum supported by the government of Switzerland, the management staff and organization departments of the museum work in cooperation, functionality in distribution of tasks among the units is maintained, and that the concept of exhibition is integrated with the rich object and document collection and audio-visual communication technologies. Conclusion and Discussion The Lausanne Olympic Museum has contributed to development and improvement of sports museums through its structure and function, it also led establishment of the Olympic Museums Network (OMN) enabling the Olympic museums to develop projects collectively by facilitating their interaction. As a conclusion, the Lausanne Olympic Museum has been an example for the sports museums to be founded with its knowledge, experiences and practices.

Türkiye'nin 1912 Stockholm Olimpiyat Oyunları'na katılımı üzerine belgeler

¹Tolga Şinofoğlu, ²İbrahim Yıldiran

¹Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kütahya

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : tolgasinoforglu@yahoo.com, yildiran@gazi.edu.tr

Giriş ve Amaç: 1912 Stockholm Olimpiyat Oyunları; Selim Sırrı Tarcan'ın Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC) Türkiye Temsilciliği'ne seçildiği 15 Aralık 1908'den sonraki ilk organizasyon olması ve Türkiye'den oyunlara ilk resmi iştirakin gerçekleşmesi bakımından önemlidir. Bu kapsamda çalışmanın amacı; 1912 Olimpiyat Oyunları'na Türkiye'nin katılımını resmi arşiv belgeleri destekli olarak incelenmek ve konu bütünlüğünü sağlamaktır.

Yöntem: Çalışma içeriği bakımından nitel araştırma yöntemleri çerçevesinde, tarihsel araştırma ve arşiv tarama metodu ile yapılandırılmıştır. Araştırma kapsamında Osmanlı ve İsveç Arşivleri ve özel arşivlerden oluşan birincil kaynaklar kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: 1912 Stockholm Olimpiyat Oyunları'na katılım Osmanlı ile Yunanistan arasındaki siyasi gerilimin beraberinde getirdiği, elitler ve bürokratlar tarafından "Yunan işi" olarak görülen olimpiyat oyunlarına gösterilen direncin kırılması ve olimpizmin Selim Sırrı Tarcan öncülüğünde ülkede yaygınlaştırılmasının yolunu açması bakımından oldukça önemlidir. 1912 Stockholm Olimpiyat Oyunları Resmi Raporu'nda görülen dereceler ve İsveç Ulusal Arşivleri'nde bulunan Selim Sırrı Tarcan'ın IOC Türkiye Temsilcisi unvanı ile imzaladığı katılım formları ve yazışmalar, Türkiye'nin olimpiyat oyunlarına ilk resmi iştirakinin Ermeni asıllı iki Osmanlı vatandaşı olan Vahram Papazyan ve Mıgırdıç Mıgıryan (Mkrtich Mkryan) ile atletizm branşında olduğunu göstermektedir. Papazyan 800 m, 1500 m ve 5000 m müsabakaları için katılım formu doldurmuş ancak sadece 1500 m yarışına katılmış ve yarışı bitirememiştir. Mıgıryan ise "en iyi elle disk atma", "en iyi elle gülle atma", "sağ ve sol elle gülle atma" ve dekatlon müsabakalarında yarışmıştır. Ülkemizden ilk resmi olimpiyat katılımını sağlayan iki sporcumuzda madalya kazanamamıştır. Edinilen olimpik kazanımların ve bilincin yansımaları ise Cumhuriyet döneminin ilk olimpiyatı olan 1924 Paris Olimpiyat Oyunları'nda görülecektir.

Documents on the participation of Turkey to 1912 Stockholm Olympic Games

Introduction and Purpose: 1912 Stockholm Olympic Games is significant in that Turkey officially took part in the games and was the first organisation after Selim Sırrı Tarcan was elected as the Turkey representative of International Olympic Committee on December 15, 1908. In this context, the purpose of this study is to examine the participation of Turkey to the 1912 Stockholm Olympic Games through document analysis.

Method: The study was conducted with the historical research and archive scanning method with the framework of qualitative research methods, periodicals, Ottoman and Swedish archives and private archives were used as the primary sources to collect the data.

Findings and Result: Participation in the 1912 Stockholm Olympic Games is very important in terms of breaking the resistance shown by the elites and bureaucrats in the first years of the Olympic Games, seen as "Greek business", and opening the way for the spread of it in the country under the leadership of Selim Sırrı Tarcan. The grades shown in the Official Report and the participation forms and correspondence signed with the title of Selim Sırrı Tarcan's IOC Representative of Turkey at the Swedish National Archives indicated that Vahram Papazyan and Mıgırdıç Mıgıryan (Mkrtich Mkryan), two Armenian-born Ottoman citizens, first officially took part in the Olympic Games in the branch of athletics. Papazyan filled the participation form for 800 m, 1500 m and 5000 m competitions but only participated in the 1500 m race and could not finish the race. Mkryan, on the other hand, competed at "throwing the discus, best hand" "putting the weight, best hand", "putting the weight, right and left hand" and decathlon.

Two athletes, who provided the first participation, did not win any medals. The olympic achievements and the reflections of awareness will be seen at the 1924 Paris Olympic Games.

Türkiye'nin İlk Beden Eğitimi Öğretmeni Yetiştirme Girişimi: Terbiye-i Bedeniye Darülmuallimini (1914)

¹Tolga Şinoforoğlu, ²İbrahim Yıldırım

¹Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kütahya

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : tolgasinoforoglu@yahoo.com, yildiran@gazi.edu.tr

Giriş ve Amaç: Avrupa'da Rönesans ile filizlenip 19. yüzyıl başlarında formunu bulan beden eğitimi akımlarının Türkiye'deki yansımaları ancak yüzyılın sonunda ve yeni yüzyılın başlarında kendini göstermiştir. Akımın ülkedeki en önemli öncüsü olan Selim Sırrı Tarcan, İsveç'te aldığı eğitim sonrası yaygınlaştırma çabalarının eksenini "öğretmen yetiştirme" politikasına merkezlemiştir. "Terbiye-i Bedeniye Müfettişi" unvanı ile arkasına aldığı bürokratik gücü en iyi şekilde kullanarak; öğretmen adaylarına beden eğitimi dersi formasyonu vermeye başlamış, diğer yandan da ihtiyacı tam olarak karşılayabilecek "Beden Eğitimi Yüksek Öğretmen Okulu" açmanın adımlarını atmıştır. Çalışmada, Osmanlı döneminde bu bağlamda atılan en önemli adım olan ancak kapılarını öğretime açamayan "Terbiye-i Bedeniye Darülmuallimini" hazırlık, oluşum ve açılmama sebepleri bakımından incelenecektir.

Yöntem: Çalışma içeriği bakımından nitel araştırma yöntemleri çerçevesinde, tarihsel araştırma ve arşiv tarama metodu ile yapılandırılmıştır. Araştırma kapsamında dönemin süreli yayınları, yurtiçi özel ve resmi arşivlerden oluşan birincil kaynaklardan yararlanılmıştır. Kullanılan yöntem ile tarih çalışmalarında karşılaşılan sorunlardan olan kaynaklar üzerindeki kuşku azalması ve çalışmanın güvenilirliğinin artması amaçlanmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Selim Sırrı Tarcan'ın terbiye-i bedeniye müfettişi olarak göreve başladığı 1910 yılından itibaren beden eğitiminin toplumsal ve kamusal yararları konusunda her alanda yaptığı yaygınlaştırma çabalarının en önemli organı beden eğitimi öğretmenleri yetiştirmek olmuştur. Bu kapsamda Darülmuallimin ve Darülmuallimat'da verdiği derslerin devamı olarak doğrudan beden eğitimi öğretmeni yetiştirmeyi amaçlayan eğitim kurumlarının ilki olan "Terbiye-i Bedeniye Darülmuallimini" açma girişimlerine başlayan Selim Sırrı Tarcan, yurtdışı örneklerini yerinde ziyaret etmiş ve okul programlarını inceleyerek müfredat altyapısını hazırlamıştır. Maarif Nezareti'nde bulunduğu girişimlerle okulun kurumsal yapısının ve teknik donanımının oluşturulması sağlanmıştır. Okulun tüm hazırlıkları 1914 yılında tamamlanmıştır. Ancak öğretime başlamasına kısa bir süre kala I. Dünya Savaşı'nın başlaması nedeniyle bina başka bir amaçla kullanılmıştır. Kazanılan deneyim ve edinilen miras ise Cumhuriyet Dönemi'ne başarılı şekilde aktarılmış, günümüz beden eğitimi öğretmeni yetiştiren yükseköğretim kurumlarının temelleri atılmıştır.

Turkey's First Attempt To Train Physical Education Teachers: Terbiye-i Bedeniye Darülmuallimini (1914)

Introduction and Purpose: The physical education movements barely showed its reflections in Turkey by the end of the 19th century and the beginning of the 20th century. The pioneer of the movement Selim Sırrı Tarcan, centered the axis of his dissemination efforts to "train teachers". Using the bureaucratic power with the title of "Inspector of Physical Education", he started to teach physical education courses to teacher trainees, and took the steps for opening "College of Physical Education" which can fully provide the needs. In this study, preparation, constructions and the reasons for not opening the "Terbiye-i Bedeniye Darülmuallimini" (Training School of Physical Education Teachers), which was the most important step in this context, has been analyzed.

Method: In terms of its content, the study configured with the historical research and archive scanning method within the framework of qualitative research methods. By the scope of the research, periodicals, private and official archives were used as primary sources.

Findings and Result: To train physical education teachers was the most important function of Selim Sırrı Tarcan's dissemination efforts about physical education's social and public benefits in every field. Selim Sırrı Tarcan, who started his attempts to open "Terbiye-i Bedeniye Darülmuallimini", which is the first of the educational institutions aiming to educate the physical education teacher directly, visited the foreign samples on site and prepared the curriculum infrastructure by examining the school schedules. He was provided with the school's institutional structure and technical equipment through Ministry of Education. All preparations of the school finished in 1914. However, due to the beginning of World War I, the building was used for another purpose. The experience gained and the heritage acquired were successfully transferred to the Republican period and the foundations of the higher education institutions which are training physical education teachers were constructed back then.

ENGELLİLERDE SPOR SPORT IN DISABLED

Engellilerde Spor sport in Disabled

SB44

Türkiye Görme Engelliler Yüzme Şampiyonasına Katılan Sporcuların Spora Özgü Başarı Motivasyon Düzeylerinin İncelenmesi

²Hüseyin Kırmoğlu, ³Kerimhan Kaynak, ¹Atike Yılmaz, ³Eyüp Yaman

¹Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi, Bilecik

²Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla

³Erciyes Üniversitesi, Kayseri

Email : hkirim2005@gmail.com, kkaynak@erciyes.edu.tr, atike.yilmaz@bilecik.edu.tr, eyaman@gmail.com

Bu araştırmanın amacı Türkiye Görme Engelliler Yüzme Şampiyonasına katılan, görme engelli sporcuların, spora özgü başarı motivasyon düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırmacılar tarafından geliştirilen "Kişisel Bilgi Formu" ve "Sporya Özel Başarı Motivasyonu" ölçeği kullanılmıştır. Katılımcıların spora özgü başarı motivasyon düzeyleri çeşitli değişkenler açısından karşılaştırılmıştır.

Araştırmanın evrenini, Türkiye Görme Engelliler Federasyonu tarafından 2017 yılında, Alanya ilinde organize edilen "Türkiye Görme Engelliler Yüzme Şampiyonası'na katılan, 35'i kadın, 59'u erkek olmak üzere genel toplamda 94 görme engelli sporcu oluşturmaktadır. Örneklem grubunu ise, çalışmamıza gönüllü olarak katılan, 27'si kadın, 47'si erkek olmak üzere genel toplamda 74 katılımcıdan oluşmuştur. Araştırmadan elde edilen veriler SPSS 22.0 ile analiz edilmiştir. Normal dağılım gösteren verilere Anova, normal dağılım göstermeyen verilere Mann Whitney U ve Kruskal Wallis testleri uygulanarak bulgular oluşturulmuştur.

Elde edilen bulgulara göre katılımcıların, spora özgü başarı motivasyon düzeylerinin, cinsiyet, eğitim durumu, algılanan gelir, yaş ve engelin oluşum zamanı değişkenleri açısından anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Buna karşın, başarıya yaklaşma güdüsü düzeyi ile yaş gruplarının kendi içerisinde birbirleri arasında anlamlı düzeyde farklılık tespit edilmiştir. Elde edilen farklılığa göre, 16-20 yaş aralığında bulunan katılımcıların, 11-15, 21-25 ve 25 yaş üstü katılımcılarına oranla daha yüksek başarıya yaklaşma güdüsüne sahip oldukları tespit edilmiştir.

Sonuç olarak araştırmanın katılımcıları açısından, spora özgü başarı motivasyon düzeyleri ile araştırma değişkenleri arasında anlamlı farklılık bulunamazken, 16-20 yaş arasındaki katılımcıların başarıya yaklaşma güdüsünün yüksek olduğu söylenebilir.

Anahtar kelimeler: görme engelli, yüzme, motivasyon

Evaluation Of Sports Specific Motivation Levels Of Athletes Participating In Turkey Visually Impaired Swimming Championship

The aim of this study examining the levels of motivation for success of visually impaired athletes participating in Turkish Visually Impaired Swimming Championship in terms of various variables. The "Personal Information Form" developed by researchers and "Sports Specific Achievement Motivation" scale were used in his study. Participants' sport specific motivation levels for success were compared various variables.

The universe of this research consisted visually impaired 94 athletes (men: 59; women 35) participated in the "Turkish Visually Impaired Swimming Championship" organized by the Visually Impaired Federation in Turkey in 2017, in the province of Alanya. The sample of this study consisted of 74 participants (men: 47; women 27) voluntarily.

Data obtained were analyzed with SPSS 22.0. Findings were obtained by analyzed One-Way Anova to data with normal distribution, and Mann Whitney U and Kruskal Wallis tests to data without normal distribution.

According to the findings obtained, it was determined that participants' sports specific motivation levels for success did not differ significantly in terms of gender, educational status, perceived income, age and time of disability. On the other hand, there was a significant difference between the level of motivation for closeness to the success and age groups. According to the difference obtained, participants in the age range of 16-20 years were found to have a higher motivation for closeness to the success than participants in the age range of 11-15, 21-25 and over 25.

As a conclusion, it can be said that there was no significant difference between the sports specific motivation levels for success and the research variables in terms of the participants of the research, while the participants of 16-20 age group had a higher motivation for closeness to the success.

Keywords: visually impaired, swimming, motivation

Özel Gereksinimli Bireylerde Su İçi Aktivitelerin Sosyal Becerilere Etkisi

¹Dilek Uzunçayır, ¹Sefer Ada

¹Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : dilekuzncyr36@hotmail.com,

Bu çalışmanın amacı; özel gereksinimli bireylerde su içi aktivitelerin sosyal becerilere etkisini incelemektir. Çalışma Grubu; 10-12 yaş arası hafif ve orta düzey de 15 kontrol, 15 deney grubu olmak üzere toplam 30 öğrenci katılmıştır. Deney grubu haftada 2 gün, 1 saat olmak üzere 14 haftalık su içi egzersiz programına katılmıştır.

Araştırmaya katılan deney ve kontrol grubu çocuklarına egzersizin başlangıç ve bitiminde Sosyal Beceri Değerlendirme Ölçeği (SBDÖ) testi yapılmıştır. Verilerin istatistiksel analizleri; ön test ve son test değerleri arasındaki fark SPSS'in 22.0 paket programında analiz edilmiştir. Araştırmada elde edilen verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini test etmek için Shapiro-Wilks testi uygulanmıştır. Deney ve kontrol grubu bireylerin sosyal beceri düzeylerinin fark gösterip göstermediğini ortaya Mann Whitney-U testi kullanılmıştır.

Sonuç olarak; Özel gereksinimli bireylerin su içi aktivitelere katılımı sosyal becerilerinde olumlu katkı sağladığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Su içi aktivite, Engelli, Zihinsel engelli, Fiziksel aktivite, Sosyal beceri.

The Effect Of Activities in Water To Social Skills For Special Needs Individuals

The aim of this study is to examine the swimming abilitied of special needs individuals in domestic water activites, and its impact on social skills.

Research Group; 15 control ,15 experimental lightweight and medium weight students between the ages of 10-12 , a total of 30 students. The experimental group participated in the 14 week exercise program 1 hour a day, 2 day a week. The experimental and control groups took the Social Skills Rating Scale (SBDÖ tests) before and after the experiment. The statistical analyses of the data and the difference between pretesting and positive prof test values were analyzed according to 22.0 packet program of SPSS. The Shapiro-Wilks Test was used in order to check whether the data got from the study show a normal distribution or not.The Mann Whitey-U test were used in order to find out whether individuals differ in the level of their social skills in the study and control groups or not. As a result, it was discovered that special needs individuals participations in water activities affect their social skills.

As a result; it has been observed that participation in domestic water activities improved swimming a bility, and contributed positively to the quality of life and social skills of special needs individuals.

Keywords; Aquatic therapy, Disability, ,Intellectaul disability , Physical activity, Social skills.

Kalıcı İşitme Kaybı Olan Bireylerin Plantar Yüklenmelerinin Önlenmesinde Ve Tedavisinde Elektronik Boş Zaman Aktivitesinin Etkileri

¹Müge Akyıldız Munusturlar, ¹Ela Arıcan Gültekin, ¹Deniz Simsek, ¹Günay Yıldizer

¹Anadolu University, Faculty Of Sport Sciences, Eskisehir, Turkey

Email : mugeakyildiz@anadolu.edu.tr, earican@anadolu.edu.tr, ds@anadolu.edu.tr, gunayyildizer@gmail.com

Çalışmanın amacı, işitme kaybı (orta düzey=PTA: 41-55 dB) olan bireylerde statik ve dinamik plantar basınç parametreleri üzerine bir elektronik-serbest zaman aktivitesi olarak Nintendo Wii oyunları oynamanın etkilerini incelemektir. Çalışmaya 5 katılımcı (165.20±5.01 cm, 20.66±0.89 years, 54.80±5.35 kg, 20.11±0.02 kg/m²) dahil edilmiştir. Uygulamalar 6 hafta, haftada 2 gün 40 dakikalık seansları içermektedir. Statik ve dinamik plantar basınç (PP) uygulamaları EMED-XL (Novel GmbH, Munich, Germany) ölçüm sistemi ile kaydedilmiştir. Ayak otomatik olarak 19 bölüm olarak maskelenmiştir. Aşağıdaki parametreler hesaplanmıştır: Zirve Basınç [ZB (kPa)], Maksimal Kuvvet [MK (N)], Relatif Kuvvet [RK (N)], Temas Alanı [TA (cm²)], Ortalama Basınç [OB (kPa)], Zirve Basınç Değeri Ortalaması [ZBDO (kPa)], Kuvvet Zaman İntegrali [KZİ (N.s/cm²)] ve Temas Zamanı [TZ (ms)]. Statik ve dinamik ayak basıncındaki önemli iyileşmeleri test etmek için, Nintendo Wii egzersiz programı öncesi ve sonrasında bağımlı gruplarda t-testi kullanılmıştır. Katılımcılar ön ve son testler arasında; (1) topukta TA, MK, RK, ZB, OB, ZBDO; topuğun medial ve lateralinde MK, RK, ZB, OB, ZBDO değerlerinde (2) ayağın orta bölümünde TA, MK, ZB, OB, ZBDO; ayağın orta bölümünün lateralinde MK, ZB, RK değerlerinde (3) metatarsları kapsayan ayağın ön bölümünde ise RK ve KZİ; baş parmakta TA ve MK değerlerinde düşüş göstermişlerdir. Dinamik ölçümlerde katılımcılar; (1) orta ayakta MK, TA, RK, (2) ön ayak ve ön ayağın lateralinde ZB ve TZ değerlerinde düşüş göstermişlerdir (p<0.05). Altı haftalık uygulama sonrasında statik plantar basınç önemli derecede iyileşmiştir. Bir elektronik serbest zaman aktivitesi olarak NintendoWii egzersiz programları işitme kaybına sahip bireylerin postural kontrol, denge ve yürüme sırasındaki ayak fonksiyonlarının iyileştirilmesinde önerilebilir.

Effects Of Electronic Leisure In The Prevention And Treatment Of Plantar Loading Of People With Permanent Mild Hearing Impairment

The main purpose of this study was to examine the effects of playing Nintendo Wii games as an e-leisure activity on static and dynamic plantar pressure parameters for the individuals who have hearing disabilities [pure tone average: 41-55 dB]. Five participants (165.20±5.01 cm, 20.66±0.89 years, 54.80±5.35 kg, 20.11±0.02 kg/m²) were recruited. Implementation consisted of 40-min sessions, 2days/week for 6 weeks. Plantar pressure (PP) assessment during static standing and walking were undertaken using the EMED-XL (Novel GmbH, Munich, Germany). The foot was automatically divided into 19 areas. The following parameters were calculated: Peak pressure [PP in (kPa)], Maximum Force [F in (N)], Maximum Force Normalize to Body Weight [MFNBW (%)], Contact Area [CA in (cm²)], Mean Pressure [MP in (kPa)], Peak Mean Pressure [PMP in (kPa)], Force Time Integral [FTI (N.s/cm²)] and Contact Time [CT in (ms)]. To measure significant improvements in static and dynamic foot pressure between the pre- and post-tests paired t-tests were conducted. Participants exhibited a reduction in; (1) CA, MF, MF (% BW), PP, MP, PMP in the hind foot, MF, PP, MP, PMP, MF (% BW) in the medial and lateral hind foot (2) MF, PP, CA, MP and PMP in the midfoot, MF, PP, MF (% BW) in the lateral midfoot (3) MF (% BW), FTI, in the forefoot (MH1, MH2, MH3, MH5), CA, MF in the big toe while bilateral standing compared before and after the protocol (p<0.05). In dynamic condition, participants exhibited a reduction in; (1) MF, CA, MF (% BW) in the midfoot, (2) PP and CT in the forefoot and lateral forefoot while walking compared pre- and post-tests (p<0.05). Static PP significantly improved after 6-week intervention. Implementation as an e-leisure activity can provide benefits for the people with hearing disability in terms of postural control, balance and foot function in gait.

SB247

Zihinsel Engelli Çocuklarda Hemsball Oyun Becerilerinin Motor Yeterlik Sonuçlarına Etkisi

¹Meltem Işık, ²Erdal Zorba

¹Afyon Kocatepe Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Afyonkarahisar

²Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : isik.meltem79@gmail.com, erdalzorba@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, 12-16 yaş grubu zihinsel engelli çocuklara uygulanan Hemsball oyun beceri gelişim programının, Bruininks-Oseretsky Motor Yeterlik Testi (BOT-2) ile belirlenen motor yeterlik seviyesi üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Deney ve kontrol gruplarını içeren ve deneysel çalışma niteliğindeki bu araştırmada ayrıca, cinsiyet ve engel düzeyinin motor gelişim düzeylerinde farklılık yaratıp yaratmadığının belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmaya, 2014-2015 eğitim-öğretim yılında Afyonkarahisar il ve ilçe merkezlerinde faaliyet gösteren Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı okullardaki özel eğitim sınıflarında ve özel eğitim kurumlarında eğitim gören 12-16 yaş aralığında 23'ü hafif düzeyde zihinsel engelli, 27'si orta düzeyde zihinsel engelli öğrenci olmak üzere toplam 50 zihinsel engelli öğrenci katılmıştır. 50 öğrencinin 25'ini deney, geriye kalan 25'ini ise kontrol grubu oluşturmuştur. Deney grubuna dahil edilen 25 zihinsel engelli öğrenci ile 12 hafta boyunca haftada 3 gün ve günde 60 dakika Hemsball oyun beceri gelişimine yönelik uygulamalar yaptırılmıştır. Araştırmaya katılan zihinsel engelli öğrencilere uygulanan Bruininks-Oseretsky Motor Yeterlik alt testleri (denge, ikili koordinasyon ve üst ekstremit koordinasyonu) oyun beceri gelişim programı başlamadan önce (öntest) ve program bittikten sonra (sontest) olmak üzere iki kez yapılmıştır. Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan deney ve kontrol grupları ile öntest ve sontest ölçümlerine ilişkin karşılaştırmalar ilişkili ölçümler için iki faktörlü varyans analizi ile test edilmiştir. Bulgular: Uygulanan Hemsball oyun beceri gelişim programının deney ve kontrol grupları arasında denge, ikili koordinasyon ve üst ekstremit koordinasyon öntest ve sontest puanları arasında deney grubu lehine anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

Sonuç: Bu durum deney grubunda yapılan Hemsball çalışmalarının, denge, ikili koordinasyon ve üst ekstremit koordinasyonu açısından olumlu yönde etkili olduğu sonucunu ortaya koymuştur. Kaynaklar Bruininks, R., and Bruininks, B. (2005). Bruininks-Oseretsky test of motor proficiency (2nd ed.). Minneapolis, MN: NCS Pearson.

The Effects Of The Game Hemsball On The Motor Skills Proficiency Results Of Mentally Disabled Children

Introduction and purpose: The purpose of this study is to examine the effects of the Hemsball game skill development program applied to children in the 12-16 age group with mentally disabled, on their motor proficiency level, which is measured with the Bruininks-Oseretsky Motor Proficiency Test. This study is to include experiment and control groups and experimental in attribute, another objective is to determine whether or not gender and level of disability make a difference in the development of motor skills.

Method: 23 slightly disabled and 27 medium disabled, for a total of 50 mentally disabled students, in the 12-16 age group attending school in special education classes within the Ministry of National Education schools and private schools operating in Afyonkarahisar province and districts, participated in the study during the 2014-2015 school year. 25 mentally disabled students included in the experimental group were subjected to the Hemsball game skill development program 60 minutes a day, 3 days a week for 12 weeks. BOT-2 sub tests (balance, dual coordination and upper extremity coordination) applied to the mentally disabled students participating in the study were applied twice, once before starting the game skill development program (pretest) and once after the program was finished (final test). The experiment and control groups that formed the sampling group of the study and the comparisons of the pretest and final test were tested with dual factor variance analysis for related measurements.

Results: As a result a meaningful difference was determined in favor of the experimental group in the balance, dual coordination and upper extremity coordination pretest and final test results between the experiment and control groups of the Hemsball game skill development program. Conclusion: This indicates that Hemsball studies in the experimental group are effective in the positive direction in balance, dual coordination and upper extremity coordination.

SB442

Sporcu ve Sedanter Bedensel Engelli Bireylerin Engelliliği Kabul ve Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri Arasındaki İlişki

¹*Ismail Aktaş, ¹Ekrem Levent İlhan, ¹Gülfem Sezen Balçıkanlı*

¹*Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara*

Email : ismailaktas0025@gmail.com, leventilhan@gazi.edu.tr, gulfems@hotmail.com

Engellilik, bireyi fiziksel olarak etkilemesinin yanı sıra psikolojik olarak da bir çöküntüye sürükleyebilmektedir. Bu durumun kabulü ise eksikliğin olmasına rağmen hayata tutunabilme konusunda bireye yardımcı olabilmektedir. Bu noktada sporun engelli bireylerin rehabilitasyonu için güçlü ve etkili bir mekanizma olduğu söylenilebilir. Bu çalışmanın amacı; sporcu ve sedanter bedensel engelli bireylerin engelliliği kabul ve psikolojik sağlamlık düzeylerini betimlemek ve aralarındaki ilişkiyi incelemektir. İlişkisel tarama modelinde desenlenen çalışmanın araştırma grubunu 140 Sporcu ve 165 Sedanter Engelli birey (90 Kadın, 215 Erkek) oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak, Engelliliği Kabul Ölçeği (ADS), Connor-Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (CD-RISC) ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistikler, independent t-testi, Pearson korelasyon analizi ve regresyon analizi uygulanmıştır. Araştırma verilerine göre, sporcu bireylerin sedanter engellilere oranla, hem engelliliği kabul hem de psikolojik sağlamlık düzeylerinin yüksek ve aralarındaki farkın anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bunun yanında, engelliliği kabul ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında güçlü ve pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Sporcu bireylerde, yaş ve spor yaşı değişkeninde ise anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmektedir. Cinsiyet ve medeni durum değişkenlerinde istatistiki açıdan bir fark bulunmamasına rağmen, kadın bireylerin ve evli bireylerin hem engelliliği kabul hem de psikolojik sağlamlık düzeyi ortalamalarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların çalışma durumları dikkate alındığında çalışan bireylerin ortalamalarının yüksek olduğu ve çalışmayan bireyler ile aralarındaki farkın anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Başarı değişkeni incelendiğinde, uluslararası müsabakalarda başarı elde eden bireylerin ortalamaları ile ulusal düzeyde başarı elde eden bireylerin ortalamaları arasında istatistiki açıdan anlamlı bir farklılaşma bulunmaktadır. Regresyon analizi sonucunda engelliliği kabul durumunun, psikolojik sağlamlık düzeyinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmektedir. Sonuç olarak, sporcu bireylerin hem engelliliği kabul düzeylerinin hem de psikolojik sağlamlık düzeylerinin sedanter engelli bireylere oranla anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür.

Relationship between Acceptance of Disability and Psychological Resilience of Athletes and Sedanter Physically Handicapped Individuals

Disability can lead to a physical as well as a psychological depression. Acceptance of this situation can help the individual to hold on to life. Sports are a powerful mechanism for the rehabilitation of individuals with disabilities. The purpose of this study is to investigate acceptance of disability and psychological resilience of athletes and sedanter physically handicapped individuals. The study designed in the relational screening model consists of 140 athletes and 165 Sedanter Disabled individuals (90 women, 215 males). Acceptance of Disability Scale (ADS), Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) and personal information form were used as data collection tools in the study. Descriptive statistics, independent t-test, Pearson correlation analysis and regression analysis were employed in the analysis of the data. It was concluded that the athletic individuals have higher levels of acceptance and psychological resilience than the sedentary ones and the difference between them is meaningful. However, there is a strong and positive relationship between acceptance of disability and psychological strength. There is a meaningful positive relationship between age and sport age in athletes. Although there was no statistically significant difference in gender and marital status, both the acceptance of disability and the level of psychological resilience were higher in female and married individuals. When the working conditions of the participants were taken into consideration, the average of the working individuals was high and the difference between them was significant. When the success variable was examined, there was a statistically significant difference between the averages of individuals achieving success in international competitions and national achievement.

As a result of regression analysis, acceptance of disability appears to be a significant predictor of psychological resilience. As a result, it was found that the levels of acceptance and psychological resilience of the athletic individuals were significantly higher than those of the sedentary disabled.

SB490

İşitme Engelli Çocuklarda Statik ve Dinamik Dengenin İncelenmesi

¹Betül Akyol, ²Ayla Fil Balkan

¹İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Malatya

²Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : betul.akyol@inonu.edu.tr, aylafil@gmail.com

Giriş ve Amaç: İşitme engelli bireylerde dengenin sağlıklı bireylere göre daha az gelişmiş olduğu bilinmektedir. Ancak literatürde bu engelli grubunda dengenin hangi boyutlarının etkilendiği konusu yeterince aydınlatılmamıştır. Bu çalışmanın amacı işitme engelli çocukların dinamik, statik ve fonksiyonel dengelerini incelemektir. Yöntem: Çalışmaya yaşları 10 ile 15 yaş arasında değişen ve 40 işitme engelli erkek birey ile 40 sağlıklı erkek birey katılmıştır. Tüm bireylerin dinamik dengeleri fonksiyonel uzanma testi (FUT) ve fonksiyonel mobilité ve dengeleri Pediatrik Denge Ölçeği (PDÖ) ile değerlendirilmiştir. Ayrıca bireylerin sağ ve sol üst ekstremitelerinde basit reaksiyon zamanı testi ile reaksiyon zamanları belirlenmiştir.

Bulgular: İşitme engelli grubunda FUT değerlerinin ve PDÖ puanlarının sağlıklı grubuna göre düşük olduğu, sağ/sol reaksiyon zamanlarının ise işitme engellilerde daha uzun olduğu görülmüştür ($p<0.05$). Ayrıca işitme engelli grubunda PDÖ puanları ile FUT ve reaksiyon zamanı değerleri arasında yüksek korelasyon olduğu belirlenmiştir ($p<0.001$). Benzer şekilde FUT değerleri ile reaksiyon zamanları arasında da ilişki olduğu gözlemlenmiştir ($p<0.001$).

Sonuç ve Kaynaklar: Çalışmamız işitme engellilerde dengenin çok boyutlu olarak etkilendiğini göstermektedir. Literatürde işitme engellilerdeki denge problemleri vestibüler sistem ile koklear sistemin anatomik ve fonksiyonel olarak yakın ilişkisi ile açıklanmaktadır. Bununla birlikte çalışmamızda görsel uyarana verilen motor cevabı değerlendiren reaksiyon zamanının normale göre uzamış olduğu ve diğer klinik testlerle bu zamanlar arasında yüksek dereceli korelasyon bulunduğu görülmüştür. Bu durum işitme engellilerde dengeyi oluşturan süreçlerin özellikle duyuşsal komponentlerin daha ayrıntılı değerlendirilmesi gerektiğini düşündürmektedir.

1- Rajendran V., Roy FG. An overview of motor skill performance and balance in hearing impaired children, Italian Journal of Pediatrics; 2011,37:33.

Investigation of Static and Dynamic Balance Hearing Impaired Children

Introduction: It is known that the balance in hearing impaired individuals is less developed than in healthy individuals. However, in the literature, the issue of which dimensions are affected in this group of disabled people is not well understood.

Objective: The aim of this study is to examine the dynamic, static and functional balances of hearing impaired children.

Method: The study included 40 hearing-impaired boys and 40 healthy boys aged between 10 and 15 years of age. Dynamic balance of all individuals was assessed by functional extension test (FRT) and functional mobility and balance by Pediatric Balance Scale (PBS). In addition, reaction times were determined by simple reaction time test on the right and left upper limbs of the individuals.

Results: The hearing impaired group had lower FRT values and PBS scores than the healthy group, and the right /left reaction times were longer in this group ($p<0.05$). It was also determined that there was a high correlation between the PBS scores and the FUT and reaction time values in the hearing impaired group ($p <0.001$). Similarly, there was a correlation between FUT values and reaction times ($p<0.001$).

Conclusion and Referances: Our study shows that balance is multidimensionally influenced in hearing impaired children. In the literature, balance problems in hearing impaired individuals are explained by anatomical and functional close relationship between vestibular system and cochlear system. On the other hand, we found that the reaction time evaluating motor response to visual stimuli prolonged and that there was a high degree of correlation between these times with other clinical tests. This results are thought that processes of balance in hearing impaired people should be evaluated in more detail, especially the sensory components. 1- Rajendran V., Roy FG. An overview of motor skill performance and balance in hearing impaired children, Italian Journal of Pediatrics; 2011,37:33

SB554

Serebrovasküler Olay Geçirmiş Hemiplejik Hastalarda Step Egzersizinin Etkinliği

¹Çağla Karacan, ²Nigar Dursun, ²Çiğdem Çekmece, ²Merve Akyüz, ²Melike Akarsu, ²Oğuzhan Bahadır Demir, ²Erbil Dursun

¹Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

²Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi, Kocaeli

Amaç: Bu çalışmada, konvansiyonel rehabilitasyon ile kombine edilen step egzersiz programıyla, alt ekstremité spastik kas gruplarına yönelik BTX-A tedavisi uygulanmış kronik inmeli hastaların denge ve yürüme fonksiyonları üzerine olan etkinliğini araştırmak hedeflenmiştir.

Materyal ve Metod: 35 kronik inmeli hasta (yaş ortalaması 49,71±12,43) çalışma (n:22) ve kontrol (n:13) grubu olmak üzere iki gruba 1:1 oranında randomize edildi. Her iki grup Kocaeli Üniversitesi Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon merkezinde 3 ardışık hafta boyunca 60 dakika konvansiyonel fizyoterapi programına alındı. Çalışma grubuna ek olarak 20-40 dakika step egzersiz programı uygulandı. Hastaların tedavi öncesi ve sonrası denge ve yürüme fonksiyonu Berg Balans Testi (BBT), Kalk Yürü Testi (KYT) ve Rivermead Görsel Yürüme Değerlendirmesi (RGYD) ile değerlendirildi. Tedavi hedefleri Hedef Değerlendirme Skalası (HDS) ile değerlendirildi.

Bulgular: Tedavi öncesinde çalışma ve kontrol grupları arasında demografik ve klinik özellikler, denge ve yürüme fonksiyonları açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmadı (tüm parametreler için p≥0.05). Hem çalışma hem de kontrol grubunda tedavi sonrasında BBT (p≤0,001, p=0,02), KYT (p=0,01, p=0,01), RGYD (p≤0,001, p≤0,001) skorlarında istatistiksel olarak anlamlı gelişmeler kaydedildi. Tedavi sonrası gelişmeler açısından çalışma grubunun BBT (p=0,02), HDS (p=0,01), KYT (p=0,04), RGYD (p=0,03) sonuçlarının kontrol grubu sonuçlarına göre istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu belirlendi.

Sonuç: Bu çalışmanın sonuçları, konvansiyonel rehabilitasyona eklenen step egzersiz programının BTX-A ile tedavi edilen kronik inmeli hastaların denge ve yürüme fonksiyonları üzerine ilave yararlar sağladığını göstermiştir.

The Effects of Step Exercises on Patients with Stroke

Objectives: The objective of this study was to investigate the efficacy of step exercises on balance and gait functions of chronic stroke patients treated by BTX-A for lower extremity spasticity.

Method: Thirty five patients (average age 49,71±12,43) were randomly assigned to study or control groups in a 1:1 ratio. Both groups received conventional therapy Kocaeli University Department of Physical Medicine Rehabilitation for 60 minutes a day, during weekdays for 3 consecutive weeks. The study group received an additional 20-40 minutes of step exercises. Berg Balance Test (BBT), Timed Up Go (TUG) and Rivermead Visual Gait Analysis (RVGA) were used for the assesment of balance and gait functions of the patients at baseline and after treatment. GAS was also used to evaluate the goals of the treatment.

Results: No statistically significant difference has found between the groups regarding baseline of demographic and clinical features, balance and gait functions (p≥0.05). In both groups BBT (p≤0,001, p=0,02), KYT (p=0,01, p=0,01), RVGA (p≤0,001, p≤0,001) scores showed statistically significant improvement. However treatment improvements in BBT (p=0,02), GAS (p=0,01), TUG (p=0,04) and RVGA (p=0,03) of the study group were significantly higher than those of the control group after treatment.

Conclusion: The results of this study imply that step exercises integrated with conventional rehabilitation may aid additional benefits on balance and gait functions in chronic stroke patients treated with BTX-A.

Engelli Kadın Sporcuların Sporda Sosyalizasyon Süreci: Çifte Engel Mi?

¹Bengü Güven, ²Feyza Meryem Kara, ¹Behlül Özdedeoğlu

¹Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Spor Bilimleri Bölümü, Ankara

²Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Rekreasyon Bölümü, Kırıkkale

Email : bguvenk@gmail.com, feyzameryemkara@gmail.com, behlulozdedeoğlu@gmail.com

Giriş ve Amaç: Spor, tüm bireyler için sosyalizasyon sürecinde önemli bir araç olarak görülmektedir. Engelli bireylerin sınırlı bir sosyal hayatı vardır ve spor sosyalizasyon sürecinde oldukça etkilidir. Özellikle ülkemizde spora katılım gösteren engelli bireylerin çoğunluğunun erkeklerden oluştuğu görülmektedir. Sporun sosyalizasyon üzerindeki etkileri düşünüldüğünde engelliler ve özellikle kadın engelliler için daha da önemli bir sosyalleşme aracı haline gelmektedir. Bu araştırmanın amacı, bu aracı kullanan engelli kadınları spora yönelten araçların (spora yönelik sosyalizasyon) ve sporun bu kadınların hayatlarında ne tür etkilerinin olduğunun (spor yoluyla sosyalizasyon) ortaya konmasıdır.

Yöntem: Çalışmaya 8 bedensel engelli kadın sporcu katılmıştır. (1 tenisçi, 6 okçu, 1 atıcı). Nitel araştırma yöntemi ile yapılan çalışmada veriler bireysel görüşme ve odak grup görüşmesi yoluyla toplanmıştır. Görüşmelerde yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. 3 kişi ile ayrı ayrı yapılan bireysel görüşmeler yaklaşık 1 saat sürerken, odak grup görüşmesi yaklaşık 1,5 saat sürmüştür. Görüşmeler sırasında ses kayıt cihazı kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışmadan elde edilen bulgulara göre, engelli kadın sporcuların spora yönelmesinde en etkili olan araçlar, sporcu arayan antrenörler ve kendi istekleri ile araştırıp gitmeleridir. Ailenin ise, spora yönelmede en az etkiye sahip sosyalleşme aracı olduğu görülmüştür. Engelli kadın sporcuların spor yoluyla sosyalizasyon süreçlerine ilişkin bulgulara bakıldığında ise spora başladıktan sonra sporcuların hayatlarında fiziksel (ör: güçlenme, kilo verme vb.) toplumsal (ör: daha fazla arkadaş edinme, toplumsal saygı kazanma vb.) ve duygusal (ör: kendine güven, stresle başa çıkma vb.) boyutlarda değişimler olduğu ortaya konmuştur. Bununla birlikte katılımcılar erkek sporculara göre bazı dezavantajlara sahip olduklarının altını çizmişlerdir. Sonuç: Sonuç olarak, engelli kadın sporcuların spora yönelmesinde en etkili araçların antrenörler olduğu ve spor yapmanın engelli kadın sporcuların sosyalizasyon sürecinde olumlu katkılar sağladığı söylenebilir. Bununla birlikte engelli kadın sporcuların engelli erkek sporculara göre daha fazla zorlukla karşı karşıya kaldıkları da söylenebilir.

Socialization Process Of Women Athletes With Disabilities: Is It A Double Difficulty?

Introduction: Sport is seen as an important agent in the socialization process of all individuals. Persons with disabilities have a limited social life and sport is very important in their socialization process. In our country, persons with disabilities who are participating in sports are mostly men. When we think about the effects of sport in the socialization process, it becomes more important especially to disabled women. The aim of this study was to reveal the agents that orientates disabled women to sports (socialization in to sport) and the impacts of sport in those women's lives (socialization through sport).

Methods: Eight women athletes with physical disabilities participated in this qualitative study (1 tennis player, 6 archer, 1 thrower). Data was gathered through individual and focus groups interviews. Semi-structured interview form was used in the interviews. Individual interviews with 3 women took around an hour and the focus group interview lasted around 1.5 hours. A voice recorder was used during all interviews.

Findings: According to the findings, the most effective socialization agents were the coaches who are searching for athletes and the women themselves who were searching for doing something.

It was seen that parents were the least effective agent for socialization process. Considering socialization through sports dimension, after they started doing sports, athletes experienced some physical (e.g. losing weight, gaining strength), social (e. g. getting more friends, gaining respect) and emotional (e.g. self-reliance, coping with stress) changes in their lives. Besides participants emphasized that they have some disadvantages than male athletes.

Conclusion: In conclusion, coaches were the most influential agents for women athletes with disabilities to socialize into sports and sport had some positive effects in athletes' lives. In addition it can be said that women athletes with disabilities face more difficulties than men athletes with disabilities.

Oyun Ve Fiziki Etkinlikler Dersine Katılımın Öğrenim Güçlüğü Çeken Öğrencilerin Egzersiz Öz Yeterlilik Düzeyleri İle Akademik Başarılarına Etkisi

²Pervin Toptaş Demirci, ³Nevzat Demirci, ¹Erdal Demirci, ³M. Akif Ziyagil

¹Kafkas Üniversitesi Sarıkamış Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kars

²Mersin Üniversitesi Turizm Animasyon Bölümü, Mersin Üniversitesi, Türkiye

³Mersin Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Mersin / Türkiye

Email : pervintoptasdemirci36@hotmail.com, nevzatdemirci44@hotmail.com, erdaldemirci44@hotmail.com, mziyagil@gmail.com

Amaç: Bu çalışmanın amacı, ÖG tanısı konmuş çocuklarda, oyun ve fiziki etkinlikler dersine katılımın egzersiz öz yeterlilik düzeyleri ile akademik başarılarına etkisinin araştırılmasıdır.

Materyal ve Metot: Çalışmaya öğrenme güçlüğü tanısı konulan 30 erkek çocuk katılmıştır. Katılımcılardan iki grup oluşturulmuştur. Birinci grup, oyun ve fiziki etkinlikler dersi (OFED) (n=15) ve ikinci grup, kontrol grubu (On=15) olarak belirlenmiştir. Bu çalışma; OFED grubu, OFED'e 1 yarıyıl, haftanın 5 günü, günde 45 dakika katılan öğrencilerin, kontrol grubunun ise OFED'e katılmadığı öğrencilerden oluşmaktadır. Grubun egzersiz öz yeterlik düzeylerini Egzersiz Öz-yeterlik Ölçeği (EÖYÖ) ile akademik başarılarını ise "Akademik Performans Değerlendirme Ölçeği" kullanılarak yapılmıştır. Gruplar arası farkı incelemek için t-testi ile grupların egzersiz öz yeterlilik düzeyleri ile akademik başarılarında OFED'in etkisini belirlemek için Cohen's d analizleri kullanılmıştır.

Bulgular: OFED'e katılan ve OFED'e katılmayan ÖG çeken çocukların yaş ve boy uzunluğu değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark belirlenmemiştir. Ancak vücut ağırlığı ve beden kütle indeksinde anlamlı olmayan bir azalma olduğu gözlenmiştir. Bununla birlikte; OFED'e katılan özel eğitime gereksinim duyan öğrencilerin egzersiz öz yeterlik ve akademik başarılarının son test karşılaştırılmasında anlamlı düzeyde bir fark bulundu ($p<0.001$). Cohen's d değerleri, OFED'e düzenli katılımın ÖG çeken çocukların egzersiz öz yeterlik ve akademik başarılarının gelişimi üzerine büyük bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir.

Sonuç: Oyun ve fiziki etkinlikler dersi, öğrenme güçlüğü çeken çocukların egzersiz öz-yeterlik ve akademik başarısını artıran etkili bir araç olarak görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel aktivite, akademik başarı, öğrenme yetersizliği, egzersiz.

The Effects Of Game And Physical Activity Lessons On Exercise Self-Efficacy And Academic Achievement In With Learning Disability Children

Aim: The aim of this study is to investigate the effects of game and physical activity lessons on exercise self-efficacy level and academic achievement in with learning disability children.

Materials and Methods: Thirty male children with LD were included in the study. Two groups were formed from the participants. The first group (n=15) was the Game and Physical Activity Lesson (GPAL) and the second group (n=15) was the control group. In this Study; the first group was participated in GPAL for 1 semester, 5 days a week, 45 minutes a day, while the control group did not participate in GPAL. The exercise self-efficacy levels of the group were determined by using the Exercise Self-Efficacy Scale (ESS) and the academic achievement was evaluated by using the "Academic Performance Evaluation Scale". T-test was used to examine differences between groups. To determine groups' exercise self-efficacy levels and the impact of GPAL on academic achievement Cohen's d was used.

Results: There was no statistically significant difference between the age and height values of LD children who participated in the GPAL and who did not participate in the GPAL. But, it was observed that there was a non-significant decrease in body weight and body mass index. However, There was a significant difference ($p < 0.001$) in the final test comparisons of exercise self-efficacy and academic achievement of students with special education who participated in the GPAL. Cohen's d values show that regular participation in the GPAL has a strong effect on the development of exercise self-efficacy and academic achievement in children with LD.

Conclusion: The games and physical activities lesson of seems to be as effective means of increasing the exercise self-efficacy and academic success of children with learning disabilities.

Keywords: physical Activity, Academic Achievement, Learning Disability, Exercise

İşitme Engelliler Yaz Olimpiyatlarına Katılan Türk Milli Takımının Hedef Yönelimleri, Motivasyonel İklim Ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi

¹Cihat Korkmaz, ¹Turhan Toros, ²İbrahim Şahin

¹Mersin Üniversitesi BESYO, Mersin

²Aksaray Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Aksaray

Email : korkmaz.cihat68@gmail.com, turhantoros@yahoo.com, ibrahimsahin_68@hotmail.com

Bu araştırmada, 2017 yılında işitme engelliler yaz olimpiyatlarına katılan Türk milli takımının hedef yönelimi, motivasyonel iklimi ve yaşam doyumunu incelemek amaçlanmıştır.

Bu çalışmanın araştırma örneklemini Türk milli takımını futbol, bowling ve güreş branşlarında temsil eden 45 işitme engelli sporcu oluşturmuştur. Çalışmaya katılım gönüllülük esasına uygun olarak gerçekleşmiştir.

Veri toplama araçları olarak Duda ve Nicholls (1992) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlaması Toros (2001) tarafından yapılan "Sporda Görev ve Ego Yönelim Ölçeği", Walling, Duda ve Chi (1993) tarafından geliştirilen Türkçe'ye uyarlaması Toros (2001) tarafından yapılan "Sporda Algılanan Motivasyonel İklim Ölçeği" ve Diener ve arkadaşları (1985) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlaması Yetim (1991) tarafından yapılan "Yaşam Doyumu Ölçeği" kullanılmıştır.

Veri analizinde, ölçek alt boyutları arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Korelasyon testi yapılmıştır. Araştırma bulgularına göre, yapılan Görev yönelimi ile Uсталık iklimi arasında ($r=,377^{**}$), Ego yönelimi ile Performans iklimi arasında ($r=,781^{**}$), Görev yönelimi ile Yaşam doyumuna arasında ($r=,341^{**}$), Uсталık iklimi ile Yaşam doyumuna arasında ($r=,484^{**}$) pozitif yönde anlamlı ilişki vardır.

Sonuç olarak, işitme engellilerde hedef yönelimi, motivasyonel iklim ve yaşam doyumuna ilişkisi önemlidir.

Anahtar Kelimeler: İşitme Engelliler, Yaşam Doyumu, Hedef Yönelimi, Motivasyonel İklim, Uсталık-Performans

Study On Life Satisfaction And Motivational Climate, Target Orientation Of The Turkish National Team Participating in Summer Deaflympics

In this research, it was aimed to search the target orientation, motivation climate and life satisfaction of the Turkish national team participated in the summer Olympics in 2017.

The sample of the work consists of 45 hearing impaired athletes representing Turkish national team in football, bowling and wrestling branches. Participation for research was based on volunteerism.

"Task in sports and Ego Orientation Scale" developed by Duda and Nicholls (1992) adapted to Turkish by Toros (2001), "Perceived motivational climate in sport scale" developed by Walling, Duda and Chi (1993) adapted to Turkish by Toros and "Life Satisfaction Scale" developed by Diener and his friends (1985) and adapted to Turkish by Yetim (1991), as the tools for collection of data were used. For data analysis, Pearson Correlation test was used to determine the relation between scale sub-dimensions.

According to research findings, there is a significant positive correlation between mastery climate and Life Satisfaction ($r = .484^{**}$), between Task orientation and Mastery climate ($r = .377^{**}$), between Ego orientation and Performance climate ($r = .781^{**}$), between Task orientation and Life Satisfaction ($r = .341^{**}$).

As a result, it is important for hearing-impaired people to be associated with goal orientation, motivational climate and life satisfaction.

Keywords: Hearing Impaired, Life Satisfaction, Goal Orientation, Motivational Climate, Mastery-Performance

8 Haftalık Pilates ve Esneklik Egzersizlerinin Beyin Felci Hastalarında Omurilik Hasarı Üzerine Etkisinin İncelenmesi (Örnek Vaka Analizi)

¹Zeynep Erol, ¹Burak Tetik, ¹Ali Özkan, ¹Taner Bozkus

¹Bartın Üniversitesi, Bartın

Email : zeynep.erol1989@gmail.com, burak06tetik@gmail.com, ali_ozkan1@hotmail.com, tanerbozkus@yahoo.com

İlk defa 1962 yılında tanımlanan Beyin felci, birden çok kas iskelet sistemi sorunları ile ortaya çıkabilen ve oldukça sık görülen bir statik ensefalopatidir. Periferik kas tonusunun artması, eklem ve kas esnekliklerinin azalmasına neden olarak hastanın hareket kapasitesini azaltır. Kas iskelet tutulumunun ciddiyetinin artması ile skolyoz, lordoz ve kifoz riski de artar. Skolyoz, lordoz ve kifoz hastaların, fonksiyonel kapasitesini, günlük bakımını ve beslenmesini olumsuz etkilemektedir. Çalışmanın Amacı: Bu çalışmanın amacı; Serebral palsi, Statik Ensefalopati, Non Progressif, Nöromusküler Ensefalopati olarak adlandırılan Beyin Felci hastalarına uygulanan pilates ve esneme egzersizlerinin Skolyoz, Lordoz ve Kifoz duruş bozuklarında Cobb açıları üzerine etkisinin incelenmesidir. Yöntem: Bu amaçtan yola çıkarak Beyin Felcine bağlı olarak kas esnekliğinin azalması sonucunda sağ bacak kasının kısalması ve buna bağlı olarak omurilik şekil bozukluğu yaşayan 7 yaşında otizmli bir bireye 8 hafta boyunca haftada 4 gün günde 1 saat olmak koşulu ile toplamda 32 saatlik pilates ve esneme egzersizi uygulanmıştır. Çalışmada tek denekli araştırma yöntemi kullanılmış ve egzersiz öncesinde alınan cobb açı düzeyi ile egzersiz sonrasında alınan cobb açı düzeylerinin karşılaştırılması yapılmıştır. Bulgular: Araştırmadan elde edilen sonuçlarda ise bireyin ön teste alınan cobb açı düzeyi sırasıyla Skolyoz; 9°, Lordoz; 11°, Kifoz; 6° olduğu tespit edilmiştir. Uygulanan egzersiz sonrasında alınan ölçüm sonuçlarında ise cobb açısı Skolyoz; 8°, Lordoz; 6° Kifoz; 6° olduğu tespit edilmiştir. Sonuç: Sonuç olarak uygulanan pilates ve esneme egzersizlerinin SP'ye bağlı olarak yaşanan spinal cord deformasyonunda en fazla Lordoz düzeyine olumlu yönde etki ettiği tespit edilmiş skolyoz oranına da olumlu etki ettiği belirlenirken kifoz cobb açısında değişim olmadığı tespit edilmiştir. Bu sonuçlar pilates ve esneme egzersizlerinin özellikle adolesan dönemine ulaşmamış dolayısıyla açı oranında ilerleme kaydetmemiş bireylerde istedik yönde gelişme gösterdiği gözlemlenmektedir. Anahtar Kelimeler: Omurilik Felci, Pilates, Esneklik Egzersizleri

Investigation of the Effect of 8-Week Pilates and Stretching Exercises on Spinal Cord Deformation in Cerebral Palsy Patients (Case Study)

Defined in 1962 for the first time, Brain is a very common static encephalopathy that can occur with multiple musculoskeletal problems. The increase in peripheral muscle tone reduces the flexibility of the joints and muscles, thereby reducing the mobility of the patient. Increased severity of musculoskeletal involvement increases the risk of scoliosis, lordosis and kyphosis. Scoliosis, lordosis and kyphosis affect the functional capacity, daily care and nutrition negatively. The purpose of this study is; The effect of pilates and stretching exercises on cerebral palsy, Static Encephalopathy, Non Progressive, Neuromuscular Encephalopathy, Brain Felci patients on Cobb bevel in Scoliosis, Lordoz and Kifoz posture disorders. As a result of this purpose, 7-year-old autistic child who had shortening of the right leg muscle and spinal deformity due to Brain Felcine resulted in a total of 32 hours of pilates and stretching exercises with a condition of 4 days a week for 8 weeks. Single subject research method was used in the study and comparison of cobb bevel level before exercise and cobb angle level after exercise were compared. In the results obtained from the study, the cobb bevel level of the individual in the pre-test was scoliosis; 9°, Lordose; 11°, Kifoz; 6°. Cobb bevel in the measurement results obtained after the exercises applied scoliosis; 8°, Lordoz; 6° Kifoz; 6°. As a result, it was found that there was no change in the kyphosis Cobb bevel when the applied pilates and stretching exercises had a positive effect on the rate of scoliosis which was found to have the most positive effect on Lordosis level in living spinal cord deformation due to SP. These results indicate that pilates and stretching exercises have not improved especially in adolescence and thus have not improved in angle of view.

SB931

İşitme Engelli Adolesan Bireylerin Fonksiyonel Hareket Analizleri İle Postüral Stabilite ve Stabilite Limitleri Arasındaki İlişki

¹Pelin Aksen Cengizhan, ²Ali Zorlular, ³Mehmet Güllü, ¹Ali Ahmet Doğan, ²Aevin Atalay Güzel

¹Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

²Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara

³Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : pelinaksen@hotmail.com, a.zorlular@gmail.com, mehmetgulu80@gmail.com, aadogan61@hotmail.com, nevinag@yahoo.com

Giriş ve Amaç Günlük aktiviteler ve atletik performans sırasında denge ve postural stabilite ile fonksiyonel hareketlerin kalitesi sakatlanma riskleri ve yüksek sportif performans açısından oldukça önemlidir. İşitme engellilerde vestibüler sistemin de etkilenmiş olabileceğine bağlı olarak kas kontrolünde ve dengede meydana gelebilecek problemler, kas kuvvetini ve motor fonksiyonlarını da olumsuz etkileyebilmektedir. Bu çalışmada işitme engelli adolesan bireylerin fonksiyonel hareket analiz skorları (FMS) ile postüral stabilite ve stabilite limitleri arasındaki ilişkiyi incelemek ve diğer sağlıklı adolesanlarla karşılaştırılması amacıyla yapılmıştır. Yöntem: Araştırmaya 60 işitme engelli birey (Xyaş=16.83±1.39 yıl, Xboy=164.54±19.72 cm, Xvücutağırlığı=60.16±10.37 kg olan) ile 46 işitme engeli olmayan (Xyaş=15.69±0.64 yıl, Xboy=167.02±7.87 cm, Xvücutağırlığı=58.16±12.90 kg) birey olmak üzere toplam 106 olgu gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların vücut kompozisyonu (Tanita BC 418), fonksiyonel hareket analiz skorları (FMS kit), postürel stabilite ve stabilite limitleri (Biodex BioSway) değerlendirilmiştir. Gruplar arası farklılıklar Mann Whitney U ve Independent Sample testleri ile karşılaştırılmıştır. FMS skorları ile postural stabilite ve stabilite limitleri arasındaki ilişki Spearman Korelasyon Testi ile karşılaştırılmıştır.

Bulgular: Analiz sonuçlarına göre gruplar arası karşılaştırmalarda FMS skorları ile stabilite limitleri, sağ (Z=-4.624) ve sol ortalama postural stabilite (Z=-3.530) indeksleri arasında anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir (p<0.05). İşitme engelli ve işitme engelli olmayan bireylerde FMS skorları ile postural stabilite ve stabilite limitleri arasında ilişki olmadığı belirlenmiştir (p>0.05). Her iki grubun toplam FMS skorları ile sol mediolateral stabilite indeksi (r=-0.210), sağ ortalama postural stabilite indeksi (r=-0.235) ve sağ anteroposterior stabilite indeksi (r=-0.243) arasında ise negatif yönde düşük korelasyon gözlenmiştir.

Sonuç: İşitme engelli adolesanlar ile sağlıklı adolesanlar arasında kuvvet, esneklik, denge, koordinasyon ve propriosepsiyonu değerlendiren bir test bataryası olan FMS değerleri ve postural stabilite ile stabilite limitleri sonuçları arasında anlamlı fark bulunması işitme kaybindan kaynaklanan vestibüler problemler nedeniyle olabileceğini düşündürmüştür. Ancak ilgili parametreler arasında bir ilişki tespit edilmemiştir.

The Relationship Between Functional Movement Screen And Postural Stability And Stability Limits Of Adolescent Individuals With Deaf

Introduction: Balance and postural stability and the quality of functional movements during daily activities and athletic performance are quite important in terms of injury risks and high sportive performance. Depending on the possibility that the vestibular system could also be affected in people with deaf, the problems which may occur in muscle control and balance can negatively affect muscle strength and motor functions as well. In this study, it has been aimed at analyzing the relationship between the functional movement screens (FMS) scores and postural stability (PS) and stability limits (SL) of adolescent individuals with deaf and comparing the results with healthy adolescents.

Method: A total of 106 adolescent volunteered to participate in the study, 60 deaf ($X_{\text{Age}}=16.83\pm1.39$ years, $X_{\text{Height}}=164.54\pm19.72$ cm, $X_{\text{Weight}}=60.16\pm10.37$ kg) and 46 no deaf ($X_{\text{Age}}=15.69\pm0.64$ years, $X_{\text{Height}}=167.02\pm7.87$ cm, $X_{\text{Weight}}=58.16\pm12.90$ kg). The participants' body composition, FMS scores, PS and SL (Biodex) were evaluated. The differences between the groups were compared with the MWU and Independent Sample tests. The relationship between the FMS scores and PS and SL were compared with the Spearman Correlation Test. Results: It was determined that there is a significant difference between FMS and SL, right ($Z=-4.624$) and left average PS ($Z=-3.530$) indexes between the groups ($p<0.05$). It was determined that there is no relationship between the FMS and PS and SL of individuals with deaf and no deaf ($p>0.05$). A negative and low correlation was observed in both groups' total FMS and left mediolateral stability index ($r=-0.210$), right average PS index ($r=-0.235$) and right anteroposterior stability index ($r=-0.243$).

Conclusion: A significant difference being found between the FMS values, which are a test battery which evaluates strength, flexibility, balance, coordination and proprioception between adolescents with deaf and healthy adolescents, and PS and SL results have made us think that this could be the result of vestibular problems caused by deaf. However, a relationship between the related parameters was not observed

SPOR YÖNETİMİ

SPORT MANAGEMENT

Spor Yönetimi **Sport Management**

SB99

Bağımsız Spor Federasyonları ve Spor Genel Müdürlüğü İlişkilerinin İncelenmesi

¹Özgün Parasız, ¹A. Azmi Yetim

¹Gazi Üniversitesi, Ankara

Email : oparasiz@gazi.edu.tr, aayetim@gazi.edu.tr

Günümüzde bütün modern ülkelerde Spor federasyonları, faaliyet gösterdikleri ülkelerde ilgili oldukları spor dalının veya dallarının gelişim, topluma yayılma, yönetim ve denetiminden sorumlu kuruluşlardır. Türkiye’de mevcut spor yönetimi yapılanmasında Bağımsız Spor Federasyonlarının her türlü faaliyet ve organizasyonunda doğrudan ilişkili olduğu ve özellikle bütçe boyutunda birçok federasyonun tamamen bağımlı olduğu örgüt Spor Genel Müdürlüğüdür (SGM) (Avcı, 2012; Bal, 2013: 9). Dolayısıyla Türk Sporunun Başarılı bir şekilde yönetilmesinde en etkili etmenlerden bir tanesi SGM ve Bağımsız Spor federasyonları arasındaki ilişkilerin işleyişidir.

Bu araştırmada, Bağımsız Spor Federasyonları ile SGM arasındaki ilişkilerinin iletişim, Federasyonların değerlendirilmesi, bağımsızlık ve bütçe boyutları ile Federasyon Başkanları perspektifinden analizi amaçlanmıştır.

Araştırma verilerinin toplanmasında nitel araştırma yöntemlerden görüşme tekniği kullanılmıştır. Çalışmanın verileri 16 Federasyon Başkanına (8 olimpiik - 8 olimpiik olmayan Spor federasyonu) uygulanan görüşme formu ile toplanmıştır. Araştırma kapsamında ayrıca ilgili yasa ve yönetmelikler incelenmiştir.

Araştırma verilerine uygulanan içerik analizi sonucu elde edilen bilgilere göre; Federasyon Başkanlarının Gençlik ve Spor Bakanı ve Spor Genel Müdürü ile iletişime geçemediği, olimpiik olmayan ve başkanı bir dönem SGM’de çalışmayan federasyonların diğerlerine oranla iletişimde daha çok zorluk yaşadığı, federasyonların denetlenmesinde objektif kriterlerin kullanılmadığı, bağımsızlık kavramının sadece bir isim değişikliğinden ibaret olduğu, atanmış Genel Sekreter makamının ve yetkilerinin Bağımsız Spor Federasyonlarının bağımsızlığına zarar verdiği ve uygulamada önemli aksaklıklara yol açtığı, federasyon bütçelerinin belirlenmesi ve aktarım süreçlerinde önemli sorunlar olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç olarak Bağımsız Spor Federasyonlarının görevlerini başarılı bir şekilde yerine getirmeleri için birincil önem taşıyan SGM ile olan ilişkilerinde önemli aksaklıklar bulunduğu ve bu durumun Türk Sporunun yönetilmesi ve organizasyonunda önemli sorunlara yol açtığı söylenebilir.

Kaynaklar: Avcı, M. (2012). Spor federasyonlarının hukuki niteliği, idari teşkilat içerisindeki konumu ve bağımsızlığı sorunu. İstanbul Üniversitesi Hukuk Fakültesi Mecmuası, 70(2), 3-20.

Bal, Ahmet. (2013). Avrupa Birliği Sürecinde Spor Federasyonlarının Yapısal Bakımdan Değerlendirilmesi, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 9.

The Analysis Of The Relationships Between Independent Sports Federations And General Directorate Of Sports

Nowadays in all modern countries, sports federations are the organizations which are responsible for the development, the widespread in society, management and control of the sports branches. In Turkish Sports Management structure, The General Directorate of Sports (GDS) is directly related to all kinds of activities and organizations of Independent Sports Federations and many federations are

totally dependent to GDS specially in terms of budget (Avcı, 2012; Bal, 2013: 9). Therefore, one of the most influential factors for the successful management of Turkish Sports is the relationship between GDS and Sports federations.

In this framework, the relationship between Sports Federations and GDS were analyzed within dimensions of communication, evaluation of federations, independence, and budget.

Interview technique was used to the collection of research data. The study data was collected with the interview form applied to 16 Federation (8 Olympic - 8 Non Olympic) presidents. Also, within this research, related laws and regulations were examined and evaluated.

According to the results obtained from the content analysis applied to the research data; the Presidents of the Sports Federations can not communicate easily with the Minister of Youth and Sports and General Director of Sports, there are more difficulties in communication for the non Olympic federations and for the federations whose president never worked in GDS, that objective criterion does not used in the supervision of federations, the concept of independence is just a change of the name, the assigned Secretary Generals are harming the independence of the Sports Federations and cause major disruptions and there are important problems in the process of determination and transfer of the budgets.

As a result, this study suggests that the relationship between Independent Sports Federations and GDS serious problems and this situation does cause important problems for the management and organization of Turkish Sports.

SB208

Spor Genel Müdürlüğü Taşra Teşkilatında Görev Yapan İş Görenlerin Yönetim Biçimleri Algıları İle Motivasyon Düzeyleri Arasındaki İlişki

Yasemin Çakmak Yıldızhan

¹Erzincan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Erzincan

Bu araştırmanın amacı, Spor Genel Müdürlüğü Taşra Teşkilatında görev yapan iş görenlerin yönetim biçimleri algıları ile motivasyon düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın evrenini Spor Genel Müdürlüğü Taşra Teşkilatında görev yapan çalışanlar, örneklemini ise Türkiye'nin yedi coğrafi bölgesinden seçilen ve Türkiye genelini temsil edebilecek nüfus yoğunluğuna sahip on dört ilde çalışan 112 bayan ve 295 erkek olmak üzere toplam 407 personel oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacı (2011) tarafından geliştirilen 42 maddelik "Yönetim Biçimi Ölçeği" ve Mottaz'ın (1985) motivasyon modeli esas alınarak Dünder ve diğerleri (2007) tarafından geliştirilen 24 maddelik "Motivasyon Araçları Ölçeği" kullanılmıştır. "Yönetim Biçimi Ölçeği" "yetkeci yönetim biçimi", "koruyucu yönetim biçimi", "destekçi yönetim biçimi", "birlikçi yönetim biçimi", "başboş yönetim biçimi" olmak üzere beş alt boyuttan, "Motivasyon Araçları Ölçeği" ise "içsel motivasyon" ve "dışsal motivasyon" olmak üzere iki alt boyutlarından oluşmaktadır. Elde edilen verilerin analizinde t-Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre içsel motivasyon ile yönetim biçimi alt boyutları arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca dışsal motivasyon ile yetkeci yönetim biçimi ve başboş yönetim biçimi boyutları arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki belirlenmiştir. Bu sonuçlar doğrultusunda Spor Genel Müdürlüğü taşra teşkilatında görev yapan iş görenlerin yönetim biçimleri algıları tüm alt boyutlarda arttıkça içsel motivasyon düzeylerinin de arttığı, yetkeci ve başboş yönetim algıları arttıkça dışsal motivasyon düzeylerinin arttığı söylenilebilir. Anahtar Kelimeler: Yönetim Biçimi, Motivasyon, Spor Genel Müdürlüğü Taşra Teşkilatı

The Relation Between Motivation Levels And Management Manners Of Wage Earners Working in Provincial Organization Of Sports Services Department

The aim of this research is to examine the relation between motivation levels and management manners of wage earners working in provincial organization of sports services department. The employees working in Provincial Organization of Sports Services Department form the population whereas total of 407 employees consisted of 112 women and 295 men chosen from fourteen provinces of seven geographical regions having population density that can represent the general of Turkey, form the sample of research. As data collection tool, 42 point "Management Manner Scale" developed by researcher (2011) and 24 point "Motivation Tools Scale" developed by Dünder et. al (2007) basing on motivation modal of Mottaz (1985), were used. "Management Manner Scale" is consisted of five subdimensions as "authoritarian management manner", "protective management manner", "supportive management manner", "cooperative management manner" and "stray management manner" whereas "Motivation Tools Scale" is consisted of two subdimensions as "internal motivation" and "external motivation". In analysis of obtained datas t-Test, One Direction Variance Analysis (ANOVA) were used. According to the findings of research there obtained a significant and positive relation between internal motivation and subdimensions of management manners. Also a significantly positive relation between external motivation and dimensions of authoritarian management manner and stray management manner. In direction of these results, it can be said that as management manners perceptions of wage earners working in provincial organization of sports services department in all subdimension increase, the levels of their internal motivation increase whereas their perceptions of authoritarian management manners and stray management manners increase, the levels of their external motivation increase. Key Words: Management Manners, Motivation, Provincial Organization of Sports Services Department

Spor Yöneticilerinin Spor Kavramına İlişkin Algılarının Belirlenmesi: Bir Metafor Analizi Çalışması

¹Serkan Kurtipek, ²Uğur Sönmezoğlu

¹Gazi Üniversitesi, Ankara

²Pamukkale Üniversitesi, Denizli

Email : serkankurtipek@gmail.com, usonmezoglu@pau.edu.tr

Bu araştırmanın amacı, Türkiye'deki spor yöneticilerinin spor kavramına ilişkin sahip oldukları algıları metaforlar yardımıyla belirlemektir. Araştırmanın çalışma grubunu toplam 74 spor yöneticisi oluşturmuştur. Araştırmada veri toplamak amacıyla yöneticilerin spor kavramına ilişkin sahip oldukları algılarını belirlemek için "metafor formu" hazırlanmıştır. Metafor formunda spor yöneticilerinden "Spor...gibidir; Çünkü..." cümlesini tamamlamaları istenmiştir. Araştırmada, nitel araştırma yaklaşımlarından olgubilim deseni kullanılmıştır. Verilerin analizinde ise; içerik analizi tekniği kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analizinin güvenilirliği için katılımcılar arası güvenilirlik kat sayısı hesaplanmış ve bu değer %85 olarak bulunmuştur. Verilerin değerlendirilmesiyle, spor yöneticilerinin toplam 50 metafor ürettikleri görülmüştür. Üretilen bu metaforlar 6 farklı kategoride toplanmıştır. Spor yöneticilerinin spor ile ilgili en çok "temel ihtiyaç olması açısından" kategorisinde (23 metafor) ve "psikolojik olarak rahatlatıcı olması açısından" kategorisinde (20 Metafor) metaforlar geliştirdikleri belirlenirken, bu kategorileri "yaşam kalitesini yükseltmesi açısından", "bir tutku olması açısından", "bireyin doğasında olması açısından" ve "fiziksel olarak fayda sağlaması açısından", kategorileri izlemiştir.

Sonuç olarak spor yöneticilerinin spor kavramını metaforlar yoluyla oldukça zengin ve farklı bakış açılarıyla ifade ettikleri belirlenmiştir. Dolayısıyla bu çalışmada tespit edilen metaforlar spor hizmet ve faaliyetlerinin sevk ve idaresinden sorumlu olan spor yöneticileri ve adaylarına, spor yönetiminin uygulaması aşamasında yol gösterebilir.

Anahtar kelimeler: Spor, Spor Yöneticileri, Metafor, Nitel Araştırma Yöntemi.

Determination of Sport Managers' Perceptions about Sport Concept: A Metaphor Analysis Study

The aim of this research is to determine the perceptions of sport managers in Turkey on the concept of sport by means of metaphors. A total of 74 sport managers composed the study group. On the purpose of collecting data for the research "metaphor form" was prepared to determine the perceptions of managers about the concept of sport. Sport managers are asked to complete "Sport is like...; because..." as the sentence. Phenomenology research as one of the qualitative research approaches was applied in the study. As for the data analysis, content analysis method was exercised. For the reliability of the analysis of the research data, the inter-participants reliability factor was calculated and found to be 85%. By evaluating the data, it was occurred that the sport managers brought out a total of 50 metaphors. These generated metaphors are collected in 6 different categories. While it has been determined that sport managers have developed metaphors mostly "in terms of basic need" category (23 metaphors) and "psychologically comforting" category (20 metaphors), these metaphors are followed by the other categories such as "in terms of increasing quality of life", "in terms of being a passion", "in terms of the nature of the individual" and "in terms of being physical benefit".

As a result, it has been stated that sport managers conceive sport concept through metaphors with generous and different perspectives. Therefore, the metaphors confirmed in this study may lead the sports managers and sport manager candidates who are responsible for the referral and administration of sports services and activities, in the process of the practice of sports management.

Keywords: Sport, Sport Managers, Metaphor, Qualitative Research Method.

Spor Turizmi Hizmet Kalitesi Ölçeği Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması

¹Hasan Osmanoğlu, ²Hanifi Üzümlü, ²Ünal Karlı, ²Ali Aycan

¹Şırnak Üniversitesi Silopi Meslek Yüksekokulu-Şırnak

²Abant İzzet Baysal Üniversitesi BESYO- Bolu

Email : osmanoglu1980@gmail.com, hanifiuzum@mynet.com, unalkarli@ibu.edu.tr, aycan_a1@ibu.edu.tr

Bu çalışmanın amacı, spor turizmi alanında hizmet veren otellerin sporculara sundukları hizmetlerin kalitesini ölçmeye yönelik geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı geliştirmektir. Araştırmada örneklemini, 2016-2017 Türkiye Futbol, Voleybol, Basketbol liglerindeki ve bireysel spor dallarındaki aktif sporcular oluşturmuştur. İki tur analizden oluşan çalışmanın birinci aşaması için 168 sporcudan veri toplanmış, ikinci aşamada ise toplam 389 sporcu veri gurubunu oluşturmuştur. Ölçek geliştirme sürecinin birinci aşamasında öncelikli olarak literatür taraması yapılmış ve alandaki uzmanların görüşü de alınarak 62 maddeden oluşan bir soru havuzu oluşturularak, 168 sporcuya uygulanmış ve açıklayıcı faktör analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda "Spor Turizmi Hizmet Kalitesi Ölçeği (STHKÖ)" olarak adlandırılan ölçeğin 34 madde ve 6 alt boyuttan oluştuğu tespit edilmiştir. Son aşamada ise, ölçeğe doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Bu analiz sonucunda ölçeğin 28 madde ve 5 alt boyuttan oluştuğu gözlenmiştir. Son olarak ölçeğin ve alt boyutların alfa iç tutarlılık değerlerine bakılarak faktörler tanımlanmıştır. "Spor alanı", "Çalışanlar", "Eğlence" ve "Hijyen" ve "Otel odası" olarak adlandırılan alt boyutların Cronbach's alfa iç tutarlılık katsayıları da .80 ile .96 arasında tespit edilmiştir. Toplam ölçeğin Cronbach's Alpha iç tutarlılık değeri ise .96 olarak bulunmuştur. Bu beş boyut toplam varyansın %72,32'ünü açıklamaktadır. Ölçek maddeleri, Hiç Katılmıyorum=1-Tamamen Katılıyorum=10 olacak şekilde 10'lu likert tipi skala ile puanlanmıştır. Sonuç olarak, yapılan tüm bu geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları sonucunda otel işletmelerinin sundukları hizmetin sporcular açısından değerlendirilmesine yönelik geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı literatüre kazandırılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Turizm, Otel, Hizmet, Kalite

The Validity And Reliability Study Of Sport Tourism Service Quality Scale

The purpose of the study was to develop a valid and reliable scale to measure the services quality offered by sports hotels to the athletes. The sample of the study consisted of athletes from team sports such as football, volleyball, basketball and individual sports competing in 2016-2017 Turkish leagues. The analysis of study comprised of two stages, therefore sampling was conducted twice. In the first stage, data was collected from 168 athletes, and for the second stage analysis data was collected from 389 athletes. In the first stage of scale development process, primarily the literature was reviewed and an item pool consisting of 62 items was created as a result of meetings with the experts of the subject area and applied to 168 athletes for explanatory factor analysis. The analysis results revealed that, the scale named as "Sports Tourism Service Quality Scale" consists of 34 items and 6 sub -dimensions. In the final stage, confirmatory factor analysis was implemented to the scale. As result of this analysis, it was observed that the scale consists of 28 items and 5 sub-dimensions. Finally, factors were defined by looking at the alpha internal consistency values of a scale and sub-dimensions. Sub- dimensions named as "Sport field", "Employees", "Entertainment", "Hygiene" and "Hotel Chamber" had Cronbach's alpha values ranged between .80 and .96. Cronbach's Alpha internal consistency value of total scale was found as .96. These five factors explained 72.32 % of the variance. Scale items were scored with 10 Point-Likert type scale, ranging from 1= I do not participate at all to 10= I totally agree. As a conclusion, at the end of the process "Sports Tourism Service Quality Scale" revealed as a reliable and valid instrument for the evaluation of the hotels service quality by athletes.

Keywords: Sports, Tourism, Hotel, Service, Quality.

Ankara İlindeki Küçük Ölçekli Spor Merkezlerinin Sürdürülebilirliklerinin Swot Yaklaşımıyla İlişkilendirilmesi

¹Velittin Balcı, ¹Övünç Erdeveciler, ¹Bahadır Rıza Altunay, ²Doğukan Batur Alp Gülşen

¹Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

²Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : vbalci2@gmail.com, ovunc.erdeveciler@gmail.com, altunaybahadir@hotmail.com, dogukangulsen@akdeniz.edu.tr

Giriş ve Amaç: Sürdürülebilirlik, en genel anlamıyla ekolojik olaylar ve bu olayların süreçleri, işlevleri ve üretkenliğin gelecekte de devam edebilmesini kapsamaktadır(Chapin, Torn ve Tateno, 1996 Akt Yavuz A, 2010). 1900'lü yıllarda gelecek kuşakların ihtiyaçlarının karşılanması fikrinden hareketle ortaya çıkan bu kavram sadece ekonomik refahın artırılması kavramından uzaklaşmış çevresel ve sosyal anlamda da kendini hayata geçirmiştir. Bu çalışmanın amacı Ankara ilindeki küçük ölçekli spor merkezlerinin sürdürülebilirliklerinin SWOT yaklaşımıyla ilişkilendirilmesidir.

Yöntem: Çalışma Ankara'da sekiz merkez ilçede faaliyet gösteren küçük ve orta ölçekli spor merkezlerinden toplam 40 işletme ile yürütülmüştür. İşletme Müdürü, işletme sahibi gibi yönetici pozisyonundaki kişilerden nitel görüşme tekniğine uygun olarak ve yarı yapılandırılmış sorulara cevap vermeleri istenmiştir. İşletmeler ve işletmecilerle ilgili temel bilgiler kısmının hemen ardından işletmelerin güçlü yönleri, fırsatları, zayıf yönleri, tehditleri ve gelecek 10-15 yıllık planları ile ilgili sorulara yer verilmiştir. Yarı yapılandırılmış sorulara verilen cevaplar kategorilere ayrılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların işletmenin güçlü yönlerine verdikleri cevapların başında tecrübe ve eğitimcilerin uzman kişilerden oluşması yer alırken zayıf yönler arasında artan işletme maliyetleri ve rakip işletmeler olduğunu belirtmişlerdir. İşletmelerin uzun vadeli sürdürülebilirlik hedeflerine verdikleri yanıtlar incelendiğinde ise yeni bir şube açma ve daha işlevsel kullanım alanlarının olduğu mekânlara taşınma hedefleri yer almaktadır.

Sonuç: Katılımcı görüşlerinden elde edilen bulgular ışığında işletmelerin birbirinden farklı özelliklerinin bazı işletmeler için zayıf yön olarak belirtilirken bazı işletmeler içinse fırsata dönüştüğünden bahsedilmesi mümkündür. Uzun vadeli sürdürülebilirlik düşüncesi sadece ekonomik refaha ulaşma düzeyinde gözlenmiş olup çevresel ve sosyal sürdürülebilirlik ile ilgili girişimlere rastlanmamıştır. Sadece ekonomik anlamda sürdürülebilirlik planları olan işletmeler için uzun vadeli planlamalar ekonomik kısıtlamalar dâhilinde gerçekleşecektir denilebilir. Sürdürülebilirlik kavramının spor tesisleri için henüz istenilen ölçüde farkındalığı mevcut değildir yorumuna ulaşılabilir.

A Swot Approach To The Sustainability Of Small Scale Sports Centers in Ankara

Introduction And Aim: Sustainability, in its broadest sense, includes ecological events and the processes, functions and productivity of these events in the future (Chapin, Torn and Tateno, 1996 Akt. Yavuz A, 2010). This concept, which emerged from the idea of meeting the needs of future generations in the 1900s, has deviated itself from the notion of increasing economic prosperity, and has also passed on its life in environmental and social terms. The aim of this study is to relate the sustainability of small-scale sports centers in Ankara with the SWOT approach.

Method: The study was conducted with a total of 40 small and medium sized sports centers operating in eight central districts in Ankara. The head of the business, such as the business owner, is required to respond to semi-structured questions in accordance with qualitative interview technique

Questions about businesses' strengths, opportunities, weaknesses, threats and future plans for the next 10-15 years are provided shortly after the basics on businesses and operators. The responses to semi-structured questions are divided into categories.

Findings: At the beginning of respondents' responses to the strengths of the business are the experience and the trainer's involvement of the experts, increased operating costs between directions and competing businesses. Long-term sustainability of businesses when the answers to their objectives are examined, opening a new branch and moving to areas where there are more functional areas of use objectives.

Results: In the light of findings obtained from the participant's views, the different features of the businesses are seen as weaknesses for some businesses it is possible to mention that for some enterprises it is a flare. Only long-term sustainability thinking it was observed at the level of reaching economic refinement and no initiatives related to environmental and social sustainability were found. The concept of sustainability can be interpreted to mean that sports facilities do not yet have the awareness.

Spor Ekonomisi **Sports Economics**

SB326

Etkinlik Tatmini Ve Spor Tüketiminde Taraftar Duyularının Rolü: İlişki Temelli Bir Araştırma

¹Caner Özgen, ¹Metin Argan, ²Ahmet Ferdi Koç

¹Anadolu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

²Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir

Email : canerozgen@anadolu.edu.tr, margan@anadolu.edu.tr, afkoc@anadolu.edu.tr

Giriş ve Amaç: Spor endüstrisi içerisinde stadyumlar duyuşal yoğunluğun en fazla hissedildiği alanlardır. Bu durum spor tüketici davranışlarını anlamada stadyumları eşsiz bir konuma taşımıştır. Bu bilgiler doğrultusunda bu araştırmanın amacı futbol taraftarlarının stadyumlarda beş duyuları ile hissettikleri deneyimlerin, etkinlik tatmini ve spor tüketim davranışları üzerine etkisini analiz etmektir. Yöntem: Eskişehir Yeni Atatürk Stadyumunda maç izlemiş 264 Eskişehirspor taraftarına kolayda örnekleme yöntemi ile ulaşılmıştır. Taraftarlardan elde edilen veriler yapısal eşitlik modellemesinin metodolojik ilkelerine uygun olarak iki aşamalı (ölçüm, yapısal) yaklaşımla test edilmiştir. Bulgular: Ölçüm modeli kapsamında uygulanan doğrulayıcı faktör analizi ile modelin geçerliliği sağlanmıştır. Literatürde yer alan güncel tartışmalar bağlamında ortaya konulan yapısal modelde altı hipotez test edilmiştir. Yapılan analizler neticesinde görsel ve işitsel deneyimin etkinlik tatmini üzerinde etkili olduğu ortaya konulmuştur. Bunun yanında etkinlik tatminin spor tüketim davranışlarını etkilediği literatürdeki benzer araştırmalar paralel olarak tespit edilmiştir. Sonuç: Araştırma sonuçları hangi duyuların etkinlik tatmini üzerinde etkili olduğu konusunda güncel literatüre ampirik bir kanıt sağlamıştır. Bu bağlamda elde edilen sonuçlar spor pazarlamacılarının hangi duylara yönelik etkinlik planlamaları konusunda önemli bilgiler sağlarken, yapılacak benzer araştırmalar için sınırlı olan kavramsal çerçeveye katkı sağlamıştır.

The Role Of Fan Senses in Event Satisfaction And Sport Consumption: A Relationship Based Research

Introduction and Purpose: Stadiums are the places where sensorial emotions occur intensely in sports industry. This situation has brought understanding of sports consumer behavior to a unique position. In line with this information, the purpose of this study is to determine if experiences of fans in stadiums, which has been experienced with five senses, has an effect on event satisfaction and sports consumer behavior. Method: Convenience sampling method was used to reach 264 fans who have watched a match in Eskişehir Atatürk Stadium. Data obtained from the fans were analyzed by considering methodical principles of structural equational model in line with two phase approach (measure, structural). Findings: Within measure model, results of factor analysis have proved that model is valid. According to the recent discussions six different hypothesis are revealed on structural model. Analysis proved that, visual and aural experiences have effect on event satisfaction. In line with this information, event satisfaction effect on sports consumer behavior has a positive correlation with similar studies. Result: Research results can be evaluated as an empiric proof to the current studies by determining which senses are effective on event satisfaction. According to these results, sports market experts can have an idea about which senses they should focus on while organizing an event. In addition, this study also contribute to the limited conceptual framework.

Nefret ve Kazanmanın Önemi Takım Kimliğinin Neresinde?

¹Caner Özgen, ¹Metin Argan

¹Anadolu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

Email : canerozgen@anadolu.edu.tr, margan@anadolu.edu.tr

Giriş ve Amaç: Geleneksel müşteri sadakatının işletmelerin sürekliliği üzerindeki etkisi gibi, taraftar sadakati de spor kulüplerinin sürekliliği için hayati öneme sahiptir. Spor taraftarları ile ilgili güncel tartışmalar taraftar sadakatının basit şekilde ifade edilmesi mümkün olmayan karmaşık bir yapıda olduğunu ortaya koymuştur. Bu bağlamda futbol taraftarlarının sadakatlerini etkileyen yapıları ortaya koyacak daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğu görülmektedir. Bu araştırmanın amacı taraftarlar için kazanmanın önemi ve rakip takıma yönelik nefretin takım kimliği üzerindeki direk etkilerini belirleyerek, takım kimliğinin tutumsal sadakat ve davranışsal sadakat arasındaki aracı etkisini incelemektir. Yöntem: Araştırmada kolayda örnekleme yöntemiyle Türkiye süper futbol ligi takımlarından herhangi birinin taraftarı olan 786 katılımcıya ulaşılmıştır. Taraftarlardan elde edilen anket verileri, yapısal eşitlik modelinin temel metodolojik ilkeleri doğrultusunda iki aşamalı (ölçüm, yapısal) yaklaşımla analiz edilmiştir.

Bulgular: Ölçüm modeli kapsamında yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda modelin geçerliliği sağlanmıştır. Literatürde yer alan güncel tartışmalar bağlamında oluşturulan yapısal modelde beş farklı hipotez ortaya konulmuştur. Analizler sonucunda kazanma ile rakip takıma yönelik nefret arasındaki ilişkinin futbol taraftarlarının takım kimlikleri üzerinde etkili olduğu tespit edilmiştir. Bunun yanında, taraftarların takım kimliklerinin sadık taraftar davranışı geliştirmelerinde önemli pozitif etkisi olduğu ve takım kimliğinin tutumsal sadakat ve davranışsal sadakat arasındaki ilişkiye kısmi aracı etkisi olduğu ortaya konulmuştur.

Sonuç: Araştırma sonuçları spor pazarlamacılarının sadık taraftar kitlesi yaratmaları konusunda stratejik bilgiler ortaya koyarken, yapılacak yeni araştırmalar için var olan literatüre katkı sağlamıştır.

Where Does Schadenfreude And Importance Of Winning Stand in Team Identification

Introduction and Purpose: The loyalty of fans is vital for the continuity of sports teams, just like the effect of traditional customer loyalty on the continuity of enterprises. Discussions about sports fans has stated that team loyalty cannot be defined simply, due to its complex nature. Thus, necessity of new studies about fans loyalty is unavoidable. The purpose of this study is to determine the direct effect of importance of winning and schadenfreude towards team identification, besides determining the mediation effect of team identification in relationship between altitudinal loyalty and behavioral loyalty.

Methodology: Using the convenience sampling method, 786 participants, whom are super league teams fans, were reached. Data obtained from the fans were analyzed by considering methodical principles of structural equational model in line with two phase approach (measure, structural).

Findings: Within measure model, results of factor analyzes has proved that the model is valid. According to recent discussions, five different hypotheses are revealed on structural model. The analyses have proved that the relation between existence of importance of winning and schadenfreude is effective on team identification. In addition, it was found that team identification has a positive effect on team loyalty and also it causes a partial mediation effect between altitudinal loyalty and behavioral loyalty.

Resut: The results of this study could be useful for sports marketer experts to create loyal fans and this study could be a guide for future studies.

SB701

Türkiye ve Dünyada Elektronik Bilet Uygulamaları

¹Talha Murathan, ²Sebahattin Devecioğlu, ²Zeki Coşkun

¹Ardahan Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Ardahan

²Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

Email : talhamurathan@hotmail.com, sdevecioglu@gmail.com, coskunerzeki@gmail.com

Giriş ve Amaç Türkiye’de Süper Lig ve 1.Lig maçlarında stadyumlara girmek için gerekli olan elektronik kart passolig olarak adlandırılmaktadır. Bu çalışmanın amacı Türkiye’de ve dünyada elektronik bilet uygulamalarının değerlendirilmesidir. Yöntem Çalışmada konuyla ilgili literatür incelenerek ve analiz edilmiştir. Bulgular 6222 sayılı Sporda Şiddet ve Düzensizliği Önleme Kanunu kapsamında yürürlüğe giren Passolig kartı uygulaması tribünlerde şiddet, küfür gibi istenmeyen olayların önlenmesi, spor müsabakalarına bayan ve çocuklarında katılımının artırılması, bilet ve giriş kuyruklarının azaltılması, korsan bilet satışlarının önlenmesi, kulüp gelirlerinin artırılması gibi sebeplerle ortaya çıkmıştır. Dünyada İtalya, Macaristan, Yunanistan ve Arjantin gibi bazı ülkelerde benzer uygulamalar kullanılmaktadır. Türkiye’de ise 2013-14 Süper Lig sezonunun yirmi dokuzuncu haftasında 14 Nisan 2014’te Elazığ spor ile Gaziantep spor maçında başlamıştır. Bu uygulama sayesinde maç biletleri seyircilerin passolig kartlarına otomatik olarak yüklenmekte, satın alınan maçın bilgisi cep telefonuna gönderilmekte, kuyruk beklenmeden, hızlı ve güvenli şekilde stadyumlara giriş imkânı sağlanmaktadır. Aynı zamanda kulüpler taraftar istatistiklerine daha kolay ulaşabilmektedir. Bu kart bazı şehirlerde toplu taşıma araçlarında ulaşım kartı veya kredi kartı olarak ta kullanılmaktadır. Sonuç Gelişen teknolojiyle birlikte elektronik ve dijital sistemler önem kazanmıştır. Passolig kartları istenmeyen bazı problemlerin çözümünde etkili olsa da henüz yeni ve seyirciye göre bazı dezavantajları da bulunan bir uygulamadır. Bu bakımdan çoğunluğun beklentilerine uygun biçimde sistemin yeniden dizayn edilmesinin kulüplere ekonomik olarak daha da fayda sağlayacağı ve seyirci sayısını arttıracığı düşünülmektedir. Anahtar kelimeler: Futbol, passolig, e-bilet, seyirci, teknoloji.

Electronic Ticket Practices in Turkey and in the World

Introduction and Objective The electronic card required to enter the stadiums in Super League and 1st league matches in Turkey is called passolig. The aim of this study is to evaluate electronic ticket practices in Turkey and in the world. Method In the study, the relevant literature has been examined and analyzed.

Findings Implementation of the Passolig card, which was enacted under the Prevention of Violence and Disorder in Sports Law No. 6222, has emerged in order to prevent unwanted events, violence, swear in the stands, increase the participation of women and children in sport events, reduce ticket and entrance queues, prevent pirate ticket sales, increase club revenues. In some countries such as Italy, Hungary, Greece and Argentina, similar applications are used in the world. In Turkey, firstly it was used with the match among Elazığ sport and Gaziantep sport on the 14th of April 2014 in the twenty-ninth week of the 2013-14 Super League season. Thanks to this application, match tickets are automatically installed on the passolig cards of the spectators, the information of the purchased game is sent to the mobile phones, without waiting in queue, fast and safe access to the stadiums is provided. At the same time, the clubs are able to access the fan statistics more easily. In some cities, this card is used as transportation card or credit card in public transportation vehicles.

Conclusion With the developing technology, electronic and digital systems have gained importance. Although Passolig cards are effective in solving some unwanted problems, they are still new and have some disadvantages for spectators. In this respect, it is thought that re-designing the system in accordance with the expectations of the majority will be more economically beneficial to the clubs and increase the number of spectators.

Keywords: Football, passolig, e-ticket, spectator, technology.

Spor İşletmelerinde Entelektüel Sermayenin Yönetilmesi: B-Fit İşletmeleri Örneği

¹Yeter Aytül Dağlı Ekmekçi, ¹Özlem Işık inan, ¹Meltem Karaaslan, ¹Tanay Bozdemir

¹Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

Email : yaekmekci@pau.edu.tr, oozle80@hotmail.com, meltemkrsln@hotmail.com, tanaybozdemir1989@gmail.com

Giriş ve Amaç Günümüz bilgi çağı ekonomisinde hemen hemen tüm sektörlerde finansal tablolarda görünmeyen ancak değer yaratmada ön plana çıkan entelektüel sermaye kavramı önem kazanmıştır. Son yıllarda ülke ekonomilerinde oldukça büyük öneme sahip, kitleleri peşinden sürükleyen ve alt alanlarıyla her geçen gün çeşitlenerek büyüyen bir sektör olan sporda da entelektüel sermayenin önemi göz önünde bulundurulmalıdır. Ancak henüz spor işletmelerinde entelektüel sermaye yönetimiyle ilgili çalışmalara rastlanmamaktadır. Bu nedenle bu çalışma özellikle Türkçe alan yazınında ilk olma özelliğini taşımaktadır. Çalışmanın amacı işletmelerde piyasa değerini artıran maddi olmayan varlıkların önemine vurgu yaparak, yoğunlukla hizmet sunan spor işletmelerinde bu değer nasıl ölçüldüğü ve yöneticilerin bilgi paylaşımı konusundaki fikirlerini ortaya koymaktır. Yöntem Çalışmada Türkiye genelinde 50 ilde 200 merkezi olan ve sadece kadınlara sportif hizmet veren B-fit spor merkezleri ele alınmıştır. Daha önce Ölçer ve Şanal (2007) tarafından Türkiye'deki büyük sanayi işletmelerine uygulanan ve entelektüel sermayenin boyutları olan insan sermayesi, yapısal sermaye ve ilişkisel sermayeyi ölçmek için kullanılan 55 maddelik anket soruları sektörel özellikler dikkate alınarak uyumlaştırılmış ve spor işletmelerine uygulanmıştır. Çalışmanın ana kütlesini son yıllarda fitness hizmetlerinde ülkemizde öne çıkan ve coğrafi yaygınlık ve şube sayısı olarak spor sektöründeki işletmeler arasında oldukça önemli bir yere sahip olan B-fit işletmeleri oluşturmaktadır. Şube yöneticilerine sunulan anketlerin bir kısmı yüz yüze görüşme tekniğiyle, diğerleri ise e-posta ile gönderilerek uygulanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde istatistik programından yararlanılmış, güvenilirlik testinden sonra, frekans dağılımlarına bakılmış, t-testi yapılmış ve alınan cevaplar yorumlanmıştır.

Bulgular ve Sonuç Çalışma sonuçlarına göre işletme yöneticilerinin bilgi paylaşımına, insan kaynaklarına ve ilişkisel sermaye unsurları olan müşterilerle - tedarikçilerle iletişime önem verdikleri ve yapısal sermayenin örgüt için öneminin farkında oldukları görülmektedir. Ülke ekonomisinde gün geçtikçe artan öneme sahip olan ve ilişkisel ve sosyal boyutlarıyla toplum yaşantısına etki eden spor örgütlerinde entelektüel sermayenin işletme değerine etkisi göz önünde bulundurularak, bunun yönetimiyle ilgili etkin uygulamaların geliştirilmesi gerekmektedir.

Managing Intellectual Capital in Sport Enterprises: Example Of B-Fit Businesses

Introduction and Aim In today's information-oriented economy, the intellectual capital, which doesn't appear in the financial statements, but comes to the forefront in creating value, has gained importance. The prospect of intellectual capital should be taken into account in sport sector, which has a very large prevalence in the country's economies in recent years and growing day by day with its sub- fields. However, studies on intellectual capital management aren't yet found in sports enterprises. For this reason, this study is the first in Turkish literature. The aim of the study is to reveal the opinions of managers about sharing information and how intellectual capital value is measured in service businesses. Method B-fit sports centers, which have 200 centers in 50 cities and only provide services to women, are considered. The 55-item questionnaire survey, which was previously applied to the major industrial enterprises in Turkey by Ölçer and Şanal (2007) and used to measure human capital, structural capital and relational capital, which are dimensions of the intellectual capital, has been harmonized and applied to sports enterprises. B-fit enterprises, which have emerged in our country in the field of fitness services in recent years and have a very important place among the enterprises in the sports sector as geographical prevalence and number of branches. In the evaluation of the data, with the statistical program the reliability test, frequency distributions and t-test were made.

Findings and Conclusion According to the results of the study, it is seen that business managers attach importance to share information, human resources and communication with customers - suppliers. They are aware of the importance of the structural and relational capital. Considering the influence of the intellectual capital on the business value of the sports organizations, effective practices related to the management of intellectual capital should be developed.

Spor İşletmeciliği **Sport Bussiness**

SB111

Pazarlama Stratejileri: Real Madrid Futbol Kulübü Durum Çalışması

¹Merve Altun Ekinci, ²Pablo Garcia-Manitz, ²Álvaro Fernández-Luna, ¹Settar Koçak, ³Canan Koca Arıtan

¹Orta Doğu Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Ankara

²Universidad Europea Real Madrid Graduate School, Madrid

³Hacettepe Spor Bilimleri Fakültesi Rekreasyon Bölümü, Ankara

Email : altunmerve@gmail.com, pgmanitz@gmail.com, alvaro.fernandez2@universidadeuropea.es, settar@metu.edu.tr, canankoca@hacettepe.edu.tr

Giriş Ve Amaç: Geçtiğimiz yıllar boyunca, büyük futbol kulüplerinin yönetimindeki önemli değişiklikleri, bu kulüplerin yeni gelir kaynakları yaratarak, geleneksel kulüplerden eğlence şirketlerine geçiş yapmaları için farklı işletme stratejileri uygulamalarına neden olmuştur. Rakipleri arasında lider konumu ile, Real Madrid Futbol Kulübü, sportif ve ticari başarısının altında yatan faktörlerin neler olduğunun anlaşılması açısından iyi bir örnek oluşturmaktadır. Bu nedenle, bu çalışmanın amacı, Dolles & Söderman (2013)'ün futbol işletmelerinde değer yaratma ağı araştırma çerçevesine göre, Real Madrid Futbol Kulübü'nün pazarlama stratejilerini incelemektir.

Yöntem: Mevcut durum çalışması, 2013-2014 sezonunda, Real Madrid Futbol Kulübü'nün (n=8) pazarlama bölümü yöneticileri ile gerçekleştirilmiş olan yarı yapılandırılmış görüşmelere dayanmaktadır. Veri analizi için Atlas.ti V7.0'dan yararlanılmıştır. Çalışmanın güvenilirliğini ve geçerliliğini artırmak için araştırmacı ve veri kaynakları çeşitlenmesi (yarı-yapılandırılmış görüşme, araştırmacının alan notları ve dökümanlar) kullanılmıştır.

Bulgular: Toplanan veriler doğrultusunda, Real Madrid Futbol Kulübü'nün, farklı stratejiler geliştirmek için spor takımı ürünleri (6 alt tema, kulüp başarısı, kulüp/takım, oyuncular, etkinlik/stadyum/tesisler, diğer ticari faaliyetler) ve müşteri grupları (4 alt tema, taraftarlar/kulüp üyeleri, sosyal medya, sponsorlar ve kurumsal ortaklar, diğer kulüpler) olmak üzere iki tema altında çeşitli değerler geliştirdiği ortaya konulmuştur.

Sonuç: Sonuç olarak, Real Madrid Futbol Kulübü'nün değer yaratma ağı, bu kulüp tarafından mevcut hangi pazarlama stratejilerinin kullanıldığı, bu pazarlama stratejilerini hangi temel unsurların oluşturduğu ve kulübün diğer kulüpler arasında rekabet avantajı sağlamak için bu stratejileri nasıl yapılandırdıkları konusunda bir anlayış kazandırmıştır.

Kaynaklar: Dolles, H., & Söderman, S. (2013). The network of value captures in football club management: a framework to develop and analyze competitive advantage in professional team sports. Handbook of Research on Sport and Business. 367-395.

Marketing Strategies: A Case Study of Real Madrid Football Club

Introduction AND Purpose: Over the past decades, there has been drastic change over the managing of major football clubs, which led them to apply different business strategies for generating a shift from traditional clubs to entertainment companies by creating new sources of revenues. Within its' dominant position, Real Madrid Football Club (F.C.) presents a good case for understanding the underlying factors of how a club gain both sporting and commercial leadership among its' competitors. Therefore, the purpose of this study intends to analyze the marketing strategies of Real Madrid F.C. within the research framework of Dolles & Söderman (2013)'s network of value captures in football business.

Methodology: The current study was based on case study, in which data were collected from the executives of top-management level of Real Madrid F.C. commercial department (n=8) through semi-structured interviews during the season of 2013-2014. For data analysis, Atlas.ti V7.0 was used for coding. Triangulation of researchers and multiple sources such as semi-structured interviews, researcher's field notes, secondary documentation were used to increase the reliability and validity of the study.

Results: Real Madrid F.C. generated variety of value captures divided into two themes; team sport products(6 sub-themes; the success of the club, club/team, players, event/arena/facilities, merchandising, other commercial activities) and customer groups(4 sub-themes; fans/club's members, social media, sponsors & corporate partners, other clubs) to develop different strategies.

Conclusion: It can be concluded that the network of value captures of Real Madrid F.C. gained an understanding of which marketing strategies currently being used by this club, what essential elements of these marketing strategies composed and how the club structured them to provide competitive advantages among other clubs.

References: Dolles, H., & Söderman, S. (2013). The network of value captures in football club management: a framework to develop and analyze competitive advantage in professional team sports. *Handbook of Research on Sport and Business*. 367-395.

SB693

Sporda Girişimcilik ve İnovasyon

²Talha Murathan, ¹Fatih Murathan

¹Adıyaman Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Adıyaman

²Ardahan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Ardahan

Email : talhamurathan@hotmail.com, fmurathan@gmail.com

Giriş ve Amaç Girişimci pazardaki fırsatları ve yenilikleri sezinleyip kar hedefleyerek bir işi yapmaya girişen, bunu planlı ve düzenli bir şekilde yaparak üzerine risk alan kişidir. Organize edilerek yapılan yenilik ve fırsata dönüştürülme sürecine de girişimcilik denir. İnovasyon ise yeni ve farklı fikirlerin ürün veya hizmete dönüştürülmesidir. Bu çalışmanın amacı girişimcilik ve inovasyonun spor alanındaki uygulamalarının analiz edilmesidir. Yöntem Çalışmada konuyla ilgili literatür incelenmiş ve analiz edilmiştir.

Bulgular ve Sonuç Spor girişimcilik ve inovasyon açısından önemli bir sektördür. Girişimcilik ardışık sosyal ilişki ağlarından meydana gelmektedir. Spor; takımları, işletmeleri ve tüketicileri ile yeni fırsatları ortaya çıkarmak için girişimcilikle işbirliği içerisindedir. Özellikle büyük spor kulüplerinin kendi takım renkleriyle tasarlattığı sportif ürünler önemli girişimcilik örnekleridir. Günümüzde spor yöneticiliği mezunlarının bir kısmı organizasyon, sportif ürün geliştirme ve pazarlamasıyla ilgili alanlara yöneldiğinden birçok spor yöneticiliği bölümü girişimcilik dersini müfredatlarına koymuşlardır. Sporun her dalı bir sanayi kolu olarak görülebileceğinden bu alanlarda yapılan, ekonomik kazanç, başarı ve itibar kazandıran her türlü yenilik bir inovasyon olarak değerlendirilebilir. Teknolojinin gelişmesi ve insanların ihtiyacına paralel olarak günümüzde her türlü sporda giyilen giysiler ve kullanılan malzemeler aşırı çeşitlidir. Yeni geliştirilen her bir ürün bu çeşitliliği artırmaktadır. Özellikle gelişmiş ülkelerde spor sektöründe birçok girişimcilik ve inovasyon örneğine rastlanırken gelişmekte olan ülkelerde örnekler yeterli değildir. Anahtar kelimeler: Girişimci, Girişimcilik, Spor, İnovasyon, Teknoloji.

Entrepreneurship And Innovation İn Sport

Introduction and Objectives Entrepreneur is the person who starts to do a jobby sensing the opportunities and innovations in the market and he takes risks doing this planned and regularly. Organized innovation and turning into an opportunity process is also called as entrepreneurship. Innovation is the transformation of newan ddifferent ideas in to products or services.The aim of this study is to analyze the practices of entrepreneurship and innovation in the field of sports.

Method In the study, literature related to the subject was examined and analyzed.

Findings and Conclusion In terms of entrepreneurship and innovation sport is an important sector. Entrepreneurship comes from a network of sequential social relations. Sport with its teams, enterprises and consumers cooperates with entrepreneurship in order to reveal new opportunities. Especially the sporting products designed by great sports clubs with their own team colors are important examples of entrepreneurship. Nowadays, some of the graduates of sports management have tended to the fields related to organization, sport product development and marketing so that many sports management departments have put entrepreneurship courses in to their curriculum. Since every sport branch can be seen as a branch of industry, any innovation that gives economic gain, success and reputation in these fields can be regarded as an innovation. In parallel to the development of technology and people's needs, all kinds of clothes worn in sport and the materials used show great diversity. Each newly developed product enhances this diversity. Especially in developed countries while many examples of entrepreneurship and innovation are found in the sports sector, examples in developing countries are not sufficient.

Keywords: Entrepreneur, Entrepreneurship, Sport, Innovation, Technology.

Spor Yönetimi **Sports Management**

Futbol Takımlarında Marka Çağrışımları Ölçeği: Güvenirlik Ve Geçerlik Çalışması

Yavuz Yıldız

¹Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa

Email : yavyildiz@hotmail.com

Giriş: Genel olarak marka imajı, markanın güncel çağrışımlarının bütünü veya markanın tüketiciler tarafından nasıl görüldüğü. Marka çağrışımları, tüketicilerin ürün/hizmet seçimi, algıları, satın alma niyetleri, satın alma davranışları, marka için fazladan ödemeye gönüllü olmaları üzerinde olumlu bir etkiye sahiptir.

Amaç: Bu çalışmanın amacı futbol takımlarında marka çağrışımlarının yeniden boyutlandırılması ve literatürdeki araştırmalardan faydalanılarak güvenilir, geçerli bir ölçek geliştirilmesi ve spor pazarlamacılarının pazarlama aktivitelerinde ön planda yer vermesi gereken marka çağrışımları hakkında öneriler geliştirilmesidir.

Metod: Bu araştırmaya, Türkiye'deki üç büyük futbol takımının taraftarı olan 749 kişi (546 erkek, 203 kadın) katılmıştır. Spor yönetimi ve pazarlama alanında uzman üç akademisyen ve araştırmacının ortak görüşü ile TAS (Gladden ve Funk, 2002), Bauer vd. (2004) ve TBAS (Ross, Russel ve Bang, 2006) ölçeklerinden seçilen maddeleri ve yine bu kişiler tarafından tasarlanan ilave maddeleri kapsayan bir madde havuzu oluşturulmuştur ve Türkçe-İngilizce-Türkçe anlamca eşdeğerlik çalışması (Brislin, 1990) yapılmıştır. Yapı güvenirliği, ortalama açıklanan varyans (AVE), yakınsak geçerlik ve ayırıcı geçerlik analizleri ile birinci ve ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Bulgular: Ölçeğin RMSEA değeri .03, / sd (809.12 / 433) = 1.86, CFI= 0.97, GFI= 0.95 bulunmuş ve ölçüm modelinin iyi uyum değerlerine sahip olduğu (Schermele-Engel et al. 2003) saptanmıştır. Ölçeğin yapı güvenirliği değerleri .75 ile .89 arasında, AVE değerleri ise .51-.73 arasındadır. Ölçek maddelerinin faktör yükleri .55 ile .92 arasındadır. Marka çağrışımlarının en önemli belirleyicileri sırasıyla başarı, marka işaretleri ve sosyal etkileşimdir.

Sonuç ve Tartışma: Taraftarların genel olarak takımın başarılı olmasına, takımın sembol, amblem ve renklerine, takımın yıldız oyunculara sahip olmasına, takım sayesinde sosyal gruplara katılma, insanlarla tanışma gibi faydalara yüksek seviyede önem verdikleri görülmektedir. Bu bulgulara göre, spor yöneticilerinin, takım sembol ve renkleriyle bütünleştirilmiş pazarlama çabalarına (marka yayma, yeni ürün geliştirme vb) yoğunlaşmaları, yıldız oyunculara sahip olmaya ve aynı zamanda başarılı bir takım oluşturmaya yönelik stratejiler geliştirmeleri mevcut taraftarların desteğinin artmasına ve yeni taraftarlar kazanılmasına yardımcı olabilir.

The Scale Of Brand Associations On Soccer Teams: A Reliability And Validity Scale

Introduction: Brand image is the entirety of current brand associations or how brands are viewed by consumers. Brand associations has an positive impact on the product/service choice, behavioral intentions, buying behaviors and willingness to pay more of consumers.

Purpose: The purpose of this study is to redeimensioning the soccer team's brand associations and develop a reliable and valuable scale by researchs in the literature and develop suggesstions about brand associations, which sport marketers should consider in frontal line.

Methods: 749 fans (546 male, 203 female) of three major soccer teams of Turkey participated in this research. A pool of items was set by selecting some items from TAS (Gladden and Funk, 2002) and TBAS (Ross, Russel and Bang, 2006) upon receiving advice from three academicians and researchers specialized in sports management and marketing.

These specialists also contributed to the pool of items with their own additions. A Turkish-English-Turkish semantic equivalence study (Brislin, 1990) was performed. Construct reliability analysis and confirmatory factor analysis were conducted.

Findings: RMSEA= .03, X^2 / df (809.12 / 433) = 1.86, CFI= .97, GFI= .95. was found. The model has good fit values (Schermele-Engel et al. 2003). Construct reliability values of the factors are vary between .75 and .89, AVE values are .51 and .73 and the factor loads are .55 and .92. the most important determinants of brand associations are orderly success, brand marks and social interaction.

Results: It can be seen that fans attach hihgly importance to success, symbol, emblem, colors of team, having the star players and benefits like participation to social groups and meeting new people. According to this results, focusing the marketing activities, integrated the team symbol and colors, developing strategies towards star players and and building a succesfully team can be helpful to arising the support of present fans and gaining

13. Avrupa Gençlik Olimpik Kış Festivali Etkinliklerine Katılan Seyircilerin Spor Müsabakalarına Katılım Güdülerinin İncelenmesi

¹Orcan Mızrak, ¹Yunus Sinan Biricik, ¹Emre Belli, ¹Davut Budak

¹Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

Email : orcan@atauni.edu.tr, sinan.biricik@atauni.edu.tr, emre.belli@atauni.edu.tr, dbudak@atauni.edu.tr

Güdü bireyin kendi iç dünyasından gelen ilgi, araştırma, keşfetme gibi eğilimlerin yanı sıra, çevresel şartlarında etkisiyle şekillenen davranış biçimleridir. Bireyin iç dünyası ile oluşan ya da şekillenen davranışları iç güdülenmeyi oluştururken, çevresel faktörlerden etkilenilip oluşan davranışlar ise dış güdülenme olarak tanımlanmaktadır. Bu bağlamda çalışmamızda, Erzurum halkının ev sahipliğini yaptığı 13. Avrupa Gençlik Olimpik Kış Festivaline izleyici olarak katılan bireylerin spor müsabakalarını izlemeye yönelten dışsal güdülerin neler olduğunun belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada dışsal güdülerin belirlenmesine yönelik veriler elde etmek için; Polat ve Yalçın (2014) tarafından geliştirilen "Spor seyircileri için dışsal güdü ölçeği" kullanılmıştır. Ölçekte dokuz alt boyutta 34 madde yer almaktadır. Ölçek maddelerinin değerlendirilmesinde 7'li Likert tipi ölçek kullanılmıştır. Araştırmanın örneklem grubunu curling, buz hokeyi, sürat pateni branşlarında ki final müsabakalarını izleyen 236'sı erkek 47'si kadın olmak üzere toplamda 283 kişi oluşturmuştur. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS programında frekans, bağımsız gruplarda t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA), farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını bulmak için de Tukey HSD testi yapılmıştır. Katılımcıların cinsiyetlerine ilişkin dışsal güdülerinin belirlenmesinde tüm alt boyutlarda anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Katılımcıların yaşlarına ilişkin spor müsabakalarını izlemeye yönelik dışsal güdülerini incelendiğinde; sosyal paylaşım, etik değerler, bahis imkânları, oyun bilgisi, kültürel değişim alt boyutlarında 15-30 yaş arası spor seyircilerinin lehine anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Bu sonuca göre; 15-30 yaş arası spor seyircilerinin 31 ve üzeri yaş aralığında olan spor seyircilerine oranla spor müsabakalarını izlemelerinde ki dışsal güdülerinde sosyal paylaşım, etik değerler, bahis imkânları, oyun bilgisi ve kültürel değişimden daha fazla etkilendikleri görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Spor seyircisi, güdü, dışsal güdü

Examining Motives Of Spectators Attending The 13th European Youth Olympic Winter Festival Events For Attending Sports Competitions

Motivation means behavior patterns which are shaped by extrinsic factors to some degree, besides tendencies such as interest, search and discovery. While an individual's behavior formed or shaped in his/her inner world constitutes intrinsic motivation, behavior patterns affected and formed by extrinsic factors are defined as extrinsic motivation. In this context, in our study it was aimed to determine what motivated extrinsically individuals who attended the 13th European Youth Olympic Winter Festival held in Erzurum as spectators to watch sports competitions. In the study, in order to determine data related to extrinsic motives, "External motivations scale for sports spectators" developed by Polat and Yalçın (2014) was used. The scale consists of 9 factors and 34 items. To evaluate the scale items, a 7-Likert scale was used. The sample group of the study was composed of 283 people (236 male and 47 female) who watched the final competitions in the categories of curling, ice hockey and speed skating. To evaluate the data collected, frequency analysis, independent groups T-test and one-way analysis of variance (ANOVA) in SPSS were applied and also to find out from which group the difference arises Tukey HSD test was used. In determining extrinsic motives of the participants related to gender, significant difference was not attained. When extrinsic motives of the participants related to age were examined, in factors social sharing, ethic values, opportunities for betting, knowledge, and cultural development significant differences in favor of sports spectators aged 15 to 30 years were observed. According to this result, it was seen that compared to sports spectators aged 31 and over, those aged 15 to 30 years were influenced more by the factors of social sharing, ethic values, opportunities for betting, knowledge, and cultural development considering extrinsic motives for watching sports competitions.

Keywords: sports spectator, motive, extrinsic motive

Hakemlerin Gözünden Futbolda Kayırmacılık

¹İrem Kavasoğlu, ²İ. Fatih Yenel

¹Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Adana

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : kavasogluirem@gmail.com, fyenel@gazi.edu.tr

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı, futboldaki kayırmacı uygulamaları incelemektir. Bu bağlamda, futboldaki kayırmacılığın nedenleri, boyutları ve türleri ortaya konacaktır. Yöntem: Nitel araştırma yöntemlerinden yararlanılan araştırmanın verileri yarı yapılandırılmış bireysel görüşme yöntemi ile toplanmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu on iki (eski) hakem oluşturmuştur. Verilerin analizinde içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre futbolda kayırma kültürü hâkimdir.

Bulgular: Bulgular, futbolda kayırmacılığın iki bağlamda ortaya çıktığını göstermektedir: Hakemlerin kayırma pratikleri ve futbolun yönetim organındaki kayırma pratikleri. Hakemler faul, taç, ofsayt kararı, sarı ve kırmızı kart gösterme, uzatma süresi, penaltı kararı, gibi oyun içindeki pek çok kararla kayırmacı tutum sergileyebilmektedir. Hakem yöneticileri ise hakem atamaları, klasman yükselmeler, ceza ve performans değerlendirme gibi boyutlarda kayırmacı tutum sergilemektedir. Futbolda kayırmacılığın, akraba kayırmacılığı (nepotizm), eş-dost kayırmacılığı (kronizm), hemşehricilik ve siyasi kayırmacılık (partizanlık) gibi türleri bulunmaktadır. Sonuç ve Kaynaklar: Sonuç olarak futbolda kayırmacılık temelli uygulamaların yaygın olduğu ve bu uygulamaların pek çok soruna yol açtığı anlaşılmaktadır.

Erdem, R. (2010). Kayırmacılık/Ayrımcılık. R. Erdem. (Editör). Yönetim ve örgüt açısından kayırmacılık. İstanbul. Beta Basım, s. 1-2. Nevill, A. M. & Holder, R. L. (1999). Home advantage in sport: An overview of studies on the advantage of playing at home. Sports Medicine, 28(4), 221-236. Scoppa, V. (2008). Are subjective evaluations biased by social factors or connections? An econometric analysis of soccer referee decisions. Empirical Economics, 35(1), 123-140. Sutter, M. & Kocher, M. G. (2004). Favoritism of agents - the case of referees' home bias. Journal of Economic Psychology, 25(4), 461-469.

Anahtar Kelimeler: Kayırmacılık, Nepotizm, Kronizm, Hemşehricilik, Siyasi Kayırmacılık, Hakem, Futbol, Spor.

Favoritism in Football From The Referee's Perspective

Introduction and Purpose: The purpose of this research is to examine the favoritism in the football. In this context, the reasons, sizes and types of favoritism have been revealed in the football. Methods: The qualitative research was chosen for this research. Individual in-depth interview were used to collect data. The participants of the study consisted of twelve (old) referees. Data were analysed by content analysis. According to the findings of the research, the culture of favoritism is prevailing in the football.

Findings: The findings shows that favoritism in football has emerged in two contexts: favoritism of referees and favoritism of referees' institution. The referees may show favoritism in many decisions in the competition; such as foul, throw in, offside, yellow and red cards, extra time and penalty decisions. The referee managers behave favourably in terms of referee appointments, class promotion, penalizing and performance evaluations. There are types of favoritism in football such as nepotism, cronyism, citizenship and partisanship. Conclusion and References: As a result, it is understood that the favoritism is common and it caused many problems.

Erdem, R. (2010). Kayırmacılık/Ayrımcılık. R. Erdem. (Editör). Yönetim ve örgüt açısından kayırmacılık. İstanbul. Beta Basım, s. 1-2. Nevill, A. M. & Holder, R. L. (1999). Home advantage in sport: An overview of studies on the advantage of playing at home. Sports Medicine, 28(4), 221-236. Scoppa, V. (2008). Are subjective evaluations biased by social factors or connections?

An econometric analysis of soccer referee decisions. *Empirical Economics*, 35(1), 123-140. Sutter, M. & Kocher, M. G. (2004). Favoritism of agents - the case of referees' home bias. *Journal of Economic Psychology*, 25(4), 461-469.

Keywords: Favoritism, Nepotism, Cronyism, Citizenship, Partisanship, Referee, Football, Sport Management.

Sporda Taraftar Özdeşleşmesi ve Ahlaki Yozlaşma Arasındaki İlişki

¹Yavuz Yıldız

¹Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa

Email : yavyildiz@hotmail.com

Giriş: Son yıllarda saha içi ve saha dışındaki etik dışı davranışlarda artış gözlenmektedir. Özellikle şike yapma ve teşvik primi verme gibi sporda yozlaşma olarak tanımlanan davranışlar, bazı taraftarlar tarafından kabul edilmez iken, bazı taraftarlar tarafından kabul edilmektedir. Nasıl olursa olsun kazanmak anlayışı, fair-play ilkesine zarar vermektedir.

Amaç: Bu çalışmada, spor takımı taraftarlarının takımlarıyla özdeşleşmelerinin, şike ve teşvik primi hakkındaki tutumlarını etkileyip etkilemediği araştırılması amaçlanmaktadır.

Metod: Araştırmanın çalışma grubu Beşiktaş, Fenerbahçe, Galatasaray, Trabzonspor taraftarı çoğunlukta olan 1024 futbol taraftarından oluşmaktadır. Araştırmada, Spor Taraftarı Özdeşleşme Ölçeği (Wann ve Branscombe, 1993), Sporda Ahlaki Yozlaşma Ölçeği-Kısa Form (Boardley ve Kavussanu, 2008) ve demografik sorulardan oluşan anket formu ile veriler toplanmıştır. Araştırma bulgularını elde etmek için doğrulayıcı faktör analizi ve lojistik regresyon analizleri kullanılmıştır.

Bulgular: Sonuçlar, özdeşleşme düzeyi yüksek olan taraftarların kendi takımlarının şike yaptığı ve/veya teşvik primi verdiğine ilişkin tutumlarının azaldığını, takımlarına ceza verilmesini istemediklerini göstermektedir. Ayrıca ahlaki yozlaşma yüksek olan taraftarlar, takımlarının şike yapmadığını ve teşvik primi vermediğini düşünmektedir. Taraftarların özdeşleşme düzeyi arttıkça, ahlaki yozlaşma düzeyi de artmaktadır. Erkek taraftarlar, Türk Futbolu'nda şike ve teşvik primi olduğuna, bayan taraftarlara göre 2.13 kat daha fazla inanmaktadır.

Sonuç ve Tartışma:Yüksek seviyede özdeşleşmeye sahip taraftarların başarı elde etmek için takımlarının etik ve ahlaki düzenlemelere aykırı davranışlarda bulunabileceğini düşünmeleri spor etiği açısından çok önemlidir. Spor birlikleri, takım yöneticileri ve medyanın işbirliğinde bu tür davranışları engellemek amacıyla politikalar geliştirilmeli ve uygulanmalıdır. Futbolun eğlence değerini düşüren şikeyi, teşvik primini önlemeye, moral disengagementi azaltmaya yönelik yasal düzenlemelerin istisnasız uygulanması (örneğin zero tolerance policy, UEFA) pazarlama programları, futbolcu ve taraftar eğitimi programlarının geliştirilmesi yararlı olacaktır.

The Relationship Between Fan identification and Moral Disengagement On Sport

Introduction:Sport and physical education can play an important role on the development of moral behavior. However, there has been a surge in unethical conducts both in and out of sports fields in recent years. Conducts such as match fixing and incentive payment which fall into the realm of corruption are unacceptable by some fans. For some others, these are deemed as acceptable. Tenacity to win at the expense of anything cripples fair-play principle. Purpose: This study aims at exploring whether identification of fans with their sports teams has an impact on their attitude to match fixing and incentive payment.

Methods:The study group of this research is composed of 1024 fans supports Galatasaray, Fenerbahçe, Beşiktaş, Trabzonspor. Data was gathered via The Sport Spectator Identification Scale (Wann and Branscombe 1993), Moral Disengagement Scale in Sport-Short (Boardley and Kavussanu, 2008) and demographic questions. Confirmatory factor analyzes and logistic regression analyzes was used. Findings:The outcomes of the study reveal that fans with high identification are less likely to accept that their teams arrange some match fixing and/or incentive payment and they do not want their teams to be subject to any penalties. Moreover, fans with high moral disengagement are of the opinion that their teams do not get involved in any match fixing and incentive payment.

The higher the level of identification gets, the higher moral disengagement becomes. Male fans (2.16 times) are more likely to think that there are occurrences of match fixing and incentive payments in Turkish football in comparison to female fans.

Results: It is a very important ethical issue in sports that fans with higher moral disengagement think that their team can deviate from ethical and moral rules in order to attain success. Policies, frustrate the moral corruption, are develop and implicate by the cooperation of sport associations, team managers and media.

SB192

Nasıl Futbol Hakemi Bunlar? Futbol Hakemlerine Yönelik Yönetici, Antrenör ve Futbolcu Algısı

¹Hamza Kaya Beşler, ²Hakan Sunay

¹Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

²Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : hamzakayabesler@gmail.com, hsunay@gmail.com

Giriş Ve Amaç 19. yüzyılın ürünü olan futbol oyununun Büyük Britanya'daki endüstriyel devrimle yakından ilişkisi vardır (Koller & Brandle, 2015). Futbol oyunu geçirmiş olduğu evrelerden sonra maddi kazançların ve kayıpların söz konusu olduğu bir endüstri haline gelmiş ve kendi ekonomisini oluşturmuştur (Akşar, 2005). Futbolun geçirmiş olduğu bu evre futbolun sevk ve idaresini daha önemli kılarken futbol hakemlerinin üzerinde düşen sorumluluk daha da artmaya başlamıştır. Doğal olarak bu durum FIFA (2015)'e göre sahanın mutlak hâkimi olan hakemleri daha tartışılır hale getirmiştir. Bu bağlamda bu çalışmanın amacı yönetici, antrenör ve futbolcu görüşleri doğrultusunda futbol hakemlerine yönelik algıyı ortaya koymaktır.

Yöntem Araştırmada nitel araştırma deseni tercih edilmiştir. Amaçlı örnekleme yöntemlerinden, ölçüt örnekleme ve maksimum çeşitlilik örneklemesinin tercih edildiği çalışmada Ankara ilinde amatör ve profesyonel olmak üzere farklı lig kategorilerinde mücadele eden 6 futbolcu 6 spor kulübü yöneticisi 6 futbol kulübü antrenörü ile yarı yapılandırılmış görüşme formu aracılığıyla derinlemesine bireysel görüşmeler yapılmıştır. Yapılan görüşmeler ses kaydına aktırıldıktan sonra yazılı ortama aktararak içerik analizi yapıldıktan sonra uygun temalar altında kodlanmıştır.

Bulgular Toplamda 271 dk 23 saniye süren görüşmelerden çıkan veriler "Hakemliğin temel özellikleri", "Türkiye'deki mevcut hakemlerin durumu" ve "Türkiye'deki hakemlik süreci" olacak şekilde 3 kategori altında değerlendirilmiştir. Bu kategoriler altında ise ideal futbol hakemi, etkilenme, iletişim, duygu yönetimi ve duygusal zeka, çatışma yönetimi, grandiyöz kişilik, eğitim ve sistem kavramları temaları oluşturmaktadır.

Sonuç Araştırmanın sonucuna göre katılımcıların algılarındaki ideal futbol hakeminin alanyazınla örtüştüğü ancak Türkiye'deki mevcut futbol hakemlerinin bu ideal hakem algısı ile örtüşmediği ayrıca Türkiye'deki hakem olma ve hakem eğitimi sürecinde ciddi sorunların olduğu saptanmıştır. Bu çalışma futbolun ana paydaşları olan futbolcu, antrenör ve yöneticilerin algılarını ortaya koyma noktasında özgün olmasının yanında Türkiye'deki hakemlerin mevcut durumunu farklı boyutlarda ortaya koyma bağlamında öncü bir çalışmadır.

What Kind Of Football Referees Are They? The Perception Of Managers, Trainers And Footballers Towards Football Referees

Introduction and Purpose Football has close relationship with the industrial evolution in Great Britain (Koller & Brandle, 2015). After the development of football it has become a big industry thus it has made its own economy (Akşar, 2005). Football becoming an economy have brought the game to a different level where football referees have to take more responsibility. This responsibility have made referee decisions more critical and contradictive. In line with this information the purpose of this study is to determine the perception of footballer, trainers and managers towards football referees.

Method Qualitative research design was chosen for the purpose of getting detailed information. The research group consists of 3 professional 3 amateur football club manager, 3 professional 3 amateur football coach and 3 professional 3 amateur footballers (18 participants in total) who have at least compete in 1. Amateur League and have been active in football for 5 years. Criterion sampling and maximum variation sampling method was used. Semi-structured questionnaire was used to collect data. The interviews were recorded with professional voice recording machine. After converting the voice recordings to text content analysis were made.

Findigs The interviews have taken 271 minutes and 23 seconds. After analyzing the data, results were evaluated under 3 categories and 6 themes. According to results the ideal referee profile in football coaches, footballers and managers mind doesn't match with the profile of the current referees. **CONCLUSION** In conclusion current soccer referees in Turkey have problems about social and personal effects, emotional management and intelligence, conflict management. In addition and it is a widespread thought that Turkish soccer referees show grandiose personality signs.

Özel Sektörde Çalışan Yönetici ve Müdürlerin “Sürdürülebilirlik” Kavramına İlişkin Metaforik Algıları

¹Hande Tavazar, ²Pınar Güzel, ³Melike Esentas

¹Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Manisa

²Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa

³Batman Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Batman

Email : hande.tavazar@hotmail.com, pnruguzel@yahoo.com, melike.esentas@windowslive.com

Bu araştırmanın amacı; özel sektör çalışanlarının “sürdürülebilirlik “ hakkındaki düşüncelerini metaforlar aracılığıyla nasıl kavramsallaştırdığını ortaya koymaktır. Araştırmanın çalışma grubunu, İzmir ilindeki 23 özel sektör telekomünikasyon üst düzey şirket yönetici ve müdürleri oluşturmaktadır. Bu çalışmada nitel araştırma yöntemi kullanılmış ve olgu bilim yaklaşımı ile desenlenmiştir. Araştırmaya katılan yönetici ve müdürler iz sürme yöntemi (tracer) ile seçilmiştir. Sürdürülebilirlik kavramı ile ilgili metaforik algılarına ilişkin bulgulara göre katılımcı görüşleri 10 kavram ile tamalaştırılmıştır. Bu temalar; “yönetim süreci, planlama, verimlilik, örgütsel tatmin, çeşitlilik, fizyolojik ihtiyaç, örgütsel değişim, motivasyon, kazanma ve zaman yönetimi”dir. Bu temaların analizi sonucunda çıkan kodlar ise; tazi tavşan, kitap okuma, aile, ağaç, bisiklet, hız sabitleyici, tatil planı, yağmur, sakız, lastik, gökkuşağı, uçak, yemek yeme güdüsü, yılanın deri değiştirmesi, helezon, akü, güneş, spor ligi ve guguklu saat metaforları olarak adlandırılmıştır. Elde edilen verilerin analizi sonucunda, sürdürülebilirliğin iş yerinin performansına ve niteliğine olumlu yönde katkı sağlayabileceği söylenebilmektedir. Benzer çalışmaların kamu sektörü üzerinde de yapılması ve değerlendirilmesinin örgütlerin sürdürülebilirliğine katkı sağlayabileceğini bu araştırma sonucunda önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Sürdürülebilirlik,özel sektör, metafor, nitel araştırma

Metaphorical Perception Of Private-Sector Administrators And Executives Regarding The Notion Of

The purpose of this research is to demonstrate how private sector workers conceptualize their thoughts on “sustainability” through metaphors. The study group of the research is composed of 23 private sector telecommunication top executives and managers in İzmir. In this study, qualitative research method was used and the case was designed with science approach. Managers and managers participating in the survey were selected by tracer method. According to findings on metaphorical perceptions of the concept of sustainability participants opinions were formed from 10 conceptual themes. These themes are; Management process, planning, productivity, organizational satisfaction, diversity, physiological need, organizational change, motivation, winnig and time management. The codes oh these theme are defined by the participants as; greyhound rabbit, book reading, family, tree, bicycle, speed stabilizer, holiday plan, rain, gum, rubber, rainbow, plane, eating, motive, snake skin change, helix, battery, sun, sports league and cuckoo clock metaphors. As a result of the analysis oh the data obtained, it can be said that sustainability can contribute positively to the performance and quality oh the workplace. This research reveals that conducting and evaluating similar studies within the public sector can contribute to the sustainability of organizations.

Keywords: sustainability, private sector, metaphor, quality research

Fantezi Futbol Tüketicilerinin Motivasyon Düzeylerine Göre Bölümlendirilmesi ve Bölümler Arası Farklılıklar

²Oğuzhan Demirhan, ¹Ersin Eskiler, ³Remzi Altunışık

¹Sakarya Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

²Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya

³Sakarya Üniversitesi, İşletme Fakültesi, Sakarya

Email : oguzhandemirhan72@gmail.com, eeskiler@sakarya.edu.tr, altunr@sakarya.edu.tr

Giriş ve Amaç: Toplumsal ve yönetsel açıdan en önemli ve karlı serbest zaman etkinliklerinden biri olarak görülen spor tüketimi, aktif/pasif katılımın, görsel ve yazılı medya kanallarının yanı sıra çevrimiçi olarak çeşitli etkinlikleri de içeren bir yapıya dönüşmektedir. Bu etkinlikler arasında fantezi spor katılımı/tüketimi son yıllarda ciddi büyüme kaydetmiş olmasına rağmen; bu etkinliğin katılımcılarının özellikleri, katılımı etkili olan motivlerin neler olduğu, bu motivlerin fantezi spor tüketim davranışlarını ve tercihlerini nasıl etkilediği ve motivlerin görece etkileri konusunda sınırlı sayıda çalışma mevcuttur. Bu nedenle, çalışmanın amacı fantezi futbol tüketicilerini; motive eden faktörlerin belirlenmesi, motivasyon düzeylerine bağlı olarak tüketicilerin bölümlere ayrılması ve deneyimsel açıdan bölümler arası farklılıkların araştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmada genel tarama modeli kullanılmıştır. Veriler kararsal (yargısal) örnekleme yöntemiyle belirlenen, 509 aktif fantezi futbol katılımcısından, çevrimiçi anket yöntemiyle toplanmıştır. Bu bağlamda 17 ifadeden oluşan fantezi spor katılım motivasyonu ölçeğine boyutsal azaltım için Açıklayıcı Faktör Analizi uygulanmış ve analiz bulguları dört temel motivasyon faktörünün varlığını ortaya koymaktadır. Verilerin analizinde, betimsel analizlerin yanı sıra katılımcıların bölümlendirilmesi amacıyla Hiyerarşik ve Hiyerarşik Olmayan Kümeleme analizi ve kümeler arasındaki farklılıkların incelenmesi amacıyla Tek Yönlü Varyans ve Ki-kare analizlerinden yararlanılmıştır.

Bulgular: Kümeleme analizi sonucu, fantezi futbol tüketicilerinin; her biri farklı davranış kalıplarına sahip, üç farklı kümede toplanmasının uygun olduğunu işaret etmektedir. Ki-kare analizi bulgularına göre; üç farklı kümede yer alan tüketicilerin tüketim davranışları ve deneyimsel özellikler açısından farklılaştıkları tespit edilmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak elde edilen dört temel motivasyon faktörü ile üç farklı tüketici grubuna (segmentine) ilişkin bulguların; teorik açıdan spor pazarlaması uygulayıcılarına, akademisyenlerine ve firmalara katkı sağlar nitelikte olduğu ifade edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Spor tüketimi, fantezi futbol, motivasyon, pazar bölümlendirme

Segmentation By Motivation Factors Of Fantasy Football Consumers And Differences Among Segments

Introduction and Purpose: Sports consumption, considered as one of the most important and profitable leisure time events from a social and managerial perspective, has turned into a structure that includes various activities online visual and written media channels as well as active/passive participation. Although fantasy sport participation/consumption has grown significantly in recent years, there is a limited study on the properties of participates in this activity, motivating factors influencing participates, the effect of these motivations on fantasy sports consumption behaviors and preferences and relative effects of motivations. For this reason, the purpose of the study is to determine the motivating factors for the fantasy football consumers, to divide the consumers according to their motivation levels and to investigate differences between the segments in terms of experience.

Methodology: The general screening model was used in the study. The data were collected by online questionnaire from 509 active fantasy football participants determined by the judgmental sampling method. In this context, an Exploratory Factor Analysis was used for dimension reduction of the 17-item fantasy sport participation motivation scale and four main motivational factors were revealed. In the analysis of the data, One-Way Analysis of variance and Chi-square were used to examine the differences among segments derived by Hierarchical and Non-Hierarchical Clustering analysis of participants as well as descriptive analysis.

Findings: Clustering analysis indicated that the fantasy football participants are likely to be classified under in three different clusters with different behavioral patterns. Besides, it has been found that consumers in three different clusters differ in terms of consumption behaviors and experiential characteristics.

Conclusion: In conclusion, it could be stated that the obtained findings of the four main motivation factors and three different consumption segments theoretically contributing to sports marketing practitioners, academicians and firms.

Keywords: Sports consumption, fantasy football, motivation, market segmentation

Büyük Ölçekli Spor ve Rekreasyon Merkezlerinde Pazarlama Uygulamaları

¹Zafer Çimen, ¹Alperen Halıcı, ¹Ali Eraslan, ²Halil Sarol

¹Gazi Üniversitesi, Ankara

²Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale

Email : zcimen@gazi.edu.tr, alperen_h@hotmail.com, aeraslan@gazi.edu.tr, hsarol@gmail.com

Bu çalışmanın amacı günümüz rekabet ortamı içinde işletmelerin yaşamlarını sürdürmelerinde önemli etkiye sahip pazarlama çabalarının büyük ölçekli özel spor ve rekreasyon merkezleri tarafından hangi yollarla gerçekleştirildiğini belirlemektir.

Araştırma verilerin toplanması ve çözümlenmesinde kullanılan teknikler açısından nitel bir çalışmadır. Nitel veri toplama araçlarından görüşme yönteminin kullanıldığı çalışmada, üyelerine en az 3 program sunan, 3000 ve üzerinde üyesi olan, 30 kişi ve daha fazla tam zamanlı çalışana sahip 6 büyük ölçekli spor ve rekreasyon merkezi ‘amaçlı örnekleme’ yoluyla seçilmiştir. Spor ve rekreasyon merkezlerinin yönetici veya pazarlama-satış birimi sorumlularıyla yüz yüze gerçekleştirilen görüşmelerde araştırmacılar tarafından hazırlanan yarı yapılandırılmış 10 soruluk görüşme formu kullanılmış ve ses kayıt cihazıyla kayıt altına alınmıştır. Kayıt altına alınan veriler aslına uygun olarak yazılı hale getirilmiştir. Araştırma verileri betimsel ve içerik analizi yöntemleri kullanılarak çözümlenmiştir.

Araştırma bulgularına göre; spor ve rekreasyon merkezlerinde pazarlamayla ilgili bir bölüm olmadığı, pazarlama konusunda çalışanların pazarlama alanında eğitim almadıkları, sınırlı pazarlama bütçesi kullandıkları, programların yaratılmasında müşteri beklentileri, rakipler ve dünyada yaşanan gelişmelere dikkat edildiği, ürün fiyatlamasında piyasa koşulları ve rakiplerin dikkate alındığı, işletme yer seçiminde hedef pazarın özelliklerine ve ulaşımın kolaylığına dikkat edildiği, tutundurma araçlarından reklamda hedef kitleye ulaşma kolaylığı ve düşük maliyetli olması nedeniyle sosyal medyanın, kişisel satışta sadece referansa dayalı telefonla arama ve stant açmanın kullanıldığı, özel gün indirimleri, gezi, eğlenceli yarışma gibi etkinlikler ve kurumlara indirimlerin satışta özendirilmede kullanıldığı ve yoksullara kıyafet toplama, engellilere yönelik programlar ve öğrenci okutma gibi sosyal sorumluluk çabalarıyla halkla ilişkiler çalışmalarına yer verdikleri belirlenmiştir.

Sonuç olarak, spor ve rekreasyon merkezleri spor ürünlerini pazarlamayla ilgili profesyonel bilgi düzeyinde çalışanlara sahip olmasalar da kendi bütçeleri, rakipleri, dünyadaki gelişmeler ve piyasa koşullarına göre kendilerine parasal yük getirmeyecek bir pazarlama anlayışı geliştirdikleri; son yıllarda tüm dünyada birçok işletme tarafından kullanılan sosyal medya araçlarını hedef kitlelerine ulaşmada düşük maliyetli ve etkili bir reklam aracı olarak kullandıkları söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Rekreasyon, Pazarlama, İşletme

Marketing Efforts in Sport and Recreation Centers: A Sample of Large Scale Centers

The aim of this study was to determine marketing efforts of large-scale private sport and recreation centers that significant influence for maintaining the lives of these centers in today's competitive environment.

This study is a qualitative research in terms of the data collection and analysis techniques. Interview method was used for data collection. Six large-scale centers which have at least 30 full-time workers and 3 sports programs and over than 3000 members were selected through “purposive sampling”. Data were collected with 10 items semi-structured interview form that was prepared by the researchers. Interviews were performed face to face with sport centers managers or marketing-sales managers and recorded by voice recorder. The voice records were converted into written documents and analyzed by using descriptive and content analysis methods.

According to research findings; sports and recreation centers don't have marketing department and trained marketing employees, use limited marketing budgets; customer expectations, competitors and developments in the world used for determination of programs and market conditions and competitors price policy taken into consideration in products pricing; target market characteristics and ease of access taken in consideration for location selection; social media used for advertising because of low-cost and making convenient to reach the target market, only reference-based calls and booths used in personal sales; special day discounts, trips, funny activities, competitions and parties used for sales promotion; and some social responsibility programs used for public relation efforts.

As a result, sports and recreation centers have developed effective marketing efforts that congruent with financial structure and market conditions and they use low-cost advertising tool

'Social Media', used by many businesses around the world in recent years, although they don't have professional knowledge about marketing. Finally, it is possible to say that they use suitable and cost effective marketing efforts.

Keywords: Sport, Recreation, Marketing, Business

Kiş-iş Uyumunu Çalışan Performansına Etkisi: İşe Adanmışlığın Aracılık Rolü

¹Mustafa Ertan Tabuk, ²Ali Bayram

¹Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum

²Hitit Üniversitesi, İİBF, Çorum

Email : ertantabuk@gmail.com, ali.bayram@windowlive.com

Giriş ve Amaç Kiş-iş uyumu, bireylerin yaptıkları iş ile ne derece uyumlu olduklarını gösteren, bireyin sahip olduğu bilgi, beceri, kişilik özellikleri ile iş tanımında belirtilen bilgi, beceri, kişilik özellikleri arasındaki uyumdur (O'Reilly, 1991:489; Bulut ve Torun, 2007:171; Aktaş, 2011:15). Yıldız (2013) örgütsel performansı etkileyen en önemli unsurlardan biri olarak nitelikli insan kaynağının işe alınmasının önemini vurgulamıştır. Çalışanların işe uyumu ve performanslarına etki edebilecek diğer bir konu ise işe adanmışlıktır. Çalışanın işe adanmışlığını etkileyen anlamlı bir işe sahip olma, olumlu örgüt iklimi, personel güçlendirme gibi çok sayıda değişken olduğu bilinmektedir (İnce, 2016). Bu çalışmanın temel amacı, beden eğitimi öğretmenlerinin kiş-iş uyumu ile performansları arasındaki ilişkiyi ve bu ilişkide işe adanmışlığın aracılık rolünü incelemektir.

Yöntem Araştırma tesadüfi örnekleme ile seçilen TR72 Bölgesi'nde (Kayseri, Sivas, Yozgat) Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı okullarda beden eğitimi öğretmeni olarak çalışan 417 öğretmenden elde edilen verilerle gerçekleştirilmiştir. Verilerin analiz edilmesinde güvenilirlik analizi, doğrulayıcı faktör analizi ve yapısal eşitlik modelinden faydalanılmıştır.

Bulgular Yapılan doğrulayıcı faktör analizi ve yapısal eşitlik modeli sonucunda kurulan modellerin uyum iyiliği değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu hesaplanmıştır.

Sonuç ve Kaynaklar Analizler sonucunda elde edilen bulgular, kiş-iş uyumu ve performans arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ve bu ilişkide işe adanmışlığın kısmi aracılık rolü oynadığını göstermektedir. Verquer ve arkadaşları (2003) tarafından yapılan çalışma sonuçları kiş-iş uyumuyla performansın ilişkili olduğu göstermekte ve çalışmamızı destekler niteliktedir yanı sıra Kristof-Brown, Zimmerman ve Johnson, (2005) yaptığı çalışmada kiş-iş uyumunun genel performans (.20) ile düşük düzeyde ilişkili olduğu belirlenmiştir. İnce A. R. (2016). Algılanan Örgütsel Desteğin İşe Adanmışlık Üzerindeki Etkisinde Yönetici Desteğinin Aracılık Rolü. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 57(57), 649-660. Kristof-Brown, A. L., Zimmerman, R. D., & Johnson, E. C. (2005). Consequences of Individuals' Fit At Work: A Meta-Analysis of Person-Job, Person-Organization, Person-Group, and Person-Supervisor Fit. Personnel Psychology, 58(2)

The Impact of Person-Job Fit on Performance: The Mediating Role of Work Engagement

Introduction and Aim Person-Job Fit is harmony between determined information in job definition, ability, personality traits with obtained information individual, ability, personality traits that show to what extent being compatible (O'Reilly, 1991; Bulut ve Torun, 2007; Aktaş, 2011). Yıldız (2013) expressed that one of the most important factors is to employ qualified work force. Another subject which would affect person job fit and their performance of employees is commitment. It is known that there are many variables such as having meaningful job which would affect their commitment/dedication da olabilir for job of employee, positive organizational climate personel strengthening (İnce, 2016). The main aim of the study is to investigate corelation beetween their performances with their person job adaptation of physical education teachers and role intermediating dedication to work and that relation.

Method The study have been carried out by data gained from randomly 417 teachers physical selected from education teachers in schools Affiliated with the Ministry of National Education in TR72 area (Kayseri, Sivas, Yozgat). Reliability analysis, confirmatory factor analysis and structural equation modeling were used in analysis of the data.

Results It was calculated that goodness of fit index of models setting as a result of the confirmatory factor analysis and structural equation modeling is acceptable level. Conclusion and References Data obtained as a result of analysis show that there is a meaningful relation between person - job adaptation and performance and dedication play a partial intermediary role in the relation.

Results of study carried out by Verquer at al (2003) show that performance and person job adaptation is be associated with eachother and it supports the study carried out our. Also, study carried out by Kristof-Brown, Zimmerman and Johnson, (2005) determined that relation between person job adaptation and general performance is poor level (.20).İnce A. R. (2016). Algılanan Örgütsel Desteğin İşe Adanmışlık Üzerindeki

Müşteri Sadakati İle Ağızdan Ağıza İletişimin Tüketici Satın Alma Davranışlarına Etkisi: Sağlıklı Yaşam Ve Fitness Merkezleri Üzerine Bir Uygulama

²Erkan Faruk Şirin, ¹Mehmet Öztas, ²Ali Sevilmiş

¹Erzincan Üniversitesi, Erzincan

²Selçuk Üniversitesi, Konya

Email : erkanfaruk@yahoo.com, oztasm24@gmail.com, alisevilmis.42@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Yapılan literatür taramasında müşteri sadakati ile ağızdan ağıza iletişimin tüketici satın alma davranışına etkisi ile ilgili birçok çalışma mevcuttur. Aynı zamanda kalite, güven, algılanan risk, değer ve müşteri memnuniyetinin sadakat ve ağızdan ağıza iletişim faktörleri üzerinde etkili olduğunu gösteren çalışmalara da rastlanmıştır. Bu kapsamda araştırmanın amacı; müşteri memnuniyeti, hizmet kalitesi, tüketicilerin algıladığı değer, markaya duydukları güven, algıladıkları risk ve merkeze duygusal bağlılıklarının müşteri sadakatine ve ağızdan ağıza iletişime etkisinin olup olmadığını belirlemektir. Ayrıca müşteri sadakatinin ve ağızdan ağıza iletişimin tüketici satın alma davranışına etkisinin belirlenmesidir.

Yöntem: Araştırmada, mevcut durumu ortaya çıkartmayı amaçlayan ilişkisel taramaya yönelik bir yöntem kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma gurubunu Konya il merkezinde sağlıklı yaşam ve fitnes hizmeti sunan ve bu merkezlerde düzenli olarak spor hizmeti alan ve çalışmaya gönüllü olarak katılan 158 kadın (% 38,9), 248 erkek (% 61,1) toplam 406 katılımcı oluşturmuştur. Araştırmada kullanılan ölçeklerin güvenirlik ve geçerlilikleri belirlendikten sonra, araştırma problemleri çoklu regresyon analizi ile test edilmiştir.

Bulgular: Bağımlı değişken olan müşteri sadakatini, toplam varyansın %57'si bağımsız değişkenler (müşteri memnuniyeti, algılanan değer, güven, hizmet kalitesi, algılanan risk ve duygusal bağ) tarafından açıklanmaktadır. Bağımlı değişken olan ağızdan ağıza iletişim ise, toplam varyansın %45'i bağımsız değişkenler (müşteri memnuniyeti, algılanan değer, güven, hizmet kalitesi, algılanan risk ve duygusal bağ) tarafından açıklanmaktadır. Ayrıca bağımlı değişken olan tüketici satın alma davranışını, toplam varyansın %42'si bağımsız değişkenler (müşteri sadakati ve ağızdan ağıza iletişim) tarafından açıklanmaktadır.

Sonuç: Araştırma sonucunda, müşteri sadakati ile ağızdan ağıza iletişimin tüketici satın alma davranışları üzerinde etkisi belirlenmiştir. Araştırma, sağlıklı yaşam ve fitnes hizmeti sunan işletmelerin etkinliğini artırarak finansal güce olumlu katkı sağlaması ve araştırmacılara yol göstermesi açısından önemlidir. Anahtar Kelimeler: Sağlıklı Yaşam ve Fitness, Müşteri Sadakati, Ağızdan Ağıza İletişim, Tüketici Satın Alma Davranışları

Effect Of Customer Loyalty And Word Of Mouth Communication On Consumer Purchasing Behaviors : An Application On Healthy Life And Fitness Centers

According to the literature review carried out, there are many studies related to the effect of customer loyalty, word of mouth communication on purchasing behavior. In addition, the studies were also met, which show that the quality, trust, perceived risk and value, and customer satisfaction are effective on the factors of loyalty and word of mouth communication. In this scope, the aim of this study is to identify whether or not customer satisfaction, service quality, value perceived by consumers, confidence they have in brand, risk they perceive, their emotional commitment to center have any effect on customer loyalty and word of mouth communication. In addition, it is to identify the effect of consumer loyalty and word of mouth communication on consumer purchasing behavior. In the study, a method toward relational scanning that aims to reveal the existing situation was used. The study group consists of a total of 406 participants, 158 females (38.9%), 248 males (61.1%), who regularly receive sports service in the centers presenting healthy life and fitness service in Konya city.

After the reliabilities and validities of the samples used in the study were identified, study problems were tested by multiple regression analysis. Customer loyalty, dependable variable, is explained by independent variables, 57% of total variance. Word of mouth communication, dependable variable, is explained by independent variables, 45% of total variance. In addition, consumer purchasing behavior, dependable variable, is explained by independent variables 42% of total variance. As a conclusion of the study, the effect of customer satisfaction, word of mouth communication on consumer purchasing behaviors was identified. The study is important in terms of that the businesses presenting fitness service, increasing their effectiveness, make positive contribution to financial power and guide to the researchers.

Keywords:Healthy Life and Fitness, Customer Loyalty, Word of Mouth Communication, Consumer Purchasing Behaviors

Coaching Leadership Preferences Of Basque Traditional Rowers in Different Social Contexts

Patxi León Guereño

¹University Of Deusto. Faculty Of Psychology And Education, San Sebastian, Spain

Email : patxi.leon@deusto.es

Abstract The Multidimensional Model of Leadership created by Chelladurai (1978) postulates that situational characteristics directly influence athletes' preferred behaviours. Based on this hypothesis, rowers' leadership preferences according to contextual variations were analysed in this research. Cross-cultural differences in coaching preferences were first studied by Terry (1984), who did not find differences between athletes from Great Britain, Canada and the United States. Nevertheless, later studies have shown significant contextual variability (Chelladurai et al., 1987, 1988) and significant differences based on task structure (Bolkiah & Terry, 2001; Kang, 2003). Taking into account previous studies, Riemer (2007) stated that "culture is an antecedent of leadership preferences" (p.66). In Basque traditional rowing, 14 athletes crew each "trainera" or fixed seat boat during a three sea mile regatta (León, 2014). A total of sixty six elite rowers participated in this study, i.e. four teams with their four formal coaches (33% of the main league). To assess the leadership preferences, athletes were administered the Spanish translation and adaptation of the Leadership Scale for Sports created by Chelladurai and Saleh in the early 1980s (Sánchez Bañuelos, 1996). Some slight differences were found among social contexts in "Permeability to opinion" ($p=.225$) and "Individual Attention" ($p=.349$), even though these differences were not statistically significant. As a result, in agreement with Terry (1984), and in spite of structural differences among sports which makes comparison with previous research difficult (Riemer, 2007), we conclude that the social context does not determine athletes' leadership preferences in traineras rowing. Future studies on leadership preferences are necessary in order to clarify the results obtained (León, 2014).

Keywords: Leadership Preferences, Coaching, Social Context, Basque Traditional Rowing

SB797

Profesyonel Spor Kulüpleri İle Spor Federasyonlarının İdari Birimlerindeki Spor Yöneticiliği Ve Spor Bilimleri Fakülteleri Mezunu Spor Yöneticisi Sayısının Belirlenmesi

¹Hakan Kolayış, ¹Esra Cömert, ¹Mustafa Narin, ¹Harun Şaşmaz, ¹Eyüp Kanat, ¹Emel Dirik

¹Sakarya Üniversitesi, Sakarya

Email : hkolayis@sakarya.edu.tr, esracomert@sakarya.edu.tr, mustafanrn@gmail.com , mustafanrn@gmail.com , mustafanrn@gmail.com , mustafanrn@gmail.com

Amaç: Bu çalışmanın amacı, profesyonel spor kulüpleri ile spor federasyonlarının idari birimlerindeki spor yöneticiliği veya spor bilimleri fakülteleri mezunu spor yöneticisi sayısının belirlenmesidir.

Gereç ve Yöntem: Araştırmaya 12 spor kulübü ve 6 spor federasyonunun idari bölümlerinde çalışan 1419 personel katılmıştır. Veriler, tarama modeli kullanılarak toplanmıştır. Verilerin toplanması sırasında 12 profesyonel spor kulübü ve 6 spor federasyonu ile görüşülmüş ve çalışanlarının mezun oldukları bölümler hakkında bilgiler toplanmaya çalışılmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışmadan elde edilen bulgulara göre; Beşiktaş'ta 550 Personelin 17'si, Eskişehirspor'da 55 Personelin 3'ü, Antalyaspor'da 135 Personelin 10'u, Başakşehirspor'da 50 Personelin 8'i, Trabzonspor'da 200 Personelin 9'u, Elazığspor'da 27 Personelin 1'i, Sivaspor'da 56 Personelin 6'sı, Gaziantepspor'da 45 Personelin 4'ü, Kayserispor'da 55 Personelin 5'i, Konyaspor'da 67 Personelin 6'sı, Gençlerbirliği'nde 50 Personelin 7'si, Mersin İdman Yurdu'nda 42 Personelin 3'ü, Atıcılık Federasyonunda 9 Personelin 1'i, Buz Pateni Federasyonunda 11 Personelin 4'ü, Cimnastik Federasyonunda 12 Personelin 2'si, Hentbol Federasyonunda 25 Personelin 9'u, Curling Federasyonunda 5 Personelin 2'si ve Atletizm federasyonunda ise 25 Personelin 8'i olmak üzere toplam 1419 personelin 105'i Spor Bilimleri Fakültesi mezunu olarak görev almaktadırlar. Profesyonel spor kulüplerinin idari birimlerinde çalışan toplam 1332 kişiden yalnızca 79 (%6) kişinin spor bilimleri fakülteleri, 18 (%1) kişinin ise spor yöneticiliği bölümü mezunu oldukları tespit edilmiştir.

Sonuç: Profesyonel spor kulüpleri ve spor federasyonlarında çalışan spor yöneticiliği bölümü ya da spor bilimleri fakülteleri mezunu kişi sayısı diğer bölüm mezunlarına oranla daha düşüktür. Ülkemiz sporunun daha ileri noktalara taşınabilmesi adına profesyonel spor kulüpleri ve spor federasyonlarının idari birimlerinde özellikle spor yöneticiliği bölümü mezunlarının istihdamı sağlanmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Spor bilimleri, spor yöneticiliği, federasyon

Determination Of The Number Of Sports Managers Graduated From Sports Management And Sports Science Departments In Administrative Units Of Professional Sports Clubs And Sports Federations

Purpose: The purpose of this study was to determine the number of sports managers graduated from sports management and sports science departments in administrative units of professional sports clubs and sports federations.

Materials and Methods: 1419 personnel working in the administrative departments of 12 sports clubs and 6 sports federations participated in the research. The data were collected using the scanning model. During the collection of data, 12 professional sports clubs and 6 sports federations were interviewed and information was obtained about the departments where the employees graduated. Descriptive statistics was used in the analysis of the data.

Findings: According to the analysis, the number of sports managers graduated from sports management and sports science departments in administrative units of professional sports clubs and sports federations is as below: 17/550 in Beşiktaş, 3/55 in Eskişehirspor; 10/135 in Antalyaspor; 8/50 in Başakşehirspor; 9/200 in Trabzonspor; 1/27 in Elazığspor; 6/56 in Sivasspor, 4/45 in Gaziantepspor; 5/55 in Kayserispor; 6/67 in Konyaspor; 7/50 in Gençlerbirliği; 3/42 in Mersin İdman Yurdu, 1/9 employees in shooting federation, 4/11 in ice skating federation, 2/12 in Gymnastics Federation; 9/25 employees in Handball Federation, 2/5 in Curling Federation, 8/25 employees in Athletics and a total of 1419 of them are graduated from the Faculty of Sport Sciences. Only 79 (6%) of the 1332 persons working in administrative units of professional sports clubs are graduated from sport sciences faculties and 18 (1%) are sports administrators.

Conclusion: The number of graduates of sports administration departments or sports science departments working in professional sports clubs and sport federations is lower than that of other departmental graduates. In order for our national sport to move further, professional sports clubs and sports federation graduates should be recruited, especially in the administrative units of sports federation.

Keywords: Sport sciences, sport management, federation

SB869

Spor Bilimleri Alanında Görev Yapan Akademisyenlerin Bilgi Paylaşım Düzeyleri Üzerine Bir Çalışma

¹Can Çavin Ötken, ¹Cihan Ulun, ¹Tekin Çolakoğlu

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : cancavin@gmail.com, cihanulun06@gmail.com, tcolakoglu@gmail.com

Giriş: Bilgi kavramı içinde bulunduğumuz çağın en değerli unsurlarından biridir. Çağımızın rekabetçi piyasa koşulları ve gelişen teknolojileri sebebiyle bilgiye duyulan ihtiyaç giderek artmaktadır. Bu durum akademisyenleri bilgi yönetimi ve bilgi paylaşımı konularında akademik çalışmalar yapmaya yöneltmektedir. Amaç: Bu çalışmada spor bilimleri alanında görev yapan akademisyenlerin bilgi paylaşımı kavramına yönelik görüşlerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırmanın evreni, Türkiye'deki Spor Bilimleri Fakülteleri ile Beden Eğitim ve Spor Yüksek Okulları'nda görev yapmakta olan 1652 akademik personelden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklem grubu ise 279 akademisyen oluşturmuştur. Verilerin toplanması aşamasında Bilgi Paylaşım Ölçeği'nden faydalanılmıştır. Gerçekleştirilen normallik testleri sonucunda verilerin non-parametrik dağılım göstermesine bağlı olarak Mann Whitney U, Kruskal Wallis ve Spearman Korelasyon testleri uygulanmıştır. Bulgular: Araştırmada katılımcıların cinsiyet dağılımı incelendiğinde %75,98'i erkek, %24,02'sinin kadın olduğu görülmektedir. Çalışmada yaş, meslek yaşı ve ölçek alt boyutları arasındaki ilişkinin incelendiği korelasyonda $p < 0.05$ anlamlılık düzeyinde anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Unvan ile alt boyut ortalamaları arasında gerçekleştirilen Mann Whitney U testi sonucunda $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı fark bulunamamıştır. Sonuç: Çalışmada yalnızca kurumsal açıdan bilgi paylaşımı boyutunda; cinsiyet ve görev yapılan bölüm değişkenlerine göre gerçekleştirilen testlerin $p < 0.05$ düzeyinde istatistiksel açıdan anlamlı farklılığa sahip olduğu görülmüştür. Bu durum ölçme aracının diğer boyutlarıyla araştırma örneklemini açıklamada istatistiksel olarak anlamlı sonuçlara ulaşamadığını göstermiştir.

Anahtar kelimeler: Bilgi yönetimi, bilgi paylaşımı, spor yönetimi.

A Study on the Knowledge Sharing Levels of Academicians who Works in the field of Sports Science

A Study on the Knowledge Sharing Levels of Academicians who Works in the field of Sports Science

Introduction: The concept of knowledge is one of the most valuable elements of the age we are in. Due to the competitive market conditions and developing technologies of our age, the need to knowledge is increasing steadily. This situation leads academics to make academic studies on knowledge management and the sharing of knowledge. Aim: In this context, it was aimed to determine the attitudes of the academicians working in sport sciences to the concept of knowledge sharing. Methods: The population of the research consists of 1652 academic staff who are working in Faculty of Sports Sciences and School of Physical Education and Sports in Turkey. The sample group of the research was 279 academicians. In the phase of data collection was utilized Knowledge Sharing Questionnaire. At the end of normality test were seen that data was non- parametric, therefore Mann Whitney U, Kruskal Wallis and Spearman correlation tests were applied in the study. Findings: When the gender distribution of the participants was examined, it was seen that 75.98% were male and 24.02% were female. No significant correlation was found significance in correlation of the relationship between age, occupational age and scale subscales in the study. In addition, there was no significant difference at $p < 0.05$ level as a result of Mann Whitney U test performed between titles and subscale averages. Conclusion: As a result of the study, at the knowledge sharing dimension in terms of institutional; the difference in the tests performed according to gender and working department variables were found statistically significant at $p < 0.05$ level. This showed that the measurement tool did not reach statistically significant results in describing the research sample with other dimensions.

Keywords: Knowledge management, knowledge sharing, sport management.

REKREASYON RECREATION

Neden Kamp Lideri Oldum?

¹Cemal Gündoğdu, ¹Mehmet Güllü, ¹Şakir Tüfekçi, ¹Yalın Aygün, ²Mustafa Yılmaz

¹İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Malatya

²Gençlik Ve Spor Bakanlığı, Ankara

Email : cemal.gundogdu@inonu.edu.tr, mehmet.gullu@inonu.edu.tr, sakir.tufekci@inonu.edu.tr, yalinaygun@gmail.com, yilmazmustafa@gmail.com

Giriş ve Amaç: Araştırma, Gençlik ve Spor Bakanlığının gençlik kamplarında, gençlerin sosyal kültürel gelişimine katkı sağlayan kamp liderlerinin bu önemli görevi seçme nedenlerini keşfetmeyi ve kavramsallaştırmayı amaçlayarak, araştırılan sosyal fenomene yönelik derinlemesine bir anlayış kazanmayı hedeflemektedir.

Yöntem: “Gençlik ve Spor Bakanlığının gençlik kamplarında görev alan kamp liderlerinin bu görevi tercih etme nedenleri nelerdir?” temel araştırma sorusuna yönelik derinlemesine bir anlayış kazanmada nitel araştırma yöntemlerinden yararlanılmıştır. Ayrıca, araştırmanın problem durumuna ilişkin şeffaf bir bakış açısı kazandırabileceğini düşündüğümüz yorumlamacı yaklaşımlar nitel, fenomenolojik yöntemler kapsamında benimsenmiştir. Türkiye'nin çeşitli bölgelerinde Gençlik ve Spor Bakanlığının gençlik kamplarında görev alan otuz bir kamp liderleri homojen bir şekilde araştırma grubuna dâhil edilmiştir. Araştırmanın problem durumuna açıklama kazandırabilecek verilerin üretilmesi sürecinde, katılımcılarla derinlemesine fenomenolojik yüz yüze görüşmeler yürütülmüştür. Bu görüşmelere yarı-yapılandırılmış bir form rehberlik etmiştir. Verilerin üretilmesinde esas evreye geçilmeden önce görüşme formunda yer alan soruların netliğini belirleyebilmek için iki katılımcıyla pilot görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Esas evreye ilişkin görüşmelerden elde edilen verilerde doyuma ulaşıldığında veri üretmek için herhangi bir yeni girişimde bulunulmamıştır. NVivo 11 Plus yazılım paketi aracılığı ile katılımcıların fenomen üzerindeki deneyimleri nitel tematik analiz ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Yapılan analizler sonucunda dört temel tema ortaya çıkmıştır: (1) Kişisel Gelişim, (2) Rol Model, (3) Sosyal Etkileşim ve Sosyal Entegrasyon ve (4) Serbest Zaman-Macera Etkinliği”.

Sonuç: Sonuç olarak, kamp liderlerinin bu görevi seçme nedenleri; mesleki açıdan deneyim sahibi olmak, kamplara katılan gençlere olumlu yönde katkıda bulunmak, yeni insanlar tanıyarak sosyal çevre ve statü kazanmak ve rekreasyon temelli etkinliklerle serbest zamanı değerlendirmek olarak kavramsallaştırılmıştır.

Why I Became A Camp Leader?

Introduction and Aim: The research is concerned with gaining an in-depth understanding of the social phenomenon investigated in youth camps of the Ministry of Youth and Sports, aiming to discover and conceptualize the reasons why camp leaders who contribute to the social and cultural development of young people have chosen this important task.

Methods: Qualitative research methods have been used in acquiring an in-depth understanding of the overarching research question: “what are the reasons why the camp leaders of the Youth and Sports Ministry's youth camps took this position”. Moreover, interpretive approaches which researcher can gain a transparent point of view on the research problem were adopted within the focus and scope of qualitative, phenomenological methods. Thirty-one camp leaders from youth camps of the Ministry of Youth and Sports in various regions of Turkey were homogeneously included in the research group. During the process of generating the data that could give the explanatory explanation of the research problem, in-depth phenomenological face-to-face interviews were conducted with the participants. These interviews were guided through a semi-structured form. Pilot interviews were conducted with two participants to determine the clarity of the questions in the interview form before the main phase was completed.

No further attempts were made to produce data when saturation was occurred in the data obtained from the interviews within the main phase. Participants' experience on the phenomenon was analyzed by qualitative thematic analysis via NVivo 11 Plus software package.

Results: Through analyzing the data, four main themes emerged: (1) Personal Development, (2) Role Model, (3) Social Interaction and Integration, and (4) Leisure-Adventure Activity.

Conclusion: As a result, the reasons why camp leaders choose this task are; to gain experience, to contribute youth participating positively, to acquire social environment and status by meeting with new people, and to evaluate free time with recreation-based activities.

Eleştirel Bir Bakış Açısıyla Rekreasyon Lisans Programlarının Temel Sorunları ve İstihdama Etkisi

¹Kerem Yıldırım Şimşek, ²Kerem Yıldırım Şimşek

¹Anadolu Üniversitesi Eskişehir

²Anadolu Üniversitesi

Email : keremys@anadolu.edu.tr, keremys@anadolu.edu.tr

Boş zamanı değerlendirmenin farklı formları dikkate alındığında rekreasyon lisans programlarının hem sektörün hem de rekreasyon uzmanlarının mesleki ihtiyaçlarını karşılayacak yeterlilikte olmadığı ifade edilebilir. Bu bağlamda araştırmanın amacı, rekreasyon programlarının temel sorunlarını ve istihdama olan etkilerini eleştirel bir bakış açısıyla değerlendirmek ve yorumlamaktır. Araştırmanın evrenini Türkiye Cumhuriyeti Yükseköğretim Kurumları'ndaki rekreasyon lisans programları oluşturmaktadır. Belirlenen evrenin içerisinde amaçlı örnekleme yöntemlerinden biri olan ölçüte dayalı örnekleme tekniği ile 27 SBF/BESYO rekreasyon programları seçilmiştir. Araştırma, nitel araştırma yöntemlerinden biri olan durum çalışması olarak tasarlanmıştır. Rekreasyon programlarının temel sorunları ve istihdama olan etkilerine ilişkin veri toplamak için gözlem, doküman inceleme ve saha notları teknikleri kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analizi için betimsel analiz tekniğinden yararlanılmıştır. Analiz sonucunda rekreasyon programlarının temel sorunları uzmanlaşmış akademik kadro eksikliği, yanlış öğrenci seçimi, sektör ihtiyaçlarını karşılayamayan ders programı (ders, uzmanlık ve staj eksikliği) ve sektör-üniversite işbirliğinin olmaması isimli dört başlık altında toplanmıştır. Sonuç olarak, rekreasyon programlarının temel sorunları ve istihdama olan etkileri belirlenmiş ve programların sektör özelliklerine göre yeniden yapılandırılabilmesi için öneriler sunulmuştur.

Basic Problems of Recreation Undergraduate Programs and Their Effects on Employment from a Critical Viewpoint

Considering different forms of evaluating leisure time; it might be suggested that recreation undergraduate programs are not competent enough to meet the occupational needs of either the sector or recreation experts. In this context, the objective of this study is to evaluate and interpret the basic problems of recreation undergraduate programs and their effects on employment from a critical viewpoint. Target population of the study consists of recreation undergraduate programs in Higher Education Institutions of the Republic of Turkey. In the specified population, 27 SBF/BESYO recreation programs were selected via criterion-based sampling technique, which is among purposeful sampling methods. The study was designed as a case study, which is among qualitative study methods. The data regarding basic problems of recreation programs and their effects on employment were collected by using the techniques of observation, document screening and field notes. The study data were analyzed by using descriptive analysis technique. As a result of the analysis, basic problems of recreation programs were collected under four titles as; lack of specialized academic staff, false choice of students, lesson programs not meeting the sector needs, (lack of lesson, expertise and internship) and lack of sector-university cooperation. As a consequence, basic problems of recreation programs and their effects on employment were determined and some suggestions were made for restructuring the programs according to sector features.

SB153

Halk Dansları İle İlgilenen Üniversite Öğrencilerinin Davranış Özellikleri İle Eğlence Eğilimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Levent Önal, ¹Zinnur Gerek, ¹Fatih Bedir, ¹Deniz Bedir

¹Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

Email: levent.onal@atauni.edu.tr, zgerek@gmail.com, levent.onal@atauni.edu.tr, fatih.bedir@atauni.edu.tr, deniz.bedir@atauni.edu.tr

Amaç: Yapılan bu çalışmada Türkiye'nin farklı üniversitelerinde öğrenim gören ve üniversiteler arası yarışmalara katılabilecek düzeyde halk danslarıyla ilgilenen öğrencilerin, davranış özellikleri ile eğlence eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntemler: Çalışmanın evrenini Türkiye'de yükseköğretim kurumlarında halk danslarıyla ilgilenen ve aktif olarak gerçekleştiren öğrenciler oluşturmaktadır. Örneklem grubu ise Türkiye Üniversite Sporları Federasyonu'nun, 2017 Nisan ayında Muğla Bodrum'da gerçekleştirdiği Üniversiteler arası halk dansları yarışmalarına katılan Üniversitelerden, 179'u Kadın, 153'ü Erkek olmak üzere toplam 332 öğrenciden oluşmaktadır. Çalışmada üç bölümden oluşan anket formu kullanılmıştır. Birinci bölümde katılımcıların demografik özellikleri, ikinci bölümde Yurt, Keleş ve Koğar (2016) tarafından Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılan Yetişkin Eğlence Eğilimi Özelliği Ölçeği (YEEÖÖ), üçüncü bölümde ise Batıgün ve Şahin (2006) tarafından geliştirilen Davranışlar Ölçeği kullanılmıştır. Her iki ölçeğin birbirleriyle olan ilişkisini incelemek amacıyla Pearson Korelasyon testi uygulanmıştır.

Bulgular: Yapılan analizler sonucunda Yetişkin Eğlence Eğilimi Özelliği Ölçeği ile Davranışlar Ölçeği arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0.01$).

Sonuç: Araştırmanın sonucunda katılımcıların kişilik eğilimleri ile eğlence eğilimleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. ($p<0.01$). Ayrıca davranışlar ölçeğinden alınan puanların yüksek oluşu bireylerin A-Tipi kişilik eğilimine sahip olduklarını ve bu bireylerin eğlence eğilimi gösterdiğini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Eğlence, Davranış, Rekreasyon.

Kaynaklar: Batıgün, A. D. Şahin, N. H. (2006). İş stresi ve sağlık psikolojisi araştırmaları için iki ölçek: A-tipi kişilik ve iş doyumu. Türk Psikiyatri Dergisi. 17(1). s32-45.

Yurt, Ö. Keleş, S. Koğar, H. (2016). Yetişkin Eğlence Eğilimi Özelliği Ölçeği Türkçe Formunun Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi. International Journal of Human Sciences. V13. 11.

Investigation Of Relationship Between Behavior Characteristics And Entertainment Tendencies Of University Students Relating Folk Dances

Aim: In this study, it was aimed to examine the relationship between behavioral characteristics and amusement tendency of students who are interested in folk dances at different universities in Turkey and participate in competition between universities.

Materials and methods: Students, interested in and perform folk dances in higher education institutions in Turkey constitutes the universe of research. The sample group consists of a total of 332 students, 179 of which are women and 153 of which are male, from the universities participating in the Universities folk dances competition held in Muğla Bodrum in April 2017 by the Turkey University Sports Federation.

A three-part questionnaire was used in the study. In the first part, the demographic characteristics of the participants were used. In the second part, the adult playfulness trait scale (APTS) was used which is has been made reliability and validity by Yurt, Keles and Koğar (2016) in Turkish. In the third part, Behavior Scale (BS) which is developed by Batıgün and Şahin (2006) was used. Pearson Correlation test is applied to investigate the relationship between the two scales.

Findings: As a result of the analysis, it is found that there was a significant relationship between adult playfulness trait scale and Behavior Scale ($p < 0.01$).

Result: As a result of the research, it is determined that there is a significant positive relationship between the personality tendencies and amusement tendency of the participants ($p < 0.01$). In addition, high scores on behaviors suggest that individuals have an A-Type personality tendency and that these individuals have show a tendency to amusement.

Keywords: Entertainment, Behavior, Recreation.

SB237

Okul Dışı Sportif Etkinliklere Katılan 11-13 Yaşları Arasındaki Çocukların Okul İçi ve Okul Dışı Adım Sayılarının İncelenmesi

¹Necip Demirci, ¹Ayda Karaca, ¹Şükrü Alpan Cinemre, ¹Evrin Ünver

¹Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : necip.dmr@gmail.com, aydakaraca@gmail.com, sacinemre@gmail.com, evrimunver@hotmail.com

Giriş: Okul dışı sportif etkinliklere katılan ve 11-13 yaşları arasındaki kız ve erkek çocukların, toplam hafta, hafta içi, okul içi, okul dışı, hafta sonu, cumartesi, pazar, spor yapılan günler ve spor yapılmayan günlerde adım sayılarını incelemek ve önerilen düzeyde olup olmadığını belirlemektir.

Yöntem: Çalışmaya yaş ortalaması $11,95 \pm 0,89$ yıl olan 41 erkek çocuk ile yaş ortalaması $12 \pm 0,79$ yıl olan 39 kız çocuk katılmıştır. Çocukların boy ve vücut ağırlıkları ölçümü yapılmış ve ActiGraph wGT3x-BT marka akselerometreler, elastik kemer aracılığı ile çocukların baskın olan (dominant) el bileğine takılmıştır. Cihaz duş, uyku ve yüzme haricinde 7 gün boyunca takılı tutulmuştur.

Verilerin analizi: Cinsiyetler arasındaki farkın incelenmesinde bağımsız gruplarda iki ortalama arasındaki farkın anlamlılık testi, yaş grupları arasındaki farkın incelenmesi için ise tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Bulgularda çocukların okul dışı, hafta sonu ortalama ve pazar günü hariç diğer zaman dilimlerinin ortalama adım sayıları arasında cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı fark elde edilmiştir ($p < 0,05$). Kız çocukların tüm zaman dilimlerine ait adım sayılarına bakıldığında yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır ($p > 0,05$). Erkek çocukların spor yaptıkları günler hariç diğer zaman dilimlerinin ortalama adım sayılarında yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark elde edilmiştir ($p < 0,05$). Ayrıca hafta içi ile hafta sonu, okul içi ile okul dışı ve spor yapılan ile yapılmayan günler arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark elde edilmiştir.

Sonuçlar: Kız çocukların en fazla sayıda önerilen adım sayısına ulaştıkları günün spor yapılan günlerin olduğu görülmüştür. Hafta içi ve spor yapılan zaman dilimlerinin önerilen adım sayısının üzerinde olan erkek çocuk sayısının diğer zaman dilimlerinden daha yüksek olduğu görülmektedir. Sonuç itibarıyla spor yapılan günlerin diğer zaman dilimlerine göre daha yüksek ortalama adım sayısına ulaşıldığı ve çocuklar okul dışı sportif etkinliklere katıldıkları günlerde daha fazla sayıda önerilen adım sayısına ulaştığı görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel Aktivite, Çocuklar, Adım sayısı, Okul içi, Okul dışı

Investigating Of Step Count School Time And Out Of School Time in 11-13 Aged Children Engaged in Outdoor Sports Activity

Introduction: The purpose of this study is both to investigate step count which is taken during school time, out of the school time, week days, weekend, sport and non sport days of boys and girls aged 11-13, who do regular sport activity at least one day in a week and to determine whether or not step count which they take is at the recommended level.

Methods: 41 boys ($11,95 \pm 0,89$ years) and 39 girls ($12 \pm 0,79$ years) were included in this study. After anthropometric measurements, step counts were determined by using ActiGraph wGT3x-BT accelerometer for seven days. This device was wearred to wrist of participants except sleep times, swimming and shower.

Statistical Analysis: Independent samples t test and One-way ANOVA were used to determine the difference between gender and ages, respectively.

Results: There was significance difference in step count between gender in terms of a total week, weekdays, school time, Saturday, sport and nonsport days ($p<0,05$). While no difference was found in terms of out of school time, weekend and Sunday ($p>0,05$). Furthermore there was no significance difference in the girls in terms of all time period that was investigated in the study ($p>0,05$). In the boy, we obtained a significant difference in step counts between ages in all time period except sport days. When we compared step count in terms of weekdays and weekend, school time and out of school time, sport and nonsport days, significance difference was found in both genders ($p<0,05$). It has been observed that the recommended step count was only reached in the sport days in the girls. When compared to others time period, step count in the most of the boys was higher than the recommended step count in weekdays and sport days.

Keywords: Physical Activity, Children, Step Count, School time, Out of school time

SB258

Tenis Oynayan Bireylerin Cinsiyet Rollerinin Serbest Zaman Kimliği Ve Serbest Zaman Katılımı İle İlişkisinin İncelenmesi

¹Sinem Parlakyıldız, ¹Tennur Yerlisu Lapa

¹Akdeniz Üniversitesi Antalya

Email : parlakyildizsinem@gmail.com, tennur@akdeniz.edu.tr

Tenis oynayan bireylerin cinsiyet rollerinin serbest zaman kimliği ve serbest zaman katılımı ile ilişkisinin incelenmesi

Giriş ve Amaç:Serbest zaman ve fiziksel serbest zaman aktiviteleri tarihsel olarak erkeksi kabul edilmektedir.Bu çalışmada, tenis oynayan bireylerin cinsiyetlerine göre cinsiyet rolleri, serbest zaman kimlikleri ve serbest zaman katılımlarının farklılaşp farklılaşmadığının ayrıca, cinsiyet rollerinin serbest zaman kimlikleri ve serbest zaman katılımları ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Yöntem:Araştırma tarama modeliyle tasarlanmıştır.Çalışmasının evrenini Antalya ilinde dört farklı spor kulübünde düzenli olarak tenis oynayan bireyler oluşturmuştur. Çalışmanın örneklemini ise serbest zamanlarında düzenli olarak tenis oynayan, 91 kadın (Ortyaş=35.12±10.55) ve 162 erkek (Ortyaş=37.67±10.88) toplam 253 (Ortyaş=36.75±10.76) bireyden oluşmaktadır. Çalışmada Brewer vd., (1993) tarafından geliştirilen, Cieslak tarafından modifiye edilen "Sportif Kimlik Ölçeği" ve Jun tarafından "Serbest Zaman Kimliği Ölçeği" olarak adapte edilen ölçek, ayrıca BEM tarafından geliştirilmiş ve Dökmen tarafından geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmış olan "BEM Cinsiyet Rolü Envanteri" kullanılmıştır. Verilerin çözümünde, Mann-Whitney U testi ve Spearman'ın sıralama korelasyon katsayısı kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışmada sporcu kimliği açısından erkek ve kadın katılımcılar arasında herhangi bir farka rastlanmamıştır. BEM cinsiyet kimliği envanteri sonuçlarına göre, kadın katılımcıların kadınsılık, erkek katılımcıların ise erkeksilik puanlarının yüksek olduğu ve her iki cinsiyet rolü bakımından kadın ve erkek bireyler arasında istatistiksel olarak da anlamlı fark olduğu bulunmuştur. Hem erkeklerde hem de kadınlarda erkeksi cinsiyet rolünün serbest zaman kimliği ile anlamlı düzeyde pozitif ilişki gösterdiği, fakat kadınsı cinsiyet rolünün hem kadınlarda hem de erkeklerde kimlik ile ilişkili olmadığı tespit edilmiştir. Serbest zaman kimliği ise her iki cinsiyette serbest zaman katılımı ile pozitif ilişkilidir. Kadınlarda erkeklerin aksine erkeksilik serbest zaman katılımı ile ilişkili bulunmuştur.

Sonuç: Tenis sporu yapan hem erkek hem de kadın bireylerde erkeksi cinsiyet rolü serbest zaman kimliği ile, serbest zaman kimliğinin ise serbest zaman katılımı ile ilişkili olduğu, fakat erkeksi cinsiyet rolünün sadece kadınlarda katılım ile korelasyon gösterdiği söylenebilir. Bu sonuca göre tenis sporunun erkeksi olduğu söylenebilir.

Study on Correlation Between Gender Roles of Tennis Player Individuals and Their Leisure Time Identity and Leisure Time Participation

Introduction and Objective:This study aims to examine whether or not gender roles,leisure time identity and leisure time participation of tennis player individuals differentiate according to their gender as well as the correlation between gender roles and their leisure time identity and leisure time participation.

Method:The study sample is composed of (Avgage=36.75±10.76) 253 individuals in total including 91 women (Avgage=35.12±10.55) and 162 men (Avgage=37.67±10.88) who regularly play tennis in their leisure time.The "Sportive Identity Scale" developed by Brewer et al. and modified by Cieslak and adapted by Jun as the "Leisure Time Identity Scale" as well as "BEM Gender Role Inventory" developed by BEM and validity and reliability study of which has been performed by Dökmen are used in the study.In data analysis,Mann-Whitney U test and Spearman's rank correlation coefficient are used. Findings:Any difference is not found between male and female participants in terms of athlete identity in the study.

According to BEM gender identity inventory results, femininity scores of female participants and masculinity scores of male participants are high and there is a statically significant difference between female and male participants in terms of both gender roles. It is found that masculine gender role is positively correlated with leisure time identity to a statically significant extent in both female and male participants, but feminine gender role is not correlated with identity in both female and male participants. On the other hand, leisure time identity is positively correlated with leisure time participation in both genders. Masculinity is found correlated with leisure time participation in women unlike men.

Conclusion: It may be stated that masculine identity role is correlated with leisure time identity and the leisure time identity is correlated with leisure time participation both in male and female individuals playing tennis, but masculine gender role displays correlation only with participation in female individuals.

Formal Boş Zaman Eğitiminde Farklı Öğretim Yöntemlerinin Etkililiğinin İncelenmesi: Deneyssel Bir Çalışma

¹Süleyman Munusturlar

¹Anadolu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü.

Email : suleyman.munusturlar@gmail.com

Giriş Okulların meslek edindirmenin yanı sıra insanı yaşama hazırlama misyonunun olmasına bağlı olarak okullar boş zamanın doğru kullanımının öğretildiği ve boş zaman becerilerinin kazandırıldığı yegane ortamlardır (Sivan, 2007). Bu araştırmanın temel amacı örgün eğitim sistemi içinde farklı öğretim yöntemleri kullanılarak gerçekleştirilen boş zaman eğitimi (BZE) uygulamalarının etkisini incelemektir. Yöntem Bu çalışmada yarı deneyssel araştırma modellerinden, kontrol grupsuz ön test - son test deseninde planlanmıştır. Kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi ile seçilmiş, yaşları 9-13 arasında değişen 155 öğrenci (deney I grubu: 76 öğrenci, deney II grubu: 79 öğrenci) bu araştırmanın çalışma grubunu oluşturmaktadır. Deney I grubuna oyun temelli, deney II grubuna ise düz anlatım yöntemi kullanılarak BZE verilmiştir. Araştırmada öğrencilerin boş zaman eğitimi düzeylerini ölçmek için Munusturlar (2014) tarafından geliştirilen Boş Zaman Eğitimi Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın amacı doğrultusunda deney gruplarının ön-son test BZE ölçümleri arasındaki farkı araştırmak amacıyla, parametrik testlerden İki Eş Arasındaki Farkın Önemlilik Testinden, ön-son test erişileri arasındaki farkı incelemek amacıyla ise Bağımsız Gruplar T-Testinden yararlanılmıştır. Bulgular Yapılan istatistiksel analizler sonucunda deney I ve II grubunda BZE puan ortalamalarının son test lehinde anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir. İki grubun ön-son test erişileri arasındaki fark incelendiğinde ise, BZE' nin problem çözme ve sosyal etkileşim becerileri alt boyutlarında oyun temelli öğretim yönteminin kullanıldığı deney I grubu lehine anlamlı fark olduğu bulunmuştur. Sonuç Sonuç olarak örgün eğitim ortamında hem oyun temelli hem de düz anlatıma dayalı öğretim metodu kullanılarak gerçekleştirilen boş zaman eğitiminin insanların boş zaman eğitim düzeylerini (boş zaman okuryazarlıklarını) geliştirdiği ifade edilebilir. Bu araştırmanın sonuçlarının dünya genelinde onlarca ülke de formal eğitim sistemi içerisinde yürütülen müfredata dayalı boş zaman eğitiminin, Türkiye' deki gerekliliğine ve uygulanabilirliğine ilişkin kafalarda oluşan soru işaretlerine ışık tutacağı düşünülmektedir. Seçilmiş Kaynaklar Sivan, A., (2007). Educating for leisure. In E. Cohen-Gewerc & R. A. Stebbins (Eds.), The pivotal role of leisure education: Finding personal fulfillment in this Century (pp.51-62). Pennsylvania: Venture Publishing.

Examination Of The Effects Of Using Different Teaching Methods In Leisure Education: An Experimental Study

Introduction Schools are unique places where students can gain leisure time skills and learn how to use their time properly (Sivan, 2007). The main purpose of this study is to examine the effects of leisure education practices using different teaching methods in formal education. Method In this study, quasi-experimental research methodology has been used in the framework of pretest - posttest design without the use of a control group. In total, 155 students (group I:76, group II:79) between the age of 9-13 were selected through a convenience sampling method. The Leisure Education Scale (Munusturlar, 2014) was used to measure leisure education levels of students. In order to examine the difference between the pretest- posttest measurements of experimental groups Paired Sample T-Test, to examine the difference between the pretest-posttest access Independent Samples T-Test was used. Findings As a result of the statistical analyses, it was determined that the leisure education score averages in the experimental groups I and II were significantly different in favor of the posttest. When the difference between the pretest-posttest access results of the two groups was examined, it was found that the leisure education had a significant difference in favor of the experimental group I that experienced play-based teaching method in the sub-dimensions of problem-solving and social interaction skills. Conclusion As a conclusion, it can be argued that both lecture-teaching and play-based teaching methods are effective in terms of leisure education practices in formal education to improves the leisure education levels of people. It is thought that the results of this research will shed light on the question and doubts arising from the curriculum-based leisure education, regarding the necessity and applicability in Turkey.

References Sivan, A.,(2007).Educating for leisure. In E.Cohen-Gewerc & R.A.Stebbins (Eds.), The pivotal role of leisure education: Finding personal fulfillment in this Century (pp.51-62).Venture Publishing.

SB314

Rekreasyonel Yerel Parkların Sahip Olması Gereken Özelliklerin Uzman Görüşlerine Göre Belirlenmesi: Eskişehir İli Örneği

¹Alican Bayram, ¹Kerem Yıldırım Şimşek

¹Anadolu Üniversitesi, Eskişehir

Email : alicanbayram26@gmail.com, kysimsek@anadolu.edu.tr

Giriş: Şehir hayatında boş zamanın rekreatif aktivitelerle değerlendirildiği en rahat ulaşılabilir alan, yerel parklardır. Yerel parklar, ücretsiz açık alan rekreasyon faaliyetlerine uygun ve bireylere sosyal, spor, sağlık, sanat, kültür ve eğitim içerikli rekreatif aktivitelerin bir parçası olabilmeye fırsatı tanıyan mekanlar olarak ön plana çıkmaktadır. Yerel parkların rekreatif aktivite imkanlarını sunacak şekilde düzenlenmesi önem arz etmektedir. Yerel parkların bu özellikleri dikkate alındığında Eskişehir ilinde bulunan yerel parkların birbirinin benzeri olduğu ve farklı aktivite imkanlarını yeterli düzeyde sunmadığı gözlemlenmiştir.

Amaç: Bu araştırmada yerel parkların rekreatif anlamda sahip olması gereken özelliklerin uzman görüşlerine göre belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem:Bu çalışma, nitel araştırma bakış açısını temel alarak doğal ortamında tümevarımcı bir şekilde tasarlanmıştır. Eskişehir Büyükşehir Belediyesi bünyesinde bulunan yirmi mahalle/komşu parkının tamamı gözlem tekniği ile incelenmiş ve Eskişehir'de yaşayan 6 alan uzmanı ile odak grup görüşmeleri yapılmıştır. Literatür, odak grup görüşmesi ve gözlem neticesinde elde edilen otuz beş maddelik özellik havuzu, delfi tekniği ile Türkiye'deki 11 alan uzmanına iki tur halinde sunulmuş ve görüşleri alınmıştır. Rekreasyonel yerel parkların sahip olması gereken özellikler delfi tekniği ile tespit edildikten sonra gözlem yapılan parkların bu özelliklere sahip olup olmama durumu tekrar incelenmiştir.

Bulgular: Literatür, gözlem, odak grup görüşmesi ve delfi tekniklerinden elde edilen bulgularda 15 özellik (yeşil alan, fiziksel aktivite alanları, dinlenme imkanı, çocuk oyun alanı, güvenlik, aydınlatma, lavabo ve tuvalet, oturacak alanlar, engelsiz park, peyzaj, temizlik ve bakım, tabelalar, gölgelik alanlar, park içi rekreatif aktivite imkanı ve hayvan dostu) yerel parkların olmazsa olmaz özelliği, 6 özellik (ekipman, çok amaçlı alanlar, hizmet sunan işletmeler, su ve yaratıcı oyun imkanları) ise parkların temalarına, alan büyüklüklerine ve kullanıcı profillerine göre şekillenebilecek özellikleri olarak tespit edilmiştir.

Sonuç: Gözlem yapılan yirmi mahalle parkındaki mevcut durumunun belirlenen özelliklere göre yeterli düzeyde olmadığı saptanmıştır. Belirlenen bu özelliklerin yerel parkların standartlaşma sürecine ve kaliteli parkların oluşumuna katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Determination of the Features that Recreation Local Parks are Supposed to Have According to Expert Views: Eskişehir Province Sample

Introduction: Local parks come into prominence as areas which are suitable for free of charge outdoor recreation activities and provide individuals an opportunity of being a part of recreative activities with the content of social, sports, health, art, culture and education. To organize local parks in ways to provide recreative activities opportunities has importance. When these features of recreational parks were taken in consideration, it was observed that the local parks in Eskişehir are similar and do not provide various activity opportunity enough.

Purpose:In this study, it was aimed that the features in terms of recreation the local parks are supposed to have are determined according to experts' ideas.

Method: This study was inductively designed in its natural environment based upon qualitative research view. 20 neighbourhoods within the scope of Eskişehir Metropolitan Municipality were entirely analysed with the way of observation and focus group discussion were conducted with 6 field experts live in Eskişehir. Obtained features pool with 35 items as a result of literature, focus group discussion and observation was presented to 11 field experts in Turkey with the Delphi technique and their opinions were taken. After the features that recreational local parks are supposed to have had pinpointed with Delphi technique, it was analysed if the observed parks have these features or not.

Findings: In the findings obtained from literature, observation, focus group discussion and Delphi technique; it was established that 15 features indispensable for parks, 6 features are the features that could be formed according to theme, the size and user profile of the parks.

Result: It is appointed that present situation in observed 20 neighbourhood parks is not enough according to determined features. It is thought that these determined features will contribute to standardization of local parks and forming parks of high quality

Türkiye’de Rekreasyonun Gelişimi: Sistematiik İnceleme

¹Tennur Yerlisu Lapa, ¹Elif Köse, ²İlhan Günbayı

¹Akdeniz Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya

²Akdeniz Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi, Antalya

Email : tennur@akdeniz.edu.tr, elifkose9@gmail.com, igunbayi@akdeniz.edu.tr

Giriş ve Amaç: Bu çalışma Türkiye’de spor bilimleri dergileri içinde rekreasyon alanına ilişkin yayımlanan makaleleri hem metodolojik ve ontolojik açılarından değerlendirmek hem de rekreasyonun tarihsel gelişimine ve gelecek eğilimlerine ışık tutmak amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Bu çalışma sistematiik inceleme olup doküman analizi yöntemi ile yapılmıştır. Araştırmanın amacına bağlı olarak alan yazın taraması DergiPark hizmeti kapsamında yer alan TÜBİTAK ve ULAKBİM veri tabanları ile TR-Dizin’ de yapılmıştır. Taramalar Türkçe ve İngilizce olmak üzere toplam 9 (boş zaman, serbest zaman, rekreasyon, rekreatif, rekreasyonel, leisure, recreation, recreative, recreational) anahtar kelime ile yapılmıştır. Yapılan alan yazın taraması sonucu; DergiPark kapsamında 73, TR-Dizin kapsamında 31 olmak üzere toplam 104 makale değerlendirilmiştir.

Bulgular: Rekreasyon alanında yayımlanan makalelerin 5 yıllık periyotlara göre değerlendirildiğinde nicelik yönünden arttığı tespit edilmiş, veri toplama yöntemlerine göre sayıları incelendiğinde ise ampirik çalışmaların, ampirik olmayan çalışmalara oranla fazla olduğu saptanmıştır. Araştırma yöntemleri açısından ele alındığında ise nicel çalışmaların, nitel ve karma yöntem çalışmalarına oranla 8 kat fazla olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte nitel ve karma yöntem araştırmaları 2011 yılı sonrasında yayımlanmaya başlamıştır. Ampirik çalışmalarda kullanılan desenlere bakıldığında ise betimsel çalışmaların, durum ve eş zamanlı paralel desen çalışmalardan fazla olduğu tespit edilmiş, durum çalışması desenleri içinde en fazla tercih edilen desenin ise bütüncül çoklu durum deseni olduğu görülmüştür. Alana en fazla katkı sağlayan makale ise 37 atıf almıştır. Yayımlanan makalelerin yıllara göre konu başlıklarına bakıldığında; en çok tercih edilen çalışmaların 1996-2000 yılları arasında boş/serbest zaman değerlendirme üzerine yapılan çalışmalar olduğu, 2001-2005 yılları arasında boş/serbest zaman katılımı, 2006-2010 yılları arasında boş-serbest zaman alışkanlıkları ve boş/serbest zaman değerlendirme üzerine yapılan çalışmalar olduğu ve 2011 yılı sonrasında ise boş-serbest zaman tatmini ve boş/serbest zaman katılımının olduğu görülmektedir.

Sonuç: Türkiye’de nitel ve karma yöntem araştırmalarına yönelik hem nicelik hem de nitelik yönünden araştırmaların arttırılması için rekreasyon alanında eğitim veren kurumların ve bu alanda çalışan nitelikli uzman kadrolarının arttırılması önerilmektedir.

The Development Of Recreation in Turkey: A Systematic Analysis

Purpose: The aim of this study is to make methodological and ontological assessments about Recreation related articles that are published in Sport Science in Turkey and enlighten historical development, progress and future trends of Recreation.

Approach: This study is a systematic review and document analysis is used. Literature review is performed in TR Dizin, TUBİTAK and ULAKBİM data bases, which is under the responsibility of DergiPark in accordance with the purpose of this study 9 keywords in Turkish and English is used to review. Total 104 articles, 73 in DergiPark, 31 in TR Dizin are evaluated.

Findings: The number of articles that are published are increased based on 5 years period. Quantity of empirical studies are more than non-empirical studies data collection method. According to Quantitative data collection method. Quantitative studies has been performed more than Qualitative and mix type based on research methods. On the other hand, qualitative and mix type researches started to be published after 2011.

Descriptive analysis are used more than case study and convergent parallel design in empirical studies. Multiple design is the most preferred method in case study design. The most important article in recreation has 37 reference. The most preferred studies between 1996-2000 are about leisure, between 2001-2005 leisure participation, between 2006-2010 about leisure and leisure habits after 2011 about leisure participation and leisure satisfaction based on the headers of the article that are publish in years.

Conclusion: It is suggested to increase recreational Intuitions and qualified personnel to be able to have more studies about qualitative and quantitative research in Turkey.

SB439

Pamukkale Üniversitesi Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi, Örgütsel İmaj ve Özdeşleşme Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

²Uğur Sönmezoğlu, ²Hüseyin Gökçe, ¹Gizem Karakas

¹Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

²Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

Email : ugur_81@hotmail.com, hsyngkc@gmail.com, gdogduay@sakarya.edu.tr

Amaç: Araştırmada Pamukkale Üniversitesi (PAÜ) öğrencilerinin üniversite yaşam kalitesi, örgütsel imaj ve özdeşleşme düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışmada tekil tarama modeli kullanılmıştır. PAÜ'ye bağlı birimlerde öğrenim gören 583 kadın (%38.7) ve 923 erkek (%61.3) toplam 1506 öğrenci kümelerine göre örneklem tekniğiyle belirlenerek örneklem dâhil olmuştur. Çalışmada araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu; Doğanay ve Sarı (2004)'nın geliştirdiği Üniversite Yaşam Kalitesi Ölçeği; Kazoleas, Kim ve Moffitt (2001) tarafından geliştirilen ve Polat (2011) tarafından uyarlanan Üniversite İmaj Algısı Ölçeği; Mael ve Ashforth (1992) tarafından geliştirilen, Tak ve Aydemir (2004) tarafından uyarlanan Örgütsel Özdeşleşme Ölçeği kullanılmıştır. Verilere independent samples t-test, one-way ANOVA, korelasyon ve regresyon analizleri yapılmıştır.

Bulgular: Kadın öğrencilerin üniversite yaşam kalite düzeyleri, imaj algıları ve özdeşleşme düzeyleri erkek öğrencilerden yüksek bulunmuştur. Spor yapan öğrencilerinin üniversite imaj algılarının yapmayanlara göre yüksek olduğu; özdeşleşme düzeyinde ise anlamlı bir farklılık yaratmadığı görülmüştür. Öğretim elemanı-öğrenci iletişimi, sosyal olanak, öğrenci-öğrenci iletişimi ve gelecek alt boyutlarında spor yapanların yaşam kalitesi daha yüksek bulunmuştur. Öğrencilerin öğrenim sürelerinin imaj algısını değiştirmedeği yalnızca kararlara katılım ve sınıf ortamı yaşam kalitelerinin öğrenim süresine göre arttığı gözlemlenmiştir.

Öğrencilerin yaşam kalitesi hakkında en fazla olumlu buldukları kararlara katılım alt boyutu olurken; kalite imaj algısının ön plana çıktığı gözlemlenmiştir. Ölçeklerin tüm alt boyutlarında orta ve zayıf düzeyde pozitif anlamlı bir ilişki tespit edilirken; yaşam kalitesinin yalnızca kimlik alt boyutunun, imaj algısının tüm alt boyutlarıyla ve özdeşleşme ölçeğiyle aralarında zayıf düzeyde negatif anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Regresyon analizi sonuçlarına göre yaşam kalitesi, üniversite imajını ve özdeşleşme düzeyini etkilerken; imaj algısının ayrıca özdeşleşme düzeyinde de etkisi olduğu görülmüştür. Spor bilimleri fakültesindeki öğrencilerin yaşam kalitelerinin ve özdeşleşme düzeylerinin diğer birimlerde öğrenim gören öğrencilerden anlamlı şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur. Sonuç: Sonuç olarak, PAÜ yaşam kalitesinin öğrencilerin üniversite imajını algılama biçimlerini ve özdeşleşme düzeylerini pozitif yönde etkilediği görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Pamukkale Üniversitesi, Yaşam kalitesi, Örgütsel İmaj, Özdeşleşme

An Examination of the Relationship Between Pamukkale University Students' Quality of Life, Organizational Image and Level of Identification

Aim: In this study, it's aimed to investigate the relationship between the quality of life of university, organizational image and identification degrees of university students.

Method: The single screening model was used for the research. In this study, 583 female (38.7%) and 923 male (61.3%) students in various units affiliated to Pamukkale University were included in the sampling by cluster sampling technique.

The personal information form prepared by the researcher, Quality of Life in University Scale developed by Doğanay and Sarı (2004), Perceived Organizational Image Scale developed by Kazoleas, Kim and Moffitt (2001) and adapted by Polat (2011) and Organizational Identification Scale developed by Mael and Ashforth (1992) and adapted by Tak and Aydemir (2004) was utilized for the study. Independent samples t-test, one-way ANOVA, correlation and regression analyzes were performed on the data.

Findings: Female students' quality of life, image perceptions and identification levels were higher than male students. It's found that the athlete students are higher than nonathlete the university image perceptions however no significant difference in the level of identification of sports students. The quality of life of the athlete was higher in the teaching staff - student communication, social facilities, student-student communication and future subscales. Participation to decisions was the subscale to decisions that students find most positive about the quality of life and the quality image of the university was found to be the foreground. It's been found that the qualities of life of the students of the sport sciences faculty and their identification levels don't differ significantly in favor of sport sciences from students in other units.

Result: As a result, it was observed that the quality of life of PAU affects students' perception of university image and the level of identification.

Keywords: Pamukkale University, Quality of Life, Organizational Image, Organizational Identification.

SB641

Yapay Tırmanış Duvarında Yapılan Rekreatif Tırmanış Çalışmalarının Çocukların Denetim Odağı Üzerine Etkisi

¹Güçlü Özen, ¹Ahmet Özsoy, ¹Nuh Osman Yıldız

¹Abant İzzet Baysal Üniversitesi BESYO, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, Bolu

Email : guclu1234@yahoo.com

Giriş: Bu araştırmanın amacı ilköğretim öğrencilerinin katıldıkları rekreatif amaçlı yapay duvar tırmanışının onların denetim odağı üzerine etkisini belirlemektir. Yapay duvar tırmanışı, katılımcıları kendi sınırlarını ve diğerlerini tanıma fırsatları yaratan, pasif değil aktif kılarak yaşayarak öğrenmesine yol açan sportif bir etkinliğin ötesinde bir öğrenme noktası olarak karşımıza çıkmaktadır. Yöntem: Araştırma tek grup ön test-son test modelinde tasarlanmıştır. Araştırmanın örneklemini çalışma evreni ile aynı olup uygulamalara gönüllü katılan ilköğretim 7 ve 8. sınıflarda okuyan 40 (15 kadın, 25 erkek) öğrenciden oluşmaktadır. Tırmanış uygulaması öğrencilerin serbest zamanlarına uygun olarak belirlenen ve aralarında en az yirmi dört saat bulunan iki gün, süresi doksan dakika olarak organize edilmiştir. Yaş grubuna uygun ısınma hareketleri ile başlayan çalışma yine o yaş grubuna uygun rotalarda önce üstten emniyetli daha sonrasında ise üstten emniyetli- lider tırmanışa uzanan bir gelişim şematiği içerisinde yapılandırılmıştır. Uygulama esnasında sadece tırmanma becerisi değil, aynı zamanda temel tırmanış teknikleri, temel düğümler, emniyet alma gibi konularda bilgi ve becerilerin kazanılması sağlanmıştır. Uygulama altı hafta sürmüş ve anket uygulaması çalışma öncesi ve sonrasında yapılmıştır. Araştırmada öğrencilerin içsel ya da dışsal denetimli oluşlarını belirlemek amacıyla geçerlik çalışması Yeşilyaprak tarafından yapılan "Nowicki-Strickland Denetim Odağı Ölçeği" kullanılmıştır.

Bulgular: Yapılan istatistiksel analizler sonucunda, cinsiyet farklılığı açısından incelendiğinde, ön test ve farkların farkı arasında, toplam puanlar açısından bakıldığında ise ön test-son test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmiştir ($p<0.05$).

Sonuç: Yapay tırmanış duvarına yönelik yapılan etkinlikler bütünü katılımcı çocukların denetim odağı algılarında olumlu gelişmeye yol açmış ve çocuklar yaşadıkları olayların, çevresinde olup bitenlerin kendi denetimleri altında olduğuna ve yaşamlarını istedikleri yöne çevirebileceklerine olan inançlarını olumlu yönde etkilediği görülmüştür.

The Impact of Artificial Wall Climbing as a Recreational Activity on Children's Locus of Control

Introduction: The aim of this research was to determine the effects of artificial wall climbing as a recreative activity on children's locus of control. Creating an opportunity to learn one's own limits and that of others' and an active rather than passive learning environment, artificial wall climbing represents itself as a learning point beyond a sportive activity.

Method: In the research has been used pretest – post test model. The sample of the study is the same as the study universe. 40 (15 female, 25 male) students studied in 7th and 8th grade primary school attended voluntarily. Childrens attended to practice twice a week at least twenty-four hours between days, 90 minutes lenght. The activity started with warm-up suited to the age group, followed by an age- suitable developmental scheme that extended from top rope to lead climbing route. During the practice, not only climbing skills but also basic knowledge of climbing techniques, basic knots, and belaying were provided. The practice lasted six weeks and the questionnaire was applied before and after the practice. "Nowicki-Strickland Locus of Control Scale", the validity study, made by Yeşilyaprak, was used to determine whether participants had a tendency towards an externalizing or internalizing bias. Results: When the results of the statistical analysis were studied for gender difference, it was found that there was a statistically significant difference between the pre-test and the difference of the differences. As regards total scores, there was a statistically significant difference between the pre-test and post-test scores ($p<0.05$).

Conclusion: The group of activities carried out for the artificial wall climbing led to a positive development in the perceptions of children's locus of control and it was seen that children's beliefs that what happened was under their control and that their lives could be turned into what they wanted was positively influenced.

SB652

Otizm Spektrumlu Bireylerde Fiziksel Aktiviteye Katılım: Ebeveynlere Göre Engeller, Kolaylaştırıcılar, Kişisel ve Sosyolojik Etkiler

¹Rıfat Kerem Gürkan, ¹Funda Koçak

¹Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : keremgurkan94@gmail.com, Funda.Kocak@ankara.edu.tr

Bu araştırmanın amacı, ebeveynlerin görüşlerine göre, otizm spektrumlu bireylerin fiziksel aktiviteye katılımında karşılaştıkları engeller, bu engellerle başa çıkmalarını sağlayan kolaylaştırıcılar ve fiziksel aktiviteye katılım sonucunda gözlemledikleri kişisel ve sosyolojik etkilerin belirlenmesidir. Araştırmada, nitel araştırma yöntemlerinden yarı-yapılandırılmış görüşme tekniği kullanılmıştır. Araştırma deseni olarak ise fenomenoloji yöntemi kullanılmıştır. Katılımcılar kişisel bilgi formu doldurarak, çocuklarının fiziksel aktiviteye katılımlarını kolaylaştıran ya da engelleyen sebeplerin neler olduğunun tespit edilmesi amacıyla 2 adet açık uçlu soru ve fiziksel aktivite sonucunda elde edilen kişisel ve sosyolojik etkilerle ilgili 2 adet açık uçlu yöneltmiştir. Görüşme soruları (Lang ve ark., 2010; Koenig ve ark., 2010) tarafından yapılan çalışmadan yararlanılarak hazırlanmıştır. Araştırmanın çalışma grubu Ankara'daki bir özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinin gerçekleştirmiş olduğu Hareket Eğitimi Projesi'ne çocuğu düzenli olarak katılan 11 ebeveyn oluşturmaktadır. Araştırmada amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme kullanılmıştır. Verilerin analizinde içerik analizi yöntemi kullanılarak, genel bir çerçeve içinde yapılan kodlama biçimi ile kodlar oluşturulmuştur. Nitel verilerin güvenilirlik analizi Miles ve Huberman (1994) tarafından geliştirilen formül kullanılmıştır. Çalışmada güvenilirlik yüzdesi %78 bulunmuştur. Araştırma kişisel gelişme, sosyal gelişme, engeller ve kolaylaştırıcılar olmak üzere 4 tema ve 32 kod oluşturulmuştur. Sonuç olarak, otizm spektrum bozukluğu yaşayan bireylerin ebeveynlerinin çocuklarını fiziksel aktiviteye yönlendirmede bir takım engellerle karşılaştıkları ancak, bu engellere rağmen elde edilen kişisel ve sosyal kazanımlardan ötürü, kolaylaştırıcıların da katkısıyla çocuklarının fiziksel aktiviteye katılımına devam ettikleri görülmektedir.

Anahtar kelimeler: Otizm Spektrum, Ebeveyn, Fiziksel Aktivite, Engeller, Kolaylaştırıcılar

Participation in Physical Activity in Individuals With Autism Spectrum: According To Parents, Constraints, Facilitators, Personal And Sociological Effects

The aim of this research is to determine the personal and sociological effects that autistic spectrum individuals see in their participation in physical activity, the facilitators that enable them to cope with these constraints, and the consequences of participating in physical activity, according to the parents' views. In the study, semi-structured interview technique was used as qualitative research methods. Phenomenology method was used as research design. Two open-ended questions and two open-ended questions about the personal and sociological effects obtained as a result of the physical activity were sought in order to determine what the purpose of the study was and what was the reason for the participation of the children in the theoretical framework of the research and to facilitate or prevent their participation in the physical activity. It was prepared using the work done by the interview questions (Lang et al., 2010; Koenig et al., 2010). The research's study group, the Movement Education Project, conducted by a Special Education and Rehabilitation Center in Ankara, has 11 parents who regularly participate in the project. Criteria Sampling methods were used in the study sample. In the analysis of the data, content analysis method was used. Reliability analysis of qualitative data The formula developed by Miles and Huberman (1994) was used. The reliability of the study was 78%. The research consists of 4 themes and 32 codes, including personal, social development and constraints, facilitators. As a result, it is seen that the parents of the individuals with autism spectrum disorder have some constraints to directing their children to physical activity, but because of the personal and social gains obtained in spite of these constraints, it is seen that their children continue to participate in physical activity with the contribution of facilitators.

Keywords: Autism Spectrum, Parent, Physical Activity, Constraints, Facilitators

Kaynak Teorisinin Boş Zaman Spor Etkinliklerinde Uygulanabilirliği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

¹Hüseyin Çevik, ¹Kerem Yıldırım Şimşek

¹Anadolu Üniversitesi, Eskişehir

Email : huseyincevik@anadolu.edu.tr, keremys@anadolu.edu.tr

Giriş: Kaynak teorisi bireyler arasında değiştirilen kaynakların özelliklerini, değişim kalıplarını ve değişim kurallarını değerlendirmektedir. Teoriye göre sevgi, statü, bilgi, para, malzeme ve hizmet tüketiciler ve organizatörler tarafından bir ürüne ya da hizmete yönelik yatırılan kaynak türleridir. Bu araştırmada kaynak teorisi temel alınarak geliştirilen, katılımcının bakış açısına göre etkinlik organizatörünün ve katılımcının kaynak yatırımı değerlendirilen Organizatörün Algılanan Kaynak Yatırım Ölçeği (OAKYÖ) ve Katılımcı Kaynak Yatırımı Ölçeği (KKYÖ)'nin Türk dil ve kültürüne uyarlanması, geçerliği ve güvenirliliği ile ilişkili özelliklerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmaya 4. Eskişehir Dans Festivaline katılan uygun örnekleme yöntemi ile seçilen 303 kişi katılmıştır. Veriler yüz yüze görüşme tekniği kullanılarak anket aracılığı ile toplanmıştır. Ölçeklerin yapı geçerliliği için Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) ve Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) kullanılmıştır. Güvenirlik için ise iç tutarlılık, test tekrar test ve madde toplam korelasyon analizlerinden yararlanılmıştır.

Bulgular: AFA ve DFA sonuçları OAKYÖ'nün 6 faktörlü 18 madde, KKYÖ'nün ise 5 faktörlü 15 maddeden oluşan yapısını desteklemektedir. Her iki ölçekte faktör yükü 0.65'in altında olan madde bulunmamaktadır. Ölçeklerdeki tüm maddelerin ve boyutların güvenirliliğinin kabul düzeyinde olduğu tespit edilmiştir (Cronbach'a > 0.72). Test tekrar test analizi sonucunda iki ölçüm arasında ilişkinin yüksek olduğu gözlemlenmiştir ($0.70 < r < 0.89$). Maddelerin ayırt etme gücünün ise yeterli olduğu tespit edilmiştir ($0.224 < r < 0.779$).

Sonuç: Araştırma sonucu OAKYÖ ve KKYÖ'nün boş zaman spor etkinlik katılımcılarının kaynak yatırımlarının değerlendirilmesinde kullanılabilecek yapısal özelliklere sahip olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca Türkiye'de boş zaman spor etkinlik katılımcılarının kaynak yatırımı diğer kültürlere göre farklı boyutlar ile değerlendirdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Kaynak: Okayasu, I., Nogawa, H., & Morais, D. B. (2008). Operationalization of the resource investments construct of recreational sport event. *Event Management*, 12(3-4), 209-223.

Applicability of Resource Theory on Leisure Time Sport Events: Validity and Reliability Study

Introduction: Resource theory assesses the features of resources changed between individuals, change patterns and change rules. According to the theory, affection, status, information, money, material and service are kinds of sources invested for a product or service by consumers or organizers. In this resource, it was aimed to adapt Organizers' Perceived Resource Investments (OPRI) and Participants' Reported Resource Investments (PRRI) developed based on resource theory and evaluating resource investment of activity organizer and participant in terms of the point of view of the participant into Turkish language and culture.

Method: 303 people selected with convenience sampling method participating into 4th Eskişehir Dance Festival participated into the resource. Data was collected by means of questionnaire using face-to-face interviewing technique.

Exploratory Factor Analysis (EFA) and Confirmative Factor Analysis (CFA) were used for structural validity of the scales. Internal consistency, test - retest and total item correlation analyses were utilized for reliability.

Results: AFA and DFA results support OPRI structure of 6 factors and 18 items and PRRI structure of 5 factors and 15 items. In both scales, there were no items with factor load under 0.65. It was detected that reliability in all items and dimensions were within the acceptance level (Cronbach's $\alpha > 0.72$). At the end of the test – retest analysis, it was observed that the relationship between these two measurements was high ($0.70 < r < 0.89$). It was detected that ability to distinguish of the items was sufficient ($0.224 < r < 0.779$).

Conclusion: The resource conclusion has revealed that OPRI and PRRI have structural features that can be used for the assessment of resource investments of participants of leisure time sport activities. Moreover, it was concluded that the participants of leisure time sport activities in Turkey evaluates resource investment with different dimensions compared to other cultures.

Spor Merkezi Üyelerinin Ciddi Boş Zaman Etkinliklerine Katılımlarının İncelenmesi

¹Gülseda Eraslan, ¹Alparslan Ünveren

¹Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya

Email : gulseda-bsbtn@hotmail.com, alparslan.unveren@dpu.edu.tr

Bu araştırmanın amacı, Ankara ilinde rekreasyonel spor merkezlerini kullanan bireylerin ciddi boş zaman katılım düzeylerini farklı değişkenler açısından incelemektir. Araştırmaya, Ankara ilinde farklı ilçelerde bulunan altı spor merkezinden, kendisini ciddi boş zaman katılımcısı olarak ifade eden ve çalışmaya gönüllü olarak katılan toplam 513 kişi (239 kadın, 274 erkek) katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, Akyıldız (2013) tarafından geliştirilen, 42 madde ve 9 faktörden oluşan 'Ciddi ve Kayıtsız Boş Zaman Ölçeği (CKBZ)' kullanılmıştır. Bu ölçek dokuz alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar; boş zaman kariyeri, yeterlilik hissi, psiko-sosyal fayda, terapatik fayda, sosyal dünya, bağlılık, kişilik, azim ve kişisel çaba olarak isimlendirilmiştir. Verilerin değerlendirilmesi aşamasında SPSS Windows 21 Paket program kullanılmıştır. Cinsiyet açısından CKBZ ölçeği alt boyutları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını ölçmek için T-Test, diğer bütün değişkenler (yaş, medeni durum, eğitim durumu, aile gelir durumu, egzersiz yapma öncelikli amacı, egzersiz yapma süresi, tesise ulaşım süresi) için ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi uygulanmıştır. Anlamlı bulunan farklılıkların hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla Tukey HSD testi uygulanmıştır. Sonuç olarak, spor merkezindeki ciddi boş katılımcılarının aldığı en yüksek puan "Treatpatik Fayda" alt boyutuna ait iken en az puan "Sosyal Fayda" alt boyutuna aittir. Ayrıca, spor merkezi üyelerinin ciddi boş zaman puanları ile yaş, medeni durum, eğitim durumu, aile gelir durumu, egzersiz yapma öncelikli amacı, egzersiz yapma süresi, tesise ulaşım süresi değişkenleri arasında anlamlı bir farklılık vardır.

Investigation Of Participations Of Sport Centers Members To Serious Leisure Time Activities

The purpose of this study is to examine the serious leisure time participation levels of individuals using recreational sports centers in Ankara in terms of different variables. As serious leisure participants, 513 people (239 women, 274 men) participated in the survey, representing from six recreational sports centers located in different districts in Ankara. The 'Serious and Casual Leisure Measure (CKBZ)' consisting 42 items and 9 sub-dimension developed by Akyıldız (2013) was used in the research. These factors are labelled as leisure career, feeling of competence, psychosocial benefit, therapeutic benefit, social world, commitment, personality, perseverance, and personal effort. SPSS 21.0 for Windows Package Program was used to analyze the data. In the statistical analysis, descriptive statistics was used to identify participants' demographic profiles and T-Test was used to determine whether a significant difference between the CKBZ scale subscales in terms of gender. In addition, ANOVA test was applied for all other variables (age, marital status, education status, family income status, exercise intention, duration of exercise, duration of facility transportation). The Tukey HSD test was applied to determine which groups resulted in significant differences. According to research findings, the highest score of the serious leisure participants in the sports center belongs to the "Therapeutic Benefit" sub-dimension while the minimum score belongs to the "Social Benefit" sub-dimension. In addition, there is a significant difference between the serious leisure scores of the sports center members and the age, marital status, educational status, family income status, exercise intention, duration of exercise, duration of facility transportation.

SB768

Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zamanda Sıkılma Algıları ile Serbest Zaman Yönetimleri Arasındaki İlişki

²Veli Ozan Çakır, ¹Seniz Parlakkılıç

¹Gebze Teknik Üniversitesi, Kocaeli

²İstanbul Üniversitesi, İstanbul

Email : , senizparlakkilic@gmail.com

Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zamanda Sıkılma Algıları ile Serbest Zaman Yönetimleri Arasındaki İlişki Veli Ozan Çakır*,
Seniz Parlakkılıç**

Amaç: Bu araştırmanın amacı, üniversitede öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman sıkılma algıları ile serbest zaman yönetimlerini belirlemek ve bu iki kavram arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Gereç ve Yöntem: Araştırmanın çalışma grubunu İstanbul Gelişim Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulda öğrenim gören amaçlı örnekleme yöntemiyle seçilmiş olan 127 (%57,7) "Erkek" ve 93 (%42,3) "Kadın" olmak üzere toplam 220 üniversite öğrencisi çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada Iso-Ahola ve Weissinger (1990) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Kara, Gürbüz ve Öncü (2014) tarafından yapılan "Serbest Zamanda Sıkılma Algısı Ölçeği" ve Wang ve ark., (2011) tarafından geliştirilen ve Türkçe Uyarlaması Akgül ve Karaküçük (2015) tarafından yapılan "Boş Zaman Yönetimi Ölçeği" kullanılmıştır. Katılımcıların kişisel bilgilerinin dağılımlarının belirlenmesi için yüzde ve frekans yöntemleri; verilerin normal dağılıma sahip olup olmadığının belirlenmesi için Shapiro Wilks normallik testi uygulanmış ve bunun neticesinde verilerin parametrik test koşullarına uygun olduğunun anlaşılmasından sonra verilerin analizinde; katılımcıların serbest zamanda sıkılma algıları ile serbest zaman yönetimlerinin bazı demografik özelliklere göre farklılığını belirlemek için MANOVA; serbest zamanda sıkılma algıları ile serbest zaman yönetimleri arasındaki ilişki düzeyini belirlemek için Person Korelasyon testleri uygulanmıştır.

Bulgular: MANOVA test sonuçlarında "cinsiyet", "yaş", "Haftalık serbest zaman süreleri" ve "refah düzeyi" değişkenlerine göre serbest zamanda sıkılma algı düzeylerinin toplam puanları arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilirken ($p>0.05$), "cinsiyet", "yaş", "Haftalık serbest zaman süreleri" ve "refah düzeyi" değişkenlerine göre ise, serbest zaman yönetimlerinin toplam puanları arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Serbest zamanda sıkılma algıları ile serbest zaman yönetimlerinin puanları arasındaki ilişkiyi değerlendirmek için yapılan Pearson Korelasyon testine göre; iki ölçek arasında negatif yönde düşük düzeyde ilişki bulunmuştur.

Sonuç: Serbest zamanda sıkılma algıları ile serbest zaman yönetimlerinin bazı demografik değişkenlere göre anlamlı farklılık gösterdiği ve öğrencilerin serbest zaman yönetimleri arttıkça sıkılma algılarının azaldığı tespit edilmiştir. Anahtar Kelimeler; Üniversite

The Relationship Between Leisure Boredom and Free Time Management For University Students

The Relationship Between Leisure Boredom and Free Time Management For University Students Purpose: The purpose of this study is to determine leisure boredom and free time management of university-educated students and to identify and to reveal the relationship between these two concepts. Materials and Methods: 220 university students in total, 127 (57,7%) of whom are "Males" and 93 (42,3%) of whom are "Females" selected by purposive sampling have voluntarily attended the research in line

with such purpose. Survey model has been used in the study.

The sample of the study consists of students who are studying at Istanbul Gelisim University. As a data collection tool in research, " Leisure Boredom Scale ", which has been developed by Iso-Ahola and Weissinger (1990) and adopted into Turkish by Kara, Gürbüz and Öncü (2014); and " Free Time Management Scale " which has been developed by Wang and friends, (2011) and the Turkish Adaptation was developed by Akgül ve Karaküçük (2015) were used. Percent (%) and frequency methods have been utilized to identify the distribution of the personal information of the participants, and Shapiro-Wilks normality test has been applied to identify whether data had normal distribution, in the analysis of data MANOVA was used according to some demographic characteristics in order to identify differences between the level of leisure boredom and free time management. Pearson Correlation Tests was applied to determine between the level leisure time perception and problem solving skills. Results: According to the variables of "gender", "age", "weekly free time periods " and "prosperity", MANOVA test results showed that there was no significant difference the level of leisure boredom in total scores ($p>0.05$). According to the variables of "gender", "age", "weekly free time periods " and "prosperity" there was a significant difference free time management in total scores

Dağcıların Kaçkar Dağı Tırmanışına Yönelik Yansımaları: Zirve Defteri İçerik Analizi

²Fatih Bektaş, ¹Burak Kural

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Trabzon

²Karadeniz Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Trabzon

Email : fatihbektas61@gmail.com, burakkurall@gmail.com

Bu çalışmanın amacı Kaçkar dağına (3937m) tırmanış yapan dağcıların zirve defterine yazdıkları tırmanış ile ilgili metinlerin içeriğinin analizini yapmaktır. Çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden doküman incelemesi yöntemi kullanılmıştır. Veriler, 3 Temmuz-23 Eylül 2014 tarihleri arasında Kaçkar dağının zirve defterine yazılan metinlerden elde edilmiştir. Verilerin analizinde içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. İçerik analizi formları iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde, cinsiyet, uyruk, katılım ve tırmanılan rota ile ilgili bilgiler, ikinci bölümde ise zirvede olma durumu ile ilgili paylaşımları yer almaktadır. Çalışma bulgularına göre, üç aylık dönem içerisinde Kaçkar dağına 750 dağcı tırmanış yapmıştır. Toplam tırmanıcıların yüzde 20.5'i kadın yüzde 79.5'i erkek, yüzde 9.6'sının yabancı uyruklu, yüzde 90.4'ünün Türk dağcı oldukları tespit edilmiştir. Benzer şekilde toplam tırmanıcıların yüzde 51.3 'ü kulüpleri ile yüzde 31.7'sinin ferdi bir şekilde, yüzde 16.9'unun ise tur firmasıyla zirve yaptıkları belirlenmiştir. Toplam zirve yapanların yüzde 28.5'i kuzey klasik rotasını, yüzde 69.6'sı güney klasik rotasını ve yüzde 1.9'uda buzul rotasını tercih ettiği görülmüştür. Zirve defterinde 240 bölüm üzerinde yapılan inceleme sonucuna göre dağcılar zirvede olduklarında duygusal, başarı, mücadele belirten, Teknik bilgi ve siyasi içerikli paylaşımlarda bulundukları belirlenmiştir. Sonuç olarak Kaçkar dağının zirvesine tırmanan kadınların sayısı erkek dağcılara göre çok az olmakla beraber zirve tırmanışlarının güney klasik rota üzerinde yoğunlaştığı tespit edilmiştir. Bunun yanında zirve defterindeki metinlerde duygusal bir içerik vurgusunun ön planda olduğu belirlenmiştir. Anahtar Kelimeler: Dağcılık, Tırmanış, Zirve Defteri, Kaçkar Dağı.

Reflections Of Mountaineers Towards Kackar Mountain Climb: Summit Book Content Analysis

The aim of this study is to analyze the content of the texts of the summit book related to the climbers who climbed to the Kackar mountain. In this study, document examination method of qualitative research methods was used. The data were obtained from the texts written in the summit book of Kaçkar mountain between July 3 and September 23, 2014. The content analysis method was used in the analysis of the data. Content analysis forms consist of two parts. In the first part, it includes information about gender, nationality, participation and climbing route, in the second part, it includes the climbers' shares about the state of being at the peak. According to the findings of the study, 750 person climbed to Kaçkar mountain in three months period. It has been determined that 90.4% were female, 79.5 % were male, 9.6 % were foreign citizens and 90.4 % were Turkish climbers. Similarly, it was determined that 51.3% of the total climbers were from club, 31.7% were individual climbers and 16.9 % of them were peaking with the tour company. It is seen that 28.5% of the total climbers preferred the northern classical route, 69.6% preferred the south classical route and 1.9 % preferred the glacier route. According to the results of the survey conducted on 240 chapters in the summit book, it was determined that when they were at the top, the climbers had shared emotional, success, struggle, technical knowledge and political contents. As a result, it was found that the numbers of male climbers are more than female climbers and also the peak climbs were concentrated on the southern classical route. However, it was determined that an emotional content remain on the forefront of the texts in the summit book.

Keywords: Mountaineering, climbing, summit book, Kaçkar Mountain.

Oryantiring Sporcularının Yarışma Kaygı Düzeylerinin Karar Verme Durumlarına Etkisinin İncelenmesi

²Fatih Orçan, ¹fatih Bektaş, ¹Burak Kural

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

²Karadeniz Teknik Üniversitesi Fatih Eğitim Fakültesi

Email : fatihorcan.ktu@hotmail.com, fatihbektas61@gmail.com, burakkurall@gmail.com

Bu araştırmanın amacı oryantiring sporcularının yarışma durumluk kaygı düzeyi alt boyutlarının karar vermeye olan etkisini belirlemektir. Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden biri olan betimsel yöntem kullanılmıştır. Araştırma grubunu 2017'de Trabzon ilinde gerçekleştirilen 4. kademe oryantiring yarışmasına katılan 115 erkek (%53.5), 110 kadın (%46.5) toplam 215 oryantiring sporcuları oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak "Yarışmasal Durumluk Kaygı Envanteri", "Melbourne Karar Verme Ölçeği" ve sporcuların kişisel özelliklerini belirlemek için de araştırmacı tarafından geliştirilen "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Araştırmada uygulanan ölçeklerden elde edilen veriler SPSS 22.0 paket program kullanılarak analiz edilmiştir. İlk olarak ölçeklerin alt boyutları arasındaki ilişki durumu incelenmiştir. Daha sonra araştırma sorusu çoklu doğrusal regresyon tekniği kullanılarak test edilmiştir. Bulgulara göre, yarışmasal durumluk kaygı düzeyi bilişsel alt boyutlarından, karar vermede öz saygı ile kaçınan ve panik karar verme stilleri arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Yarışmasal durumluk kaygı somatik alt boyutu ile dikkati karar verme stili arasında ilişki olmadığı bulunmuştur. Son olarak kendine güven alt boyutunda karar vermede öz saygı ve tüm karar verme stillerinde anlamlı ilişki bulunmuştur. Regresyon sonuçlarına göre yarışma durumu kaygı düzeyinde somatik ($\beta = -.19$, p-değeri $< .05$) ve kendine güven ($\beta = .19$, p-değeri $< .01$) alt boyutları karar verme stillerini, bilişsel ($\beta = .20$, p-değeri $< .05$) ve kendine güven ($\beta = -.31$, p-değeri $< .00$) alt boyutları ise karar vermede öz saygıyı anlamlı olarak yordadığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak, sporcuların karar verme stillerini arttırmak için yarışmadan önce somatik durum kaygısı azaltılmalı ve kendine güven artırılmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Oryantiring, Spor, Yarışmasal Durumluk Kaygı, Karar Verme.

Investigation Of The Effectiveness Of Oriental Sportsmen's Competitive Anxiety Levels On Decision Making Situations

Abstract The aim of this research is to determine the effect of orienteering athletes' sub-dimensions of competitive state anxiety level on decision making. The descriptive method which is one of the quantitative research methods has been used in this research. The study group consisted of 215 orienteering athletes (115 men (53.5%) and 110 women (46.5%) who participated to the 4th stage orienteering competition held in Trabzon in 2017. As a data collection tool "Competitive State Anxiety Inventory", "Melbourne Decision Making Scale" and in order to determine the personal characteristics of the athletes the "Personal Information Form" were used. First, the relationship between the subscales of the scales was examined. Later, the research question was tested by using multiple linear regression technique. According to the results there was a significant relationship between the avoidant and panic decision-making styles and self-esteem in decision making which is one of the subscale of competitive state anxiety level. It has been found that there is no relationship between decision-making style and decision making in the somatic sub-dimension. Finally, there was a meaningful relationship between all decision-making styles and self-esteem in deciding self-confidence sub-dimension.

According to the regression results, it is found that somatic ($\beta = -.19$, $p\text{-değeri} < .05$) and self-confidence ($\beta = .19$, $p\text{-değeri} < .01$) which are sub-dimensions of competitive state anxiety, significantly predicted the decision making styles. Also cognitive ($\beta = .20$, $p\text{-değeri} < .05$) and self-confidence ($\beta = -.31$, $p\text{-değeri} < .00$) which are sub-dimensions of competitive state anxiety significantly predicted the self-esteem. As a result, in order to increase the athletes' decision making styles, the anxiety of somatic situation must be reduced and self confidence must be increased before the competition.

Keywords: Orienteering, Sport, Competition State Anxiety, Decision Making.

Dağcıların Liderlik Algılarının Kamp Zorluk Derecesine Bağlı Değişimi

¹Fatih Bektas,²Erkan Faruk Şirin, ¹Burak Kural

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

²Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : fatihbektas61@gmail.com, fatihbektas61@gmail.com, erkanfaruk@yahoo.com, burakkurall@gmail.com

Bu çalışmada, dağcılık eğitim faaliyetlerinde lider, rehber, eğitmen veya monitör olarak liderlik hizmeti sunan bireylerin, durumsal değişkenlerle (7 zorluk derecesi farklı kamp) bağlantılı olarak katılımcılarının liderlerde algıladıkları davranış örüntülerinin değişimini belirlemek amaçlanmıştır. Çalışma grubunu, 03-09 Mayıs 2014 (1. Kamp) ve 24-30 Ağustos 2015 (7. Kamp) tarihleri arasında gerçekleştirilen dağcılık eğitim faaliyetlerine katılan 35 dağcı oluşturmaktadır. Söz konusu dağcılık eğitim faaliyetleri Türkiye Dağcılık Federasyonunun 03 Mayıs 2014 - 30 Ağustos 2015 dönemini kapsayan süre içinde ilgili federasyon tarafından Yurtiçi Dağcılık Eğitim Faaliyetleridir. Veri toplamak amacıyla Dinç (2006) tarafından geliştirilen, 7 alt boyuttan ("Mücadele Destek Davranışı", "Öğretici Davranış", "Demokratik Karar Verme Davranışı", "Grup Etkileşim Davranışı", "Model Olma Davranışı", "Risk Yönetim Davranışı" ve "Çevre Duyarlılığı Davranışı) oluşan "Doğa Sporları Liderlik Ölçeği (DSLÖ)" kullanılmıştır. Çalışma, bağımlı gruplar için boylamsal tarama desenine uygun olarak yürütülmüştür. Verilerin analizi SPSS yardımıyla yapılmış, karşılaştırmalarda tekrarlı ölçümler için tek faktörlü ANOVA kullanılmıştır. Çoklu karşılaştırmalarda ise LSD testinden faydalanılmıştır. Çalışma sonucunda, yaklaşık iki yıl boyunca farklı zorluk derecelerinde gerçekleşen dağcılık eğitim faaliyetlerin, kampların zorluk derecesi arttıkça katılımcıların mücadele destek, öğretici, demokratik karar verme, grup etkileşim, model olma, risk yönetim ve çevre duyarlılığı davranışları liderlik algılarına önemli ölçüde katkı sağladığını söylemek mümkündür.

Anahtar Kelimeler: Dağcılık Eğitimi, Liderlik, Zorluk Derecesi, Boylamsal Çalışma

Changes Of The Leadership Of The Mountaineers' Perceptions Depending On The Camp Difficulty Level

In this study, it was aimed to determine the change in the behavioral patterns of the participants, who are leaders in the mountaineering education activities, leadership, tutor, or monitor, as perceived by their participants in relation to their situational variables in 7 difficulty levels and different camps. The studying group consists of 35 climbers participate in mountaineering training activities held on 03-09 May 2014 (1st Camp) and 24-30 August 2015 (7th Camp). The mentioned mountaineering education activities are the Domestic Mountaineering Education Activities by the related federation within the period that was covering the period of May 03, 2014 - August 30, 2015 of the Mountaineering Federation of Turkey. Seven sub dimensions ("Struggle Support Behavior", "Teaching Behavior", "Democratic Decision Making Behavior", "Group Interaction Behavior", "Model Behavior", "Risk Management Behavior" and "Nature Sports Leadership Scale" (DSLÖ) which was built up by Dinç (2006), was used to collect data in this study. The study was conducted in accordance with the longitudinal screening pattern for dependent groups. The analysis of the data was obtained with the using of SPSS, and one-factor ANOVA was used for repeated measures in the comparison. The LSD test was used in multiple comparisons. As a result of the study, it might be said that nearly two years during the different degrees of difficulty in the actual climbing training activities, the struggle of the participants by level of difficulty camps increased their challenge support behavior, instruction behavior, democratic decision making behavior, social group interaction, role modeling behavior, risk management behavior and environmental awareness make significant contributions to leadership perceptions.

Keywords: Mountaineering Education, Leadership, Difficulty Level, Longitudinal Study

BEDEN EĞİTİMİ

PHYSICAL EDUCATION

SB22

Sosyal Destek ve Akademik Destek Algısının Akademik Motivasyona Etkisi: Akademik Beklentilere Yönelik Stresin Rolü

¹Ender Şenel, ¹Mevlüt Yıldız, ¹Bilal Duman

¹Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla

Email : endersenel@gmail.com, mevlutyildiz@gmail.com, bilalduman38@gmail.com

Bu çalışmanın amacı, sosyal ve akademik desteğin akademik motivasyona etkisinde akademik beklentilere yönelik stresin rolünün incelenmesidir. Araştırmanın katılımcı grubunu, beden eğitimi ve spor alanında en az 10 yıl eğitim ve öğretim faaliyetinde bulunan üniversitelerin beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde öğrenim gören 840 birinci, ikinci, üçüncü ve dördüncü sınıf öğrenci oluşturmuştur. Veri toplama araçları olarak, Algılanan Elde Edilebilir Sosyal Destek Ölçeği, Öğrenci Akademik Destek Ölçeği, Akademik Beklentilere Yönelik Stres Ölçeği, Akademik Motivasyon Ölçeği kullanılmıştır. Veriler 2016-2017 eğitim-öğretim yılı bahar yarı yılında internet ortamı ve araştırmacıların bizzat ölçekleri uygulaması yoluyla toplanmıştır. Veriler SPSS paket programında ve AMOS programında analiz edilmiştir. Veri analizi için AMOS programında yapılan analizler sonucunda elde edilen uyum indeksleri kullanılmıştır. SPSS programında ise independent t test Pearson Korelasyon testleri kullanılmıştır. Katılımcıların cinsiyetleri arasında yapılan fark analizleri, duygusal destek, içsel motivasyon-başarma, dışsal motivasyon-kendini ispat, dışsal motivasyon-dış düzenleme, bireysel beklentilere yönelik stres, bilgi desteği ve rahatlatma desteği boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar ortaya koymuştur. Araştırmada genel akademik not ortalaması ile araçsal sosyal destek, akademik motivasyon, akademik destek arasında pozitif yönlü ilişki tespit edilirken, akademik beklentilere yönelik stresle de düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Araştırmada hipotez edilen modelde, akademik destek ve sosyal desteğin akademik beklentilere yönelik stres aracılığıyla akademik motivasyonu yordadığı öne sürülmüştür. Modele ilişkin uyum indeksleri modelin kabul edilebilir olduğunu göstermiştir. Ancak parametre tahminleri incelendiğinde sosyal desteğin model içerisindeki rolünün anlamlı olmadığı tespit edilmiş ve bu boyut modelden çıkarılmıştır. Parametre tahminleri yeniden hesaplanış ve akademik desteğin akademik beklentilere yönelik stres aracılığıyla akademik motivasyonu yordadığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak, her bireyin belli oranda akademik stres yaşayacağı, bu stresin tamamen ortadan kalktığı zaman “duygu körleşmesi” meydana gelebileceği varsayımıyla, uygun seviyede ve belli şekilde verilen akademik desteğin öğrencilerin stresini belli oranda doğrudan akademik motivasyonu da dolaylı olarak artacağı söylenebilir.

The Effect Of Social Support And Academic Support On Academic Motivation: The Role Of Academic Expectation Stress

The aim of this study is to test the role of stress related to academic expectations in prediction of academic motivation by perceived academic and social support. 840 first, second, third and final graders studying in physical education and sport teacher department at universities providing education and training activities for more than 10 years consisted the study group. Perceived Available Support Scale, Student Academic Support Scale, Academic Expectation Stress Inventory and Academic Motivation Scale were used to collect data. Data was collected by using Internet environment and application of survey by researchers in spring term in 2016-2017 education period. Data was analyzed by using t test, Pearson Correlation in SPSS, and fit indices in AMOS. Analysis result of gender differences revealed that there were statistically significant differences between genders in terms of emotional support, intrinsic motivation to accomplish, extrinsic motivation introjected regulation, extrinsic motivation external regulation, individual expectation stress, informational and venting support. While positive correlations were found between Grade Point Average (GPA) and instrumental support, academic motivation and academic support as well as academic stress even the level was lower. It was hypothesized that academic and social support predicted academic motivation through academic expectation stress. The fit indices showed that the model was acceptable. However, it was found that the role social support was insignificant in the model when the parameter estimates were examined, thus this factor was excluded from the model. Parameter estimates were calculated again and it was found that academic support predicted academic motivation with the role of academic expectation stress.

Consequently, with the assumption that every person experiences stress in certain level, when this stress is annihilated completely “emotional blunting” occurs, it can be concluded that certain and proper level of academic support can increase academic stress directly at certain level and academic motivation indirectly.

SB147

Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Başarı Algılarında Yordayıcı Olarak Akademik İyimserlik, Psikolojik İyi Oluş ve Fiziksel Öz Saygı

¹Aydın Karaçam, ²Atila Pulur

¹Milli Eğitim Bakanlığı, 19 Mayıs İHO, Ankara

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : aydinkaracam@gmail.com,

Bu araştırmanın amacı beden eğitimi öğretmenlerinin başarı algıları üzerinde akademik iyimserlik, psikolojik iyi oluş ve fiziksel öz saygı değişkenlerinin yordama güçlerini incelemektir. Araştırma ilişkisel tarama modelinin kullanıldığı betimsel bir çalışmadır. Araştırmanın örnekleme, Ankara ili merkez ilçelerinden seçilen 374 beden eğitimi öğretmeninden oluşmaktadır. Örneklemin belirlenmesinde tabakalı örnekleme tekniği kullanılmıştır. Araştırmada beden eğitimi öğretmenlerinin başarı algılarını belirlemek için Erdoğan (2013) tarafından geliştirilen “Başarı Algısı Ölçeği”, akademik iyimserlik düzeylerini belirlemek için Hoy, Tarter ve Hoy (2006) tarafından geliştirilen “Akademik İyimserlik Ölçeği”, psikolojik iyi oluş düzeylerini belirlemek için Akin, Demirci, Yıldız, Gediksiz ve Eroğlu, (2012) tarafından kısa formu oluşturulan “Psikolojik İyi Oluş Ölçeği” ve fiziksel öz saygılarını ölçmek için Confalonieri, Gatti, Ionio ve Traficante (2008) tarafından oluşturulan ve araştırmacı tarafından Türkçe uyarlaması yapılan “Fiziksel Saygı Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesi SPSS 21, LISREL 8.8 ve AMOS programları kullanılarak yapılmıştır. Değişkenler arası ilişkilerin belirlenmesi için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı, beden eğitimi öğretmenlerinin akademik iyimserlik, psikolojik iyi oluş ve fiziksel öz saygılarının başarı algılarının anlamlı yordayıcıları olup olmadığı, değişkenlerin doğrudan ve dolaylı etkileri path analizi ile incelenmiştir. Araştırma sonuçları beden eğitimi öğretmenlerinin başarı algısı, akademik iyimserlik, psikolojik iyi oluş ve fiziksel öz saygı düzeyleri arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğunu göstermiştir. Ayrıca beden eğitimi öğretmenlerinin başarı algılarını, akademik iyimserlik ve fiziksel öz saygı pozitif yönlü ve doğrudan yordarken, psikolojik iyi oluş akademik iyimserlik üzerinden başarı algısını dolaylı olarak yordamaktadır.

Anahtar Sözcükler: Beden Eğitimi Öğretmeni, Başarı Algısı, Akademik İyimserlik, Psikolojik İyi Oluş, Fiziksel Saygı

Academic Optimism, Psychological Well-Being And Physical Esteem As A Predictor Of Success Perceptions Of Physical Education Teachers

The aim of this study is to investigate the predictive values of academic optimism, psychological well-being and physical esteem in the success perceptions of physical education teachers. This study is a descriptive study which uses a relational survey model. The sample of the study is comprised of 374 physical education teachers selected from the central counties of Ankara. Stratified sampling technique was used in the determination of the samples. “Success Perception Scale” which was designed by Erdogan (2013) was used in the study with an attempt to determine the “success perceptions” of physical education teachers, while “Academic Well-being Scale” designed by Hoy, Tarter and Hoy (2006) was used to determine the academic well-being of the teachers and the “Psychological Well-being Scale” the short form of which was created by Akin, Demirci, Yıldız, Gediksiz and Eroglu (2012) was used to determine their psychological well-being and ‘Physical Esteem Scale” which was created by Confalonieri, Gatti, Ionio and Traficante (2008) and adjusted to Turkish by the researcher was used in order to measure their physical esteem. The analysis of the data was done by use of SPSS 21, LISREL 8.8 and AMOS programs. The Pearson Product-Moment Correlation Coefficient for the determination of the relations between the variables, whether the academic optimism, psychological well-being and physical esteem of physical education teachers are rational predictions of success conceptions as well as the direct and indirect effects of the variables were all investigated with path analysis. The results of the study indicated that there is a positive significant relationship between the success perceptions and academic optimism, psychological well-being and physical esteem levels of physical education teachers.

Besides, while academic optimism and physical esteem positively and directly predict the success perceptions of physical education teachers, psychological well-being predicts the success perceptions indirectly by means of academic optimism.

SB226

Beden Eğitimi Öğretmenliği ve Sertifika Programlarında Öğrenim Gören Öğretmen Adaylarının Kullandıkları Öğretim Stilleri

¹Günay Yıldizer, ¹İlker Yılmaz, ¹Dilek Yalız Solmaz, ¹Deniz Şimşek

¹Eskişehir, Anadolu Üniversitesi

Email : gunayyildizer@gmail.com, ilkery@anadolu.edu.tr, dilekyaliz@anadolu.edu.tr, ds@anadolu.edu.tr

Bu çalışmada pedagojik formasyon eğitimi sertifika programına katılan ve beden eğitimi ve spor öğretmenliği programında öğrenim gören aday beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin öğretim stillerini kullanma düzeyleri ve stillere ilişkin değer algıları öğretmenlik eğitim programı ve cinsiyet değişkenlerine göre incelenmiştir. Ayrıca pedagojik formasyon eğitimi ve beden eğitimi ve spor öğretmenliği programında öğrenim gören öğretmen adaylarının öğretim stilleri kullanma tercihleri arasındaki farklarda incelenmiştir. Araştırmaya pedagojik formasyon sertifika programına katılan 182 öğretmen adayı ve Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü'nün son sınıfında öğrenimlerine devam eden 187 öğretmen adayı katılmıştır. Araştırmada "Beden Eğitimi Öğretmenleri Öğretim Stilleri Değer Algıları Anketi (BEÖÖSDAA)" ölçme aracı olarak kullanılmıştır. Elde edilen veriler betimsel istatistik yöntemleri, Çok Değişkenli Varyans Analizi (MANOVA) ve Ki-Kare testleri ile çözümlenmiştir. Araştırma sonuçları, her iki grupta da öğretmen merkezli-sunuş yolu stillerin en yüksek kullanım düzeyine sahip ve en fazla değer verilen stiller olduğunu göstermiştir. Katılımcıların cinsiyetleri öğretim stilleri kullanma düzeyi ve stillere verilen değer açısından anlamlı bir fark oluşturmazken ($p>0.05$), eğitim görülen program anlamlı fark oluşturmıştır ($p<0.05$). Katılımcıların öğretim stillerini kullanma tercihleri incelendiğinde ise, öğretmenlik eğitim programlarında yer alan katılımcıların, formasyon sertifika eğitiminde yer alanlara göre "Komut" ve "Alıştırma" stilleri dışında kalan tüm stilleri anlamlı biçimde daha fazla tercih ettikleri bulgusuna ulaşılmıştır ($p<0.05$). Öğretmenlik eğitim programlarında yer alan katılımcıların öğretim stilleri kullanma tercihleri kılavuz öğretim programında yer alan stillerle daha fazla uyushmaktadır. Mesleki gelişim ve öğretim programlarının etkin biçimde uygulanması açısından öğretmenlik sertifika programlarının alana özel öğretim yöntemlerine yönelik uygulamalara odaklanması ve alan uzmanlarının programlara destek sağlaması önerilebilir.

Teaching Styles Used by Teacher Candidates Studying in Physical Education and Alternative Teacher Certification Programs

In this study, physical education and sport teacher candidates', studying in physical education teaching program and alternative teacher certification program, use of teaching styles and their value perceptions of teaching styles by teacher education program and sex were examined. In addition, use of teaching styles with respect to teacher education program was also examined. Participants were 182 teacher candidates in alternative teacher certification program and 187 teacher candidates in physical education and sport teaching department. "Physical education Teachers' Use of Teaching Styles and Perceptions of Styles Questionnaire" was used as data collection tool. Obtained data were examined by descriptive statistics, MANOVA and Chi-square tests. Teacher centered approaches were mostly used and mostly valued styles for both groups. Although sex did not affect the use and value of styles perceptions, teacher education program affected ($p<0.05$). Examination of participants' using preferences of teaching styles revealed that participants in physical education department prefer to use all styles more except for "Command" and "Practice" styles comparing to participants in alternative teacher certificate ($p<0.05$). It is suggested that instructors should focus on implementations of special teaching methods and subsidize alternative teacher certification programs by field expert for professional development of physical education teacher and designate instructional programs efficiently.

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmen Adaylarında Akademik Öz-Yeterlik Ve Mesleki Kaygı İlişkisinin İncelenmesi

¹Hüseyin Ünlü, ¹Mustafa Kayıhan Erbaş

¹Aksaray Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Aksaray

Email : unlu68@gmail.com, kayihan.besyo@gmail.com

Akademik yeterliği yüksek olan öğretmen adaylarının mesleğe yönelik başarı algılarının daha yüksek olması beklenirken buna karşın akademik yeterlikleri düşük olan öğretmen adaylarının ise öğretmenlik mesleğine yönelik taşıdıkları kaygının yüksek olacağı düşünülmektedir. Buradan hareketle bu çalışmanın amacı beden eğitimi öğretmen adaylarının akademik öz yeterlik düzeyleri ile öğretmenlik mesleğine yönelik kaygıları arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Araştırma grubunu 2016-2017 yılında 3 farklı üniversitede öğrenim gören 78'i kadın (%37) ve 134'ü erkek (%63) olmak üzere toplam 212 beden eğitimi öğretmen adayı oluşturmuştur. Verilerin toplanmasında Akademik Öz yeterlik Ölçeği ve Öğretmen Adaylarına Yönelik Mesleki Kaygı Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistiklerin yanı sıra pearson korelasyon kat sayısı tekniğinden faydalanılmıştır.

Analizler sonucunda beden eğitimi öğretmen adaylarının akademik öz yeterlik düzeyleri ile öğretmenlik mesleğine yönelik kaygı düzeyleri arasında negatif yönde yüksek düzeyde bir ilişki olduğu; buna göre akademik öz yeterlik düzeylerinin arttıkça öğretmenlik mesleğine yönelik kaygıların azaldığı görülmüştür.

Sonuç olarak; beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının akademik öz-yeterliklerinin mesleki kaygı düzeyinin iyi bir belirleyicisi olduğu düşünülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmen Adayı, Akademik Öz-Yeterlik, Mesleki Kaygı.

Study Of Relationship Between Academic Self Efficacy And Professional Anxiety Of Physical Education & Sport Teacher Candidates

It is thought that the prospective teachers with higher academic qualifications are expected to have higher perceptions of success towards the profession, whereas those who have lower academic qualifications are thought to have a higher degree of loss towards the teaching profession. From this point of view, the aim of this study is to examine the relationship between academic self-efficacy levels of the pre-service physical education teachers and their concerns about the teaching profession.

A total of 212 physical education teacher candidates, 78 of whom were female (37%) and 134 of whom were male (63%), studied at three different universities in 2016-2017. Academic Self-efficacy Scale and Vocational Anxiety Scale for Teacher Candidates were used to collect the data. In the analysis of the data, descriptive statistics as well as the Pearson correlation coefficient technique were utilized.

As a result of the analyzes, there was a high level of negative correlation between academic self-efficacy levels of physical education teacher candidates and levels of anxiety towards teaching profession; it is seen that as academic self-efficacy levels increase, concerns about the teaching profession decrease.

As a result; it is thought that physical education and sport teacher candidates are a good determinant of the level of professional anxiety of their academic self-efficacy.

Keywords: Physical education & sport teacher candidates, academic self efficacy, professional anxiety

Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Ölçme Ve Değerlendirme Uygulamaları ve Bu Uygulamalara İlişkin Yaşantıları

¹Oğuzhan Özgün, ¹Gökçe Erturan-İlker

¹Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

Email : oguzhanozgn@gmail.com, gokce.erturan@gmail.com

Giriş ve Amaç Ortaöğretim beden eğitimi dersi öğretim programında bilişsel, duyuşsal ve devinişsel alanlardaki öğretimin verimliliğini analiz etmek için ölçme ve değerlendirmenin bir araç olarak kullanılması gerekliliğine dikkat çekilmektedir. Bu çalışmanın amacı, beden eğitimi öğretmenlerinin ölçme ve değerlendirme uygulamalarının ve bu uygulamalara ilişkin yaşantılarının anlaşılmasıdır.

Yöntem:Bu çalışma karma yöntem kullanılarak gerçekleştirilmiştir. İl Milli Eğitim Müdürlüğü ve Etik Kuruldan alınan izinler sonrasında Denizli merkez ilçelerindeki liselerde görev yapan beden eğitimi öğretmeni evrenine ulaşılmıştır. Araştırmada 107 lise (85 devlet, 22 özel) beden eğitimi öğretmenine (81 erkek, 26 kadın; ort. kıdem yılı: 15.32; ort. yaş: 40.53), araştırmacılar tarafından hazırlanmış olan anket uygulanmıştır. Anket, öğretmenlerin, devinişsel, bilişsel ve duyuşsal alan kazanımlarını hangi yöntemlerle ve ne sıklıkla ölçtüklerini saptamak amacıyla 7'si açık uçlu, toplam 8 sorudan oluşmaktadır. Açık uçlu sorulara verilen cevaplar, var olan ölçme ve değerlendirme yöntemleri kavramsal şeması ile eşleştirilmiş, veri girişi ve analizi bu kavramsal şema çerçevesinde yapılmıştır. Ardından amaçlı örnekleme yöntemiyle seçilen 7 lise beden eğitimi öğretmeniyle (5 erkek, 2 kadın) bireysel görüşmeler yapılmıştır. Bireysel görüşmelerden elde edilen nitel veriler içerik analizi yöntemi ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Nicel veriler öğretmenlerin devinişsel alanı ölçmek için %67,2'sinin ölçütleri önceden belirlenmemiş ve yazılı olmayan gözlem yaptığını; duyuşsal alanda %90,7'sinin kıyafet getirmeyen öğrenciden not kırma ve/veya çaba gösteren öğrenciye fazladan puan verme dışında bir uygulama yapmadığını; bilişsel alanda %46,7'sinin ödev verdiğini, %1,9'unun yazılı sınav, %6,8'inin ise sözlü sınav yaptığını göstermiştir.

Betimsel analiz sonuçlarına göre "bireysel etkenler" ve "dışsal etkenler" olarak iki tema belirlenmiştir. "Bireysel etkenler" altında; pedagojik bilgi eksikliği, program okur-yazarlığındaki eksiklikler, motivasyonsuzluk ve antrenörlük rol çatışması; "dışsal etkenler" altında ise MEB, toplumsal algı, yönetici baskısı, veli baskısı ve öğrenci baskısı kategorileri belirlenmiştir.

Sonuç: Nicel verilerden elde edilen sonuçlar beden eğitimi öğretmenlerinin, ulusal öğretim programlarında bulunan kazanımlara yönelik ölçme ve değerlendirme yöntemi kullanmadıklarını göstermiş, nitel verilerden elde edilen sonuçlar ise bu durumun nedenlerini açığa çıkarmıştır.

Physical Education Teachers' Measurement And Evaluation Practices And Experiences Related To These Practices

Background and Purpose: Attention is drawn to the necessity of measurement and evaluation (M&E) to analyze the effectiveness of teaching in cognitive, affective and psychomotor domains in secondary physical education (PE) curriculum. The purpose of this study was to understand PE teachers' M&E practices and their experiences related to these practices.

Methods: This mixed method study was carried out following having approval from related institutions. The questionnaire prepared by researchers was conducted to high school PE teacher population in Denizli which is 107 (85 state, 22 private) teachers (81 male, 26 female). The questionnaire consists of 8 questions which 7 of them are open-ended in order to determine which methods and how

often teachers assess learning outcomes. The answers to open-ended questions were matched with the conceptual schema of existing M&E methods, and data entry and analysis were done within this conceptual framework. Individual interviews were conducted with 7 teachers (5 male, 2 female) selected by purposeful sampling method. Qualitative data obtained from interviews was analyzed by content analysis.

Results: Quantitative data indicated that 67.2% of teachers made non-standardized observation; 90.7% of them only took students' points off not bring sportswear, gave extra point to students put effort; 46.7% of them gave homework, 1.9% of them had written exams, 6.8% of them had oral exams.

Two themes were identified from qualitative transcriptions, as "individual factors" and "external factors". Lack of pedagogical knowledge, lack of curriculum literacy, lack of motivation and coaching role conflict were categorized under "individual factors"; Ministry of National Education, social perception, manager pressure, parental pressure and student pressure were categorized under "external factors".

Conclusion: The results obtained from quantitative data showed that PE teachers prefer not to use M&E to assess learning outcomes in national curriculum. Results obtained from qualitative data revealed the reasons of this situation.

Keywords: measurement and evaluation, physical education teacher, curriculum

Obez Öğrencilerin Beden Eğitimi Dersine Karşı Tutumlarının İncelenmesi

¹Emre Çavdar, ²Ekrem Levent İlhan, ²Oğuz Kaan Esentürk

¹Cumhuriyet Anadolu Lisesi / Niğde

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi / Ankara

Email : emrecavdar80@hotmail.com, levent-besyo@hotmail.com, oguz_kaan61@hotmail.com

Bu araştırmada, lise düzeyinde öğrenim gören obez öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 2016-2017 eğitim-öğretim yılında Niğde ilinde bulunan üç ayrı Anadolu Lisesi'nde öğrenim gören 45 kız ve 29 erkek olmak üzere toplam 74 lise öğrencisi katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Güllü ve Güçlü (2009) tarafından geliştirilen "Ortaöğretim Öğrencileri İçin Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği" kullanılmış olup ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 0.94 olarak tespit edilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde SPSS 23.0 paket programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğine ilişkin Kolmogorov-Smirnov Testi yapılmış, Kurtosis ve Skewness değerleri incelenmiştir. Araştırmadaki iki gruplu bağımsız değişkenlere ait ortalama farkların anlamlılığını test etmek için parametrik hipotez testlerinden Independent Sample t testi kullanılmıştır. Grup sayısının ikiden fazla olduğu durumlarda gruplar arasındaki ortalama farklarının anlamlılığını test etmek için ise, One Way ANOVA testi kullanılmıştır. Araştırmanın sonunda, değişkenlere ait tutum puanlarının hepsi yüksek bulunmuş olup, liselerde öğrenim gören obez öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak erkekler lehine anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($p<0.05$). Benzer şekilde öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik obezite düzeyine göre bilişsel tutumlarının 2. sınıf obez öğrenciler lehine anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiş olup ($p<0.05$), duyuşsal ve davranışsal tutumlarında anlamlı farklılık bulunamamıştır ($p>0.05$). Öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının öğrenim gördükleri sınıf düzeyine ve iletişim araçları ile geçirdikleri süre değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>0.05$).

Anahtar sözcükler: Obezite, Beden Eğitimi Dersi, Tutum, Lise Öğrencileri

An Analysis of Student's Attitudes Towards Physical Education

In this study, it is aimed to analyze attitudes of obese students in high school towards physical education according to some variables. 74 secondary education student, 45 of them are girls and 29 boys who studied at three different Anatolian High Schools in the city of Niğde in the 2016-2017 academic year, have been participated in this study. As data collection tool, Physical Education attitude scale for secondary education students developed by Güllü and Güçlü (2009) has been used and coefficient of consistence (Cronbach Alpha) is 0,94. SPSS 23.0 packaged software has been used for assesing the result. Kolmogorov – Smirnov Test have been done regarding whether the data showed normal distribution or not and Kurtosis ve Skewness values have been studied. Independent Sample T Test has been used to test the mean difference significance belonging to two group independent variables in the study. One Way ANOVA Test has been used to test the mean differences significance when the number of groups is more than two. At the end of the study, all of the attitude scores belonging to variables have been found high and it has been established that obese high school students' attitudes towards Physical Education show statictically significant difference, according to gender, in favor of boys ($p<0,05$). Accordingly, it has been determined that students' cognitive attitudes acording to obesity level for Physical Education show difference in favor of second grade obese students ($p<0,05$) and no significant difference can be found in students' affective and behavioural attitudes ($p>0,05$). It has been identified that high school students' attitudes towards Physical Education show no statistically significant difference according to their calass level variable and time variable which they spent with their communication instruments ($p>0,05$).

Keywords: Obesity, Physical Education , Attitude, High school students

SB405

Teknoloji Destekli Aktif Oyun Ve Beden Eğitimi: Aday Öğretmenlerin Gözünden Nitel Bir İnceleme

¹Hidayet Suha Yüksel, ¹Fehmi Tuncel

¹Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : suhayuksel@gmail.com, ftuncel@ankara.edu.tr

Giriş ve Amaç: Teknoloji günlük yaşamın bir parçası olarak birçok önemli katkılar sağlamanın yanında televizyon, video oyun, bilgisayar ve akıllı telefonlar yoluyla hareketsiz yaşamı artıran yeni bir ekran kültürü oluşturmaktadır. Bu ekran kültürü ile hareket arasındaki boşluğu doldurmak için bedenın fiziksel hareketini gerektiren teknoloji destekli aktif oyunlar geliştirilmiş ve beden eğitimi müfredatının bir parçası olarak bazı ülkelerde kullanılmaya başlanmıştır (Ennis, 2013). Buradan hareketle çalışmanın amacı teknoloji destekli aktif oyun programı ile gerçekleşen beden eğitimi derslerine uygulayıcı olarak katılan aday öğretmenlerin gözünden bu yeni nesil sistemlerin beden eğitimi dersine yansımalarını keşfetmektir.

Yöntem: Çalışmaya iki aday beden eğitimi öğretmeni katılmıştır. Adaylar 2015-2016 eğitim-öğretim yılının 2. döneminde Smartwall sistemi ile 12 hafta süren 5. Sınıf beden eğitimi derslerinde uygulayıcı olarak yer almışlardır. Veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış bireysel görüşmeler, yansıtıcı günlükler ve kamera kayıtları kullanılmıştır. Verilerin analizinde içerik analizi yöntemi kullanılmış ve bu kapsamda öncelikle kodlama işlemi yapıldıktan sonra temalara ayırma işlemi gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: Elde edilen bulgular, 2 tema ve 7 alt tema altında yorumlanmıştır. Teknoloji destekli aktif oyunların sağladığı eğlence, ilgi çekme ve çeşitlilik sağlama gibi özellikler öğrencilerin aktif katılım sağlamasında önemli etkenler olarak ön plana çıkmıştır. Öğretmen adaylarına göre teknoloji destekli bu programın öğrencilerin dikkatini çekmesi, anlık geribildirim vermesi, sınıf organizasyonunu kolaylaştıran yapısı ve derslerde aktif katılımı sağlamasına paralel olarak öğrencilerde fiziksel yeterliğin gelişimi derse olan önemli katkılarından bazılarıdır.

Sonuç: Öğretmen adaylarına göre beden eğitimi derslerinde teknoloji destekli aktif oyunlar, derse tüm öğrencilerin katılımını sağlama sürecine önemli katkı vermiştir. Smartwall sisteminin dikkat çeken yapısı öğrencileri bir arada tutma, sınıfı organize etme, anlık geribildirim verme ve etkinliğe ayrılan zamanı artırma noktasında yardımcı olmuştur.

Kaynaklar: Ennis, C. D. (2013). Implications of exergaming for the physical education curriculum in the 21st century. Journal of Sport and Health Science, 2(3), 152-157.

Technology Supported Active Gaming And Physical Education: A Qualitative Examination From The Preservice Teachers' Eyes

Introduction and Purpose: As a part of daily life technology creates a new screen culture that enhances sedantary life through television, video games, computers and smartphones. Technology-driven active games that require the physical movement of the body have been developed and started to be used in some countries as part of the physical education curriculum (Ennis, 2013). From this point of view, purpose of the study is to explore the reflections of these new generation systems on the physical education lessons from the eyes of the preservice teachers participating in the physical education lessons with the technology-supported active gaming program.

Method: Two preservice physical education teachers participated in the study. The candidates took part as practitioners in the 5th grade physical education classes, which lasted for 12 weeks with the Smartwall system in the 2nd period of 2015-2016 academic year.

Semi-structured individual interviews, reflective diaries and camera records were used as data collection tools. In the analysis of the data, the content analysis method was used.

Findings: The findings of this study were interpreted under two main themes and four sub-themes. The enjoyment, interest and diversity provided by technology-supported active games are important factors in the active participation of the students. According to the preservice teaches, some important contributions to the lesson are as follows; attracting of the students' attention, instant audio and visual feedback, to facilitate classroom organization, the development of physical competence in the students in parallel with the active participation in the lessons.

Result: According to preservice teachers, technology-supported active games in physical education lessons have contributed to the process of ensuring participation of all students. The conspicuous structure of the Smartwall system has helped in some subjects such as organizing class, giving instant feedback, and increasing activity time.

SB448

Beden Eğitimi ve Sınıf Öğretmenlerinin Fiziki Etkinlikler ve Oyun Dersindeki Oyun Tercihlerinin Değerlendirilmesi

²Nevin Gündüz, ¹Semra Atav, ³Nurdan Demiş

¹TED Koleji, Hentbol Antrenörü

²Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

³İngiliz Kültür Koleji Sınıf Öğretmeni

Email : ngunduz@ankara.edu.tr, atavsemra@hotmail.com, nnurdandemis@gmail.com

Bu araştırmanın amacı, beden eğitimi ve sınıf öğretmenlerinin fiziki etkinlikler ve oyun dersindeki oyun tercihlerinin değerlendirilmesidir. Araştırma, öğretmen görüşlerinin alındığı nitel bir çalışmadır. Araştırmanın evrenini, Ankara da özel okullarda beden eğitimi öğretmenleri, resmi okullarda da ise sınıf öğretmenleri oluşturmaktadır. Örneklemi ise Yenimahalle, Keçiören, Çankaya ve Gölbaşı ilçelerinden iki özel ve iki resmi ilkokul olmak üzere her ilçeden dört ilkokul ve bu okuldan gönüllü olarak katılan toplam 32 öğretmen oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracını, "Fiziki Etkinlikler ve Oyun" dersinin uygulamasındaki oyun tercihleriyle ilgili öğretmenlere uygulanan yarı yapılandırılmış görüşme soruları oluşturmaktadır (15 soru). Araştırmada kullandığımız görüşme soruları, bu konuda yapılan çalışmalar derlenerek ve uzman görüşü alınarak oluşturulmuştur. Araştırmada, yüz yüze görüşme tekniğiyle elde edilen nitel veriler, öğretmenler bilgilendirildikten ve belirlenen günlerde randevu alındıktan sonra kapalı bir odada ve ses kayıt cihazı kullanılarak yapılmıştır. Araştırmada nitel verilerin analizinde, "içerik analizi" tekniği kullanılmıştır. Bu araştırmanın sonucunda öğretmenler oyunun anlamını "çocuğun kendini ifade ettiği, eğlendiği ve gerçek yaşamda karşılaşılabilecekleri her şey" olarak belirtirken, oyun türü olarak daha çok "grup oyunlarını" tercih ettiklerini, okulda oyun yeri olarak; sınıf, okulun spor salonu veya bahçesini ve okulun sahip olduğu malzemeleri kullandıklarını belirtmişlerdir. Öğretmenler oyunun çocuklar açısından önemini "iyi bir öğrenme aracı olması, keşfetmeleri, sosyal ve fiziksel gelişimlerini etkilemesi, enerjilerini atması, hayattaki rollerini oyunlarla öğrenmeleri" olarak belirtmişlerdir. Araştırmada öğretmenler ayrıca oyun tercihlerinde yaş ve gelişim düzeylerine dikkat ederek oyunları organize ettiklerini, bir ders saati içinde çocukların fiziksel, bilişsel ve duyuşsal gelişimlerine katkı vermeye çalıştıklarını belirtmişlerdir. Araştırmada devlet okulunda görev yapan beden eğitimi öğretmenleri genellikle okulun bahçesinde ders yaptıklarını, zemin ve hava şartlarına, araç ve materyallerin yetersizliğine bağlı olarak oyun tercihlerinin değişebildiğini belirtmişlerdir. Anahtar Kelimeler: Oyun, Sınıf Öğretmeni, Beden Eğitimi Öğretmeni

Evaluation of the Game Preferences of Physical Education and Classroom Teachers on Physical Activities and Game Class

The aim of the study is to evaluate the game preferences of physical education and classroom teachers on physical activities and game class. The study is a qualitative study in which the teacher opinions were collected. The universe of the research was composed by physical education teachers in private schools and classroom teachers in government schools in Ankara. The sample of the study included a total of 32 voluntary teachers in each school, four schools from each district in a manner that two private and two government primary schools from districts Yenimahalle, Keçiören, Çankaya and Gölbaşı. In the study, data collection apparatus was semi-structured interview questions (15 questions) applied to the teachers regarding their game preferences on the application of "Physical Activities and Game" class. The interview questions in the study were structured by complying previous studies and with expert opinion. In the study, after the teachers were informed data obtained via face-to-face interview technique were collected in a closed room with an audio recorder upon getting appointments for certain days. For the analysis of qualitative data, "content analysis" technique was used. As a result of the present study, teachers described the meaning of the game as "everything in which the child can express themselves, have fun and may encounter in real life"; they generally preferred "group games" as a game type, class, gym or schoolyard was preferred as a place for games and they used materials the school has.

Teachers stated the importance of game for children as "it is a good tool for learning and exploring, that it contributes to children's social and physical developments, that children's' energy levels increase and that children learn their

SB452

Osmaniye İlindeki Çocuk Oyun Alanları ve Rekreatif Alanların Kullanıcıları Açısından Değerlendirilmesi

¹Sinan Ayan, ²Yusuf Soylu, ¹Mehmet Ali Kılıç, ³Mehmet Ulaş

¹Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale

²Sakarya Üniversitesi, Sakarya

³Mehmet Akif Ersoy, Burdur

Email : ssayan71@gmail.com, yusufnumanefendioglu@gmail.com, mali_can812@hotmail.com, mulas@mehmetakif.edu.tr

Giriş: Çalışmanın amacı Osmaniye ilinde ki çocuk oyun alanları ve rekreatif alanlarının kullanıcıları açısından değerlendirilmesidir. Bu değerlendirmeler sonucu alanların eksiklikleri ve yapılması gerekenler hakkında önerilerin sunulması amaçlanmıştır. Araştırmaya bu alanları kullanan 932 (488 Erkek 444 Kadın) katılmıştır.

Yöntem: Bu araştırmada. Ulaş ve Ayan (2016) tarafından geliştirilen Çocuk Oyun Alanları Değerlendirme Ölçeği ve Ulaş ve Ayan (2017) tarafından geliştirilen Rekreatif Alanları Değerlendirme Ölçeği kullanılmıştır. Çocuk Oyun Alanları Değerlendirme ölçeği Cronbach Alpha katsayısı .84 olarak saptanmıştır. Rekreatif Alanları Değerlendirme ölçeği Cronbach Alpha katsayısı .90 olarak saptanmıştır. Bu araştırmada ise, Çocuk Oyun Alanları Değerlendirme ölçeği Cronbach Alpha katsayısı .90 olarak saptanmıştır. Rekreatif Alanları Değerlendirme ölçeğinin ise, Cronbach Alpha katsayısı .92 olarak saptanmıştır. Verilerin analizinde SPSS 21 istatistik programı kullanılmıştır.

Sonuç: Araştırma sonucunda, cinsiyet, medeni hal ve yaş değişkenlerine bağlı olarak bu alanları kullanan bireylerin Çocuk Oyun Alanları Değerlendirme düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p>0.05$). Eğitim, meslek, gelir, çocuk sayısı ve oyun alanlar değişkenlerine göre bu alanları kullanan bireyler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmüştür ($p<0.05$). Cinsiyet, medeni hal, yaş ve çocuk sayısı değişkenlerine bağlı olarak bu alanları kullanan bireylerin Rekreatif Alanları Değerlendirme ölçeği düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$). Eğitim, meslek, gelir ve rekreatif alanları değerlendirme düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). Çocuk Oyun Alanları Değerlendirme ölçeği alt boyutları ve genel ortalaması ile Rekreatif alanları Değerlendirme ölçeği alt boyutları ve genel ortalaması arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.

Evaluation On The Users Of The Children Playground And Recreational Areas On The Osmaniye

Introduction: The aim of the study is to evaluate children playgrounds and recreational areas in Osmaniye in terms of users. It is aimed to present suggestions about the deficiencies of these evaluation areas and what to do. 932 (488 males and 444 females) using these areas participated in the survey.

Method: In this research. Children's Playground Assessment Scale developed by Ulaş and Ayan (2016) and Recreational Areas Assessment Scale developed by Ulaş and Ayan (2017) were used. The Cronbach Alpha coefficient of the Children's Playground Assessment Scale was .84. The Cronbach Alpha coefficient of the Recreational Areas Assessment scale was .90. In this study, the Cronbach Alpha coefficient of the Children's Playground Assessment Scale was .90. The Cronbach Alpha coefficient of the Recreative Fields Assessment scale was .92. In the analysis of the data, SPSS 21 statistical program was used.

Conclusion: According to the results of the study, it was determined that there was not a statistically significant difference between the levels of the children's play areas of the individuals using these areas depending on the sex, marital status and age variables ($p>0.05$).

It was found that there was a statistically significant difference between the individuals using these fields according to the variables of education, occupation, income, number of children and playgrounds ($p < 0.05$). It was found that there was no statistically significant difference between the recreative area evaluation scale levels of individuals using these areas depending on gender, marital status, age and number of children variables ($p > 0.05$). There was a statistically significant difference between the levels of evaluation of education, occupation, income and recreation areas ($p < 0.05$). It was found that there was a significant positive correlation between the Children's Playground Assessment scale subscales and the general average and the Recreational areas Assessment scale subscales and overall average.

SB485

Ortaokul Öğrencilerinde Fiziksel Aktivite Düzeyleri: Sofit ve Akselerometre Ölçüm Yöntemlerinin Karşılaştırması

¹Figen Altay, ¹Can Kolbakır, ¹Evrin Ünver, ¹Ş.Alpan Cinemre

¹hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : faltay@hacettepe.edu.tr, cankolbakir@gmail.com, evrimunver@hotmail.com, sacinemre@gmail.com

Bu araştırmanın amacı; ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersindeki fiziksel aktivite düzeylerinin iki farklı yöntem ile incelenmesidir. Araştırmaya, ortaokulda öğrenim gören beşinci, altıncı ve yedinci sınıf öğrencilerinden her sınıftan 10 öğrenci olmak üzere toplam 60 öğrenci amaçlı örnekleme dayalı olarak seçilmiştir.

Bu çalışmada veri toplama aracı olarak; fiziksel öğrenme ortamı için gözlem sistemi [System For Observing Fitness Instruction Time (McKenzie, Sallis & Nader, 1991)] SOFIT protokolü uygulanmıştır. Bu protokolün öğrenci davranışı, öğrenci aktivitesi alt boyutu esas alınmıştır. Diğer ölçüm aracı ise üç eksen ve vektör büyüklüğü açısından yüksek güvenilirliğe sahip ve objektif bir ölçüm yöntemi olarak kabul edilen (ICC ≥ 0.925) Actigraph marka wGT3X- BT kablosuz akselerometredir. Verilerin toplanmasında, öğrencilere içeriği benzer olan beden eğitimi ve spor dersi işlenmiştir. Uygulama sırasında öğrencilere akselerometre, elastik kemer aracılığıyla sağ kalça üstünde kullanılarak ölçüm yapılmıştır. Her bir öğrencinin fiziksel aktivite şiddeti, Actigraph marka Actilife-6 yazılımı ile değerlendirilmiştir. Dersin uygulamasında video kaydı alınarak SOFIT gözlem aracı ile öğrencilerin fiziksel aktivite seviyelerinin analizi yapılmıştır. Verilerin analizi SPSS v.20 istatistiksel analiz yazılımı aracılığı ile gerçekleştirilmiştir. Verilerin analizinde öğrencilerin fiziksel aktivite şiddetlerine göre ölçüm yöntemlerinin aritmetik ortalama ve standart sapmaları hesaplanmıştır. Öğrencilerin fiziksel aktivite şiddetleri ve MVPA değerlerinin sınıflara göre yüzdeleri hesaplanmıştır. İki farklı yöntemle elde edilen veriler z skoru ile standartlaştırılmıştır ($z \text{ skoru} = \frac{x_i - \bar{x}}{S}$). Veriler her iki yöntemde de üç kategori altında incelendiğinden (Hafif-orta-yüksek şiddet) bağımlı gruplar için fiziksel aktivite şiddetlerine göre akselerometre ve SOFIT Ölçüm yöntemlerinin ve sınıflar arasında farkın karşılaştırılmasında Marginal Homogeneity Testi uygulanmıştır. SOFIT ve akselerometre ölçüm yöntemlerinde aktivite şiddetlerine ve sınıflar arası karşılaştırmada anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > 0.05$). Sonuç olarak beden eğitimi ve spor derslerinde fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesinde, akselerometre ve SOFIT ölçüm yöntemlerinin birbiri yerine kullanılabileceğini ve fiziksel aktivite düzeyleri için her iki yöntemle de benzer sonuçlara ulaşıldığı söylenebilir.

Physical Activity Levels Of Middle School Children: Comparision Of Sofit And Accelerometer Assessment Measurement

The purpose of this study was to investigate the physical activity levels of middle school children with two different methods during physical education (PE) lessons. For this purpose, 10 students from 5th and 6th grades were included as participants and totally 60 students from each classroom were selected randomly to determine physical activity levels. Physical activity levels were determined by using System For Observing Fitness Instruction Time (SOFIT) (McKenzie, Sallis & Nader, 1991) and by Actigraph wGT3X-BT wireless accelerometer (ICC ≥ 0.925). During measurements, the content of each lesson was similar. Accelerometers were connected on the right side of hip by using an elastic belt. Physical activity levels and intensities were analysed by using Actigraph Actilife 6 software. During the use of SOFIT, physical activities of students were recorded by a video camera during each lesson. Physical activity levels were analysed from these video records of each lesson. All data was analysed by using SPSS v.20 statistical analysis software. Means and standart deviations of the data of each method was calculated. The percentages of physical activity intensities and moderate to vigorous physical activity (MVPA) levels was calculated to classify subjects into the groups. The data from the two different methods was standardized by z scores. The data was analyzed under three classification groups (Light, Moderate and vigorous activity). The diveristy of the measurement methods was analysed by using the t test in dependent groups.

The diversities among groups were analysed by using Marginal Homogeneity Test. As results, no significant diversities between measurement methods was found ($p < 0.05$). As a conclusion, it can be used both of acclerometer or SOFIT to each other during the determination of physical activity levels in PE lessons.

SB571

Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Mesleki Öğrenme Grubu Oluşturma Ve Sürdürme Deneyimleri

¹Deniz Hünük, ²Pervin Avşar

¹Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

²Ayrancı Anadolu Lisesi, Ankara

Email : dehunuk@gmail.com, pervinavsar@gmail.com

Giriş ve Amaç Son yıllarda ulusal ve uluslararası alanyazında öğretmenlerin mesleki gelişiminde en çok üzerinde durulan hizmet içi eğitim yaklaşımlarından birisi de “Mesleki Öğrenme Grubu (MÖG)” (Communities of Practice) uygulamalarıdır. Fakat MÖG’lerin oluşturulma ve sürdürülme süreçlerine ilişkin çok sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır (Parker ve diğ., 2012). Bu sebeple bu çalışmanın amacı bir MÖG katılımcılarının MÖG’ü oluşturma ve sürdürme deneyimlerini incelemektir. Çalışmada katılan katılımcıların bu öğrenme iklimindeki deneyimlerini incelemek için Lave ve Wenger’in (1991) Durumlu Öğrenme Teorisi kullanılmıştır.

Yöntem Çalışmaya, iki sene boyunca MÖG’e düzenli olarak katılan, aynı bölge okullarında görev yapan 7 beden eğitimi öğretmeni ve bir kolaylaştırıcı (araştırmacının ikinci yazarı) katılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak öğretmenlerle ve kolaylaştırıcı ile yapılan bireysel görüşmeler, ses kaydına alınmış kolaylaştırıcı ile yapılan toplantı sonrası görüşmeler ve araştırmacıların yansıtıcı günlükleri kullanılmıştır. Verilerin analizinde içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada üç araştırma sorusunun yanıtı aranmıştır: (1) Katılımcıların MÖG’ü oluşturma süreçleri nasıldır? (2) Katılımcıların MÖG’ü sürdürme süreçleri nasıldır? (3) Bir MÖG’de kolaylaştırıcının rolü nasıl olmalıdır? Bulgular İlk araştırma sorusunun cevabına ilişkin üç tema ortaya çıkmıştır: yeni bilgiler edinme, meslek alanlarının savunucusu olmak, hizmet içi eğitim programlarının yetersizliği. İkinci araştırma sorusunun cevabına ilişkin ise dört tema belirlenmiştir: öğrenci öğrenmesine odaklanmak, olumlu ve destekleyici bir öğrenme iklimi yaratmak, okul yönetimine karşı hesap verebilir olmak. Üçüncü araştırma sorusu altında da yine üç tema belirlenmiştir: iletişim becerileri, mesleki alan bilgisi ve herkesin katılımını sağlamak.

Sonuç Bu çalışmanın sonuçlarının, MÖG’leri sürdürmede kolaylaştırıcının ve okul yönetiminin rolünün belirlenmesi konusunda alanyazına katkı yapması beklenmektedir. Kaynaklar Lave, J., ve E. Wenger. 1991. Situated learning: Legitimate peripheral participation. Cambridge: Cambridge University Press. Parker, M., Patton, K. ve Tannehill, D. (2012) Mapping the landscape of communities of practice as professional development in Irish physical education, Irish Educational Studies, 31:3, 311-327.

Experiences Of Physical Education Teachers’ To Create And Sustain A Community Of Practice

Introduction and Aim Lately in literature there have been a great emphasize on teachers’ communities of practice (CoP) which is a type of professional development. However, there are limited studies examining the creating and sustaining of a CoP (Parker et al., 2012). Therefore, the purpose of this study was to examine the experiences of physical education (PE) teachers’ creating and sustaining CoP. In this study, Lave and Wenger’s (1991) model of situated learning was used as a theoretical framework.

Methods Participants of this study were 7 PE teachers, who regularly attend meetings for 2 years working in same school district, and a facilitator (second author). Data collection tools were: including individual interviews with teachers and facilitator, after meeting discussions with facilitator and researchers’ reflective journals. Data were analyzed using content analysis method to answer three research questions: (1) What are the participants’ experiences on creating CoP? (2) What are the participants’ experiences on sustaining CoP? (3) What are the roles of facilitator in a CoP? Results In response to first research question three themes were identified: gaining new knowledge, advocating for their profession and ineffectiveness of formal professional development.

Theme in response to the second research question included focusing on student learning, creating a supportive learning environment and ensuring accountability toward school administration. Three themes were emerged for third research question: communication skills, content knowledge and encouraging participation by all.

Conclusion The results of this study will make a contribution to the existing literature on determining the role of facilitator and school administrator to sustain a CoP. References Lave, J., and E. Wenger. 1991. Situated learning: Legitimate peripheral participation. Cambridge: Cambridge University Press. Parker, M., Patton, K. & Tannehill, D. (2012) Mapping the landscape of communities of practice as professional development in Irish physical education, Irish Educational Studies, 31:3, 311-327.

SB605

Türkiye, Güney Kore, Japonya, Singapur, Hongkong ve Finlandiya Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Yetiştirme Sistemlerinin Karşılaştırılması

¹Resul Ağırtas, ¹Mustafa Karadağ, ¹Yüksel Savucu

¹Fırat Üniversitesi Elazığ

Email : resulagirtas@hotmail.com, mkaradag@firat.edu.tr, ysavucu@firat.edu.tr

Araştırmanın amacı, Türkiye’de beden eğitimi ve spor öğretmeni yetiştirme sistemi ile PISA sınavlarında başarılı olan ilk beş ülke olan Güney Kore, Japonya, Singapur, Hongkong ve Finlandiya ülkelerinin beden eğitimi ve spor öğretmeni yetiştirme programını karşılaştırmaktır.

Çalışma kapsamında ülkelerin öğrenci seçme sistemleri, eğitim süreci, göreve başlama şekilleri ve koşulları, göreve başladıktan sonraki eğitimler, sorumlulukları, özlük hakları ve maaş durumları ele alınarak karşılaştırmalar yapılmıştır. Araştırma konusu ülkelerin eğitim sistemlerinin karşılaştırılması olması nedeniyle yatay yaklaşım kullanılmıştır. Literatür taraması yapılarak konu ile ilgili makale, tez, kitap ve dergiler taranarak veriler elde edilmiştir.

Araştırma sonucunda; ülkelerin öğretmen yetiştirme sistemlerinde farklı uygulamaların olduğu tespit edilmiştir. Eğitimde alanında gelişmiş ülkeler olan Güney Kore, Japonya, Hong Kong ve Finlandiya gibi ülkelerde öğretmenlik mesleğinin prestijinin ve toplumsal saygınlığının yüksek olduğu; ülkemizde öğretmenlik mesleğinin toplumsal saygınlığını yitirdiği ve önemli maddi ve manevi sorunlarla karşı karşıya kaldığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi öğretmenliği, OECD, Eğitim, Öğretmen Yetiştirme Programı

Comparison Of Physical Education And Sports Teacher Training Systems in Turkey, South Korea, Japan, Singapore, Hong Kong And Finland

The purpose of this study is to compare physical education and sports teacher training system in Turkey and physical education and sports teacher training programs of South Korea, Japan, Singapore, Hong Kong and Finland, which are the top five countries ranked in the PISA exams.

In the study, comparisons were made based on student selection systems of countries, education process, assignment of teachers, assignment conditions, trainings after assignment, their responsibilities, personal rights and salary status. The horizontal approach was used since the subject of study is to compare educational systems of countries. A literature review was made and data were obtained from relevant articles, theses, books and journals on the subject.

As a result of the study, it was found that different practices exists in teacher training systems of the countries. It was also determined that prestige and social reputation of teaching profession is high in countries with developed educational system, such as South Korea, Japan, Hong Kong and Finland, while teaching profession has lost its social reputation and faces important economic and moral problems in Turkey.

Keywords: Physical education teaching, OECD, Education, Teacher Training Program

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Yıldırma (Mobbing) Eylemlerine İlişkin Algılarının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi (Erzurum İli Örneği)

¹Mustafa Algan, ¹Mehmet Ertuğrul Öztürk

¹Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Erzurum

Giriş: Yıldırma (mobbing), çalışma yaşamının var oluşundan bu yana yaşanan ancak açıklamaktan kaçınılan, adeta yok sayılan acımasız ve ahlak dışı bir iletişim örüntüsüdür (Tınaz, 2013). İş hayatındaki olumsuzluklarda toplumu, sosyal yaşantıları, ahlaki değerleri vb. olguları yıpratıcı sonuçlarla ortaya çıkmaktadır (Karcioğlu ve Akbaş, 2010). Bu araştırma, Erzurum ili merkez ilçelerinde görev yapan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yıldırma (mobbing) eylemlerine ilişkin algılarının farklı değişkenler açısından incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Gereç ve Yöntem: Araştırma evrenini; 2015–2016 eğitim öğretim yılında Erzurum ili merkez ilçelerinde görev yapan 265 beden eğitimi ve spor öğretmeni arasından gönüllülük esasına dayalı olarak tesadüfi örneklem yöntemi ile seçilen 204 birey oluşturmaktadır. Araştırmada kullanılan veri toplama aracı iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde katılımcıların demografik değişkenlerin tespiti için kişisel bilgi formu kullanılmıştır. İkinci bölümde ise; Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Yıldırma (Mobbing) Eylemlerine İlişkin Algılarını belirleyebilmek amacıyla, Tanhan ve Çam (2011) tarafından geliştirilen 5 ayrı alt boyuttan ve 29 sorudan oluşan “Öğretmenlere Yönelik Yıldırma Ölçeği” (ÖYYÖ) Anketi kullanılmış, verilerin analizinde ise Independent Sample T Testi ve Oneway ANOVA testleri kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırma bulgularına göre, yıldırma eylemlerini algılamaların öğretmenlerin cinsiyetine, öğrenim düzeylerine ve kıdemine göre farklılaştığı tespit edilmiştir. Erkek öğretmenlerin kadın öğretmenlerden daha fazla yıldırmaya maruz kaldıkları saptanmıştır. Yüksek Lisans/Doktora eğitimi almış öğretmenlerin diğerlerine göre daha fazla yıldırmaya maruz kaldıkları tespit edilmiştir. 2–8 yıl arası kıdemdeki öğretmenlerin yıldırma eylemlerine daha fazla maruz kaldıkları saptanmıştır.

Tartışma ve Sonuç: Sonuçlar araştırmaya katılan öğretmenlerin cinsiyetleri ile öğretmenlere yönelik yıldırma ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki ilişki incelendiğinde mesleki uygulamaların engellenmesi alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu ($p<0.05$) ve erkek bireylerin ortalama puanlarının kadın bireylerin ortalama puanlarından yüksek olduğunu gösterdi ($p<0.05$). Öğrenim düzeyleri ile öğretmenlere yönelik yıldırma ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki ilişki incelendiğinde, öğrenim düzeyleri yüksek lisans/doktora olan bireylerin aldıkları puan ortalamaları öğrenim düzeyleri lisans olan bireylerden daha yüksek olduğu görüldü ($p<0.05$). Mesleki deneyimleri ile öğretmenlere yönelik yıldırma ölçeğinden aldıkları puan

The Study On The Perceptions Of Physical Education And Sports Teachers On Intimidation (Mobbing) Actions in Terms Of Different Variables (Erzurum Province Sample)

Introduction: Mobbing is a ruthless and immoral communication pattern that has been practiced since the very existence of the working life but has been avoided from the obvious (Tınaz, 2013). Negativities in business life include social, social, ethical values, etc. the phenomenon is manifested with detrimental consequences (Karcioğlu ve Akbas, 2010). This study aimed to examine the perceptions of physical education and sports teachers serving in central districts of Erzurum on intimidation (mobbing) actions in terms of different variables.

Materials and Methods: Research universe was constituted by 204 individuals selected among 265 physical education and sports teachers serving in the central districts of Erzurum in 2015-2016 academic year based on principle of voluntariness with random sampling method.

Data collection tool used in the study consists of two parts. In the first part, personal information form was used to evaluate the demographic variables of the participants. In the second part; "Intimidation Scale for Teachers" (ÖYYÖ) Questionnaire developed by Tanhan and Çam (2011) and consisting of 5 different sub-dimensions and 29 questions was used in order to determine the Perceptions of Physical Education and Sports Teachers on Intimidation (Mobbing) Actions, Independent Sample T Test and Oneway ANOVA were used for the analyses of the data.

Results: As claimed by the findings, it was determined that the perceptions of intimidation actions differ according to the genders, education levels and seniorities of the teachers. Male teachers are found to be exposed to more of intimidation than female teachers. MSc-PhD teachers are found to be exposed to more of intimidation than the others. Teachers who have seniority of 2-8 years are found to be exposed to intimidation actions more.

Discussion and Conclusion: The results showed that when the relationship between the genders of the teachers participating in the research and the averages of the points they

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Marka Tutumlarının İncelenmesi

¹Zeynep Kaplan, ¹Serdar Orhan, ¹Ali Serdar Yücel, ¹Yüksel Savucu

¹Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

Email : zeynepkaplan524@gmail.com, sorhan23@gmail.com, alsetu_23@hotmail.com, ysavucu@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Okullarda beden eğitimi derslerinin yürütülmesinden sorumlu kişiler olan beden eğitimi öğretmenlerinin derslerde ve spor ortamlarında ortopedik, zemine ve iklim şartlarına uygun ve spor yaralanmalarını önleyici spor malzemeleri (ayakkabı, eşofman vb.) kullanımı hem kendi sağlığı açısından hem de öğrencilerde farkındalık oluşturmak ve onların bu konuda doğru bilgilendirilmesi ve yönlendirilmesinde önem arz etmektedir. Bu bağlamda çalışmanın amacı Elazığ ilinde görev yapan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin marka tutumlarının ve marka tercihinde önem verdikleri hususların incelenerek bazı demografik özelliklere göre farklılıkların ortaya koyulmasıdır.

Yöntem: Çalışmanın evreninin Elazığ ilinde görev yapan beden eğitimi öğretmenleri (n= 265), örneklemi ise 2016-2017 yılı içerisinde ilde görev yapan öğretmenler arasından rasgele yöntemle seçilmiş 197 öğretmen oluşturmaktadır. Verilerin elde edilmesinde Çiftçi (2006) tarafından geliştirilen “Marka Tercihi ve Sadakat Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, t testi, Anova testi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık için $p<0,05$ anlamlılık düzeyi kabul edilmiştir.

Bulgular ve Sonuç: Çalışma sonunda Beden Eğitimi öğretmenlerinin çoğunluğunun alışverişlerini düzensiz olarak gerçekleştirdikleri, marka kavramının öğretmenlerde daha çok memnuniyet ve imaj kavramını çağrıştırdığı, markalı ürün tercih etme nedeni olarak güven duygusunun ön plana çıktığı tespit edilmiştir. Cinsiyet, yaş, medeni durum ve kadro durumunun satın alma, marka tutumu ve marka tercihlerini etkilemediği saptanmıştır. Ayrıca tercih edilen markalar sıralamasında Adidas, Nike ve Hummel markalarının olduğu, öğretmenlerin satın alma davranış tutumlarında okul türüne ve marka tercihi tutumlarında gelir düzeyine ve eğitim durumuna, alışveriş yapma sıklığına göre ise satın alma davranış tutumlarında anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Anahtar Kelimeler: Marka, tutum, spor, satın alma, tercih

Analysis On The Brand Attitude Of Physical Education And Sports Teachers

Introduction and Aim: Use of orthopedic sports equipment (sneakers, tracksuit etc.) suitable for ground and climate conditions and preventing sports injuries by physical education teachers who are in charge of conducting physical education courses at schools is important both for their health and creating awareness among students, informing and guiding them correctly in this matter. In this regard, the purpose of the study is to analyze the brand attitudes of the physical education and sports teachers working in Elazığ province and the points to which they attach importance in brand preference and to reveal the differences by some demographic characteristics.

Method: Target population of the study is composed of physical education teachers working in Elazığ province (n= 265) and the sample is composed of randomly selected 197 teachers among those working in the province for the period 2016-2017. “Brand Preference and Loyalty Scale” developed by Çiftçi (2006) was used in obtaining data. Descriptive statistics, t-test and Anova were used in data analysis. The significance level of $p<0.05$ was accepted as the statistical significance.

Findings and Conclusion: It has been concluded following the study that most of the physical education teachers do shopping irregularly, the concept of brand mostly evokes the notion of satisfaction and image in teachers and the sense of trust is emphasized as the reason for preferring branded product. It has been determined that sex, age, marital status and type of employment don't affect buying, brand attitude and brand preferences.

It has also been concluded that the mostly preferred brands are Adidas, Nike and Hummel and a significant difference was established in buying behaviors of teachers by the type of school, in their attitudes for brand preference by level of income and education and in their buying behaviors and attitudes by the frequency of shopping.

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Fiziksel Uygunluk Karnesine Yönelik Görüşleri

¹Günay Yıldizer, ¹Arkan Ektirici, ¹Gonca Eren, ¹Caner Özböke, ¹İlker Yılmaz

¹Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

Email : gunayyildizer@anadolu.edu.tr, aektirici@anadolu.edu.tr, goncaeren@anadolu.edu.tr, canerozboke@anadolu.edu.tr, ilkery@anadolu.edu.tr

Türkiye’de 2016-2017 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde okullarda Sağlıkla İlgili Fiziksel Uygunluk Karnesi Uygulaması başlatılmıştır. Bu araştırmanın amacı; Türkiye’de ilk defa uygulanan fiziksel uygunluk karnesi ve fiziksel uygunluk testine yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin görüşlerinin belirlenmesidir. Araştırma nitel araştırma yaklaşımı içerisinde “Temel Nitel Araştırma” modeli esas alınarak desenlenmiştir. Çalışmanın katılımcıları kolay ulaşılabilir durum örneklemesi ile seçilmiştir. Katılımcı grubunu 2016-2017 eğitim-öğretim yılında Eskişehir İl Milli Eğitim Müdürlüğü’ne bağlı merkez okullarda aktif görev yapan 10 beden eğitimi ve spor öğretmeni oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama tekniği olarak yarı yapılandırılmış görüşmeler yapılmıştır. Verilerin analizinde içerik analizi yöntemi benimsenmiştir. Bulgular; a) Uygulamanın Sağladığı Faydalar, b) Uygulamanın Amacına Ulaşmama Nedenleri, c) Uygulama ile deneyimlenen zorluklar, d) Uygulamaya Yönelik Öneriler olarak 4 ana tema altında tartışılmıştır. Sonuçlar, uygulamanın fiziksel aktiviteyi teşvik etmede ve sporcu öğrencileri tanımlamada yararlı olabileceğini göstermektedir. Buna karşın, genel olarak katılımcıların uygulamanın amacına ulaşmadığını düşündükleri ve yeni bir uygulama olması, uygulamacı sayısının yetersiz olması, uygulamaya yönelik inanç duyulmaması, standardizasyon sorunu yaşanması, öğrencilerin katılımı ile ilgili sorunların yaşanması ve uygulamacıların kendilerini yetersiz görmesi gibi sebeplerin bu durumda etken olduğu görülmüştür. Öğretmenler ise bu uygulamaya yönelik yaşadıkları temel sorunları mekan, malzeme ve zaman olarak ifade etmişlerdir. Ayrıca, paydaşlar arası entegrasyonun sağlanması, öğrencilerin uygulamaya yönelik bilgilendirilmesi, eğitim sürecinin tamamında uygulamanın yaygınlaştırılması, test içeriğinin farklı motor becerileri kapsayacak şekilde planlanması ve uygulayıcı eğitiminin niteliğinin artırılması, uygulamanın amacına ulaşması için önerilmiştir. Sonuç olarak, uygulamanın amacına ulaşmada bir çok eksik yönünün olduğu görülmekle beraber, fiziksel aktivitenin teşviği ve sporcuların tanımlanması açısından önemli olduğu ifade edilmiştir.

The Opinions of Physical Education and Sports Teachers Towards Physical Fitness Report Card

Health-Related Physical Fitness Report Card implementation started in the spring semester of the 2016-2017 academic year in Turkey. This research aims to define the opinions of physical education and sports teachers towards physical fitness test and report card that applied for the first time in Turkey. The research was designated within "Basic Qualitative Study." Participants were selected by the easily reachable case sampling. Participant group is composed of ten physical education and sports teacher in Eskişehir city center. Semi-structured interviews were used to collect data. Content analyses technic espoused to data analyses. Findings are discussed in four main themes; a) the benefits of the implementation, b) causes for failing of the aims of the implementation, c) experienced rigors with the implementation, d) suggestions for the implementation. Results show that implementation can be an encouragement for physical activity participation and helps to identify athlete-students. On the other hand, teachers indicated that implementation failed to reach its' aim because of it is a new implementation, an inadequate number of teachers, disbeliefs towards implementation, issues about standardization, student involvement and teachers perspectives about themselves that they are inadequate for this implementation. Teachers express place, equipment and time as main problems that they have experienced. Also, teachers presented recommendations on some topics such as providing the integration with education partners, informing the students about implementation, generalizing the application for all of the education processes, planning the test contents for various motor skills and enhancing the quality of in-service education. Finally, despite the fact that implementation has some deficiencies to achieve its' aims, but also it is important to encourage the physical activity and describe the athlete-students.

SB677

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Adaylarının Akademik Öz-Yeterlik Düzeylerinin Belirlenmesi

¹Oğuzhan Eroğlu, ¹Yunus Yıldırım

¹Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Mersin

Email : oguz-er1071@hotmail.com, ynsyldrm69@gmail.com

Giriş ve Amaç: Akademik öz-yeterlik (AO), kişinin akademik anlamdaki bir işi veya görevi hedeflenmiş başarı seviyesinde yapabileceği konusundaki inancıdır. Bu araştırmanın amacı; Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni adaylarının akademik öz-yeterlik düzeylerinin belirlenmesidir.

Yöntem: Bu araştırmanın evrenini, 2016 - 2017 eğitim-öğretim yılında Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeliği Bölümünde öğrenim görmekte olan 1. 2. 3. ve 4. sınıftan 248, Mustafa Kemal Üniversitesinin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeliği Bölümünde öğrenim görmekte olan 1. 2. 3. ve 4. sınıftan 240 öğrenci olmak üzere toplamda 488 öğrenci oluşturmuştur. Örneklem grubunu ise Mersin Üniversitesinden 134, Mustafa Kemal Üniversitesinde ise 166 Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni olmak üzere, toplamda 300 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada, veri toplama aracı olarak, Jerusalem ve Schwarzer (1981) tarafından geliştirilen, Yılmaz ve diğ., (2007) tarafından Türkçeye uyarlanan “Akademik Öz-Yeterlik Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin analizinde; betimsel istatistik yöntemleri, Kruskal Wallis-H Testi ve Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır.

Bulgular: Öğrencilerin Akademik Öz Yeterlik puanlarının, cinsiyet, üniversite, yaş ve sınıf değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermediği, ancak genel akademik not ortalaması değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark gösterdiği tespit edilmiştir.

Sonuç: Araştırma sonucunda; genel akademik not ortalaması yüksek olan öğrencilerin, düşük olan öğrencilere göre daha yüksek seviyede Akademik Öz Yeterlik puanlarına sahip olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Akademik, Öz-Yeterlik, Beden Eğitimi, Spor

Physical Education and Sports Teacher Candidates Academic Self-Efficacy Levels Of Determination

Introduction and Aim: Academic self-efficacy, one's job or task targeted achievement in the academic sense at the level of belief can do about that. The aim of this research Physical Education and sports teacher candidates ' academic self-efficacy to determine the level of.

Method: The population of this study, Mersin University of Physical Education and sports Physical Education and sport who is enrolled in division 1. 2. 3. and 4. grade 248 students, Mustafa Kemal of the University of Physical Education and sports Physical Education and sport who is enrolled in division 1. 2. 3. and 4. grade 240 students with a total of 488. The student has created who study in the 2016-2017 academic year. The sample group of 134 from Mersin University, Mustafa Kemal University, Physical Education and sports teachers a total of 166, consisted of 300 students. As the data collection tools have been used “Academic Self-Efficacy Scale” developed by Jerusalem ve Schwarzer (1981), adapted to Turkish Yılmaz et al. (2007). Research, data analysis; the methods of descriptive statistics, Kruskal Wallis-H Test and Mann-Whitney-U Test were used.

Findings: Students scores ASC did not show a statistically significant difference according to the gender, age and college variables, however, that according to general academic grade point average scores, it was determined that the variable showed a statistically significant difference.

Conclusion: As a result of research, students with lower academic scores than students with higher academic self efficacy general a high general academic grade point can be said to have.

Keywords: Academic, Self-Efficacy, Physical Education, Sports

Sporda Veri Madenciliği

¹Talha Murathan

¹Ardahan Üniversitesi

Email : talhamurathan@hotmail.com

Giriş ve Amaç Teknoloji geliştikçe depolanması gereken veri miktarında artış meydana gelirken artan veriler arasından istenilenin ayırt edilebilmesi de zorlaşmıştır. Günümüzde kullanılan ve birçok alanda uygulama imkânı bulan en etkili metot veri madenciliğidir. Veri madenciliğinin en çok kullanıldığı alanlar tıp, biyoloji ve genetiklerdir. Bu çalışmanın amacı veri madenciliğinin spor alanında kullanımının incelenmesidir. Yöntem Çalışmada konuyla ilgili literatür incelenmiş ve analiz edilmiştir.

Bulgular ve Sonuç Oyuncular, takımlar, tesisler, sezon ve oyunlarla ilgili çok fazla veri içeren spor, veri madenciliği için ideal bir uygulama alanıdır. Bu yöntemle oyuncuyla, takımla, sezonla veya oyunlarla ilgili tüm veriler toplanarak analiz edilebilir. En önemli sonuçlarından bir tanesi de geçmişte yapılan spor müsabakalarının veya sporcu verilerinin değerlendirilmesiyle gelecekteki müsabaka sonuçları tahmin edilebilir, yeni yöntem ve stratejiler belirlenebilir, takımlara sporcu, antrenör ve teknik direktör seçimlerinde bu verilerden yararlanılabilir, sporcuların sakatlanma riskleri ve sıklıkları belirlenebilir, bilet satış tahminleri yapılabilir. Yurtdışında son yıllarda yapılmış birçok çalışma müsabaka verileri, sporcuların müsabaka içinde ve dışındaki durumu, spor tesisleri, sporsal tahminleri, spor müsabakaları videolarından oyuncuların ve oyun içerisindeki veri sayılabilecek önemli anların alıntılanması üzerine odaklanmıştır. Ülkemizde ise spor alanında veri madenciliği uygulamalarına yönelik sınırlı sayıda çalışma mevcuttur ve bu alanın yeni çalışmalarla desteklenmesi gerekmektedir.

Data Mining in Sport

Introduction and Objectives As technology improves, the amount of data that needs to be stored increases, and it becomes harder to distinguish among the increased data. Data mining is the most effective method used to day and it finds many application areas. The are as where datamining is most used are medicine, biology and genetics. The aim of this study is to examine the use of data mining in sports.

Method In this study, the literature related to the subject was examined and analyzed.

Findings and Conclusion Sport with a lot of data about players, teams, facilities, seasons and games is an ideal application area for data mining. With this method, all data related to player, team, season or games can be collected and analyzed. By evaluating past sport events or athletes' data, future competition results can be estimated, also these data can be used in the selection of athletes, coaches and technical directors for teams. And by help of this data we can estimate the risks and injury frequency of players, it also helps the estimation of ticket sales. In recent years many studies done abroad focused on quoting important moments from the sports competition videos of players, competition data, the situation of the athletes in and out of competition, sport facilities, sporting forecasts. In our country, there is a limited number of studies on data mining applications in the area of sports and this area needs to be supported by new studies.

21. Yüzyılda Kültürel Bir Miras: Atlı Cirit

¹Talha Murathan, ¹Kübra Özdemir

¹Ardahan Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Ardahan

Email : talhamurathan@hotmail.com, kubraozdemir@ardahan.edu.tr

Giriş ve Amaç: Kültürel miras daha önceki kuşaklar tarafından oluşturulmuş ve evrensel değerlere sahip olduğuna inanılan eserlere verilen genel bir isimdir. Kültürel miras insanların yaşamını sürdürebilmesi için önemli olgulardandır. Kültüre konu olan öğelerin sosyal bir miras olarak nesilden nesile aktarılması bir değişim sürecini içerir. Bu araştırmanın amacı, insanın içinde bulunduğu toplumdan edindiği gelenek- görenek, maddi-manevi değerler doğrultusunda ata armağanı olan, gerçek anlamda milletimizin asaletini, mertliğini ifade eden ata sporu atlı ciritin 21. yüzyıldaki değişim sürecini ortaya çıkarmaktır.

Yöntem: Araştırmada veri toplanmasında literatür tarama yöntemi kullanılmıştır. Birincil kaynaklar, araştırma raporları ve bu alanda yapılan bilimsel çalışmalardan yararlanılmıştır.

Bulgular:Türkler için at çok değerlidir. Bu süreçte çok farklı atlı oyunlar da keşfedilmiştir. Bu oyunlardan biri ve hatta en önemlisi de atlı cirittir. Atlı cirit 7 atlıdan oluşan iki takımın 70 dakika oynadığı bir spordur. Cirit adı verilen özel bir sopa ile oynanır. At ile insanın mükemmel mücadelesine dayalı olan atlı cirit oyunu 16. yüzyılda savaş oyunu olarak kabul edilirken 19. yüzyılda en büyük şenliklerde, şöenlerde yer almıştır. Oyuna verilen bu değer günümüzde de devam etmektedir. Atlı cirit her yıl Bursa'da Ertuğrul Gazi'yi anma şenliklerinde, Ardahan'da Çıldır Gölü Altın At şöeninde, Etno Spor Kültür Festivali ve İstanbul Kağıthane Şenliklerinde, Malazgirt Zaferinin yıl dönümlerinde yarışma ve gösteri olarak yer almaktadır.

Sonuç:Yetenek ve alışkanlıkları kapsayan, atalardan miras kalan örf ve adetlerin bir bütünü olarak kültürel mirasın korunması ve yaşatılması, nesilden nesile aktarılması çok önemlidir. Atalarımızdan kalan ve önemli kültürel miraslarımızdan olan atlı cirit gibi oyunların yok olmasını önlemek ve gerekli önemi göstermek vefa borcumuzdur.

Anahtar Kelimeler: At, Atlı cirit, Kültürel miras, Ata sporu.

A Cultural Legacy In 21. Century: Horse Javelin

Prologue And Purpose :Cultural Legacy is the name of achievements which formed by previous generations and believed to have world-wide dignity. It's a important phenomenon for people to continue their lives. Transferring the factors from generation to generation as Social Legacy, which becamed a subject to culture, involves a process of change. The Purpose of this study is find out the process of change related to Cirit in 21. Century, in accordance with tradition, which gained by Society and represents truly the nobility of our nation.

Method In this research we used Literature Review Method in data collection. We benefitet from primary sources, research reports and academic studies related to this field.

Findings Horse is very valuable among the Turks. In this process, many equestrian games discovered too. One of them –and maybe most important one- is Cirit. It's played 70 minutes, between two teams each formed by 7 players. Based on a perfect struggle between horse and man, it carried different purposes throughout the time. While considering a war game in 16. Century, it took a part in big festivals and feasts in 19. Century. This Value given to the game continues even today.

Conclusion: Including talents and habits, it's important that protecting, existing and transferring among generations of Cultural Legacy, which is a remnant from our ancestors. It's our duty to take necessary measures and protect games like Cirit, which is a remnant from our ancestors an one of our important Cultural Legacies.

Keywords: Horse, Cirit, Cultural Legacy, Ancestor Sport

Türkiye’de Ortaokul Ve Liselerde Çalışmakta Olan Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Kullandıkları Öğretim Stilleri Ve Öğretim Stillerini Algılayışları

¹Kurtuluş Özlü, ²Şule Kırbas

¹Hitit Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Çorum

²Amasya Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Amasya

Email : kurtulusozlu05@gmail.com, sulekirbas@gmail.com

Bu çalışmada Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı ortaokul ve liselerde çalışan beden eğitimi öğretmenlerinin kullandıkları öğretim stilleri, bu stillerini kullanma düzeyleri ve değer algıları; çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir. Ayrıca katılımcıların stil kullanımlarına değer algılarının etkisi araştırılmıştır. Çalışmaya TÜİK verilerine göre Türkiye'nin coğrafi bölgelerini temsil yeteneğine sahip 27 ilinden, seçkisiz örnekleme yöntemi ile seçilen toplam 1682 (523 kadın, 1159 erkek) gönüllü beden eğitimi öğretmeni katılmıştır. Tarama modeli kullanılan çalışmada veri toplama aracı olarak Kulinna ve Cothran (2003) tarafından geliştirilen, İnce ve Hünük (2010) tarafından Türkçeye uyarlanan “Beden Eğitimi Öğretmenleri Öğretim Stilleri Değer Algıları Anketi” (BEÖSDA) kullanılmıştır. Ankette 11 farklı öğretim stiline ait senaryo, her senaryoya ait 4 soru bulunmakta ve stiller iki gruba ayrılmaktadır. Her senaryonun ilk sorusu öğretmenlerin ilgili stili kullanıp kullanmadıkları ya da ne sıklıkla kullandıklarına yönelik bilgi vermektedir. İkinci, üçüncü ve dördüncü sorular ise öğretmenlerin tercih edilen stile yönelik değer algılarını (eğlence, öğrenme, motivasyon) belirlemeye yöneliktir. Çalışmada iç tutarlılık değerleri 0.83-0.86 arasındadır. Verilerin tanımlayıcı istatistikleri hesaplanmış ve katılımcıların öğretim stillerini kullanma durumları ve stillere ilişkin değer algıları arasında fark olup olmadığı bağımsız gruplarda Bağımsız T-testi ve One Way Anova ile araştırılmıştır. Araştırma sonuçları Türkiye’de ortaokul ve liselerde görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin öğreten merkezli öğretim stillerine daha çok değer verdiklerini ve kullandıklarını göstermektedir. Katılımcıların öğretim stillerini kullanma durumlarında yaş, cinsiyet, öğrenim durumu, mezun olunan bölüm, görev yaptıkları yerleşim yeri türü ve coğrafi bölge, hizmet süresi, kadro durumu ve unvan değişkenleri anlamlı farklılığa neden olurken, görev yapılan okul düzeyleri ve mezun olunan üniversite değişkenleri anlamlı farklılığa neden olmamaktadır. Katılımcıların öğretim stillerine ilişkin değer algılarında ise yaş, öğrenim durumu, görev yapılan coğrafi bölge, hizmet süresi, kadro durumu ve unvan değişkenleri anlamlı farklılığa neden olurken cinsiyet, okul düzeyi, mezun olunan üniversite ve bölüm ile görev yapılan yerleşim yeri türü değişkenleri anlamlı farklılığa neden olmamaktadır. Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi, Öğretim Stilleri, Öğretim Yöntemleri

Teaching Styles Used By Physical Education Teachers At State High And Secondary Schools In Turkey And Their Perceptions Of Teaching Styles

In this study teaching styles of physical education teachers who work at state high and secondary schools, their value perceptions of the styles and to what levels they use these styles were examined on some certain variables. As well, effects of participants' value perceptions on their use of styles. The sample of the study consists of 1682 (532 female, 1159 male) randomly chosen physical education teachers from 27 cities of Turkey, representing all geographical regions. Survey method and “Learning Styles and Value Perceptions of Physical Education Teachers Scale” which was developed by Kulinna and Cothran (2003) and adopted in Turkish by İnce and Hünük was used. The scale consisted of some scenarios related to 11 different teaching styles and each scenario asked 4 questions. The first questions of the each scenario asked whether the participants used these learning styles or how often they used them. The second, third and the fourth questions were to reveal the teachers' value perceptions of teaching styles (amusement, teaching, motivation). Internal consistencies were between 0.83-0.86. According to the results of the study, most of physical education teachers choose teacher centred teaching styles and value them. Results showed that there were significant differences among the preferred teaching styles according to age, gender graduation degree, graduation university and graduation department, province, seniority, professional title and degree variables. On the other hand; there weren't statistically significant differences according to the academic standards of the schools they work at and graduation university variables.

Analysing the teacher's value perceptions of the teaching styles it was concluded that there were significant differences according to age, graduation degree, province, seniority, professional title and degree variables. Contrary; there weren't statistically significant differences according to gender, academic standards of the schools, graduate university, department and province variables.

Keywords: Physical Education, Teaching Styles, Teaching Methods

Okul Öncesi Çocuklarının Oyuncak Tercihleri

¹Sengül Pala, ²Aynur Yılmaz

¹Kırıkkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Okul Öncesi Öğretmenliği Anabilim Dalı, Kırıkkale

²Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Kırıkkale

Email : sengul.akinci@gmail.com, yilmazaynr@hotmail.com

Amaç: Çocukların oynadıkları oyuncakların belirlenmesi, bu tercihlerinde rol oynayan fiziksel imkânlar ile cinsiyete bağlı farklılıkların ortaya çıkması açısından çalışma önemlidir. Bu araştırmanın amacı, okulöncesi çocuklarının oyuncak tercihlerini tespit etmektir.

Yöntem: Araştırmada nitel araştırma yaklaşımı kullanılmıştır. Araştırma, 2016-2017 Eğitim-öğretim yılı ikinci yarısında Kırıkkale il merkezinde bir kreşte gerçekleştirilmiştir. Çalışma grubunu farklı yaş aralıklarında olan (3, 4 ve 5 yaş) toplam 18 okul öncesi çocuğu oluşturmuştur. Çocukların oyuncak tercihlerinde cinsiyet ve yaş değişkenlerinin etkisi olduğu düşünüldüğünde, çocukların çalışma grubuna dahil edilmesinde gönüllük ilkesi, cinsiyet ve farklı yaş gruplarından çocukların yer almasına dikkat edilmiştir. Verilerin elde edilmesinde literatür doğrultusunda çocukların gelişim özelliklerine uygun olan oyuncakların yer aldığı oyuncak kartları, oyuncak tercihlerine ilişkin senaryo ve görüşme tekniği kullanılmıştır. Senaryo içerik olarak “İki kardeş olan Ali ve Ayşe oyuncak dükkânına gitmişler ve pek çok oyuncak almışlardır. Eve gelince anneleri her ikisine de “haydi herkes oyuncaklarını kendi dolabına yerleştirsın” şeklinde çocuklarına yönerge vermiştir. Çocuklar heyecanla alışveriş paketini açarlar ve dolaplarına oyuncaklarını yerleştirmeye başlarlar” Araştırmada çalışma grubundaki çocuklara “Niçin Ayşe ve Ali bunları almıştır, Ayşe ve Ali neden bunları seçmemiştir, Sen olsaydın hangilerini seçerdin ya da seçmezdin?” şeklinde sorular sorulur ve çocukların verdikleri cevaplar video kaydı/ses kaydı alınır. Veriler içerik analizine tabi tutulmuştur.

Bulgular: Çocuklara sunulan senaryoda yer alan oyuncak çeşitleri dikkate alındığında çocukların tercihlerinde cinsiyet değişkeninin önemli etkisi olduğu görülmüştür. Kız çocuklarının genellikle senaryoda yer alan Ayşe'nin tercih ettiği oyuncakları seçtiği, erkek çocuklarının ise senaryodaki Ali'nin alışverişte aldığı oyuncakları tercih ettikleri bulgusu elde edilmiştir. Nedenleri incelendiğinde ise kız çocuklarının Ayşe'nin seçtiği, Erkek çocuklarının ise Ali'nin seçtiği oyuncaklar ile oynayabileceklerini belirttikleri görülmüştür. Çocukların izledikleri çizgi filmlerin ve ailelerin çocuklarına cinsiyetçi yaklaşımı içeren oyuncaklar alması olduğu ifade edilmiştir.

Sonuç: Çocukların oyuncak tercihlerinde cinsiyet rollerinin etkisinin olduğu, özellikle ailenin sahip olduğu algının çocukların oyuncak tercihlerine yansıtılabileceği ve çizgi filmlerin önemli etkisi olduğu

Anahtar Kelimeler: Oyuncak tercihleri, Okulöncesi, Cinsiyet

Toy Preferences of Preschool Children

Aim: The aim of this study is examining preschool children's toy preferences and reasons for their preferences.

Method: Qualitative research design was used in this study. Research group was consisted of 18 preschool children. Data was gathered in a public preschool in Kırıkkale. When it is considered that children's toy preferences can be changed according to their ages and gender, children who constitutes the sample was selected from three, four and five years olds from different gender. In addition, the children who participated in the study were chosen among the volunteers. Data collection tool was developed by the researchers as a result of literature review. Firstly, ten toys which are appropriate for preschool children's age and development are determined After this belirlleme, pictorial cards which illustrate these toys are prepared. Then, children were told a story .

The story was; " Ali and Ayşe was two sibligs. One day, they went a to shop to buy some toys. When they came to home, their mother said that " let's put your toys in your wardrobe. Children opened their toy packet and began to place their toys." After telling the story, children were asked about what they think about toy preference's of Ali and Ayşe. In addition to this, the reason for children's toy preferences were also asked. The researchers were asked the children, "If you were, what would you choose or what would you not choose?" and the date obtained was recorded.

Findings: As a result of the study it was found that gender is an important factor in children's toy preferences. When girls was generally prefer doll, tea set and make up set, boys were preferred gun, truck and animay figures.

Result: It can be said that gender, family and media can be reason for children's toy preferences.

Keywords: Toy preferences, preschool, gender.

Resimli Çocuk Kitaplarında Spor

¹Aynur Yılmaz, ²Sengül Pala

¹Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

²Kırıkkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Okul Öncesi Öğretmenliği AnaBilim Dalı, Kırıkkale

Email : aynuryilmaz@kku.edu.tr, sengul.akinci@gmail.com

Amaç: Resimli çocuk kitapları, çocukların zevk alıp eğlenirken öğrenmelerine fırsat veren ve içinde görsel malzemeler bulunduran materyallerdir. İyi hazırlanmış resimli çocuk kitabında verilmek istenen mesaj sözcüklerle verilebileceği gibi, bir dizi görsel aracılığıyla da verilebilir. Bu görseller kimi zaman var kitapta geçen ifadeyi desteklerken bazen tek başına görsel olarak çocuklara kitapta verilmek istenen mesajları iletir. Bu sayede, henüz ilkökula başlamamış okuma yazma bilmeyen çocuklar bile kendileri için son derece faydalı bir eğitim materyaline kavuşmuş olurlar. Bu kitaplar sayesinde çocuklar, dış dünyayı tanır, toplumda var olan sosyal kuralları öğrenir ve dünyaya ilişkin algıları gelişmeye başlar. İyi bir resimli çocuk kitabının gerek görseller, gerekse sunduğu ifadelerle çocukların gelişimine katkı sağlayan, onları basmakalıp yargılardan uzak tutan ve özgüvenlerini artırmalarına yardımcı olan unsurlar içermelidir.

Bireylerin sosyal, bilişsel ve fiziksel gelişimi için son derece önemli olan sporun, kitaplarda verilirken basmakalıp yahut çocukların özgüvenini kıran nitelikte unsurlar barındırması, karakterlerle özdeşim kuran çocukların var olan potansiyelleri gerçekleştirmesini engellemesine neden olacaktır. Bu sebeple, diğer konularda olduğu gibi spora ilişkin durumların işlendiği kitaplarda sporun nasıl verildiği önemli bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır. Gerek sözel ifadeler, gerekse görseller çocukların spora, spor dallarına ve hangi sporu yapıp yapamayacaklarına ilişkin algılarını etkileyebilecektir. Bu çalışmanın amacı, resimli çocuk kitaplarında (3-6 yaş) yer alan spor ve spora ilişkin görselleri incelemektir.

Yöntem: Araştırmada nitel araştırma yaklaşımlarından durum çalışması deseni kullanılmıştır. Araştırmanın verileri üç ve altı yaş resimli çocuk kitapları aracılığıyla elde edilmiştir. Çalışma grubu seçiminde amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Çalışmada 10 resimli çocuk kitabı incelenmiştir. Verilerin analizinde içerik analizinden faydalanılmıştır.

Bulgular: Araştırmanın sonucunda, kadın karakterlerin genellikle daha az güç gerektiren sporlar yaparken resmedildiği, erkek karakterlerin daha fazla güç gerektiren, ağır sporlar yaparken resmedildiği görülmüştür. Kitaplarda resmedilen görsellerde spor yapan karakterlerin yaptıkları sporlara uygun kıyafetler giydikleri görülmüştür.

Sonuç: İncelenen kitaplardaki karakterlerde cinsiyet açısından basmakalıp ifade ve görsellere yer verildiği görülmüştür.

Anahtar kelimeler: Spor, Cinsiyet, Resimli çocuk kitapları

Sport in Children's Picture Books

Aim: Children's picture books are unique materials with pictorial materials. They which give children a chance to have fun when reading. Thanks to a well prepared children's picture books, wanted messages can be given via illustrated materials. Sometimes messages are supported with these illustrations and sometimes illustartions give the messages directly. So, children who do not literacy skills can undurstand the content of the book easily. A good children's picture books protect children from styrotyped ideas about gender.

Many themes can be given in children's picture books. Sports which is very important in children's psychological, physical and cognitive development can be also given as a theme in these books. When stereotypic elements about the sports are given in the book, it can damage children's self esteem since children take as role model in the characters of the books. Children have difficulty in fulfilling their potential. This reason, the exhibition of sport in children's book became an important issue. The illustrations or statements about sport can affect children's perception about what they can achieve or cannot achieve in sport. The aim of this study is to examine sport in children's picture books.

Method: Case study which is a qualitative approach was used in the study. The sample of the study consisted of 10 children's picture books which are appropriate for 3-6 years olders. Purposeful sampling method was used in the selection of the study group. In analyzing data, content analysis was used.

Findings: As a result, it was found that men characters in the books are illustrated as doing heavy sports when women are illustrated as doing lighter sport activities.

Result: Stereotyped statements and visuals are seen in examined books.

Keywords: Sports, Gender, Children's picture book

Beden Eğitimi Öğretmeni Anlamsal farklılık Ölçeğinin Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi

¹Oğuz kaan Esentürk, ²Aynur Yılmaz, ¹Ekrem Levent İlhan, ¹İbrahim Yıldırım

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

²Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

Email : oguz_kaan61@hotmail.com, aynuryilmaz@kku.edu.tr, levent-besyo@hotmail.com, yildiran@gazi.edu.tr

Amaç: Bu araştırmada toplumun farklı kesimlerinin beden eğitimi öğretmenlerine yönelik bakış açısını değerlendirmek amacıyla "Anlamsal Farklılık Ölçeği" geliştirilmiştir. Osgood, Suci ve Tannenbaum (1957) tarafından davranış bilimlerinde ortaya konan "Anlamsal farklılık Ölçeği", çalışmanın amaç ve hedeflerine bağlı olarak her bir araştırma alanına uyarlanabilme özelliği taşıyan çok genel bir ölçüm tekniğidir (Verhagen ve Meenths, 2007).

Yöntem: Araştırmada karma (mixed) model yaklaşımlarından "Keşfedici Sıralı Desen" kullanılmıştır. 2017 yılında Ankara'da yapılan bu araştırma, amaçlı örnekleme yöntemlerinden ulaşılabilirlik ilkesi ve gönüllü katılım esas alınarak toplam 486 katılımcı üzerinde gerçekleştirilmiştir. Ölçme aracının psikometrik özelliklerine kanıt sağlamak amacıyla öncelikle yapı geçerliğine ilişkin analizler yapılmıştır. Yapı geçerliği kapsamında ilk olarak, AFA uygulanmış; AFA sonucunda ortaya çıkan yapının toplanan verilerle uyumunu değerlendirmek amacıyla DFA' dan yararlanılmıştır.

Bulgular: AFA sonucunda toplam varyansın % 62' sini açıklayan ve üç alt boyuttan oluşan bir yapı elde edilmiştir. Ortaya çıkan bu yapının doğrulanması amacıyla gerçekleştirilen DFA sonucunda, yeterli uyum indekslerine ulaşılmıştır. Madde analizleri kapsamında, maddelerin ayırt ediciliğini tespit etmek amacıyla düzeltilmiş madde toplam test korelasyonu incelenmiş ve toplam puan üzerinden % 27'lik alt-üst yöntemi ile madde puan ortalamaları arasında fark olup olmadığı karşılaştırılmıştır. Ölçme aracının güvenirliği ise, Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı ve test-tekrar test teknikleri ile incelenmiştir. Cronbach Alfa ve test-tekrar test analizleri, ölçme aracının yüksek düzeyde güvenilir olduğuna dair kanıt sağlamıştır.

Sonuç: Bu bulgular ışığında, BEÖAFÖ' nün geçerli ve güvenilir ölçümler yapabilen bir veri toplama aracı olduğu ve toplumun beden eğitimi öğretmenleri hakkındaki bakış açılarını ölçebilir nitelik taşıdığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Anlamsal farklılık ölçeği, Beden eğitimi öğretmeni, Keşfedici sıralı desen, Ölçek geliştirme

Examination of Psychometric Features of the Semantic Difference Scale of Physical Education Teacher

Purpose: In this research, "Semantic Difference Scale" was developed to evaluate the perspectives of different sections of the society towards physical education teachers. The "Semantic Differential Scale" set forth in the behavioral sciences by Osgood, Suci and Tannenbaum (1957) is a very general measurement technique that can be adapted to each research area depending on the aims and objectives of the study.

Method: "Exploratory Sequential Design", one of the mixed model approaches, was used. This research, which was conducted in Ankara in 2017, was carried out on a total of 486 participants based on the principle of accessibility and voluntary participation. In order to provide evidence for the psychometric features of the measurement tool, analyzes were first made on the validity of the structure. EFA was applied within the scope of construction validity; CFA was used to assess the relevance of the resulting work of EFA.

Findings: As a result of EFA, a structure consisting of three sub-dimensions explaining 62% of the total variance was obtained. Sufficient compliance indices were achieved as a result of the EFA performed to verify this resulting structure. Within the scope of item analysis, the corrected total item test correlation was examined in order to determine the distinction of the items, and the difference between the upside- down method of 27% out of the total score and the item point average was compared. The reliability of the measurement tool was examined by Cronbach's Alpha internal consistency coefficient and test-retest techniques. Analysis provide evidence that the measurement tool is highly reliable.

Conclusion: it can be said that BEÖAFÖ is a data collection tool that can make valid and reliable measurements and that it has the characteristics of measuring the perspectives of the society towards physical education teachers.

Keywords: Semantic difference scale, Physical education teacher, Explatory sequential design, Scale development

Dönüşümcü Öğretim Ölçeğini Türkçeye uyarlama: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

¹Sinan Yıldırım, ¹Yılmaz Yüksel, ¹Emre Bilgin, ²Alper Yıldız, ¹Özgür Yaşar Akyar, ¹Ziya Koruç

¹Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

²ODTÜ, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Ankara

Email : sinanyildirim@hacettepe.edu.tr, yyuksel@hacettepe.edu.tr, bilgin.emre@hacettepe.edu.tr, ozguryasar@hacettepe.edu.tr, yalper@metu.edu.tr, zkoruc@hacettepe.edu.tr

Bu araştırmanın amacı, liderlik kuramlarından dönüşümcü liderlik teorisinden esinlenerek Beauchamp ve diğerleri (2010)'nin geliştirdiği "Dönüşümcü Öğretim Ölçeğinin" Türkçe'ye uyarlanmasıdır. Araştırmaya orta öğretim kurumlarında eğitim alan 141 kız, 124 erkek, toplam 265 öğrenci (ort.yaş= 16 ±.95 yıl – 15-19 yaş aralığında) katılmıştır. Katılımcıların % 41.1'i dokuzuncu sınıf, %34.7'si onuncu sınıf, %21.1'i on birinci sınıf ve %3'ü ise on ikinci sınıf öğrencisidir. Ölçek öğrencilerin algılamalarıyla öğretmen davranışlarını değerlendirmekte kullanılmaktadır. Ölçek 16 madde ve dört alt boyuttan oluşmaktadır: idealize etki, ilham veren motivasyon, entelektüel uyarım ve bireysel saygı. Verilerin analizinde pearson korelasyon analizi, Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı ve doğrulayıcı faktör analizi kullanılmıştır. Türkçe ve İngilizce formlar arasındaki korelasyon değerlerinin alt boyutlar arasında 0.79 ile 0.94 arasında ve tüm ölçek puanında ise 0.94 olduğu; 15 gün arayla test tekrar test uygulamasının korelasyonlarının alt boyutlar arasında 0.77 ile 0.85 ve tüm ölçek puanında ise 0.91 olduğu bulunmuştur. 16 madde için hesaplanan Cronbach alfa güvenirlik katsayılarının ölçeğin tümü için $\alpha=0.94$; alt boyutlara göre ise idealize etki $\alpha=0.78$, ilham veren motivasyon $\alpha=0.87$, entelektüel uyarım $\alpha=0.83$ ve bireysel saygı $\alpha=0.85$ olarak bulunmuştur. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre ölçeğin faktör yük değerlerinin 0.48 ile 0.83 arasında değiştiği görülmektedir. Ölçeğin, ki kare değerinin serbestlik derecesine bölünmesiyle elde edilen sonuç ($\chi^2/sd - 242.51/98= 2.474$, $p<.01$) ve kök ortalama kare yaklaşım hatası (RMSEA= 0.075) değerlerine göre modelin veri uyumunu kabul edilebilir sınırlarda göstermektedir. Bununla birlikte, model veri uyumuyla ilişkili olan CFI=0.98, NFI=0.97, NNFI=0.98, IFI=0.98, RFI=0.97, GFI=0.90, AGFI=0.86 değerleri model veri uyumunun mükemmel uyum sınırlarında göstermektedir. Elde edilen sonuçların tamamı ele alındığında, modelin veriyile uyum gösterdiği ve ölçeğin yapısal geçerliğe sahip olduğu görülmektedir. Sonuç olarak, "Dönüşümcü Öğretim Ölçeği" Türkçe versiyonu geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olarak araştırmalarda kullanılabileceği söylenebilir.

Anahtar kelimeler: dönüşümcü liderlik, dönüşümcü öğretim, beden eğitimi, geçerlik, güvenirlik

Turkish Adaptation of Transformational Teaching Questionnaire: Validity And Reliability Study

The aim of this research is to adapt the "Transformational Teaching Questionnaire" to Turkish developed by Beauchamp and others (2010), inspired by the theory of transformational leadership from theories of leadership. Two hundred sixty-five high school students between 15- 19 years old (141 girls and 124 boys) were participated in this study. The questionnaire used for evaluation of students' perceptions about their teacher. Questionnaire composed of 16 items and four subscales as idealised effect, inspirational motivation, intellectual stimulation and individual respect. Pearson correlation analysis, Cronbach Alpha Coefficient and confirmatory factor analysis were used for data analysis. The correlation between Turkish and Original form scores was found between 0.79-0.94 among subscales and between Turkish English forms 0.94. Moreover, the correlation between the test-re-test implementation with 15-day interval was found 0.77-0.85 in subscale scores and 0.91 in total scale score. Cronbach alpha was calculated for total scale $\alpha=0.94$, for idealized influence subscale $\alpha=0.78$, inspirational motivation subscale $\alpha=0.87$, intellectual stimulation subscale $\alpha=0.83$ and individual consideration subscale $\alpha=0.85$. According to the confirmatory factor analysis results, the factor load values of the scale changes between 0.48 and 0.83.

The result obtained by dividing chi-square to degrees of freedom ($\chi^2/df=242.51/98=2.474, p<.01$) and the root mean square Error of Approximation (RMSEA=0.075) indicates the data compatibility of the model appeared to be within acceptable limits. In addition to this, the values of CFI=0.98, NFI=0.97, NNFI=0.98, IFI=0.98, RFI=0.97, GFI=0.90 and AGFI=0.86, which are related to data compatibility of model, show an excellent concordance of model data fit. In conclusion, the results indicate that the model was consistent with the data and the scale has the structural validity. As a result, It can be said the Turkish version of "Transformational Teaching Questionnaire" can be used as a valid and reliable measurement tool in researches.

Keywords: Transformational Leadership, Transformational Teaching, Physical Education, Validity

Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Özyeterlik İnançlarının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi

¹Tolga Eski, ¹Ayşe Feray Özbal, ²Arıkan Ektirici

¹Kastamonu Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kastamonu

²Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

Email : teski@kastamonu.edu.tr ,

Giriş ve Amaç: Her geçen gün eğitim-öğretim faaliyetlerinin önemi daha da artmaktadır. Özyeterliği yüksek öğretmenlerin olması eğitim- öğretim faaliyetlerinin niteliğini arttıracaktır. Bandura özyeterlik kavramını ilk olarak 1977 yılında kullanmış ve “Bireyin belirli bir davranışı başarılı bir şekilde başarabileceğine ilişkin bireysel yeteneği hakkındaki inancı” olarak tanımlamıştır. Öğretmen adaylarının özyeterlik inançları öğrencilerle ilgili algılarını, davranışlarını, öğrenme isteklerini, deneyimlerini, öğrenme çıktılarını olumlu yönde etkilediği görülmektedir. Bu nedenle öğretmen adaylarının mesleğe yönelik özyeterlik inançlarını belirlemek ve elde edilen verilerin değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediği araştırmak çalışmanın amacını oluşturmaktadır.

Yöntem: Bu çalışma tarama modeli benimsenerek uygulanmıştır. Örneklem grubunu 2015-2016 eğitim-öğretim yılında 6 farklı üniversitesinin Beden Eğitim ve Spor Öğretmenliği bölümlerinde eğitim gören 222 kadın, 324 erkek 546 öğrenci oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak yaş, cinsiyet, katılımcıların eğitimlerini sürdürdükleri üniversite, sınıf düzeyi, aile gelir durumu ve baba ile annenin eğitim düzeylerini belirlemeye yönelik demografik bilgi formu ve Tschannen-Moran ve Woolfolk Hoy (2001) tarafından geliştirilen, Çapa ve ark. (2005) tarafından Türkçe'ye uyarlanan 24 maddelik “Öğretmen Özyeterlik Ölçeği” kullanılmıştır. Veriler SPSS 22 programı ile analiz edilmiş, tanımlayıcı istatistikler, ilişkisiz örneklem t-testi ve ANOVA testleri kullanılmıştır. **BULGULAR:** Analizler eğitimlerini sürdürdükleri üniversite değişkenine göre “Öğrenci Katılımı” ve “Sınıf Yönetimi” alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<.05$). Benzer şekilde anne eğitim düzeyi değişkenine göre de “Öğrenci Katılımı” ve “Sınıf Yönetimi” alt boyutlarında anlamlı farklılık görülmüştür ($p<.05$).

Sonuç: Sonuç olarak yapılan çalışmada üniversite ve anne eğitim düzeyi değişkeninde farklılık bulunmuştur. Bu durumun üniversitelerin farklı coğrafyalarda yer almasından kaynaklandığı söylenebilir. Anne eğitim düzeyinden kaynaklanan farklılığın ise yetiştirme ortamını etkilediğinden kaynaklandığı söylenebilir.

Examination of Self-Efficacy Beliefs of Physical Education Teacher Candidates According to the Different Variables

Introduction: Every day the importance of education is increasing. Teachers whose self-efficacy is high could contribute the quality of education. Bandura used self-efficacy term for the first time in 1977 and described it as “ someone’s belief about self ability in terms of succeeding a certain behavior”. It has been witnessed that self-efficacy beliefs of prospective teachers affect their perception about students, behaviors, eagerness to learn, experiences and learning outcomes. Therefore, the aim of the study was to determine the self-efficacy of the prospective teachers and search whether the data could change according to variables.

Method: Screening model was used in this study. 222 female and 324 male, totally 546, students who were studying at Physical Education and Sport Teaching Department at 6 different universities in 2015-2016 school year voluntarily participated in this study. Demographic information form including such variables as age, gender, the university where students were studying, class level, family income statue and educational statue of father and mother and the teacher efficacy scale developed by Tschannen-Moran ve Woolfolk Hoy (2001) and adapted into Turkish by Capa et al. (2005) were used. Data were analyzed with SPSS 22, descriptive statistics, independent variable t-test and ANOVA tests were used.

Findings: There was a meaningful difference in "Student Participation" and "Classroom Management" sub-dimensions in terms of university variable ($p < 0.05$). Likewise, there was a meaningful difference in "Student Participation" and "Classroom Managements" sub-dimensions in terms of mother's education level variable ($p < 0.05$).

Results: As a result, differences were found in variables such as university and mother's education level. The reason may be that universities where participants were studying were from very different parts of the country. The difference stemming from mother's education level may result from effects of mothers on students' habitat.

Lisansüstü Spor Eğitimi Gören Öğrencilerin Kişisel Başarıyla Bireysel Kariyer Planlamaları Arasındaki Etkileşim

¹Abdurahman Kırtepe., ¹Yunus Emre Karakaya, ¹Zeki Coşkuner, ¹M.Fatih Karahüseyinoğlu

¹Firat University, Faculty Of Sport Sciences, Turkey,

Email : , abdurrahmankirtepe@gmail.com, emrekarakaya@firat.edu.tr, coskunerzeki@gmail.com, fkarahuseyinoglu@gmail.com

Bu araştırmanın temel amacı, Türkiye’de spor bilimleri alanında lisansüstü öğretim gören öğrencilerin kişisel başarılarıyla bireysel kariyer planlama arasındaki ilişkilerini ortaya koymaktır. Araştırmanın örneklem grubunu, Türkiye genelinde rastgele yöntem ile seçilmiş 108 lisansüstü öğretim gören öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma için gerekli veriler, Erdoğan (2009) tarafından geliştirilen Seçer (2013) ve Uslu (2015) tarafından da kullanılan “Bireysel Kariyer Planlama ve Kişisel Başarı Algısı Arasındaki İlişki” ölçek formuyla sağlanmıştır. Ölçek formu, dört temel alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar, “Kendini Değerlendirme”, “Fırsatları Tanıma”, “Hedefleri Belirleme” ve “Plan Oluşturma”dır. Bu ölçek formu örneklem gruba elektronik ortamda doldurtulmuştur. Araştırmanın veri analizi SPSS 21 paket programında yapılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde frekans, yüzde, ortalama gibi tanımlayıcı istatistikler kullanılmıştır. Ayrıca, ölçek alt boyutlarına ait puan ortalamaları açısından bağımsız değişkenlere bağlı farklılaşma düzeyini değerlendirmek için iki bağımsız grup ortalamaları arasındaki karşılaştırmalarda t-testi uygulanmıştır. İki den fazla grup ortalamalarının analizinde ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık derecesi ise $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir. Sonuç olarak, “yaş”, “cinsiyet”, “eğitim türü (yüksek lisans ve doktora)”, “çalıştığı meslek grubu”, “mezun olduğu lisans bölümü”, “ileride çalışmak istediği sektör grubu” gibi değişkenlere göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır. Ayrıca örneklem grubun verdiği cevaplar doğrultusunda, her boyutun toplam puanlarının ise genelde yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir: Kendini değerlendirme (ortalama puan: 4,29), Fırsatları tanımlama (ortalama puan: 3,81), Hedef belirleme (ortalama puan: 4,22) ve Plan oluşturma (ortalama puan: 4,09).

Interaction Between The Personal Achievements And Individual Career Plans Of Postgraduate Students Of Sports Education

The main aim of this study is to reveal the relations between the personal achievements and individual career plans of postgraduate students in the field of sports sciences in Turkey. The sample group of the study consists of 108 randomly chosen postgraduate students throughout Turkey. The required data for the study was gathered by using the “The Relations between Individual Career Planning and Sense of Personal Achievement” scale, which was developed by Erdoğan (2009) and utilized by Seçer (2013) and Uslu (2015). The scale form consists of four main sub-dimensions. These sub-dimensions are “Self-Evaluation”, “Providing Opportunities”, “Goal Setting” and “Making Plans”. This scale form was filled on an electronic environment by the sample group. The data analysis of the study was conducted in SPSS 21 package software. In the analysis of the data, determinant statistics, such as frequency, percentage and mean calculations, were used. Additionally, in terms of the mean points of the sub-dimensions of the scale, t-test was used in mean point comparisons of two independent groups in order to evaluate the variability rate according to independent variables. In the analysis of the mean points of more than two groups, one-way variance analysis (ANOVA) was used. The statistical meaningfulness rate was determined as $p < 0.05$. As a result, no statistically meaningful difference was observed in the variables of “age”, “gender”, “type of education (M.A or PhD)”, “occupational group”, “graduated department of bachelor’s degree” and “the desired group of sectors to work in the future”. Furthermore, in accordance with the answers given by the sample group, it was determined that the total points of each dimension were generally high: Self-Evaluation (mean: 4.29), Defining Opportunities (mean: 3.81), Goal Setting (mean: 4.22) and Making Plans: (mean: 4.09).

Exploration Of Immigrant Youth Leadership Identity Development Through Sport Participation

¹Adem Kaya

¹State University Of New York At Cortland

Email : adem.kaya@cortland.edu

The purpose of this qualitative instrumental case study was to explore how immigrant youth develop a leadership identity through sport participation. Data was gathered through two in-depth individual and one focus group interviews with 15 immigrant youth in Greensboro area, North Carolina. Five major themes emerged through microlevel and macrolevel analysis of individual interviews: (a) immigration, (b) challenges in new country, (c) facilitators in new country, (d) sport participation, (e) leadership. These themes contribute to immigrant youth leadership identity development.

Findings indicate that development of a leadership identity for immigrant youth who play sport is complex. Participants shared their personal experiences that they had during the immigration process in the new country, and how sport participation helped them develop a leadership identity. Findings of the study have several relevant implications for schools, community-based organizations, and youth sport clubs that provide youth development program for immigrants. Findings of the study revealed that immigrants leave their country for several reasons. Especially war was the main factors that force people to immigrate to different places. After moving to a new country, immigrants face many sociocultural and economic challenges. At this moment, facilitators play central roles in these immigrant youth during immigrant youths' adaptation process in the new country, especially coaches who try to inspire the immigrant youth through effective leadership while coaching.

Based on my study, it is clear that sport participation can help immigrant youth (a) develop a range of skills and competences, (b) increase their confidence in social interactions, (c) set goals for future, (d) serve as role models, and (e) be the change agent in their family and communities as they develop a leadership identity. The study also discusses a potentially fruitful direction in the examination of leadership identity development.

SB865

Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersi Destekleme ve Yetiştirme Kursu Hakkındaki Görüşleri

¹Sahin Günbay, ²İhsan Sarı, ²A.Dilşad Mirzeoğlu

¹Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya

²Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

Email : sahin_gunbay@hotmail.com , sarihsan@yahoo.com, dilsadmirzeoglu@sakarya.edu.tr

Giriş ve Amaç: Destekleme ve yetiştirme kursları, Millî Eğitim Bakanlığı'na bağlı resmî/özel örgün ve yaygın eğitim kurumlarına devam eden öğrenciler ile kursiyerler (mezunlar) için resmî örgün ve yaygın eğitim kurumlarında açılan kurslardır. Bu araştırma beden eğitimi ve spor dersi destekleme ve yetiştirme kursuna katılan ortaokul öğrencilerinin bu uygulama hakkındaki görüşlerinin belirlenmesini amaçlamaktadır.

Yöntem: Araştırma grubu, beden eğitimi ve spor dersi destekleme ve yetiştirme kursuna katılan öğrencilerden, 5, 6, 7 ve 8. sınıflardan toplam 8 ortaokul öğrencisinden (5 erkek, 3 kız) oluşmaktadır. Veriler odak grup görüşmeleri ile elde edilmiştir. Görüşmeler için, yarı yapılandırılmış görüşme formu hazırlanmış ve alanda uzman iki kişi tarafından kontrol edilmiştir. Her biri dörder kişiden oluşan iki grup ile yapılan odak grup görüşmeleri ses kaydına alınmış ve sonrasında ses kayıtları Word belgesi olarak düz yazı haline getirilmiştir. Elde edilen metinler NVIVO 11 yazılımında içerik analizine tabi tutularak kod ve temalar oluşturulmuştur. Veriler alanında ve nitel araştırma yöntemleri konusunda uzman iki araştırmacı tarafından ayrı ayrı okunarak kodlanmıştır. Kodlama ve temalarda araştırmacılar arasındaki görüş birliğini belirlemek için Miles ve Huberman (1994)'ın formülü kullanılmış ve görüş birliği %78 olarak belirlenmiştir. Bulgular: Araştırmada elde edilen verilere göre öğrencilerin görüşleri beş tema altında toplanmıştır. Bu temalar; kursa katılma nedeni (aktif olma, fiziksel görünüm, istekli olma, kendini geliştirme, sosyalleşme, sporu sevmeye), kursa yönlendiren (aile, arkadaş, beden eğitimi öğretmeni, kendi kararı), kazanımlar (akademik, fizyolojik, psikolojik, sosyal, diğer), yaşanan sorunlar (ders başarısında düşme, kurs süresinde yetersizlik ve düzensizlik, malzeme sorunu, öğretmen sorunu, tesis sorunu) ve öneriler (kurs saati ile ilgili, öğretmen ile ilgili) olarak belirlenmiştir.

Sonuç: Öğrencilerin, kurs sonunda fiziksel, psikolojik, sosyal, akademik ve diğer alanlarda kazanımlar elde ettikleri tespit edilirken başta tesis ve malzeme sorunu olmak üzere birkaç konuda sorun yaşadıkları belirlenmiştir. Öğrenciler genel olarak sporu sevdiği ve istekli olduğu için kursa katılmışlardır. Bu araştırmadan elde edilen bulgular ileride bu konuda düzenlemeler yapılırken göz önünde bulundurulabilir.

Secondary School Students' Views on Physical Education and Sports Lesson Supporting and Training Course

Introduction and Objective: Supporting and training courses are courses are open to formal and non-formal education institutions for students and trainees who attend official/private formal and non-formal education institutions affiliated to the Ministry of National Education. This research aims to determine the opinions of middle school students participating in physical education and sports supporting and training course.

Method: The study group consisted of 8 middle school students (5 boys, 3 girls) participating in the physical education supporting and training course. For the focus group interviews, a semi-structured interview form was prepared and controlled by two experts. Interviews with two groups were recorded on a voice tape, and then the voice recordings were converted to plain text. The texts were then analyzed in NVIVO 11 software. The data were coded separately by two experts. Miles and Huberman's (1994) formula showed that the consensus between the researchers were 78%. Findings: According to the results, students' opinions were gathered under five themes. These themes are; reasons to participate (being active, physical appearance, willingness, self-improvement, socialization, sporting love), leading person to participation in the course (family, friend, physical education teacher, self-determination), acquisitions (academic, physiological, psychological, social, other), problems experienced (decrease in course success, inadequacy and irregularity in the time of the course, material problem, teacher problem, facility problem) and suggestions (related to the course time, teacher related).

Results: It has been determined that students have acquired physical, psychological, social, academic and other areas of acquisitions. It was also determined that they had problems regarding some issues, particularly regarding facilities and materials. In general, the students have participated in the physical education and sports course because they love and are willing to do sports. Findings from this study can be considered in the future when arrangements are made in this regard.

Dönüşümcü Öğretim Yaklaşımının Beden Eğitimi Ve Spora Yönelik Tutuma Etkisi

¹Sinan Yıldırım, ¹Yılmaz Yüksel, ¹Emre Bilgin, ¹Özgür Yaşar Akyar, ²Alper Yıldız, ¹Ziya Koruç

¹Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

²ODTÜ, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Ankara

Email : sinanyildirim@hacettepe.edu.tr, yyuksel@hacettepe.edu.tr, bilgin.emre@hacettepe.edu.tr, ozguryasar@hacettepe.edu.tr, yalper@metu.edu.tr, zkoruc@hacettepe.edu.tr

Bu araştırmanın amacı, beden eğitimi öğretmenlerinin gösterdiği dönüşümcü öğretim yaklaşımlarının öğrencilerin beden eğitimi ve spora yönelik tutumlarına etkisini incelemektir. Araştırma grubunu amaca uygun örnekleme yöntemi ile seçilen orta öğretimde (9, 10, 11, 12. sınıf) öğrenim gören 213 kız, 188 erkek, toplam 401 öğrenci (ort. yaş= 15.61 ±0.87 yıl) oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu, Beauchamp ve diğerleri (2010) tarafından geliştirilen, Türkçeye Yıldırım ve diğerlerinin uyarladığı (yayında) dönüşümcü öğretim ölçeği ($\alpha = 0.94$) ve Demirhan ve Altay (2001) tarafından geliştirilen Beden Eğitimi ve Spora İlişkin Tutum Ölçeği II ($\alpha = 0.92$) kullanılmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler ve çoklu regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırma bulgularında, beden eğitimi ve spora ilişkin tutum, dönüşümcü öğretim ölçeği arasında 0.48; tutum ölçeği ve dönüşümcü öğretim ölçeği alt boyutları arasında ise 0.40 ile 0.45 arasında anlamlı ve pozitif korelasyonların olduğu bulunmuştur. Dönüşümcü öğretim yaklaşımı alt boyutlarının birlikte oluşturduğu modelde [$F(1,399) = 122.513, p < 0.05$] öğrencilerin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumunu anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur. Regresyon modeline göre dönüşümcü öğretim yaklaşımı, beden eğitimi ve spora ilişkin tutumun varyansının %23'ünü açıklamaktadır. Dönüşümcü öğretim yaklaşımı alt boyutlarından entelektüel uyarım ($\beta = 0.218, p = 0.006$) ve bireysel saygınlık ($\beta = 0.217, p = 0.007$) modele anlamlı bir etki yapmakta ve antrenör-sporcu ilişkisini pozitif yönde etkilemektedir. İdealize etki ($\beta = 0.076, p = 0.264$) ve ilham veren motivasyon ($\beta = 0.030, p = 0.737$) boyutlarının ise model üzerinde anlamlı etkisi yoktur. Sonuç olarak, öğretmenlerin dönüşümcü öğretim yaklaşımı göstermeleri öğrencilerin beden eğitimi derslerine ve spora karşı olumlu bir tutum geliştirmelerinde anlamlı bir katkı sağlayabilir. Ayrıca öğrencilere bireysel olarak saygınlık gösterilmesi ve entelektüel olarak bazı uyarmalarda bulunulmasının daha etkili olduğu görülmüştür.

Anahtar kelimeler: dönüşümcü öğretim, dönüşümcü liderlik, beden eğitimi ve spor, tutum

The Influence Of Transformational Teaching Approach On Attitude Towards Physical Education And Sports

The purpose of this research is to examine the influence of the transformational teaching approaches of physical education teachers on the attitudes of students towards physical education and sports. The study group consisted of a total of 401 students (mean age = 15.61 ± 0.87 years), 213 female and 188 male students attending secondary education selected by convenience sampling method. As a data collection tool, the personal information form, the transformational teaching scale ($\alpha = 0.94$) which is developed by Beauchamp and others (2010) then adapted to Turkish culture by Yıldırım and Others (in press) and the Attitude towards Physical Education and Sport II scale ($\alpha = 0.92$) which is developed by Demirhan and Altay (2001) were used in the research. Descriptive statistics and multiple regression analysis were used in the analysis of the data. In the research findings, positive correlation between transformational teaching scale and attitude towards physical education and sports were 0.48, ($p < 0.05$) transformational teaching subscales between the attitude scale were changing between 0.40 and 0.45. In the model formed by the transformational teaching approach sub-dimensions [$F(1, 399) = 122.513, p < 0.05$], students found significant attitudes towards physical education and sports. According to the regression model, the transformational teaching approach explains 23% of the variance of attitude towards physical education and sports. The intellectual stimulation ($\beta = 0.218, p = 0.006$) and individualized consideration ($\beta = 0.217, p = 0.007$) have a significant effect on the moderator teaching attitude subscale and affect the coach-athlete relationship positively.

Idealized Influence ($\beta=0.076$, $p=0.264$) and inspirational motivation ($\beta=0.030$, $p=0.737$) dimensions have no significant effect on the model. As a result, teachers' demonstration of a transformative teaching approach may make a meaningful contribution to the development of positive attitudes towards physical education classes and sports. It has also found that showing individualized consideration for students and intellectual stimulation were more effective

Hakemlerin Futbol Kavramına İlişkin Metaforik Algıları

¹Mustafa Karadağ, ¹Atakan Aksu, ¹Mikail Tel, ¹Ercan Gür

¹Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

Email : kent00023@hotmail.com, atakanaksu23@gmail.com , mikailtel@gmail.com, egur@firat.edu.tr

Amaç: Spor, her yaştan insanın yaşamında önemli bir yere sahip olan en büyük sosyal aktivitedir. Futbol günümüzde spor faaliyetleri içerisinde en çok ilgi gören ve en fazla seyirciye sahip olan bir spor dalıdır. Futbol hakemi bu oyunun belirli kurallar içerisinde oynanıp oynanmamasına karar veren önemli bir mekanizmadır. Bu araştırma futbol hakemlerinin futbol kavramına ilişkin metaforik algılarını belirlemek amacıyla yapılmıştır. Meteryal-Metod: Araştırmanın çalışma grubunu Elazığ ilinde faal olarak görev yapan 33 futbol hakemi oluşturmaktadır. Verilerin elde edilmesinde araştırmacılar tarafından hazırlanmış olan yapılandırılmış form kullanılmıştır. Bu formda futbol hakemlerinden, futbol, futbolcu....., futbol maçı....., taraftar..... denilince aklınıza ne geliyor sorularının cevaplamaları istenmiştir. Formlar toplandıktan sonra elde edilen veriler ise, içerik ve betimsel analiz yoluyla özetlenmiş ve yorumlanmıştır.

Bulgular: Elde edilen bulgulara göre; katılımcılar futbol denilince, büyük bir kısmı zevk ve heyecan cevaplarını verildiği görüldü. Katılımcılar futbolcu denilince büyük bir çoğunluğu yetenek cevabını verdikleri belirlendi. Katılımcılar futbol maçı denilince büyük bir çoğunluğu heyecan, mücadele ve azim cevaplarını verdikleri belirlendi.

Sonuçlar: Bu araştırma sonucunda hakemlerin futbol metaforik algı düzeylerinin farklı düzeyde olduğu sonucuna varılmıştır.

Metaphoric Approaches Of Referees On The Concept Of Football

Purpose: Sports is the most important social activity that has an important place in the lives of people of all ages. Today, football is the most popular sports activity with the biggest number of spectators all around the world. A football referee is an important mechanism that decides whether the game is played within the confinements of certain rules or not. This research was conducted in order to determine the metaphorical perceptions of football referees in regard to the concept of football.

Material / Method: The study group consists of 33 football referees working in Elazığ province. A structured form prepared by the researchers was used to collect the data. In this form the referees were asked to describe their thoughts about football, football players, football game and supporters. The data obtained after collecting the forms are summarized and interpreted through content and descriptive analysis. Findings: According to findings; most participants identify football with pleasure and excitement. It was determined that the majority of the participants have identified football players with the concept of talent. And most participants identified "football games" with excitement, struggle and perseverance.

Results: As a result of this research, it was concluded that referees have different levels of metaphorical perception in terms of football concepts.

SB909

Üniversite Öğrencilerinin Zihinsel Engelli Bireylerin Sportif Etkinliklerine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi

¹Serpil Bülbül Kardaş, ¹Nurgül Tezcan Kardaş, ¹Reşat Sadık

¹Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : serpil_2125@hotmail.com, nurgultezcan@duzce.edu.tr , resat1974@yahoo.com

Bu çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin zihinsel engelli bireylerin sportif etkinliklerine yönelik tutumlarını incelemektir. Araştırmada veri toplama aracı olarak “Zihinsel Engelli Bireylerin Sportif Etkinliklerine Yönelik Tutum Ölçeği” kullanılmıştır. İlhan, E. L., Esentürk, O. K., & Yarımkaaya, E. (2016) tarafından geliştirilen ve 28 maddeden oluşan ölçeğin güvenilirlik katsayısı, ölçeğin genelinde 0.96 olarak bulunmuştur. Seçenekler; Tamamen Katılıyorum, Katılıyorum, Kararsızım, Katılmıyorum ve Hiç Katılmıyorum biçiminde sıralanmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu, 2016-2017 öğretim yılı bahar yarıyılında Bülent Ecevit Üniversitesinde, öğrenim gören ve rastgele örnekleme yöntemiyle seçilen toplam 420 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda; zihinsel engelli bireylerin sportif etkinliklerine yönelik tutum puanları cinsiyete, öğrenim türüne, yaş durumuna, sınıf düzeyine ve yakın çevrede engelli birey bulunup bulunmama durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür. Elde edilen bulgulara göre, zihinsel engelli bireylerin sportif etkinliklerine yönelik tutumlarında okul türüne göre anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Okul türü “diğer” olan katılımcıların tutum puanlarının, okul türü “fakülte” ve “yüksekokul” olan katılımcılarınkine göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Anahtar kelimeler: Engellilik, yetersizlik, zihinsel engel, özel eğitim, tutum

The Analysis Of University Students' Views On Mentally Retarded People's Participation To Sports Events

The aim of this study is to investigate university students' attitudes towards mentally disabled individuals' participation to sports activities. To collect the data, 'Attitude scale of individuals having mental disabilities towards sports activities' is used. Reliability of the scale, which has been developed by İlhan, E. L., Esentürk, O. K., & Yarımkaaya, E. (2016) and consists of 28 items, is 0.96 The options, respectively, are completely agree, agree, neutral, disagree and completely disagree. The target population of the study is 420 students who study at Bülent Ecevit University in 2016-17 Spring Term, and is selected randomly. The result shows that there is no statistically significant difference in the attitude ratings of mentally disabled individuals' participation to sports activities related with age, sex, types of education, or if there is any disabled individual living in participants' surroundings. But, type of school is a significant variant. The ratings of attitude of the participants who selected as 'other' in their school type part in the tool are higher than of the one ones who selected as 'faculty' or 'vocational school'

Keywords: Disability, insufficiency, mentally handicap, special education, attitude

Devlet Liselerinde Okuyan Öğrenci Velilerinin Çocuklarının Beden Eğitimi Dersi Katılımına Yönelik Tutumlarının İncelenmesi

²Hayri Aydoğan, ³Hakan Kirkbir, ⁴Mehmet Akkurt, ¹Emre Kavasoğlu, ¹Yahya Konaş

¹Gençlik Hizmetleri Ve Spor İl Müdürlüğü, Rize

²Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Rize

³Karadeniz Teknik Üniversitesi Sağlık Kültür Spor Daire Başkanlığı, Trabzon

⁴Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Rize

Email : hayriaydogan@hotmail.com, hakankirkbir@gmail.com, mehmet.akkurt@erdogan.edu.tr, kavasoglu@yahoo.com, yahyakonas52@gmail.com

Giriş ve Amaç Araştırmada; devlet liselerinde okuyan öğrenci velilerinin, çocuklarının “Beden Eğitimi Dersi” katılımına yönelik tutumlarının demografik bazı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Veri toplama aracı olarak, 4 maddeden oluşan “Demografik Bilgi Formu” ve Öncü (2007) tarafından geçerlik-güvenirlilik çalışmaları yapılarak; ana-babaların, çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumlarını ölçmek amacıyla geliştirilen, 21 maddelik 5’li Likert tipi “Tutum Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini, Rize ve Trabzon il merkezlerindeki devlet liselerinde öğrenim gören öğrencilerin, basit tesadüfi yolla belirlenen velilerinden 418 tanesi oluşturmaktadır. Yöntem Öncelikle “Kolmogorov – Smirnov” normallik testi ve “çarpıklık basıklık” katsayıları göz önüne alınarak ortalama beklenti puanlarının normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Bu doğrultuda verilerin istatistik analizinde, üç ya da daha fazla grubun karşılaştırıldığı tek yönlü varyans analizi “ANOVA” ve iki grubun karşılaştırıldığı bağımsız gruplar için “t testi” kullanılmıştır. Söz konusu istatistiksel yöntemlerin uygulanmasında IBM SPSS 22 lisans paket programından yararlanılmıştır. Bulgular ve Sonuç Yapılan parametrik istatistiksel tekniklerde; varyansların homojenliğini test etmek için uygulanan “Levene” testi sonuçlarına göre; “Yaş, Eğitim Durumu ve Cinsiyet” değişkenlerinin grup varyanslarının homojen olduğu, “Daha Önce Sporculuk Yapıp Yapmama” değişkeninin ise homojen dağılım göstermediği belirlenmiştir. Ayrıca, tek yönlü varyans analizi “ANOVA” testine göre velilerin çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutum puanlarının “Yaş ($F=1,167$; $p>0,05$) ve “Eğitim Durumu ($F=2,070$; $p>0,05$)” değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği, yapılan “t testi” sonuçlarına göre “Cinsiyet” değişkeni için de anlamlı bir farklılık olmadığı ($t=-0,290$; $p>0,05$) belirlenmiştir. Son olarak, “Daha Önce Sporculuk Yapıp Yapmama” değişkenine göre yapılan “t testi” sonucunda ise velilerinin çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutum puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu ($t=1,963$; $p<0,05$) belirlenmiştir. Anahtar Kelimeler: Tutum, Veli, Beden Eğitimi.

Examining The Attitudes Of The Parents Of Public High School Students Towards Their Children’s Participation in Physical Education Classes

Introduction and Aim In the study, it is aimed to examine the attitudes of the parents of public high school students towards their children’s participation in “Physical Education Classes” in terms of some demographic variables. A demographic information form consisting of 4 items and “Attitude Scale” which is a 5 point likert scale including 21 items were used as data collection tools. Validity and reliability studies of the scale developed to measure the parents’ attitudes towards their children’s participation in physical education classes were conducted by Öncü (2007). The sample of the study, determined by simple random sampling, consists of 418 parents of the students who are trained in public high schools in Rize and Trabzon. Method First of all, it was determined that the average expectation scores showed a normal distribution considering Kolmogorov - Smirnov normality test and the coefficients of skewness and kurtosis. In the statistical analysis of the data, “t test” for independent groups comparing two groups and one-way analysis of variance “ANOVA” comparing three or more groups were used. IBM SPSS 22 license package program was utilized to apply these statistical methods.

Findings and Result: Parametric statistical techniques were used. There is no meaningful difference among the variables of age, educational status, and gender but it was found that there is a significant difference between the groups according to the variable of previous sports activities ($t=1.963$, $p < 0.05$).

Keywords: Attitude, Parent, Physical Education.

KISA SÖZEL BİLDİRİ ÖZETLERİ SHORT ORAL PRESENTATION ABSTRACTS

ANTRENMAN ve HAREKET BİLİMLERİ / TRAINING and MOV. SCIENCES

2016 Avrupa Futbol Şampiyonasındaki Müsabakaların Teknik-Taktik Açısından Analizi

1Oğuz Gürkan, 1Sürhat Müniroğlu

1Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : ogurkan@ankara.edu.tr, smuniroglu@ankara.edu.tr

Bu çalışma 2016 Avrupa Futbol şampiyonasında galibiyet ve mağlubiyetle ayrılan takımları teknik, taktik açıdan analiz etmek amacıyla yapılmıştır. Turnuvaya 24 takım katılmış ve turnuvada 51 müsabaka oynanmıştır. Beraberlikle biten 16 müsabaka değerlendirmeye alınmamış olup, galibiyetle ve mağlubiyetle sonuçlanan 35 müsabaka değerlendirmeye alınarak takımların teknik ve taktik parametreleri açısından karşılaştırılması yapılmıştır. Araştırma verileri televizyondan kaydedilerek bilgisayar ortamına aktarılmış ve daha sonra müsabakalar E-Analiz programı ile analiz edilmiştir. Elde edilen verilerin istatistiksel analizi için SPSS 22 paket programı kullanılmıştır. bağımsız iki grup arasındaki farklılığı tespit etmek için, non parametrik testlerden Mann-Whitney U testi uygulanmıştır. Veriler ortalama ve standart sapma olarak verilmiş ve istatistiksel olarak $p < 0,05$ düzeyi anlamlı kabul edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, iki grup arasında atılan toplam gol, 1.devre ve 2.devre atılan gol, ceza sahası içerisinde, ceza sahası dışarısından atılan gol, toplam şut sayısı, olumlu şut, şut başarı yüzdesi ve orta başarı yüzdesi açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p < 0.05$). İki grup arasında penaltıdan atılan gol, toplam pas sayıları, olumlu pas, olumsuz pas, kendi yarı alanlarında olumlu pas, kendi yarı alanlarında olumsuz pas, rakip yarı alanda olumlu pas, rakip yarı alanda olumsuz pas, pas başarı yüzdesi, olumsuz şut, toplam orta sayısı, olumlu orta, olumsuz orta, top kazanma, topla oynama süresi, sarı kart, kırmızı kart, ofsayt, faul, kornere ve topa sahip olma açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p > 0.05$). Sonuç olarak, teknik ve taktik parametreler müsabakaların kazanılmasını ve kaybedilmesini belirleyen önemli unsurlardır. Antrenörler müsabakaları kazanmak ve takımlarının eksiklerini gidermek için teknik ve taktik parametrelere yoğunlaşarak, rakiplerinin zaafalarını ve güçlü yönlerini belirlemeli ve antrenman programlarında bu konulara ağırlık vermelidir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, 2016 Avrupa Futbol Şampiyonası, Maç Analizi, Teknik, Taktik

Technical And Tactical Analyses Of Matches in European Football Championship 2016

The aim of this study is to analyze the teams, which won and lost the matches in European Football Championship 2016, from technical and tactical aspects. In total, 24 teams participated into the tournament, and totally 51 matches were played. 16 matches that ended with deuce, were not examined, while 35 matches ended with winning and loss were examined analyzed in terms of technical and tactical parameters. The study data were recorded from TV and then transferred into computer environment. And then the matches were analyzed using E-Analiz software. SPSS 22 package software was used for statistical analysis of obtained data. Mann-Whitney U non-parametric test was used for determining the differences between 2 independent groups. The data were expressed as mean and standard deviation, and statistical significant was set at $p < 0.05$. According to the findings, statistically significant differences were found between the groups in terms of total goals scored in 1st half and 2nd half, goals scored from the penalty area, goals scored from outside the penalty area, total number of shots, successful shots, shot success percentage, and crossing success percentage ($p < 0.05$).

Between the groups, no statistically significant difference was found in terms of penalty goal, total number of passes, successful passes, unsuccessful passes, successful passes in their own half, unsuccessful passes in their own half, successful pass in opponent half, unsuccessful pass in opponent half, pass success rate, total number of cross, unsuccessful shots, winning the ball, ball possession duration, yellow card, red card, offside, foul, corner, and ball possession ($p > 0.05$). In conclusion, the technical and tactical parameters are important factors having effects on winning or losing a match. Coaches should focus on technical and tactical parameters, determine the weaknesses and strengths of opponents, and concentrate on these points in trainings in order to win the matches and eliminate the deficiencies.

Keywords: Football, European Football Championship 2016, Match Analysis, Technic, Tactic

Tekvando Oyuncularında Denge Platform İle Yapılan Core Stabilizasyon Eğitim Programının Performans Üzerine Etkisi: Randomize Kontrollü Çalışma

¹Gülcan Harput, ²Ceren Suveren, ²Fatmanur Er, ³Gökhan İpekoğlu, ⁴Mitat Koz, ⁵Gül Baltacı, ²Filiz Çolakoğlu

¹Hacettepe Üniversitesi, Ankara

²Gazi Üniversitesi, Ankara

³Sinop Üniversitesi, Sinop

⁴Ankara Üniversitesi, Ankara

⁵Özel Güven Hastanesi, Ankara

Email : aktasgulcan@gmail.com, aktasgulcan@gmail.com, karitosceren@gmail.com, fatmanur-er@hotmail.com, gokhanipekoglu@sinop.edu.tr, mkoz@ankara.edu.tr, ygul.baltaci@gmail.com, ffiliz@gazi.edu.tr

Amaç: Bu çalışmanın amacı tekvando oyuncularında denge platformu üzerinde yapılan 12 haftalık core stabilite eğitim programının sportif performansa olan etkisini araştırmaktır. Yöntem: 29 elit tekvando oyuncusu rastgele olarak iki gruba ayrıldı: Core stabilite eğitim grubu (Grup 1, n=14) ve kontrol grubu (Grup 2, n=15). Grup 1 deki oyuncular BOSU üzerinde core stabilite egzersizlerini 12 hafta boyunca, haftada 3 kez olmak üzere rutin tekvando eğitim programına ek olarak yaptı. Kontrol grubu bu süreçte sadece rutin tekvando eğitim programına katıldı. Öne sıçrama, dikey sıçrama ve tek ayak denge testi sportif performansı değerlendirmek için kullanıldı. Grup X zaman etkileşimini değerlendirmek için tekrarlayan ölçümlerde varyans analizi kullanıldı.

Bulgular: Grup zaman etkileşimi dikey sıçrama ($F(1,27)=8.26$, $p=0.008$), öne sıçrama ($F(1,27)=7.44$, $p=0.01$), dominant ($F(1,27)=18.37$, $p<0.001$) ve non-dominant ($F(1,27)=8.45$, $p=0.007$) denge skorları için anlamlı bulundu. Grup 1 kontrol grubu ile kıyaslandığında performans sonuçları daha iyiydi ($p<0.05$).

Sonuç: Denge platform üzerinde yapılan dinamik core stabilite egzersizleri tekvando eğitim programlarına dahil edilerek sporcuların sportif performansını geliştirmek için kullanılabilir.

Kaynaklar: 1- Yoon SD, Sung DH, Park GD. The effect of active core exercise on fitness and foot pressure in Taekwondo club students. J Phys Ther Sci. 2015 Feb;27(2):509-11. 2-Fong, S. S., Fu, S. N., & Ng, G. Y. (2012a). Taekwondo training speeds up the development of balance and sensory functions in young adolescents. Journal of Science and Medicine in Sport, 15(1):64-68 3-Myer, G. D., Ford, K. R., Brent, J. L., & Hewett, T. E. (2006). The effects of plyometric vs. dynamic stabilization and balance training on power, balance, and landing force in female athletes. The Journal of Strength & Conditioning Research, 20(2):345-353.

The effects of Core Stability Training with Balance Platform on Athletic Performance in Taekwondo Players: Randomized controlled trial

Aim: The purpose of the study was to investigate the effects of 12-week core stability training with balance platform on the athletic performance of the taekwondo players.

Methods: Twenty-nine elite taekwondo players were randomly allocated to two groups: the core stability-training group (Group 1, n = 14) and the control group (Group 2, n = 15). Subjects in Group 1 performed core stability exercises on BOSU balance trainer training 3 times in a week for 12 weeks in addition to the routine taekwondo training program. The control group followed only a routine taekwondo training program for the same duration. Hop test, vertical jump and single leg balance tests were used to evaluate the athletic performance. Repeated measures of ANOVA was performed to determine group by time interaction for performance.

Results: Group by time interaction was found significant for vertical jump ($F(1,27)=8.26$, $p=0.008$), hop test ($F(1,27)=7.44$, $p=0.01$), dominant leg balance score ($F(1,27)=18.37$, $p<0.001$) and non-dominant leg balance score ($F(1,27)=8.45$, $p=0.007$). Group 1 showed better outcomes compared to control group ($p<0.05$).

Conclusion: Dynamic core stability exercises on balance platforms could be included in taekwondo training programs to enhance athletic performance in taekwondo players

References: 1- Yoon SD, Sung DH, Park GD. The effect of active core exercise on fitness and foot pressure in Taekwondo club students. *J Phys Ther Sci*. 2015 Feb;27(2):509-11. 2-Fong, S. S., Fu, S. N., & Ng, G. Y. (2012a). Taekwondo training speeds up the development of balance and sensory functions in young adolescents. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 15(1):64-68 3-Myer, G. D., Ford, K. R., Brent, J. L., & Hewett, T. E. (2006). The effects of plyometric vs. dynamic stabilization and balance training on power, balance, and landing force in female athletes. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 20(2):345-353.

Model Antrenman Programının Elit Oryantiring Sporcularının Bazı Hematolojik Özellikleri Üzerinde Etkisi

¹Tuncay Alparslan, ²Ramiz Arabacı, ³Murat Erdoğan, ⁴Elvan İlboğa

¹Hv.K.K.İlgi Uçucu Sağlığı Ve Arş.Mrk., Eskişehir

²Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa

³TSK Spor Ok.ve EM.K.İlgi, Ankara

⁴TSK Spor Gücü K.İlgi, Ankara

Email : tuncayalparslan@hotmail.com, ramizar@uludag.edu.tr, muraterdogan97@gmail.com, elvanilboga@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Elit seviyede oryantiring sporunu yapabilmek için aerobik ve anaerobik performansa ihtiyaç vardır. Aerobik ve anaerobik kapasitenin yüksek olmasının bazı hematolojik özelliklere bağlı olduğu bilinmektedir. Yapılan antrenmanlar hematolojik özelliklerde de bazı değişikliklere neden olmaktadır. Bu araştırmanın amacı; büyükler kategorisinde milli takım düzeyinde olan oryantiring sporcularına uygulanan 8 haftalık yoğun antrenman programının bazı hematolojik değerler üzerindeki kronik etkilerini incelemektir.

Yöntem: Bu araştırmaya ortalama 9 yıldan beri oryantiring sporunun düzenli olarak yapan ve Türk Milli takımında görev almış 13 erkek (n=13, yaş 26±4.07, boy 174±0.06 cm, ağırlık 68±8.14 kg) gönüllü katılmıştır. Deneklere 8 haftalık, haftada 6 gün sabah ve öğleden sonra olmak üzere antrenman programı uygulandı. Antrenman programı uygulanmasına başlamadan önce ön test, bitiminden sonra son test olarak deneklerin hematolojik değerleri alındı. Deneklerden 10 ml kan örnekleri standart venipuncture yöntemi ile sol median cubital toplardamarından alındı. Serum ve plazma örnekleri 15 dakika 2000 g ve +4°C'de santrifüj edildi. Antrenman öncesi ve sonrasında elde edilen verilerin karşılaştırılması paired simple t testi ile yapıldı.

Bulgular: Ön ve son testlerde sırasıyla, WBC (4.17±0.6 K/mm³, 5.11±0.6 K/mm³, p<0.05), HGB (12.95±0.7 gr/dL, 14.6±0.6 gr/dL, p<0.001), HCT (38.4±1.4 %, 44.8±1.7 % p<0.001) ve PLT (169.3±19.57 /mm³, 251.0±35.6 /mm³, p<0.001) değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı artış tespit edilmiştir. Buna karşın Demir bağlama (ön test 356.7±33.7, son test 237.7±63.5, p<0.001) değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı düşüş tespit edilmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak büyükler kategorisinde milli takım düzeyinde olan oryantiringçilere uygulanan 8 haftalık yoğun antrenman programının bazı hematolojik değerler üzerindeki etkileri olduğu görülmüştür. Bunun da aerobik ve anaerobik kapasiteleri üzerinde olumlu etkisi olacağını söylenebilir.

Kaynaklar: Convertino VA Blood volume: its adaptation to endurance training. Meyer T, Meister S, Routine Blood Parameters in Elite Soccer Players.

The Effect Of Model Training Program On Some Hematological Features Of Elite Orienteering Athletes

Introduction and Aim: Aerobic and anaerobic performance are required to perform orienteering sport on the elite level. It is known that the high level of aerobic and anaerobic capacity depends on some hematological features.

The training also causes some changes in hematological features. The aim of present study was to examine the chronic effects of intensive 8-week intensive training program on some hematological values of elite orienteering athletes.

Method: 13 male Turkish national orienteering team. (n=13, age 26 ± 4.07 , height 175 ± 0.48 cm, weight 70 ± 5.10 kg) participated in study. Subjects were given a training schedule of 8 weeks, 6 days a week morning and afternoon. Hematologic values of the subjects were taken as pre-test before the start and post-test after the end of the training program. 10 ml blood samples from subjects were taken from the left median cubital vein by standard venipuncture. Serum and plasma samples were centrifuged at 2000 g for 15 minutes and at $+4^{\circ}\text{C}$. comparisons of data obtained before and after training were made with the paired simple t test.

Results: There was a statistically significant increase in WBC (4.17 ± 0.6 K/mm³, 5.11 ± 0.6 K/mm³, $p<0.05$), HGB (12.95 ± 0.7 gr/dL, 14.6 ± 0.6 gr/dL, $p<0.001$), HCT (38.4 ± 1.4 %, 44.8 ± 1.7 % $p<0.001$) and PLT (169.3 ± 19.57 /mm³, 251.0 ± 35.6 /mm³, $p<0.001$) values in pre- and post-tests, respectively, whereas iron binding (pre-test 356.3 ± 30.3 , post-test 233.4 ± 60.4 , $p<0.001$) showed a statistically significant decrease.

Conclusion: As a result, 8 week intensive training program applied to elite orienteering athletes has effects on some hematological values. This can be said to be a positive effect on aerobic and anaerobic capacities.

Sources: Convertino VA Blood volume: its adaptation to endurance training. Meyer T, Meister S, Routine Blood Parameters in Elite Soccer Players.

Uzun Süren Müsabaka Döneminin Yarı Elit Kadın Voleybolcuların Fiziksel Performanslarına Etkisi

¹Mustafa Karahan

¹Aksaray Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Aksaray

Giriş ve Amaç: Uzun süreli müsabaka dönemi süresince, eğer iyi antrene edilmezlerse, özellikle takım sporcularının fiziksel performans özelliklerinde önemli azalmalar görüleceği hakkında yaygın kanaat ve araştırma delilleri mevcuttur. Bununla ilgili olarak bazı araştırmacılar uzun süreli müsabaka dönemi süresince elit düzeydeki kadın voleybolcuların özellikle anaerobik özellikli fiziksel performanslarında azalma olduğu, artış gösterdiği veya değişmediğini belirtmişlerdir. Bu güne kadar yarı elit kadın voleybolcuların müsabaka dönemi sürecindeki hem aerobik hem de anaerobik içerikli fiziksel performanslarıyla ilgili bir çalışmaya rastlanmadı. Bu nedenle bu çalışma uzun süreli müsabaka döneminin yarı elit kadın voleybolcuların fiziksel performanslarına etkisini belirlemek amacıyla gerçekleştirildi.

Yöntem: Bu çalışmaya Türkiye Kadınlar Voleybol üçüncü liginde ve aynı grupta yer alan takımlardan 47 gönüllü sporcu olarak dahil edildi. 22 hafta süresince sporcular haftada bir resmi müsabakaya ve teknik-taktik, kondisyon içerikli 3-4 antrenmanlara katıldılar. Müsabaka döneminin başlangıcında ve sonunda sporcuların maks.VO2, 20 m sürat, çeviklik, dikey sıçrama, patlayıcı ve anaerobik güç değerleri test edildi. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği Shapiro-Wilk ile test edildi ve normal dağılım göstermemesi nedeniyle Wilcoxon testi ile değerlendirildi. Bulgular: Sporcuların ön ve son test değerleri kıyaslandığında, maks. VO2 (%2.26), 20m sürat (% 2.1), çeviklik (% 1.6), dikey sıçrama (% 2.99), patlayıcı güç (3.5) ve maksimal anaerobik güç (% 6.35) değerlerindeki artışlar, ortalama ve minimum anaerobik güç(-% 5.8, -% 30.66, sırasıyla) değerlerindeki azalmalar önemli idi ($p<0.05$). Buna karşın vücut ağırlığındaki azalma önemsiz bulundu.

Sonuç: Bu çalışma göstermiştir ki uzun süreli müsabaka dönemi yarı elit kadın voleybolcuların maksimal anaerobik güç dışında diğer anaerobik güçleri üzerinde olumsuz, maks.VO2, sürat, çeviklik ve dikey sıçrama özelliklerini ise olumlu olarak etkilemiştir.

The Effect of the Prolonged Competitive Season on Semi-Elite Female Volleyball Players' Physical Performance

Objective: Widespread opinion and research evidence is that if they are not well trained physical performance characteristics of athletes who especially in the team sports will decline over the prolonged competitive season. In relation to this, limited researchers pointed out that especially anaerobic performance of the elite women volleyball players decreased, increased or remained over the prolonged competitive season. Up to this date, there was no study of the physical performances of both the aerobic and anaerobic content of the semi-elite female volleyball players over the competitive season. For this reason, this study was carried out in order to determine the effect of prolonged competitive season on semi-elite female volleyball players' physical performance.

Method: Volunteer 47 athletes were recruited from same group of division III in Turkey Women Volleyball League. During competitive season, athletes took part in an official match and 3-4 training seasons per week. Body mass, VO2max, 20 m sprint, agility, vertical jumping, explosive and anaerobic power were assessed before and after 22-week competitive season. Normality data was primarily tested with Shapiro-Wilk and evaluated with Wilcoxon test because of abnormal distribution. Results: There was significant improvement in VO2max (2.26%), 20 m sprint time (2.1%), agility (1.6%), vertical jump (2.99%), explosive power (3.5%), maximal anaerobic power (6.35%), whereas decrease in minimum (-5.8%) and average anaerobic (-30.66%) powers ($p<0.05$), but decrease in body mass wasn't significant.

Conclusion: This study indicated that prolonged competitive season had negative effect on anaerobic power and positive effect on agility, sprint, VO2max, vertical jumping and explosive power in the semi-elite female volleyball players.

Genç (U16) Futbolcuların Mevkilere Göre Core Stabilizasyon Kuvvet Değerlerinin Karşılaştırılması

¹Niyazi Sıdkı Adıgüzel, ²Aydın Karaçam, ³Tuncay Kırkaltı

¹T.C Cumhurbaşkanlığı, Ankara

²M.E.B. 19 Mayıs İHO, Ankara

³Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kocaeli

Email : nsadiguzel38@gmail.com, aydinkaracam@gmail.com, tuncay.kirkalti@gmail.com

Bireyler yaptıkları egzersizlerle performanslarını en üst düzeye çıkarmayı hedef alırlar. Bu doğrultuda antrenman programı içerisinde yer alan aerobik dayanıklılık ve kuvvet antrenmanları ayrıca önem kazanmaktadır. Bu çalışma Sakaryaspor, Sakaryagücü spor ve Bağçeşme futbol takımları genç (U16) sporcuları ile mevkilere göre core stabilizasyon kuvvet değerlerinin karşılaştırılması amacı ile yapılmıştır. Çalışma kriterlere uyan herhangi bir sportif sakatlığı olmayan 2001 doğumlu 53 gönüllü sporcunun katılımı ile gerçekleştirildi. Sporcuların core stabilizasyon dayanıklılıkları plank ve sorensen testleri ile değerlendirildi. Testler esnasında pozisyona dayanma süreleri kronometre ile kaydedildi. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 21.0 istatistiksel paket programı kullanıldı. Dağılımın normalliği Shapiro wilk testi ile analiz edildi. U16 futbol takımlarının plank ve sorensen test puanlarının mevkilere göre karşılaştırılmasında çoklu varyans analizi (ANOVA) kullanıldı. Tüm istatistiklerde p anlamlılık değeri 0.05 olarak alındı. Sporcuların mevkileri arasında yapılan plank ve sorensen testlerinde oyuncuların mevkileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Elde ettiğimiz veriler neticesinde sonuçların birbirine yakın çıkması her mevki sporcularının core stabilizasyon dayanıklılıklarının önemli olduğunu vurgulamaktadır.

The Comparison Of The Core Stabilization Strength Rates Of The Young Football Players (U16) According To Their Positions

The people want to increase their performances to the top by doing exercises. Because of this, aerobic endurance and strength exercises which exist in the exercise curriculum, are very important. The aim of this study is to compare the core stabilization strength values of the young athletes (U16) of Sakaryaspor, Sakaryagücüspor, Bağçeşme football clubs regarding their positions. A total number of 53 athletes born in 2001 and who did not have any sports injuries participated in the study voluntarily. The core stabilization of the athletes was assessed with the help of Plank and Sorensen tests. During the tests, the endurance times of the athletes were recorded with a stopwatch. SPSS 21.0 statistical package program was utilized for the analysis of the obtained data. The normality of the distribution was analyzed by the Shapiro-Wilk test. Multi-variance analysis (ANOVA) was used to compare the plank and Sorensen test scores of the U 16 football teams according to their positions. In all statistical analyses, p significance value was taken as 0.05. It was not found a statistically significant difference between the positions of players in the plank and Sorensen tests performed between the positions of players. As a result of the data obtained from the research, the fact that the results are close to each other emphasizes the core stabilization durability of athletes at each position is significant.

KSB96

Dinamik ve Statik Germe Egzersizlerinin Elit Erkek Hentbolcuların Kuvvet Özelliğine Akut Etkisi

¹Bülent Turna, ²Murat Akyüz, ²Murat Taş, ²Kenan Işıldak, ²Öznur Akyüz

¹Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

²Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : bulent_turna@hotmail.com, muratakyuz25@hotmail.com, murattas25@gmail.com, kenanisildak@hotmail.com, muratakyuz25@hotmail.com

Amaç: Bu çalışmanın amacı, Dinamik ve statik germe egzersizlerinin Elit erkek hentbolcuların kuvvet özelliğine akut etkisinin incelenmesidir. **Gereç ve Yöntem:** Araştırmaya Antalya İl'inde Serik Belediye sporda lisanslı 18-32 yaş arası 16 erkek sporcu "Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu" doldurularak katıldı. Araştırmaya katılan hentbolcuların yaş ortalamaları 20,13±4,86 yıl, spor yaşı ortalaması 10,13±4,58 yıl, boy ortalaması 191,53±5,37 cm, vücut ağırlığı ortalaması 89,33±10,57 kg ve beden kütle indeksi ortalaması 24,34±2,45 kg/m² olarak hesaplandı. Sporcuların İzokinetik kas kuvveti testlerinde 16 sporcu, rastgele yöntem ile germe yapılmadan (GY), statik germe (SG) ve dinamik germe (DG) olmak üzere 3 durumda da farklı 3 günde (en az 48 saatlik dinlenme araları içeren) 10.00-12.00 saatleri arasında öncesi ve sonrası şeklinde teste alınmıştır. Verilerin istatistiksel analizi SPSS 20,0 istatistik programında her bir germe protokolüne göre alınan tüm ön ve son test değerlerinin karşılaştırılmasında "Eşleştirilmiş t Testi", uygulanan farklı germe protokollerinin birbirleri arasında karşılaştırılmasında ise "Tekrarlı Ölçümler İçin Tek Yönlü Varyans Analizi" kullanılarak yapıldı. Veriler "0,05" anlamlılık düzeyine göre değerlendirildi.

Bulgular: Araştırmada Statik Germe (SG) 90°/s Eksternal Rotasyon (ER), Dinamik Germe (DG) 90°/s İnternal (IR) ve Eksternal (ER) rotasyon ön test ve son test kuvvet değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur (p<0,05). Araştırmada SG 300°/s IR ve ER rotasyon ön test ve son test kuvvet değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur (p<0,05). Araştırmada 90°/s ve 300°/s IR ve ER kuvvet değerlerinde germe egzersiz protokollerinin birbirleri ile karşılaştırılmasında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farka rastlanmamıştır (p>0,05).

Sonuç: Çalışmamızda elde ettiğimiz bulgular ışığında statik germe egzersizlerinin kuvvet ve güç gerektiren spor aktiviteleri öncesi uygulanması sonucunda birtakım güç kayıplarını tetiklediği ortaya çıkmıştır. Ayrıca çalışmamız neticesinde literatürdeki çalışmalarla paralellik gösterecek şekilde dinamik germe egzersizlerinin kuvvet özelliğine olumlu etkilerinin olduğu bulunmuştur. Antrenman ve müsabaka öncesi uygun yoğunlukta düzenlenecek kombine ısınma yöntemleri ile germe protokollerinin oluşturabileceği negatif etkileri dengeleyerek performans kayıplarının yaşanmasının önüne geçilebilir.

The Acute Effects Of Dynamic and Static Stretching Exercises On Strength Of Elite Male Handballers

Aim: The purpose of this study is to examine the acute effects of dynamic and static stretching exercises on strength of elite male handballers. **Materials and Methods:** 16 male handballers between the ages of 18-32 having professional sports licenses in Antalya Serik Municipality Sports Club (Serik Belediye Spor) participated voluntarily in the study after filling in the "Informed Consent Form". The mean age of the handballers, who participated in the study, was 20,13±4,86 years, the mean sports-age was 10,13±4,58 years, the mean height was 191,53±5,37 cm, the mean body weight was 89,33±10,57 kg and the mean Body Mass Index was 24,34±2,45 kg/m². In Isokinetic Muscle Force tests, 16 handballers were tested in random order in pre-test and post-test design in 3 different status, which were Without Stretching (WS), Static Stretching (SS), and Dynamic Stretching (DS) on 3 different days (with minimum 48-hour resting intervals) between 10.00- 12.00. The statistical analyses of the data were made in the SPSS 20,0 Statistics Program. The "Matched t-test" was used in comparing the pre-test and post-test values obtained according to each stretching protocol. The data were evaluated according to "0,05" significance level.

Findings: A statistically significant difference was determined between the SS 90°/s External Rotation (ER), DS 90°/s Internal Rotation (IR) and External Rotation (ER) pre-test and post-test force values ($p<0,05$). A statistically significant difference was also detected between the SS 300°/s IR and ER pre-test and post-test force values ($p<0,05$). No statistically significant differences were determined in the comparison of the Stretching Exercise Protocols with each other in 90°/s and 300°/s IR and ER force values ($p>0,05$).

Results: In the light of the findings obtained in the study, it was revealed that Static Stretching Exercises triggered some force losses as a result of its application before sportive activities that require force.

KSB102

1 Tekrar Maksimumluk Yükün Belirli Yüzdelerinde Gerçekleştirilebilecek Maksimum Tekrar Sayısı Tabloları: Tablolar Bize Gerçeği Anlatmıyor

¹Ekim Pekünlü

¹Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir

Email : ekimpekunlu@gmail.com

Giriş ve Amaç: Alanlarında dünya çapında tanınmış egzersiz bilimcilerin ve kurumların ürettiği yayınlarda 1 tekrar maksimumluk yükün (1TM) belirli yüzdelerinde (%1TM) gerçekleştirilebilen maksimum tekrar sayılarını (MTS) gösteren çeşitli tablolar bulunmaktadır ve bu tablolar uygulamadaki kolay kullanımlarından dolayı antrenman programları yazımında bir ölçüt olarak değerlendirilmektedir. Belirli bir kuvvet alıştırmasında %1TM'de gerçekleştirilebilecek MTS çeşitli etkenlere (alıştırmanın çeşidi, kullanılan malzeme, devreye giren kas grubu, kassal dayanıklılık özelliği, alıştırmanın dengeye gereksinim düzeyi, vücut pozisyonu, eklem hareket genişliği, hareket temposu, antrenman durumu, cinsiyet vb.) bağlı olarak değişkenlik gösterir (1). Alanyazında %1TM-MTS ilişkisini ortaya koyan tabloların hiçbiri bu etkenleri göz önünde bulundurmamaktadır. Bu tablolar baskın olarak belirli direnç alıştırma çalışmalarının kullanıldığı "ortalama" araştırma verilerine dayalı olarak düzenlendiğinden yukarıda sayılan etkenlere bağlı olarak ortaya çıkabilecek olası MTS değişimlerini öngöremez. Egzersizle bağlantılı olarak uluslararası tanınmışlığa sahip bazı kurum ve biliminsanları %1TM-MTS ilişkilerinde ortaya çıkabilecek değişkenliklere ve bunların nedenlerine yüzeysel bir şekilde yayınlarda yer verseler de genellikle bu yayınların antrenman programlarının yapılandırılmasıyla ilgili ilerleyen bölümlerinde antrenman yüklerini ve tekrar sayılarını bu %1TM-MTS ilişki tablolarına göre düzenlemeye devam etmektedirler. Bu derleme çalışmasının amacı, direnç antrenmanı alıştırma çalışmalarında %1TM-MTS ilişkisini gösteren alanyazındaki mevcut tablolardaki bilgilerin gerçeği yansıtmadığını ortaya koymaktır.

Yöntem: Literatür taraması.

Bulgular: Alanyazındaki mevcut tablolarda rapor edilen tekrar sayıları ve araştırmalarda bulunan sayılar arasında çok büyük sapmalar olduğu açık bir şekilde belirlenmiştir.

Sonuç ve Kaynaklar: Bu tablolara bağlı olarak hazırlanan antrenman programları bireylerde en verimli kuvvet antrenmanı uyumlarını ortaya çıkarma konusunda yetersiz kalma riskiyle beraber aşırı yüklenme durumlarının ortaya çıkma riskini de taşımaktadır. Bu derleme çalışmasının sonuçları, alanyazında mevcut olan %1TM-MTS ilişki tablolarının bireysel direnç antrenmanı programları oluşturulmasında kabataslak bir rehber olarak bile kullanılmaması gerektiğini göstermektedir. 1- Alvar, B. A., & American College of Sports Medicine. (2014). Resistance training programs. In B. A. Bushman (Ed.), ACSM's resources for the personal trainer (4th ed., pp. 361-396). Philadelphia: Wolters Kluwer/Lippincott Williams & Wilkins Health.

Tables Related To Maximum Repetition Numbers Performed At Specified Percentages Of One Repetition Maximum Load: Tables Do Not Tell Us The Truth

Introduction and Aim: There are tables demonstrating the maximum repetition numbers (RM) that can be performed at specified percentages of one repetition maximum load (%1RM) in publications that are produced by world-wide known foundations and exercise scientists. These tables are regarded as bench mark in the prescription of training programs due to their practical use.

However, RMs performed at %1RM show variations depending on some factors such as exercise type, equipment type, recruited muscle group, muscle endurance characteristics, balance requirement of exercise, body posture, range of motion, movement tempo, training status, gender, etc. (1). These tables do not foresee possible RM variations due to these aforementioned factors since these tables are produced depending on "average" research data related to some specific resistance exercises. Some internationally well-known exercise-related foundations and scientists generally depend on these RM-%1RM tables while explaining the adjustment of training load and repetition numbers in the context of prescription of resistance training programs in their publications. The aim of this review is to put forth that tables available in the literature demonstrating the RMs at %1RM do not reflect reality. METHOD: Literature review.

Results: There are great deviations between RMs reported in tables available in the literature and numbers found in scientific researches.

Conclusion and References: Individualized training programs designed based on these tables include the risk of falling short of revealing the most efficient strength training adaptations as well as risk of over-loading. This review concluded that RM-%1RM tables available in the literature should not be used in the prescription of individualized resistance training programs even not as a rough framework. 1- Alvar, B. A., & American College of Sports Medicine. (2014). Resistance training programs. In B. A. Bushman (Ed.), ACSM's resources for the personal trainer (4th ed., pp. 361-396). Philadelphia: Wolters Kluwer/Lippincott Williams & Wilkins Health.

KSB104

Egzersiz Modeli Oluşturulan Ratlarda Whey Proteinini Kullanımının Testis Dokusu ve Spermatogenez Üzerine Olan Etkileri

¹Ersan Turan, ²Yunus Öztaşyonar, ³Fikret Erdemir, ³Engin Köllükçü, ³Fatih Fırat, ³Velüd Ünsal

¹Hitit Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Çorum

²Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

³Gaziosman Paşa Üniversitesi Tıp Fakültesi, Tokat

Email : ersanturan2002@hotmail.com, yunus@atauni.edu.tr, fikret.erdemir@gop.edu.tr, engin_kolukcu@hotmail.com, Ffrat60@yahoo.com, velidunsal@gmail.com

Amaç: Spor salonlarında kontrolsüz bir şekilde sporcu gıdalarının çok fazla kullanılması ve bunların yararlı olduğu veya zararlı olduğu üzerine çok fazla çalışma olmamasından dolayı bu çalışma yapılmak istenmiştir. Bu çalışmanın amacı sporcular arasında yaygın olarak kullanılan whey proteininin testis dokusu ve serum oksidatif stres parametrelerine olan etkisinin değerlendirilmesidir. Materyal ve Metot: Altı haftalık erkek ratlar 3 gruba randomiz edildi. Grup 1 (n=7) standart kontrol diyeti aldı. Grup 2 (n=7) whey proteini alan grup, grup 3 (n=7) egzersize ile düzenli olarak whey proteini aldı. Toplam 8 haftanın sonunda testiküler dokuları alınarak spermatogenez Johnsen skor sistemi ile değerlendirildi. Johnsen skor sisteminin >9.39 olması normal olarak kabul edildi.

Bulgular: MDA seviyeleri grup 1 ve grup 2'ye kıyasla grup 3'te azaldı ($p<0.05$). Testiküler patolojik inceleme Johnsen skor sisteminin grup 1, grup 2 ve grup 3'te sırasıyla 9.42 ± 0.29 , 9.16 ± 0.25 ve 8.81 ± 0.44 olduğunu ortaya koydu. Grup 3'te testiküler negatif etki grup 1'e göre oldukça yüksekti.

Sonuç: Bu sonuçlara göre whey proteininin oksidatif stresi artırarak Johnsen skor sistemini düşürdüğü söylenebilir. Bu değişiklikler testiküler fonksiyonları bozabilir ve whey proteininin erkek infertilitesi, etiyolojisinde bir faktör olduğu speküle edilebilir. Bundan dolayı whey protein kontrollü olarak kullanılmalıdır. Ancak bu sonuçları doğrulamak için gelecekte daha fazla randomize klinik ve deneysel çalışmalara gerek olduğu söylenebilir.

The Effect Of Whey Protein Usage On Testicular Tissue and Spermatogenesis In Exercise Induced Rat Model

Aim: The aim of this study was to evaluate the effects of whey protein which is commonly used agent among sportmens on semen parameters and serum antioxidant enzyme levels.

Material and Methods: Six-week-old male rats were randomized into three groups are as follows: group 1 (n=7) received a standard control diet, group 2 (n=7) receive whey protein group and group 3 (n=7) received whey protein plus exercise. At the completion of a 8-week period, testicular tissues were obtained and spermatogenesis was evaluated with Johnsen Score System. The normal Johnsen Score was accepted as >9.39.

Results: MDA levels were decreased in group 3 compared to group 1 and group 2 ($p<0.05$). Testicular pathologic evaluation revealed that Johnsen Score System were 9.42 ± 0.29 , 9.16 ± 0.25 and 8.81 ± 0.44 in group 1, group 2 and group 3, respectively ($P=0.003$). In group 3 testicular negative effect was quite higher compared to group 1.

Conclusion: As a result it may be concluded that whey protein may induce oxidative stress and decrease Johnsen score system. These changes may alter testicular functions and consequently it may be speculated that whey protein can be important causative factor in the etiology of the male infertility. For this reason whey protein should be used as controlled. However to confirm of these findings more controlled, randomized clinical studies are required in future.

KSB106

Elit Boksörlerde Akut Besinsel Nitrat Takviyesinin Anaerobik Güç Üzerine Etkisi

¹Ali Tatlıcı, ¹Oktay Çakmakçı, ¹Zümrüt Adem Ozan

¹Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : alitatlici@selcuk.edu.tr, ocakmakci2000@gmail.com, adem.ozan_25@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Araştırma elit erkek boksörlerde akut besinsel nitrat (Kırmızı pancar kökü suyu) takviyesinin kol anaerobik güç parametreleri ve yorgunluk, toparlanma düzeylerine etkisini incelemek amacı ile yapılmıştır.

Yöntem: Çalışmaya; aktif olarak boks branşı ile uğraşan yaş ortalamaları $23 \pm 2,28$ yıl, boy ortalamaları $174,83 \pm 11$ cm ve vücut ağırlığı ortalamaları $76,66 \pm 19,37$ kg olan elit düzeyde 8 erkek boksör gönüllü olarak katıldı. Araştırmada tek kör, çaprazlama yöntemine göre, deneklere akut olarak besinsel nitrat (Kg/ml,2ml) ya da plasebo verildi. Takviyenin ardından deneklerin kol anaerobik güç performanslarını tespit etmek için deneklere 30 saniye anaerobik Kol Wingate testi uygulandı. Wingate testi için modifiye edilmiş bilgisayara bağlı ve uyumlu bir yazılımla çalışan kefeli bir Monark 824 model (made in İsveç) el bisiklet ergometresi kullanıldı, 5 gün aradan sonra ilk alınan madde (besinsel nitrat ya da plasebo) değiştirilerek aynı test tekrar yapıldı. Testin öncesi ve sonrası yorgunluk ve toparlanma performansları kalp atım hızı ve laktat düzeyleri ölçülerek belirlendi. Verilerin analizinde SPSS 22.0 paket programı kullanıldı. Deneklerin öntest ve sontest değerlerinin karşılaştırılmasında Nonparametric testlerden olan Wilcoxon T Testi, tekrarlı ölçümlerde ise Repeated Measures testi yapıldı. Önemlilik düzeyi $p < 0,05$ olarak değerlendirildi.

Bulgular: Elde edilen bulgular incelendiğinde; yorgunluk ve toparlanma düzeylerinde önemli bir farklılığın olmadığı fakat ölçülen bütün anaerobik güç parametrelerinde nitrat takviyesi olan grubda plasebo olan gruba göre önemli ($p < 0,05$) azalma tespit edildi.

Sonuç: Elit boksörlerde yapılan akut besinsel nitrat takviyesinin yorgunluk ve toparlanma düzeylerinde önemli bir etki göstermediği bununla birlikte anaerobik güç düzeylerinde düşüşe sebep olduğu, dolayısı ile besinsel olarak takviye edilen nitrat' ın anaerobik güç gerektiren aktivite ve spor branşlarında en azından bu araştırma neticesinde önerilmemektedir.

Anahtar Kelimeler: Anaerobik güç, Kırmızı pancar kökü suyu, Nitrat, Toparlanma, Yorgunluk.

The Effects Of Acute Dietary Nitrate Supplementation On Anaerobic Power Of Elite Boxers

Introduction and aim: the purpose of this study was to investigate the effects of acute dietary nitrate (red beetroot juice) supplementation on arm anaerobic power parameters, fatigue and recovery levels in elite male boxers.

Method: Eight male boxers who actively engaged in the boxing branch participated as volunteers in the age range of 23 ± 2.28 years, 174.83 ± 11 cm in height average and 76.66 ± 19.37 kg in body weight. Subjects were given acute dietary nitrate (red beetroot juice kg/ ml, 2ml) or placebo by single blind, cross-over method. Following the supplementation subjects were made 30-second arm Wingate anaerobic test to determine the subjects arm's anaerobic power. A Monark 824 model with a duck (made in Sweden) hand bike ergometer which is connected to a computer and working with compatible software was used for Wingate test. After 5 days, the same test was repeated by replacing the first item taken (dietary nitrate or placebo). Fatigue and recovery performance before and after the test was determined by measuring heart rate and lactate levels. SPSS 22.0 package program was used to analyze the data.

Two related samples from nonparametric tests Wilcoxon T test and Repeated Measures test were performed. The significance level was evaluated as $p < 0.05$.

Results: When the findings are examined; There was no significant difference in fatigue and recovery levels but significant decrease found in all measured anaerobic power parameters in nitrate supplementation group by placebo group ($p < 0,05$).

Conclusion: Acute dietary nitrate supplementation in elite boxers had no significant effect on fatigue and recovery, in addition causing a decrease in anaerobic power levels therefore dietary nitrate is not recommended for activity and sports branches requiring anaerobic power, at least on the basis of this research.

Keywords: Anaerobic Power, Fatigue, Nitrate, Recovery, Red beetroot

KSB107

Elit Boksörlerde Akut Nitrat Takviyesinin Maksimum Oksijen Tüketimi Düzeyine Etkisi

¹Zümrüt Adem Ozan, ¹Oktay Çakmakçı, ¹Ali Tatlıcı

¹Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

Email : adem.ozan_25@hotmail.com, ocakmakci2000@gmail.com, alitatllici@selcuk.edu.tr

Giriş ve amaç: Araştırma; elit erkek boksörlerde akut besinsel nitrat (Kırmızı pancar kökü suyu) takviyesinin MaxVO₂ kapasitesine ve yorgunluk, toparlanma düzeylerine etkisinin incelenmesi amacı ile yapılmıştır.

Yöntem: Çalışmaya; aktif olarak boks branşı ile uğraşan yaş ortalamaları 23±2,28 yıl, boy ortalamaları 174,83± 11 cm ve vücut ağırlığı ortalamaları 76,66± 19,37 kg olan elit düzeyde 8 erkek boksör gönüllü olarak katıldı. Araştırmada tek kör, çaprazlama yöntemine göre, deneklere akut olarak besinsel nitrat (2 ml/kg VA) ya da plasebo verildi. Takviyenin ardından deneklerin MaxVO₂ kapasitelerinin belirlemek için deneklere 20 metre mekik koşusu testi uygulandı. 5 gün aradan sonra ilk alınan madde (besinsel nitrat ya da plasebo) değiştirilerek aynı test tekrar yapıldı. Testin öncesi istirahat ve sonrasında yorgunluk, toparlanma performansları, kalp atım hızı ve laktat düzeyleri ölçülerek belirlendi. Verilerin analizinde SPSS 22.0 paket programı kullanıldı. Deneklerin birebir değerlerinin karşılaştırılmasında Nonparametric testlerden olan Wilcoxon T Testi, tekrarlı ölçümlerde ise Repeated Measures testi yapıldı. Önemlilik düzeyi p<0,05 olarak değerlendirildi.

Bulgular: Çalışmada elde edilen bulgular incelendiğinde; yorgunluk ve toparlanma düzeylerinde önemli bir farklılığın olmadığı fakat NMaxVo₂ (Nitrat takviyeli MaxVo₂ ölçüm) düzeyinde anlamlı (p<0,05) artış olduğu belirlendi.

Sonuç: Elit boksörlerde yapılan akut besinsel nitrat takviyesinin yorgunluk ve toparlanma düzeylerinde herhangi bir etkisinin olmadığı fakat takviye edilen besinsel nitratin MaxVo₂ düzeyinde önemli (p<0,05) artışa sebep olduğu bunun ile birlikte oksijen kullanım kapasitesini geliştirmeye yönelik uygulamalarda en azından bu çalışma neticesinde kullanımı önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Aaerobik güç, Kırmızı pancar kökü suyu, MaxVo₂, Nitrat, Toparlanma, Yorgunluk.

The Effects Of Acute Nitrate Supplementation On Maximal Oxygen Consumption Level Of Elite Boxers

Introduction and Aim: The purpose of this study was to investigate the effects of acute dietary nitrate (red beetroot juice) supplementation on MaxVO₂ capacity, fatigue and recovery levels in elite male boxers.

Method: Eight male boxers who actively engaged in the boxing branch participated as volunteers in the age range of 23 ± 2.28 years, 174.83 ± 11 cm in height average and 76.66 ± 19.37 kg in body weight. In the study, subjects were given acute dietary nitrate ((2 ml/kg BW)) or placebo by single blind cross-over method. Following the supplementation subjects were applied 20-m shuttle run test for determining the subjects' MaxVO₂ capacity. After 5 days, the same test was repeated by replacing the first item taken (dietary nitrate or placebo).

Fatigue and recovery performance before and after the test was determined by measuring heart rate and lactate levels. SPSS 22.0 package program was used to analyze the data. In the comparison of pretest and posttest values of subjects, two related samples from nonparametric tests Wilcoxon T test and Repeated Measures test for repeated measurements were performed. The significance level was evaluated as $p < 0.05$.

Result: When the findings obtained in the study are examined; There was no significant difference in fatigue and recovery levels, but it was determined that there was a significant ($p < 0,05$) increase in the level of NMaxVo2 (Nitrate- supplemented MaxVo2 measurement).

Conclusion: There is no effect on the fatigue and recovery levels of acute dietary nitrate supplementation made in elite boxers but the supplemented nitrate was caused an significant ($p < 0,05$) increase in the MaxVo2 levels so it is suggested that nitrate can be used for the applications improving oxygen utilization capacity, at least based on the presented study.

Anahtar Kelimeler: Aaerobic power, Fatigue, MaxVo2, Nitrate, recovery, Red beetroot juice.

KSB122

Yüzücü çocuklarda serum leptin düzeyleri ile MaxVO2 ilişkisi*

¹Abdullah Güllü, ¹Esin Güllü, ²Halil Düzova, ³Bilge Özgör, ⁴Evren Kılınç, ⁵Faruk Akçınar, ¹Güner Çiçek

¹Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum

²İnönü Üniversitesi, Tıp Fakültesi Fizyoloji Anabilim Dalı, Malatya

³İnönü Üniversitesi, Tıp Fakültesi Çocuk Sağlığı Ve Hastalıkları AD, Çocuk Nöroloji BD, Malatya

⁴Mehmet Ali Aydınlar Üniversitesi, Tıp Fakültesi Biyofizik Anabilim Dalı, İstanbul

⁵İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Malatya

Email : abdgullu@gmail.com, gullu.esn@gmail.com, hdzova@hotmail.com, bilge.ozgor@inonu.edu.tr, evren.kilinc@acibadem.edu.tr, farukakcinar44@hotmail.com, gunercicek@gmail.com

Giriş ve Amaç: Çalışmamızda, yüzücü kız çocukların MaxVO2 ile enerji alımı ve tüketimindeki değişikliklerin bir sensörü olan leptin düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırmaya ortalama yaşları 9.88 ± 1.41 yıl, boyları 140.38 ± 9.75 cm, ağırlıkları 35.66 ± 9.71 kg ve spor yaşları 26.31 ± 10.22 ay olan 16 yüzücü kız çocuk egzersiz grubu (EG) olarak katıldı. Ortalama yaşları 9.73 ± 1.16 yıl, boyları 142.93 ± 10.33 cm ve ağırlıkları 41.20 ± 10.63 kg olan 15 sağlıklı sedanter kız çocuğu kontrol grubu (KG) olarak çalışmaya alındı. MaxVO2 ölçümleri için Bruce Protokolü, ağırlık, beden kitle indeksi (BKİ), bazal metabolizma oranı (BMO), vücut yağ kitlesi (VYK) ve vücut yağ yüzdesi (VYY) bioelektrik impedans analizi (Tanita) ile belirlenmiştir. Serum leptin (SL) konsantrasyonları ELISA ile ölçüldü. Gruplar arası karşılaştırmalarda BKİ, BMO, VYY, VYK, SL ve MaxVO2 seviyelerine bakıldı. Grup içi karşılaştırmalarda MaxVO2 ile egzersiz öncesi ve sonrası SL düzeyleri arasındaki ilişki araştırıldı.

Bulgular: Her iki grubun MaxVO2 ile egzersiz öncesi ve sonrası SL düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulundu ($P < 0.05$). Her iki grubun MaxVO2 ile egzersiz öncesi SL düzeyleri arasında orta şiddette negatif yönlü (EG $r = -0.59$, KG $r = -0.58$; $P < 0.05$), egzersiz sonrasında ise yüksek şiddette negatif yönlü (EG $r = -0.65$; $P < 0.05$ ve KG $r = -0.63$; $P < 0.01$) ilişki bulunmuştur. Her iki grubun egzersiz öncesi ve sonrası SL düzeyleri arasında çok yüksek şiddette pozitif yönlü (EG $r = 0.93$, KG $r = 0.89$; $P < 0.01$) ilişki bulunmuştur.

Sonuç: Akut egzersiz her iki grubun SL düzeylerinin düşmesine neden olmuştur. Her iki grubun egzersiz sonrası SL düzeyleri ile MaxVO2 kapasiteleri arasında yüksek oranda ilişki bulunması, enerji tüketimi ile ilişkili olan leptinin aerobik kapasiteyle ilişkili olabileceğini düşündürmektedir.

Anahtar Kelimeler: Serum leptin, Max VO2, akut egzersiz.

*Bu çalışma, İnönü Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Birimi tarafından desteklenmiştir (BAP Proje No: 2012/100).

Relationship between serum leptin and MaxVO2 levels in swimmer children*

Introduction and Aim: In our study, it was aimed to determine the relationship between leptin levels, a sensor of changes in energy intake and consumption, and MaxVO2 in swimmer girl children.

Methods: The study included 16 swimmer girls (EG) with a mean age of 9.88 ± 1.41 years, a height of 140.38 ± 9.75 cm, a weight of 35.66 ± 9.71 kg and a sports age of 26.31 ± 10.22 months.

A total of 15 healthy sedentary female children (CG) with a mean age of 9.73 ± 1.16 years, a height of 142.93 ± 10.33 cm and a weight of 41.20 ± 10.63 kg were included in the study. The Bruce protocol for MaxVO₂ measurements, also weight, body mass index (BMI), basal metabolic rate (BMR), body fat mass (BFM), and body fat percentage (BF%) were determined by bioelectrical impedance analysis (Tanita). Serum leptin (SL) concentrations were measured by ELISA. BMI, BMR, BF%, BFM, SL and MaxVO₂ levels were measured in the intergroup comparisons. The relationship between SL and MaxVO₂ levels before and after exercise was investigated in the intra-group comparisons.

Results: There was a statistically significant difference between MaxVO₂ and pre- and post-exercise SL levels in both groups ($P < 0.05$). Both groups showed moderate-intensity negative direction between MaxVO₂ and pre-exercise SL levels (EG $r = -0.59$, CG $r = -0.58$; $P < 0.05$); after exercise, high severity negative direction was found (EG $r = -0.65$; $P < 0.05$ and CG $r = -0.63$; $P < 0.01$). There was a very high positive prevalence between pre- and post-exercise SL levels in both groups (EG $r = 0.93$, CG $r = 0.89$; $P < 0.01$).

Conclusion: Acute exercise caused to decrease SL levels in both groups. The high level of association between post-exercise SL levels and MaxVO₂ capacities in both groups suggests that leptin, which is associated with energy expenditure, may be related to aerobic capacity.

Keywords: Serum leptin, Max VO₂, acute exercise. *This work was supported by Academic Research Projects Unit (Project Grants No. 2012/100).

KSB129

Müzikli Ritim Çalışmaları ile Yapılan Taekwondo Eğitiminin Çocukların Motorik Gelişimlerine Etkisi

¹Selami Yüksek, ¹Cengiz Ölmez

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Trabzon

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı; müzikli ritim çalışmaları ile yapılan taekwondo eğitiminin çocukların motorik gelişimlerine olan etkilerini incelemektir. Yöntem: Bu amaçla, daha önce hiç taekwondo deneyimi olmayan 14'ü kız, 14'ü erkek olmak üzere toplam 28 öğrencinin araştırmaya gönüllü katılımı sağlandı. Bu 28 öğrenciden 7'si kız, 6'sı erkek olmak üzere toplam 13 kişilik deney grubu ve 7'si kız, 8'i erkek olmak üzere toplam 15 kişilik kontrol grubu oluşturuldu. Katılımcıların 12 hafta süren eğitim süreçlerinde; kontrol grubuna, klasik taekwondo antrenmanı yaptırılırken, deney grubuna ise; aynı antrenman programına ilave olarak, antrenman içinde çeşitli tempolarda (50-200 bpm) müzikli ritim çalışmaları yaptırıldı. Bu ritim çalışmaları öğrenme, uygulama ve pekiştirme aşamalarında, hareketin tüm parçalarının ritim eşliğinde söylenmesi, canlandırılması, uygulanması ve tekrar edilmesi yoluyla yapıldı. Araştırmanın ön test ve son test aşamalarında motorik performansların tespit edilmesi amacıyla; sürat için 20 metre sürat testi; denge için flamingo denge testi; sıçrama performansı için dikey sıçrama, tek ayak-çift ayak yatay sıçrama ve beşli sıçrama (penta jump) testi; esneklik için otur uzan, spagat ve sırt kaşıma testi; kuvvet için 30 saniye mekik ve 30 saniye şınav testi; çabukluk için illinois çabukluk testi; anaerobik güç için dikey sıçrama testi ve dayanıklılık için multistage shuttle run kullanıldı. Verilerin istatistiksel analizi için SPSS 23.0 istatistik programı kullanıldı ve anlamlılık düzeyi olarak $p<0,05$ değeri alındı.

Bulgular: Araştırmadan elde edilen bulgular, deney grubu katılımcılarının göstermiş olduğu gelişim düzeyi ile kontrol grubu katılımcılarının göstermiş olduğu gelişim düzeyi arasında, deney grubu lehine belirgin bir fark olduğunu gösterdi.

Sonuç: Sonuç olarak, spor eğitiminde ritim ve müziğin doğru şekilde kullanılması, sporcuların psikomotor gelişimlerine katkıda bulunarak, performans gelişimlerini önemli derecede hızlandırmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Taekwondo Eğitimi, Motorik Gelişim, Ritim, Müzik

Not: Bu çalışma yüksek lisans tezinden uyarlanmıştır.

The Effect of Taekwondo Training Made with Rhythm with Music Trainings on Motoric Developments of Children

Purpose: The purpose of the study was to investigate the effects of taekwondo training made with rhythm trainings along with music on motoric developments of children. Method: For this purpose, an experimental group who are inexperienced in taekwondo composed of 7 girls and 6 boys totally 13 students and a control group who are inexperienced in taekwondo composed of 7 girls and 8 boys totally 15 students were formed with 14 boys and 14 girls totally 28 students with voluntary participation. During 12-week training durations of participants were applied classic taekwondo training applications to the control group and rhythm training with music applications with different tempos (50-200 bpm) in the working in addition to the same training programs to the experimental group. This rhythm studies were performed with saying, vitalization and repeating methods along with rhythm of all pieces of motion in learning, practicing and consolidation phases. 20-meter sprint test for velocity; flamingo balance test for balance; vertical jump test, horizontal jump test with double leg and a leg and penta jump test for jumping; sit and reach, split and back scratch test for flexibility; 30 seconds sit-up and 30 second push up test for strength; illinois agility test for agility and multistage shuttle run for endurance were performed in the pretest

and posttest phases in an attempt to determining of motoric performances of athletes. SPSS 23.0 statistical software was used to statistical analyses of data and the statistical significance was set at $p<0.05$.

Results: The results obtained on the research indicated that there were significant differences between experimental group and control group in favor of experimental group.

Conclusion: As a result, using of rhythm and music in sport education correctly accelerate performance developments by contributing to psychomotor developments of athletes significantly.

Keywords: Taekwondo Education, Motoric Development, Rhythm, Music

KSB130

14-16 Yaşları Arasındaki Erkek Basketbolcu, Futbolcu ve Sedanterlerin Bazı Fiziksel, Fizyolojik ve Antropometrik Özelliklerinin Karşılaştırılması

¹Ahmet Atlı, ²Selma Karacan

¹Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

²Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

Email : atliahmett@gmail.com, selmakaracan@gmail.com

14-16 Yaşları Arasındaki Erkek Basketbolcu, Futbolcu ve Sedanterlerin Bazı Fiziksel, Fizyolojik ve Antropometrik Özelliklerinin Karşılaştırılması

Giriş ve Amaç: Adolesan dönem; çocukluktan erişkinliğe geçişi kapsayan bir dönem olduğu için bu dönemde sporcu performansını değerlendirmede fiziksel ve fizyolojik performans testleri oldukça önemlidir (Jürimae ve ark., 2007). Çalışmanın amacı; 14-16 yaşları arasındaki erkek basketbolcu, futbolcu ve sedanterlerin bazı fiziksel, fizyolojik ve antropometrik özelliklerini karşılaştırmaktır.

Yöntem: Araştırma, 20 adet basketbolcu, 20 adet futbolcu ve çeşitli okullardan seçilmiş düzenli olarak spor yapmayan (sedanter) 20 adet öğrenci olmak üzere toplam 60 katılımcı üzerinde yapılmıştır. Çalışmada katılımcıların bazı fiziksel, fizyolojik ve antropometrik özellikleri ölçülmüştür.

Bulgular: Basketbolcuların boy uzunluğu, vücut ağırlığı, spor yaşı, vücut yağ yüzdesi, beden kitle indeksi, sağ, sol ve çift el sağık topu fırlatma, 30 sn şınav, 30 m sürat, dikey sıçrama, durarak uzun atlama, esneklik, anaerobik güç, deri kıvrım kalınlıkları, çevre ölçüm değerlerinden ön kol, dirsek, flex. biceps, ext. biceps, göğüs, bel, karın ve kalça ortalamaları diğer gruplara göre anlamlı derecede yüksek bulunurken ($p<0,05$), futbolcuların 30 sn mekik, aerobik güç, çevre ölçüm değerlerinden üst bacak, diz ve calf ortalamaları diğer gruplara göre anlamlı derecede yüksek bulunmuştur ($p<0,05$).

Sonuç: Adolesan dönemdeki basketbolcuların üst ekstremita ve sıçrama kuvvetleri futbolcu ve sedanterlere göre daha iyi bulunurken, futbolcuların ise sürat ve çeviklik ile ilgili performanslarının basketbolcu ve sedanterlerden daha iyi olduğu tespit edilmiştir.

Kaynaklar: 1. Jürimae J, Haljaste K, Cichella A, Latt E, Purge P, Leppik A, Jürimae T. Analysis of Swimming Performance from Physical, Physiological and Biomechanical Parameters in Young Swimmers, Pediatric Exercise Science, 2007;19 (1):70-81.

The Comparison Of Some Physical, Physiologic And Anthropometric Features in 14-16 Years Male Basketball Player, Footballer And Sedentary

Introduction and Aim: Adolescence; the transition from childhood to adulthood is a period in which physical and physiological performance tests are very important (Jürimae et al., 2007). The aim of study is to compare some physical, physiologic and anthropometric features in 14-16 years male basketball player, footballer and sedentary.

Method: The study was implemented on total 60 samples of which 20 basketball player, 20 football player and 20 students who were selected from different schools and not do regular sport activity (sedentary). Some physical, physiological and anthropometric characteristics of the participants were measured in the study.

Result: Height, weight, sport age, body fat index, body mass index, throwing health ball with right, left and double hand, 30 seconds sit-up, 30 m speed, vertical jumping, standing long jump, flexibility, anaerobic power, skin bending thickness, forearm, elbow, flex. biceps, ext. biceps, chest, lower back, abdomen, hip averages from round measuring values of basketball players were found high in meaningful level according to other groups ($p<0,05$). But 30 seconds sit-up, aerobic power, upper leg, knee and calf average from round measuring values of football players were found high in meaningful level according to other groups ($p<0,05$).

Conclusion: Upper extremity and jumping forces of basketball players at adolescence period were found better than football players and sedentary students; it is thought that the performances of football players about speed and agility was better than basketball players and sedentary students.

References: 1. Jürimae J, Haljaste K, Cichella A, Latt E, Purge P, Leppik A, Jürimae T. Analysis of Swimming Performance from Physical, Physiological and Biomechanical Parameters in Young Swimmers, *Pediatric Exercise Science*, 2007;19 (1):70-81.

KSB131

Hareketli ve Hareketsiz Zeminlerde Yapılan Denge Antrenmanlarının Dinamik Denge Üzerindeki Etkisi

¹Utku Gönener, ¹Bergün Meriç Bingül, ¹Ahmet Gönener

¹Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

Email : utkugonener57@gmail.com, bergunmeric@gmail.com, ahmetgonener123@gmail.com

Giriş: Araştırmanın amacı hareketli ve hareketsiz zeminlerde yapılan denge antrenmanlarının dinamik dengeye etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışma grubu, Kocaeli/İzmit Ulugazi İlkokulu 2.sınıfa devam eden en az 1 yıl cimnastik eğitimi almış ve halen bu cimnastik eğitimi almayı sürdüren 7 yaşındaki 40 kız öğrenciden oluşmuştur. Grup rastlantısal olarak ikiye bölünerek bir grup (boyları 122,85±1,14 cm, kütleleri 24,05±1,04 kg) hareketli zeminde çalışırken diğer grup (boyları 123,70±1,33 cm, kütleleri 24,95±1,36 kg) hareketsiz zeminde antrenmanlarını sürdürmüştür. Denge antrenman programları 8 hafta boyunca haftada üç gün ve günde 40 dakika olacak şekilde uygulanmıştır. Program öncesi ve sonrası deneklerin dinamik dengeleri Tecno-body ProKin PK200 model dinamik denge cihazı ile ölçülmüştür. ML, PL, AGP, MS ve AP parametreleri değerlendirilmiş ve karşılaştırmalar SPSS 17.00 paket programında T testi ile yapılmıştır.

Bulgular: Hareketli zeminde denge antrenmanı yapan grupta ML değerleri hariç tüm parametrelerde istatistiksel anlamlı bir farklılık bulunurken(p<0,05), hareketsiz zeminde denge antrenmanı yapan grupta anlamlı bir farka rastlanmamıştır (p>0.05).

Sonuç: Hareketli zemin üzerinde yapılan denge antrenmanları dinamik dengenin gelişmesinde daha etkili olduğundan cimnastik antrenmanlarında hareketsiz zeminlere göre daha ağırlıklı olarak yer almalıdır.

Anahtar Kelimeler: Cimnastik , denge, dinamik denge, statik denge, antrenman, hareketli zemin, hareketsiz zemin

The Effects Of Balance Trainings On Unstable And Stable Surfaces On Dynamic Balance

Objective: The main purpose of this study is to identify the effects of balance trainings on unstable and stable surfaces on dynamic balance. Method: The research group was consisted by 40 female students who have studied in Kocaeli/İzmit Ulugazi Primary school, have did at least 1 year gymnastic trainings and have still continued, age of 7 years old. The groups were created randomly, one of the groups (average height 122,85±1,14 cm and average weight 24,05±1,04 kg) did balance trainings on unstable surface and the other group (average height 123,70±1,33 cm and average weight 24,95±1,36 kg) did balance trainings on stable surface. Balance training programs have been applied for 8 weeks, three days a week and 40 minutes a day. The dynamic balance of the subjects before and after the program was measured with the Tecno-body ProKin PK200 model dynamic balance device. The parameters of ML, PL, AGP, MS ve AP were assessed and the comparisons were made with T Test in IBM SPSS 17.00 program.

Result: While statistically significant difference was found in all parameters except the ML values in the group performing the unstable surface balance training(p<0,05), there was no significant difference in the group that followed performed stable surface balance training program(p>0.05).

Conclusion: As a result, the balance exercises on unstable surfaces should be more emphasize than stable surface in gymnastic because it is more effective in the development of dynamic balance

Keywords: Gymnastic, balance, dynamic balance, static balance , training, unstable surface, stable surface, gymnastic

KSB148

Su Egzersizlerinin Zihinsel Engelli Çocukların Statik ve Dinamik Dengelerini Üzerine Etkisi

¹Ahmet Gökhan Yazıcı, ²Ahmet Gökhan Yazıcı, ³Mohsen Mohammadi

¹Atatürk Üniversitesi-Erzurum

²Atatürk Üniversitesi-K.K.E.Fakültesi Beden Eğt. Ve Sp Böl. Erzurum

³Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü-Erzurum

Email : agokhanyazici@hotmail.com, agokhanyazici@hotmail.com, mohsen64_m@yahoo.com

Su Egzersizlerinin Zihinsel Engelli Çocukların Statik ve Dinamik Dengeleri Üzerine Etkisi

Giriş: Zihinsel özrürlölük, çocukların fiziksel uygunluğu açısından önemli etkilere sahiptir.1 Zihinsel özrürlölüğü olan insanlar genelde düşüyorlar, ama nedeni hala bilinmiyor.2 Bu çalışmanın amacı zihinsel özrürlölüğü olan çocukların static ve dinamik denęlerinin üzerine su (aqua) egzersizlerin etkisini belirlemektir.

Metot: Toplam 40 zihinsel özrürlölüğü olan çocuk (yaş = 11.2±1.2 yıl, boy = 135.3±1.6 cm, vücut ağırlığı= 30.7±3.5 kg) oluşturmaktadır. Tüm deneklerin zeka katsayısı 30 - 70 arasında değişmektedir. Denekler için 8 hafta, her hafta 4 seans, her seans 30 dakika su egzersizleri ayarlanmıştır. Static ve dinamik denęe pre and post ölçümleri Bruininks-Oseretsky testi kullanılarak elde edilmiştir. Verilerin istatistiksel analizleri için grup içi değerlendirmelerde paired samples-t test SPSS 19 yazılım ortamında kullanılmıştır.

Bulgular: Deneklerin pre ve post testleri arasında istatistiksel fark saptandı (P < 0/05).

Sonuç: Sekiz haftalık su egzersizleri süresi zihinsel özrürlölüğü olan çocuklarda static ve dinamik denęe iyileşmesine neden olabilir. Genel olarak, zihinsel özrürlölüğü olan çocuklarda su egzersiz uygulanması başarılı bir plandı.

Anahtar Kelimeler: Su Egzersizleri, Denęe, Çocuk, Zihinsel Özrürlölük

Kaynaklar:

1. Yılmaz I, Erhu N, Konukman F, Agbuğa B, Zorba E, Ciman Z. (2009). The effects of water exercises and swimming on physical fitness of children with mental retardation. Kinesiology, Sport Studies and Physical Education Faculty Publications, 21; 105-11.
2. Hale L, Bray A, Littmann A. (2007). Assessing the balance capabilities of people with profound intellectual disabilities who have experienced a fall. Journal of Intellectual Disability Research, 51; 260-8.

The Effect of Aquatic Training Program on Static and Dynamic Balance in Children with Mental Retardation

Introduction: Mental retardation (MR) causes important effects on children's physical fitness.¹ Although it is common for people with MR to fall, the reasons for this have not yet been identified.² The purpose of this study was to evaluation effect of aquatic training program on static and dynamic balance in children with MR.

Methods: The 13 children's with MR with an average age of 11.2 ± 1.2 yr, the height of 135.3 ± 1.6 cm and weight 30.7 ± 3.5 kg participated in this study. All the subjects with Intelligence Quotient (IQ) range 30-70 participated in this study. The children's with MR participated in an aquatic training program for eight weeks, four sessions per week and 30 minutes per session. The Bruininks-Oseretsky Test of Motor Proficiency was used to evaluate subjects balance. Measurements were performed at the start and at the end of the aquatic training program. The paired sample T-test was used to compare the differences between the pre and post-test. All statistical analyzes were performed using SPSS statistical software version 19.

Results: Significant difference found between pre and post of subjects in variables two ($P < 0/05$).

Conclusion: Our study reports a significant increase in static and dynamic balance in children with MR after the aquatic training. According to the results of the present research, it could be concluded that for improvement of static and dynamic balance in with MR, the aquatic training program is recommended.

Keywords: Aquatic Training, Balance, Children, Mental Retardation

References:

1. Yılmaz I, Erhu N, Konukman F, Agbuğa B, Zorba E, Ciman Z. (2009). The effects of water exercises and swimming on physical fitness of children with mental retardation. Kinesiology, Sport Studies and Physical Education Faculty Publications, 21; 105-11.
2. Hale L, Bray A, Littmann A. (2007). Assessing the balance capabilities of people with profound

KSB151

Futbol ve Voleybolculara Uygulanan Kor Antrenman Programının Fiziksel Uygunluk Parametrelerine Etkileri

¹Süleyman Bilgin, ²Süleyman Bilgin, ³Gamze Erikoğlu Örer

¹Milli Eğitim Bakanlığı, Ankara

²Milli Eğitim Bakanlığı, Ankara

³Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor Bilimleri Bölümü, Ankara

Email : suleymanbilgin49@gmail.com, suleymanbilgin49@gmail.com, basketball.08@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Kor egzersizleri omurga ve kalçayı dengede tutan birçok gövde kasının kuvvet ve stabilizasyonun artırılması amacıyla kullanılan bir yöntemdir. Kor egzersizleri vücut ağırlığı ile yapıldığı gibi yardımcı bir araç ile de uygulanabilir (1). Kor antrenmanı ağırlık çalışması bakımından farklılık göstermekle birlikte genelde kas kuvvetinin artırılmasına yöneliktir(2). Tüm bunlardan yola çıkarak bu çalışma futbol ve voleybolculara kor antrenman programının fiziksel uygunluk ve performans parametrelerine etkilerini araştırma amacı ile planlanmıştır.

Yöntem: Çalışmaya Pursaklar Belediyespor Kulübü'nde futbolcu olan 20 erkek ile (yaş=15,40±0,82yıl, boy=1,70±0,06m, vücut ağırlığı=59,85±5,00kg) ile Halk Bankası Kulübü'nde voleybol oynayan 14 erkek voleybolcu (yaş=15±00yıl, boy =1,86±0,06m, vücut ağırlığı=73,57±7,24kg) gönüllülük esasına göre dahil edilmiştir. Antrenmanlar öncesi futbolcu ve voleybolcuların ön testleri(sürat10-20 m, 30saniye mekik, 20metre mekik koşusu, dikey sıçrama, kor stabilizasyon) alınmıştır. Her iki gruba normal antrenmanlarına ek olarak ilk 6hafta(3gün/hafta) ve son 2hafta(2gün/hafta) olmak üzere 8 hafta boyunca kor antrenman programı uygulandı. Antrenmanlar sonunda grupların son test ölçümleri alınmıştır.

Bulgular: Araştırmanın sonucuna göre antrenman programı sonunda futbol ve voleybolcuların performans parametrelerinde anlamlı artışlar tespit edilmiştir (p<0.05). Anaerobik güçte ise sadece futbolcularda anlamlı fark gözlemlenmiştir (p<0.05). Her iki grubun prone bridge, gövde fleksiyon ve gövde ekstansiyon son ölçüm değerlerinde anlamlı artış gözlemlenirken(p<0.05), voleybolcularda lateral fleksiyon testinde anlamlı fark bulunmamıştır. Futbol ve voleybolcuların performans ve kor stabilizasyon testleri karşılaştırıldığında performans değerleri anlamlı bir fark gösterirken(p<0.05), gövde fleksiyon testinde bu fark görülmemiştir. Ön test ve son testten elde edilen değerler Wilcoxon Two-Related Samples ve Mann-Whitney U testi yardımı ile istatistiksel olarak karşılaştırılmıştır.

Sonuç: Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre futbol ve voleybol antrenmanlarına ilave olarak uygulanacak kor antrenman programlarının genç futbol ve voleybolcuların kuvvet, sürat ve dayanıklılık parametrelerinin gelişimine katkı sağlayacağı söylenebilir.

1. Aşçı A. TFF Sağlık eğitim programları takım doktorları 2.basamak kursu ders notları <http://www.tff.org/Resources/TFF/Documents/02010DK/TFF/Saglik-Kurulu/2-basamak-ders/Doktorlar.rar> Erişim Tarihi : 15.05.2017. 2. Clark MA. Kor stabilization training in rehabilitation. In: Techniques in Musculoskeletal Rehabilitation. Prentice, New

The Effects Of Physical Fitness Parameters Of The Core Training Program Used in Football And Volleyball Players

Purpose: This study was planned with the aim of investigating the effects of football and volleyball players on physical fitness and performance parameters of the core training program.

Methods: Twenty male soccer players (age $15,40\pm0,82$, height $1,70\pm0,06$ m, body weight $59,85\pm5,00$ kg) who play football at Pursaklar Municipality Sports Club with 14 male volleyball players (age $15\pm0,00$, height $1,86\pm0,06$ m, bodyweight $73,57\pm7,24$ kg) who play volleyball at Halkbank Volleyball Club included in study on a voluntary basis. Before the trainings, pre-test scores (speed10-20m, sit-up30 sn, 20m shuttle run, vertical jump, core stabilization and prone bridge) were recorded. In addition to the normal training of both groups, the core training program was applied for 8 weeks including the first 6weeks (3days /week) and the last 2weeks (2days/week). At the end of the training, the final test measurements of the groups. Statistically compared with Wilcoxon Two Sample and Mann-Whitney U Test. Findings: According to the result of, at the end of the training program there was a significant increase in performance tests of football and volleyball players ($p<0.05$). There was a significant difference in anaerobic power performance values only for football players. While there was a significant increase in the final measurement values of prone bridge, trunk flexion and trunk extensions of both groups, there was no significant difference in lateral flexion test in volleyball. When performance and core stabilization tests of football and volleyball players were compared, the performance values showed a significant difference($p<0.05$), but this difference was not observed in gövde fleksiyon test.

Results: According to the results obtained in the research, it can be said that the core training programs to be applied to football and volleyball training will contribute to the development of parameters strength, speed and endurance of young football and volleyball players.

Keywords: Football, core training, performance, volleyball

KSB157

Farklı Branşlardaki 10-14 Yaş Sporcuların Bazı Fiziksel ve Fizyolojik Parametrelerinin Değerlendirmesi

¹Ercüment Erdoğan, ²Abdulkerim Özden, ²Gül Özsoy

¹Ordu Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu-Ordu

²Ordu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü- Ordu

Email : ercumenterdogan22@hotmail.com, kerim.ozden@hotmail.com, gulaltuntasgul@gmail.com

Amaç; Bu çalışmanın amacı farklı branşlardaki 10-14 yaş altyapı sporcularının bazı fiziksel ve fizyolojik değerlerinin incelenmesidir. Yöntem; Bu çalışmaya Ordu ilinde Güreş(n=16,yaş=13,75±0,44), Yüzme(n=16, yaş=12,12±1,58) ve Tenis(n=16, yaş=12,18±1,64) branşında aktif olarak spor yapan 10-14 yaş grubu toplam 48 gönüllü sporcu katılmıştır. Sporculara Euro fit test bataryası ile flamingo denge testi, otur eriş testi, disklerle dokunma, mekik testi, bükülü kol asılma, el kavrama kuvveti, durarak uzun atlama,5x10 m. mekik koşu testi ile sırt bacak kuvveti testi ve skinfold ölçümü uygulanmıştır. Testlerden elde edilen veriler SPSS paket programında Anova ve Tukey HSD testleri ile değerlendirilmiştir.

Bulgular; Farklı branşlardaki sporcuların test değerleri karşılaştırıldığında mekik testi (p=,000), el kavrama kuvveti(p=,005),5x10m. Mekik koşu(p=,000)ve sırt ve bacak kuvveti (p=,017) testlerinde branşlar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur(p<0,05). Branşlar arasında, flamingo denge testi, disklerle dokunma, otur eriş, durarak uzun atlama, bükülü kol asılma ve skinfold ölçüm değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır(p>0,05).

Sonuç olarak elde edilen bulgulara bakılarak güreş branşındaki sporcuların genel kuvvet ve sürat özelliğinin yüzme ve tenis branşındaki sporculardan daha iyi olduğu belirlenmiştir.

Anahtar kelimeler; Eurofit testi, Fiziksel ve fizyolojik özellikler, Güreş.

Evaluating of some physical and physiological parameters of athletes competing in different sport events in 10-15 age range.

Aim; The purpose of this study was to examine some physical and physiological parameters of substructure athletes competing in different sport branch in 10-15 age range.

Method; Total forty- eight athletes competing in wrestling (n=16,age=13,75±0,44), swimming(n=16,age;12,12 ±1,58) and tennis (n=16,age=12,18 ±1,64) sport branch in ordu city joined to this study voluntarily. The Eurofit test batary including flamingo balance, sit and reach, touching the discs, sit-ups, flexed arm hang,hand grip strenght, standing long jump, 5x10m.shuttle run, back and leg strenght tests and skinfold caliper measures were performed to athletes. The datas found by test were evaluated by One-Way Anova and Tukey HSD analyze techniquesin SPSS statistical package programme. Findigs; It was found statistical signifiant difference between athletes competing in different sport events in terms of sit- ups(p=,000), hand grip strenght(p=,005), 5x10m. Shuttle run(p=,000) and back and leg strenght(p=,017) tests (p<0,05). There was no statistical signifiant difference between athletes competing in different sport events in terms of flamingo balance, touching to discs, sit and reach, standing long jump, flexed arm hang test and skinfold caliper measures(p>0,05).

Consequently, it was determined that athletes competing in wrestling events had better general strenght and speed values than athletes competing in swimming and tennis events.

Keywords; Eurofit test battary, physical and physiological properties,wrestling

KSB162

3 Aylık Cimnastik Branşına Özgü Antrenmanın Erkek Çocukların Bazı Performans Parametreleri Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi

Yüksel SAVUCU, Metehan KARATAŞ, Ali Serdar YÜCEL, Mustafa KARADAĞ, Y. Süreyya SEZER, Gülbin ESKİYECEK

Fırat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

Email : ysavucu@hotmail.com, ysavucu@hotmail.com

Bu çalışmada 3 aylık cimnastik branşına özgü antrenmanın 6-7 yaş grubu erkek çocuklarda bazı performans parametreleri üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Cimnastik sporuna yeni başlayan 6-7 yaş gurubundaki toplam 30 erkek çocuk rastgele seçilmiş ve 3 ay boyunca haftada 4 gün günde yaklaşık 2 saat cimnastik branşına özgü antrenman programına tabi tutulmuştur. Programın içeriğini antrenman sayısı, toplam hareket sayısı, haftalık antrenman süresi, günlük antrenman süresi, günlük hareket sayısı, esas devre süresi ile bitiriş devresi süresi oluşturmuştur. Çalışmada; cimnastikçilerin fiziksel parametreleri (yaş, spor yaşı, Vücut Kitle İndeksinde (VKİ), boy ve kilo), performans değerleri (kuvvet, dayanıklılık, esneklik, sıçrama, denge, sürat gibi) ve grupların kaydedilen değerleri arasında anlamlı farklılıklar araştırılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen veriler, SPSS 17.0 (Statistical Package for the Social Science) istatistik programı kullanılarak değerlendirilmiştir. Ön-test ve son-test için eşleştirilmiş t testi kullanılmış, anlamlılık düzeyi ise 0.05 olarak belirlenmiştir. Sonuç olarak çalışma grubu ilk ve son ölçümler arasındaki anlamlı farklılıklar bulunmuştur. İncelediğimiz şınav, barfikste kol çekme, parmaklıkta bacak kaldırma, köprü, bara asılıta L duruşu, kartal duruşu, sopa ile omuz çevirme, uzun atlama, 20 m koşu gibi bileşenlerin anlamlı kaydedilmesi, yüksek kombinasyon gerektiren cimnastik sporu için önemli arz etmektedir.

Anahtar Kelimeler: Çocuk, Antrenman, Cimnastik

Investigation the Effects of 3-Month Gymnastic-Specific Training on Some Performance Parameters of Boys

Gymnastics requires a great range of locomotive, stability and body control movements which are highly important for the development of children. In this study, it was aimed the effect of 12-week basic gymnastic training on physical fitness in 6 to 7 year-old boys. Pre-test and post-test with controlled group were used to test the sub-problems of the study and experimental group was determined by randomly. 30 boys in 6-7 year-old participated to the study as an experimental group, which has just begun to be gymnastic in Malatya Youth Services and Sports Provincial Directorate. The researcher applied a 30-minute warm-up program based on gymnastic basic movements as well as gymnastics training for 12 weeks, 3 days in a week. In the study; we investigated that significant differences between some physical parameters (age, sports age, Body Mass Index (BMI), height and weight), performance characteristics and recorded values of groups The data are evaluated by using the SPSS 17.0 (Statistical Package for the Social Science) statistical program. Paired Sample t Test and Independent Samples t Test were used to determine the relationship between groups. In addition, arithmetic mean, significance and percentage were used and significance level was determined as 0.05. As a result, there has been a significant differences between pre and post measurements in the experimental group. It has been a factor affecting especially in the gymnastics that the athlete's performance positively in the experimental group, the warm-up phase in each training session, together with the number of training duration and the number of movements.

Keywords: Child, Training, Gymnastics

KSB164

Foam Roller Egzersizleri Sırasında Uygulanan Lokal Vibrasyonun Alt Ekstremité Patlayıcı Kuvvet ve Esneklik Performansına Akut Etkisi

¹İsa Sağıroğlu

¹Trakya Üniversitesi, Kırkpınar Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Edirne

Email : isagirolu83@gmail.com

Foam roller ekipmanı ile yapılan self miyofasiyal gevşetme (SMG) egzersizlerinin kas performansını artırdığı düşünülmektedir. Ayrıca uzun zamandır lokal vibrasyon (LV) egzersizlerinin de kuvvet, güç ve esneklik performansını artırdığı bilinmektedir. Ancak LV ile birlikte uygulanan SMG egzersizlerinin kassal performansa etkilerini inceleyen sınırlı çalışma vardır. Bu çalışmanın amacı; vibrasyon özellikli foam roller ekipmanı ile yapılan SMG uygulamalarının iyi antrenmanlı futbolcularda alt ekstremité patlayıcı kuvveti ve esneklik üzerindeki etkilerini araştırmaktır. Yirmi-iki iyi antrenmanlı erkek futbol oyuncusu (ortalama yaş 22.13±2.47 yıl, boy 178±4.92cm vücut ağırlığı 74.9±3.93kg, antrenman süresi 11.59±1.14s/hafta) randomize ccrossover çalışma deseni ve 48 saat ara ile iki farklı (foam roller ve foam roller+LV) egzersiz seansına katıldı. Tüm sporculara her iki egzersiz seansından önce ve sonra eller belde yaylanarak sıçrama (CMJ) ve otur-uzan (S&R) esneklik testi yapıldı. Araştırmanın sonuçları incelendiğinde, hem foam roller egzersizi hem de foam roller+LV egzersizi sonrası sıçrama ve esneklik performansında artış tespit edildi(p<0.05). Ancak, her iki uygulama sonucu elde edilen veriler kendi aralarında karşılaştırıldığında uygulamalar arasında herhangi bir farka rastlanmadı. Sonuç olarak lokal vibrasyon ile birlikte yapılan foam roller egzersizleri, sadece foam roller egzersizleriyle karşılaştırıldığında sıçrama ve esneklik performansı üzerinde benzer etkiye sahip olduğu görüldü. Sonuç olarak, hem foam roller hem de foam roller+LV egzersizleri kas performansı üzerindeki olumlu etkileri sebebiyle antrenman ya da yarışmalardan önce sporcular tarafından uygulanabilir.

Anahtar Kelimeler: Self-miyofasiyal gevşetme, lokal vibrasyon, dikey sıçrama, esneklik, futbol.

Acute Impact of Applied Local Vibration During Foam Roller Exercises on Lower Extremity Explosive Strength and Flexibility Performance

Self myofascial releasing (SMG) exercises using foam roller equipment are thought to enhance muscle performance. It is also known for a long time that local vibration (LV) exercises have improved force, power and flexibility performance. However, there is a limited study that examines the effects of SMG exercises applied with LV on muscular performance. The aim of this study is to investigate the effects of SMG applications made with vibrating foam roller equipment on lower extremity explosive strength and flexibility on well-trained soccer players. Twenty-two well-trained male soccer players (mean age 22.13 ± 2.47 years, height 178 ± 4.92cm body weight 74.9 ± 3.93kg, training time 11.59 ± 1.14h / week) participated in two different exercise sessions (foam roller and foam roller+LV) with randomized crossover study design and 48-hour intervals. All athletes were tested for the Counter Movement Jump (CMJ) and Sit-and-reach (S & R) flexibility before and after both training sessions. When the results of the study were examined, both foam roller exercise and after foam roller + LV exercise showed an increase in jump and flexibility performance (p <0.05). However, no difference was observed between the applications when the data obtained from both applications were compared among themselves. As a result, foam roller exercises made with local vibration seemed to

have the similar effect on jumping and flexibility performance compared to foam roller exercises only.

As a result, both foam roller and foam roller + LV exercises can be applied by athletes prior to training or competitions due to their positive effects on muscle performance.

Keywords: Self-myofascial releasing, local vibration, vertical jump, flexibility, football.

Kırgızistan Milli Takımını Oluşturan Grekoromen Güreşçilerin 2016 Yaz Olimpiyat Oyunları Öncesi Bazı Hematolojik Ve Biyokimyasal Parametrelerinin Sezonsal Değerlendirilmesi

¹Bilal Demirhan, ²Mehmet Günay, ³Kanat Canuzakov, ⁴Mehmet Kılıç, ⁵Hasan Güzelbekteş, ⁴Süleyman Patlar

¹Kırgızistan Türkiye Manas Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu - Ondokuz Mayıs Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Biskek/ Kırgızistan - Samsun /Türkiye

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

³Kırgızistan Türkiye Manas Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Biskek / Kırgızistan

⁴Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

⁵Kırgızistan Türkiye Manas Üniversitesi Veteriner Fakültesi, Biskek / Kırgızistan

Email : bilaldemirhan55@gmail.com, mgunay1966@gmail.com, kanat.canuzakov@mail.ru, mkilicbesyo@gmail.com, hguzelbektas@selcuk.edu.tr, spatlar@selcuk.edu.tr

Amaç: Bu çalışmanın amacı Kırgızistan milli takımını oluşturan grekoromen güreşçilerin 6 aylık süre içerisindeki bazı hematolojik ve biyokimyasal parametrelerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Kırgızistan milli takımlarında yer alan 9 erkek Greko-Romen güreşçi katılmıştır. Güreşçilerin yaş ortalamaları 24,00±4,50 yıl, boy ortalamaları 169,60±9,44 cm ve vücut ağırlıkları 72,02±11,80 kg olarak belirlenmiştir.

Metod: Güreşçilere antrenman periyodunun hemen öncesinde, 3 ay sonra ve 6 ay sonra olmak üzere toplam 3 kez ölçüm yapılmıştır. Bu ölçümlerde sporculara 20 m mekik koşu testi uygulanarak yorgunluk oluşturulmuştur. Sporculardan egzersiz öncesi ve sonrasında yeterli miktarda kan numunesi alınarak hematolojik ve biyokimyasal parametre analizleri yapılmıştır.

Bulgular: Bu analizlere göre güreşçilerin hematolojik parametreleri incelendiğinde, her üç ölçümün (başlangıç, 3.ay ve 6.ay) egzersiz sonrası total lökosit, lenfosit ve nötrofil sayıları egzersiz öncesine göre önemli oranda ($p<0,05$) artmıştır. Diğer hematolojik parametrelerde egzersiz öncesi ve sonrası değişimler istatistiksel olarak önemli bulunmamıştır ($p>0,05$). Her üç ölçümün egzersiz önceleri ve egzersiz sonraları değerleri arasında da istatistiksel bir fark gözlenmemiştir ($p>0,05$). Güreşçilerin biyokimyasal analizleri incelendiğinde, her üç ölçümde de egzersiz öncesine kıyasla egzersiz sonrası kan glikoz düzeyleri önemli şekilde düşmüştür. Egzersiz sonrası HDL kolesterol konsantrasyonları önemli oranda ($p<0,05$) artarken, LDL kolesterol konsantrasyonları ise önemli düzeyde ($p<0,05$) azalmıştır. Diğer biyokimyasal parametrelerde egzersiz öncesi ve sonrası değişimler istatistiksel olarak önemli bulunmamıştır ($p>0,05$). Sporcularda yapılan üç ölçümün egzersiz önceleri ve sonraları değerlerinde istatistiksel bir fark gözlenmemiştir ($p>0,05$).

Sonuç: Her üç ölçümde yapılan yorgunluk egzersizi güreşçilerin total lökosit, lenfosit ve nötrofil sayılarını önemli oranda artırırken, diğer hematolojik parametreleri aynı oranda etkilememiştir. Yine yorgunluk egzersizi kan glikoz düzeylerini ve LDL kolesterol konsantrasyonlarını önemli şekilde düşürürken, HDL kolesterol konsantrasyonlarını artırmıştır. Diğer biyokimyasal parametrelerde önemli bir etki göstermemiştir. Altı ay süreyle yapılan antrenmanlar her üç ölçümde de hem hematolojik hem de biyokimyasal parametreler açısından önemli bir etki sağlamamıştır.

Anahtar kelimeler: Greko-Romen güreş, hematolojik ve biyokimyasal parametreler.

Seasonal Evaluation Of Some Hematological And Biochemical Parameters Of Grekoromen Wrestlers Who Form Kyrgyzstan National Team Before 2016 Summer Olympic Games

Purpose: The purpose of this study is to evaluate some hematological and biochemical parameters of Greco-Roman wrestlers, who constitute Kyrgyzstan National Team, during 6 months. 9 male Greco-Roman wrestlers, who take place in Kyrgyzstan National Teams,

have participated in the study. The average age of the wrestlers has been determined as $24,00 \pm 4,50$ years, their average height $169,60 \pm 9,44$ cm and their body weights $72,02 \pm 11,80$ kg.

Methods: Totally 3 measurements were performed on wrestlers as immediately before the training period, 3 and 6 months after the training session. Fatigue was occurred by applying 20 m shuttle running test to the sportsmen. Hematological and biochemical parameters were analyzed by taking sufficient blood samples from athletes before and after exercise.

Results: When the hematological parameters of wrestlers were studied according to these analyzes, the total leukocyte, lymphocyte and neutrophil values were found significantly higher ($p < 0,05$) in all three measures (immediately before exercise, 3rd and 6th months) in comparison with the values before exercise. When biochemical analyzes of wrestlers were examined, blood glucose levels significantly decreased after exercise in all three measures compared to before exercise. Post-exercise HDL cholesterol concentrations significantly increased ($p < 0,05$) while LDL cholesterol concentrations significantly decreased ($p < 0,05$). In applied three measurements no statistically difference was found in the values measured before exercise and values measured after exercise ($p > 0,05$).

Conclusion: On all three measures fatigue exercise has significantly increased the total leukocyte, lymphocyte and neutrophil values of wrestlers, while other hematological parameters haven't been affected evenly. Fatigue exercise also significantly reduced blood glucose levels and LDL cholesterol concentrations, while increased HDL cholesterol concentrations. Any significant effect on other biochemical parameters hasn't been observed. The six-month period training didn't have a significant effect on both hematologic and biochemical parameters in all three measurements.

Keywords: Greco-Roman wrestling, hematological and biochemical parameters.

Elit Sporcuların Vücut Yağ Oranlarında Meydana Gelen Sezonel Değişimler

¹Kanat Canuzakov, ²Erdal Zorba, ²Mehmet Günay, ³Bilal Demirhan, ²Akan bayraktar, ⁴Serdar Geri

¹Kırgızistan Türkiye Manas Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Bişkek / Kırgızistan

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

³Kırgızistan Türkiye Manas Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu - Ondokuz Mayıs Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bişkek/ Kırgızistan - Samsun/Türkiye

⁴Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

Email : kanat.canuzakov@mail.ru, mgunay1966@gmail.com, erdalzorba@hotmail.com, bilaldemirhan55@gmail.com, akanbayraktar@gmail.com, serdarger@gmail.com

Amaç; Bu çalışmada Kırgızistan Milli Takımlarının 2016 Yaz Olimpiyat Oyunları öncesi kalifikasyon müsabakalarına hazırlanan 38 sporcunun bir sezonluk antrenman periyodunda vücut yağ oranlarında (VYO) meydana gelen değişimler Proje (BAP) kapsamında incelenmiştir. Araştırma 9 erkek Greko-Romen stil güreşçi (24±4,50 yaş), 10 erkek serbest stil güreşçi (22,10±3,21 yaş), 8 erkek judocu (23,60±1.89 yaş), 8 erkek atlet (22,29±2,87 yaş) ve 3 kadın atlet (21,67±2,08 yaş) olmak üzere 35 erkek ve 3 kadın Milli sporcu üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Yöntem; Araştırmaya katılan sporcuların, vücut yağ oranları (VYO) 6 aylık antrenman periyodunun hemen öncesinde, 3 ay sonra ve 6 ay sonra olmak üzere toplamda 3 kez ölçülmüştür. Vücut yağ yüzdesinin tayini için deri kıvrım kalınlıkları HOLTAİN marka skinfold kaliperle (1mm hassasiyette) ölçülüp vücut yağ yüzdeleri LANGE formülüne göre belirlenmiştir.

İstatistiksel değerlendirme; Bulguların istatistiksel değerlendirilmesi SPSS 21.0 bilgisayar paket programı ile yapılarak, bütün parametrelerin aritmetik ortalamaları ve standart sapmaları hesaplandı. P<0,05 düzeyindeki farklılıklar anlamlı olarak kabul edildi.

Bulgular; Greko-Romen güreş, serbest güreş, judocular ve erkek atletlerde ölçüm zamanlarına göre VYO ları istatistiksel bir farklılık yansıtmadı (P>0,05). Ancak, yapılan her ölçüm bir öncesi ölçüme göre rakamsal olarak düşük belirlendi. Kadın atletlerde en düşük ortalama ikinci ölçümlerde gözlemlendi.

Sonuç; Güreşçiler ve judoculara ölçülen vücut yağ yüzdelerinde her ölçümün bir önceki ölçüme oranla istatistiksel olarak anlamlı bulunmasa da düşük değerler yansıtmaması sporcuların müsabaka dönemine yaklaştıkça yarışmacı oldukları sıkletler için kilo ayarlamaya yönelik bilinçli vücut ağırlığı kaybı olarak yorumlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Vücut yağ oranı, Sezonel değişim, Güreş, Atletizm, Judo

Seasonal Changes in Body Fat Ratios Of Elite Athletes

Purpose; In this study, the changes in the body fat percentage (BFP) of 38 athletes prepared for Kyrgyzstan National Team qualification competitions before the 2016 Summer Olympic Games have been examined within the scope of the Project (BAP) during one season training period.

The study has been carried out on 35 male and 3 female national athletes including 9 male Greco-Roman style wrestlers (24 ± 4.5 years), 10 male freestyle wrestlers (22.10 ± 3.21 years), 8 male judoists (23.6 ± 1.89 years), 8 male athletes (29 ± 2.87 years) and 3 female athletes (21.67 ± 2.08 years).

Method; The body fat ratios (BFRs) of the participating athletes have been measured totally 3 times, immediately before the 6 month training period, 3 months later and 6 months later after the period. In order to determine body fat percentage, skin fold thicknesses have been measured with HOLTAIN brand skinfold caliper and the body fat percentages have been determined according to the LANGE formula. Statistical evaluation; The statistical evaluation of the findings has been carried out by SPSS 21.0 computer package program and the arithmetic mean and standard deviation of all parameters have been calculated.. Differences in $P < 0.05$ level were accepted as significant.

Results; BFRs in Greco-Roman wrestling, free wrestling, judo and male athletes haven't been shown statistical difference according to measurement times ($P > 0.05$). However, each measurement has been determined numerically lower than the previous one. The lowest average of women athletes has been observed in the second measures.

Conclusion; Although each measure in body fat percentages of wrestlers and judoists has not been found statistically significant with respect to the previous measurement, the low reflectance has been interpreted as a conscious body weight loss for adjusting the weight for the athletes who were competitors as they approached the competition period.

Keywords: Body Fat Ratio, Seasonal Change, Wrestling, Athletics, Judo

Lateralite Kuvvetinin Denge Performansına Etkisi

1Sebiha Gölünük Başpınar, 1Mehmet Yıldız

1Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Afyonkarahisar

Email : *sgolunuk@gmail.com, myildiz@aku.edu.tr*

Bu araştırmada sağlak (sağ kol, sağ bacak tercihlili) ve solak (sol kol ve sol bacak tercihlili) olan bireylerin izokinetik kol ve diz kuvvetlerinin denge performansına olan etkisinin araştırılması amaçlanmıştır.

Çalışmaya sağlıklı 12 sağlak 12 solak olmak üzere toplam 24 erkek katılmıştır. Çalışmaya alınan bireylere lateralite tercih anketi uygulanmıştır. Araştırmaya tek yönlü (unilateral) lateralite tercihliiler alınmıştır. Katılımcıların 600/sn-1 ve 1800/sn-1 diz fleksiyon/ekstansiyon kuvvetleri ile 300/sn-1 1200/sn-1 dirsek supinasyon /pronasyon kuvvetleri izokinetik dinamometre (CSM Human Norm,USA) ile ölçülmüştür. Statik ve dinamik denge ölçümleri SPORKAT 4000 (Kinestetik Ability Training) ile yapılmıştır. Alınan verilerin değerlendirmeleri SPSS 20 programında Pearson kolerasyon analizi ile 0.05 ve 0.01 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir. Çalışma sonunda solaklarda destek bacağı bacağı ile sağ kol 300/sn supinasyon kuvveti ($r = -0.773$ $p < 0.05$) ve sağ kol 1200/sn supinasyon kuvveti ($r = -0.832$, $p < 0.05$) arasında yüksek düzeyde negatif yönde bir ilişki tespit edilmiştir. Sağlak bireylerde ise destek bacağı statik denge değerleri ile sağ kol 300/sn supinasyon kuvveti ve sağ kol 1200 /sn pronasyon kuvveti arasında orta düzeyde pozitif yönde (sırasıyla $r = 0.722$, $p < 0.05$ ve $r = 0.551$, $p < 0.05$), aynı şekilde destek bacağı dinamik denge değeri ile sağ kol 300/sn kuvveti ($r = 0.548$, $p < 0.05$) ve baskın bacak dinamik denge değeri ile sol kol 1200/sn kuvveti arasında ($r = 0.624$, $p < 0.05$) orta derece pozitif yönde bir ilişki tespit edilmiştir. Her iki grupta da izokinetik bacak kuvveti ile statik ve dinamik denge değerleri arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir. Sonuç olarak solaklarda kol kuvvetinin destek bacağı statik denge değerleri üzerine olumlu etkileri görülürken, sağlaklar da kol kuvvetinin denge değerlerini olumsuz etkilediği görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Lateralite, Denge, İzokinetik Kuvvet

The Influence Of The Laterality Strength On The Balance Performance

In the present study, it was aimed to examine the influence of the isokinetic arm and knee strength of right-handed and left-handed individuals on the balance performance. A total of 24 healthy including 12 right-handed and left-handed ones took part in the study. The laterality preference question was implemented to the participants of the study. Unilateral preferential individuals were selected for the current study. The participants' 60°/sec-1 and 180°/sec-1 knee flexion/extension strength and 30°/sec-1 and 120°/sec-1 elbow supination/pronation strength were measured with the isokinetic dynamometer (CSM Human Norm, USA). The measurement of static and dynamic balance was performed with SPORKAT 4000 (Kinesthetic Ability Training). Evaluation of the obtained data was carried out with Pearson Correlation Analysis at 0,05 and 0,01 level of significance using SPSS 20 Programme. At the end of the study, a strong negative relationship was detected between support leg and right arm 30°/sec supination strength ($r = -0.773$ $p < 0.05$) and right arm 120°/sec supination strength ($r = -0.832$, $p < 0.05$) in the left-handed participants. On the other hand, in the right-handed participants, a moderate positive relationship was observed between the static balance values of support leg and right arm 30°/sec supination strength and right arm 120°/sec pronation strength ($r = 0.722$, $p < 0.05$ and $r = 0.551$, $p < 0.05$, respectively).

Similarly, a moderate positive relationship was found between the dynamic balance value of support leg and right arm 30°/sec strength ($r=0.548$, $p<0.05$) and the dynamic balance value of dominant leg and left arm 120°/ sec strength ($r=0.624$, $p<0.05$). There was not a significant relationship detected between isokinetic leg strength and static and dynamic balance values in both of the groups. Consequently, it was observed that arm strength affected balance values negatively in the right-handed participants while it was seen that there were positive effects of arm strength on static balance values of support leg in the left-handed ones.

Keywords: Laterality Balance

Maksimal Yoğunluklu Beceri Tabanlı Antrenmanların Erkek Basketbolcuların Müsabaka Dönemindeki Fiziksel Performanslarına Etkisi

¹Mustafa Karahan, ¹Hüseyin Ünlü, ¹M. Kayıhan Erbaş

¹Aksaray Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, Aksaray

Email : mkarahan@aksaray.edu.tr, unlu68@gmail.com,

Giriş: Teknik-taktik içerikli ve yüksek yoğunluklu maç hacmiyle gerçekleşen uzun süreli müsabaka döneminin bazı takım sporcularının kondisyonel özellikleri üzerinde olumsuz etkileri olduğu bildirilmektedir. Fiziksel performanstaki bu düşüşün spesifik antrenmanlar ile engellenip engellenmeyeceği önemli bir araştırma konusudur. Bu nedenle, bu araştırmanın amacı, müsabaka dönemi süresince uygulanan maksimal yoğunluklu beceri tabanlı antrenmanların yarı elit erkek basketbolcuların fiziksel performanslarına etkisini belirlemektir. Metot: Araştırmaya Türkiye erkek basketbol III. Liginde aynı grupta bulunan ve rast gele seçilen iki takımın oyuncuları katıldı. Takımların birisi kontrol diğeri deney gurubu olarak belirlendi (kontrol yaş=23.67; deney=10=10, yaş=10= 24.8). 22 hafta süresince deney gurubuna haftada iki gün, günde 60 dakika maksimal yoğunluklu beceri tabanlı ve iki gün her biri 90 dakika olan teknik taktik antrenman yaptırıldı. Kontrol gurubu ise haftada dört gün herbiri 90 dk geleneksel antrenmana katıldı. Müsabaka döneminin başlangıcı (T1), ortası (T2) ve sonunda (T3) sporcuların vücut ağırlığı, 20 m sürat, çeviklik, dikey sıçrama, alt ve üst bölge patlayıcı güç değerlerinin yanı sıra aerobik ve anaerobik kapasiteleri test edildi. Kontrol ve deney guruplarının testler arasındaki farklılıkları varyans analizi ve t testi ile hesaplanmıştır.

Bulgular: Grupların vücut ağırlığı, dikey sıçrama, alt ve üst bölge patlayıcı güçlerinde hem gruplar arası hem de grup içi değişimleri her üç testte de anlamsız bulundu. Buna karşın deney gurubunun çeviklik, sürat, aerobik ve anaerobik kapasitelerindeki artış ve kontrol gurubunun anaerobik kapasitesindeki azalma anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$).

Sonuç: Araştırmada, müsabaka dönemi süresince uygulanan maksimal yoğunluklu beceri tabanlı antrenmanların sporcuların aerobik ve anaerobik performansları üzerinde pozitif, geleneksel antrenman modelinin ise anaerobik kapasite üzerinde negatif etkisinin olduğu görülmüştür. Bilgi: Bu çalışma 2017-021 proje no ile Aksaray Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projesi (BAP) Birimi tarafından desteklenmiştir.

The Effect of Skill-Based Training with Maximal Intensity on Male Basketball Players' Physical Performance during Competitive Season

Objective: A long competitive season, with its high volume of technical and tactical training and competition, reported to have detrimental effects on the conditional characteristics of some team sports athletes. The question remains as to whether this decrease in physical performance may be prevented by specific training interventions. Therefore, the purpose of this study was to determine the effect of skill-based training with maximal intensity on the male basketball players' physical performance during competitive season. Method: 20 athletes of two-team who part of the same group of division III in Turkey men' basketball league were voluntarily participated in this study. Team players were randomly classified as control and experiment group (control $n=10$, age=23.67; experiment $n=10$, age= 24.8). During 22 official match period experiment group participated in two technical-tactical (each one 90 min.) and skill-based training with maximal intensity (each one 60 min.) while the control group participated in traditional training four week with 90 min. of each. Body mass, aerobic and anaerobic capacity, 20m sprint, agility, vertical jumping, upper and lower limb explosive power were assessed before (T1), mid (T2) and after (T3) competitive season. The differences between the control and experimental groups were calculated by variance analysis and t test.

Results: It was found that change of the body weight, vertical jump and upper and lower limb explosive power of the groups insignificant in all the tests. However, there was a significant increase in agility, speed, aerobic and anaerobic capacities in experiment group and decrease in anaerobic capacity in control group ($p<0.05$). Conclusion: This study concluded that skill-based training with maximal intensity contributes to the maintain or increase of the male basketball players' physical performance during the competitive season.

Knowledge: This study numbered with project ID 2017-021 was supported by the Scientific Research Project (SRP) Commission of Aksaray University.

SUNULMADI

Artan Yükleme Şiddetinin Kişiyeye Özgü Ayarlandığı İos ve Windows Metronom Uygulamaları Geliştirilmesi

1Ozan Sever

1Atatürk Üniversitesi, Erzurum

Email : ozan.sever@atauni.edu.tr

Çalışmada farklı branşlarda birçok antrenörün ve sporcunun ihtiyaç duyduğu aerobik ve ritmik egzersizlerde ve testlerde yükleme şiddetinin ayarlanmasına yönelik bir metronom ihtiyacının giderilmesi gerekliliğinden yola çıkılmıştır. Bu amaçla farklı koşu veya hareket hızlarında temponun, sabit tutulması amaçlı bir metronom uygulaması apple aplikasyonunu olarak sporcu ve antrenörlerin kullanımına açılması dizayn edilmiş ve geliştirilmiştir. Uygulama hem Windows işletim sistemi için hem de Mobil kullanım için IOS destekli olarak tasarlanmıştır. Uygulamanın bir bilimsel toplantıda sunulmasının amacı spor bilimcilerden geliştirilmesi ve değiştirilmesi amaçlı fikir ve önerilerin toplanmasıdır. Piyasada spesifik birçok test için metronom programları Windows, macOS ve Andreoid işletim sistemlerinde bulunmasına karşın, bu yazılımlar yalnızca bir veya birkaç özel test yönteminin uygulanması için sınırlandırılmıştır. Buna benzer, antrenörün kendi ihtiyacına yönelik düzenleyebileceği uygulama ihtiyaca yönelik olarak tasarlanmamıştır.

Anahtar Kelimeleri: Metronom, egzersiz şiddeti, Apple, Windows, uygulama

Design And Development Of İos And Windows Metronome Applications For Individualized Incremental Exercise Protocols

This article was based on the necessity of eliminating the need for a metronome application to adjust intensity in aerobic and rhythmic exercises and sportive field tests that many coaches, scientists and athletes need in different sports. For this purpose, a metronome application has been designed and developed in Apple and Windows operating system platforms to keep the movement tempo constant and arrange the intensity in periodic intervals at different aerobic exercises. The application is designed for both computer and mobile use. The aim of submitting the application in a scientific meeting is to develop and improve the project via collecting of the ideas and suggestions of sports scientists and coaches. Although some metronome programs can be found in internet for Windows, MacOS and Andreoid operating systems, they are restricted to the execute of only one or a few specific exercise test protocols such as beep test, yo-yo test etc. An application which the coach or scientist could arrange for his own needs and make his own protocol was not found.

Keywords : Metronome, exercise intensity, Apple, Windows, application

KSB184

Genç Futbolcularda Yaş ve Mevkinin Çeviklik Performansına Etkisi: Korelasyonel Analiz

¹Mehmet Gören Köse, ¹Emrah Akçin, ¹Barış Koçak, ¹Ayşe Kin İşler, ¹Tahir Hazır

¹Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü, Spor Ve Antrenörlük ABD, Ankara

Email : gorenkose@hacettepe.edu.tr, ayse.kinisler@hacettepe.edu.tr, thazir@hacettepe.edu.tr

Giriş: Bu çalışmanın amacı genç futbolcularda yaş ve mevkiye göre çeviklik performansının değerlendirilmesi ve literatürde geçerliliği bulunan 3 farklı yapıdaki(süre, mesafe) çeviklik testi ile arasındaki ilişkileri incelemektir.

Yöntem: Profesyonel takımların alt yapısında en az 3 yıl antrenman geçmişi olan 147 genç futbolcu boy ve vücut ağırlıkları(VA) ölçüldükten sonra sırasıyla 505, T-Testi ve Illinois testinden oluşan üç farklı çeviklik testine katılmıştır. Futbolcular yaşlarına göre 5 [U13(n=38), U14(n =32), U15(n=26), U16(n=29) ve U17(n=22)] ve oyun mevkilerine göre 4 [(Stoper(n = 26), Bek(n=27), Orta saha (n=69), Forvet(n=25)] gruba ayrılmıştır. Boy, VA ve beden kitle indeksinde (BKİ) yaş ve mevkiye göre değişimler Tek Yönlü Varyans Analizi ile belirlenmiştir. Yaş ve mevkiye göre çeviklik performansındaki değişimler için spor yaşı karıştırıcı değişken(Kodeğişken) olarak kullanılarak Kovaryans Analizi yapılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson'un korelasyon katsayısı ile belirlenmiştir.

Bulgular: Yaş gruplarının spor yaşı, boy, VA ve BKİ'leri arasında anlamlı fark saptanmıştır. Buna karşılık mevkilere göre bakıldığında spor yaşı ile BKİ arasında fark olmadığı ancak boy ve VA arasında anlamlı derecede fark olduğu görülmektedir. Yaş gruplarının 505, T-test ve Illinois çeviklik testi performansları arasında anlamlı fark saptanmıştır(p<0.05). Mevkinin çeviklik performansı üzerinde anlamlı bir etkisi gözlenmemiştir. Yaş ve mevki ayrımı göz ardı edildiğinde boy, VA, BKİ ve çeviklik testleri arasında anlamlı negatif ilişkiler saptanmıştır(p<0.05). Değişkenler arasındaki en yüksek ilişki boy-T-Testi (r= -0.604), en düşük ilişki ise BKİ-505 testi (r=-0.307) arasında gözlenmiştir(p<0.05). T-Testi - 505 (r= 0.686), T-Testi - Illinois (r= 0.654) ve 505-Illinois (r= 0.687) test skorları arasında anlamlı yüksek ilişkiler saptanmıştır(p<0.05). Çeviklik test skorları arasındaki korelasyon katsayıları arasında anlamlı fark saptanmamıştır.

Sonuç: Bu çalışmanın sonuçları çeviklik performansının mevkiden bağımsız ancak büyüme ve olgunlaşmaya ve vücut boyutlarına bağlı olduğunu göstermiştir. Ayrıca bu çalışmanın sonuçlarına göre genç futbolcularda 505, T-Testi ve Illinois çeviklik testleri birbirlerinin alternatifi olarak kullanılabilir.

Effect Of Age And Playing Position On Agility Performance in Young Soccer Players

Introduction: The purpose of this study was to determine the effect of age and playing position on agility performance in young soccer players and to examine the relationship among these variables.

Methods: A total of 147 volunteer young soccer players from professional soccer teams participated in 505, T-test and Illinois tests respectively after determination of height and body weight. Players were grouped in 5 age [U13(n=38), U14(n=32), U15(n=26), U16(n=29), U17(n=22)] and 4 position groups [(Defenders(n=26), Full-backs(n=27), Midfielders(n=69), Forwards(n=25)]. One Way ANOVA was used to identify differences between height, weight and body mass index (BMI) according to age and position.

Covariance analysis was used to determine differences in agility performance according to age and playing positions with sport age taken as a covariant. Pearson correlation coefficients were calculated to determine the relationships between variables.

Results: There was significant relationship between sport age, height, weight and BMI according to age groups. However, sport age and BMI was similar while height and weight was significantly different according to playing positions ($p < 0.05$). Significant differences were found among all agility tests performances according to age groups ($p < 0.05$) with no significant differences according to playing positions. Significant negative correlations were found among height, weight, BMI and agility tests when age and playing position were not taken into consideration ($p < 0.05$). The highest correlation was between height and T-Test ($r = -0.604$), the lowest correlation was between BMI and 505 test ($r = -0.307$) ($p < 0.05$). Associations between T-Test– 505 ($r = 0.686$), T-Test Illinois ($r = 0.654$) and 505-Illinois ($r = 0.687$) were strong and significant ($p < 0.05$). On the other hand correlation coefficients among agility tests were not significant.

Conclusion: The findings demonstrated that in young soccer players agility performance were independent from playing positions but were dependent on body size, growth and maturation. In addition the agility tests can be used interchangeably in young soccer players.

KSB185

Tekrarlı Sprint Performansı ve Kas Fibril Tipi Yüzdesi Arasındaki İlişkiler

¹Mehmet Gören Köse, ¹Ünal Tavukçu, ¹Ayşe Kin İşler, ¹Tahir Hazır

¹Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü Spor Ve Antrenörlük ABD, Ankara

Email : gorenkose@hacettepe.edu.tr, , ayse.kinler@hacettepe.edu.tr, thazir@hacettepe.edu.tr

Giriş: Bu çalışmanın amacı, tekrarlı sprint testinde (TST) ölçülen performans bileşenleri ile alt ekstremitte fibril tipi arasındaki ilişkileri incelemektir. Yöntem: Çalışmaya 18 aktif spor okulu öğrencisi (Yaş:23.3 ±3.0 yıl, Boy:178.9 ±7.1 cm, Vücut ağırlığı:76.6 ±12.4 kg) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılara en az 3 gün ara ile 30 sn pasif toparlanmalı 10x20m TST ile hızlı kasılan fibril yüzdesini(FT%) tahmin etmek için izokinetik dinamometrede 180°/sn hızda izokinetik test uygulanmıştır. FT% izokinetik dinamometrede ölçülen 50 maksimal tork kuvvetin ilk üç ve son üç değerleri kullanılarak Thorstensson ve Karlsson'un (1976) formülünden kestirilmiştir. FT% ve TST'de ölçülen toplam sprint zamanı(TSZ), en iyi sprint zamanı(EİSZ), en yavaş sprint zamanı(EYSZ) ve sprintte düşüş yüzdesi(SDY) arasındaki ilişkiler Pearson'un r katsayısı, ilk 5 ve son 5 sprintte ölçülen performans bileşenleri arasındaki farklar bağımlı gruplarda t testi ile belirlenmiştir.

Bulgular: FT% ve EİSZ arasında anlamlı negatif ilişki saptanmıştır ($r = -0.524$; $p < 0.05$). Buna karşılık FT% ile TSZ, EYSZ ve SDY arasındaki ilişkiler anlamlı bulunmamıştır($p > 0.05$). 10x20 m TST'deki her bir sprint zamanı ve FT% arasındaki ilişkiler negatif olmakla beraber, birinci sprint hariç ($r = -0.567$; $p < 0.05$) anlamlı bulunmamıştır. 10x20m TST'de ilk 5 sprintten hesaplanan TSZ, EİSZ ve EYSZ son 5 sprintten hesaplanandan anlamlı derecede daha iyidir ($p < 0.05$). TST'nin ilk 5 sprintinde FT% ve EİSZ hariç ($r = -0.524$; $p < 0.05$) diğer performans bileşenleri arasında anlamlı ilişki saptanmamıştır. Testin tümündeki FT% ve EİSZ arasındaki ilişki ile ilk 5 sprintte FT% ve EİSZ arasındaki ilişkinin aynı olması ($r = -0.524$) EİSZ'nin ilk 5 sprintte gerçekleştiğini göstermektedir.

Sonuç: Bu çalışmanın sonuçları, TST'de ilk sprint ve EİSZ hariç diğer performans bileşenlerinin FT% dağılımından bağımsız olduğunu göstermektedir. Bu bulgulara bağlı olarak tekrarlı sprint performansı fizyolojik (kreatin fosfat, aerobik dayanıklılık), biyomekanik (adım uzunluğu ve frekansı) ve kuvvet (çabuk kuvvet) gibi faktörler açısından değerlendirilmelidir.

The Relationship Between Repeated Sprint Performance And Percentage Of Muscle Fibre Type

Introduction: The aim of this study was to examine the relationship between repeated sprint test(RST) performance variables and lower extremity fibre type. Methods: A total of 18 sport-school students voluntarily participated in this study. Subjects participated in a 10x20m RST with 30s passive recovery periods and an isokinetic test at 180°/s velocity to estimate the percentage of fast-twitch fibers(FT%) with at least 3 day intervals. FT% was predicted from the first 3 and the last 3 contractions of 50 maximal torque by using the formula of Thorstensson and Karlsson(1976). The Pearson correlation coefficient was used to determine correlations among total sprint time(TST), fastest sprint time(FST), slowest sprint time(SST) and percentage of decrement in sprint(PDS). The Paired Sample t-Test was used to identify differences among variables which were performed during the first and the last 5 sprints.

Results: There was a significant negative correlation between FT% and FST($r = -0.524$; $p < 0.05$). However; no significant relationship was found between FT% and TST, SST and PDS($p > 0.05$). Although there was negative correlations between FT% and each sprint of 10x20m RST, significant correlation was only found between FT% and the first sprint ($r = -0.567$; $p < 0.05$). TST, FST and SST from the

first 5 sprint was found to be significantly better than TST, FST and SST of the last 5 sprint in 10x20 m RST ($p < 0.05$). There was no significant correlation between FT% and RST variables except FT% and FST ($r = -0.524$; $p < 0.05$) at the first 5 sprints. Finding similar correlations between FT% and FST of RST as a whole and between FT% and FST of the first 5 sprints ($r = -0.524$) indicated that FST was reached during the first 5 sprints.

Conclusion: The findings demonstrated that during RST all performance variables were independent from the distribution of FT%, except the first sprint and FST. According to these results RST performance should be evaluated with respect to physiological, biomechanical and strength factors.

KSB209

Kano Sporcularının Bazı Fiziksel ve Fizyolojik Özellikleri ve Solunum Parametrelerinin İncelenmesi

¹Fatma Tokat, ¹Eser Ağgön

¹Erzincan Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Erzincan

Email : fatma.tokat@erzincan.edu.tr, fatma.tokat@erzincan.edu.tr, eaggon@erzincan.edu.tr

Amaç: Bu çalışmanın amacı erkek kano sporcularının müsabaka öncesi ve sonrası bazı fiziksel ve fizyolojik özellikleri ve akciğer fonksiyon kapasitelerini belirlemektir. Çalışmaya Rize-Ardeşen'de düzenlenen Türkiye Kano Şampiyonasına katılan 18 erkek sporcu gönüllü olarak katıldı. Boy, kilo, kalp atım sayısı, sistolik ve diastolik kan basıncı değerleri ve solunum fonksiyonlarını belirlemek için bazı testler yapıldı.

Yöntem ve Bulgular: Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS 20 paket programında tanımlayıcı istatistik ve eşleştirilmiş T testi yapıldı. Kano sporcularının yaş ortalamaları $17,5 \pm 1,72$ boy ortalamaları $1,73 \pm 0,06$ m kilo ortalamaları $65,22 \pm 8,46$ kg ve beden kitle indeksi ortalamaları $21,74 \pm 2,37$ kg/m² olarak tespit edildi. Kano sporcularının solunum parametreleri incelendiğinde, zorlu vital kapasite (FVC) müsabaka öncesi $3,68 \pm 1,13$ cm, müsabaka sonrası $3,28 \pm 1,1$ cm, 1. saniye zorlu ekspiratuar volüm (FEV1) müsabaka öncesi $3,63 \pm 0,81$ cm, müsabaka sonrası $3,2 \pm 0,92$ cm, zirve ekspiratuar akım (PEF) müsabaka öncesi $7,71 \pm 2,69$ cm, müsabaka sonrası $7,64 \pm 2,48$ cm, olduğu tespit edildi. Kalp atım sayıları incelendiğinde müsabaka öncesi $104,38 \pm 11,92$, müsabaka sonrası $125,72 \pm 19,81$ olarak tespit edildi. Kan basıncı değerleri incelendiğinde, sistolik kan basıncı değerleri müsabaka öncesi $11,61 \pm 1,33$, müsabaka sonrası $13,11 \pm 1,49$, diastolik kan basıncı değerleri müsabaka öncesi $6,66 \pm 1,28$, müsabaka sonrası $6,88 \pm 1,23$ olarak tespit edildi.

Sonuç: Sonuç olarak kalp atım sayıları ve sistolik kan basıncı değerlerinde artış ve istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edildi ($p < .05$). Solunum fonksiyonlarında ve diastolik kan basıncı değerlerinde azalma görülürken istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edildi. Elde edilen sonuçlara göre, kano sporunda da diğer sporlar gibi müsabaka ya da egzersiz sonrasında solunum fonksiyon değerlerinde azalmalar görülürken kalp atım hızı ve tansiyon değerlerinde artışlar görülmektedir denilebilir.

Anahtar Kelimeler: Kano, Solunum Fonksiyonları, Kan Basıncı, Kalp Atım Sayısı

Investigation Of Some Physical And Physiological Characteristics And Respiratory Parameters Of Canoe Athletes

Aim: The aim of this study is to determine some physical and physiological characteristics and lung function capacities of male canoe athletes before and after competition. 18 volunteer male athletes who joined in the Turkish Canoe Championship organized in Rize- Ardeşen participated. Some tests were performed to determine height, weight, heart rate, systolic and diastolic blood pressure values, and respiratory functions.

Methods and Finding: In the evaluation of the obtained data, descriptive statistics and paired samples T test were performed in the SPSS 20. It was determined that values of male canoe athletes; age $17,5\pm1,72$ height $1,73\pm,06$ m weight $65,22\pm8,46$ kg BMI $21,74\pm2,37$ kg/m². While values of pre-competition were forced vital capacity (FVC) $3,68\pm1,13$ forced expiratory volume in one second (FEV1) $3,63\pm,81$ cm peak expiratory flow (PEF) $7,71\pm2,69$ cm, values of post-competition were FVC $3,28\pm1,1$ cm FEV1 $3,2\pm,92$ cm PEF $7,64\pm2,48$ cm. Values of pre-competition, heart rate $104,38\pm11,92$ systolic blood pressure $11,61\pm1,33$ diastolic blood pressure $6,66\pm1,28$ while values of post-competition heart rate $125,72\pm19,81$ systolic blood pressure $13,11\pm1,49$ diastolic blood pressure $6,88\pm1,23$.

Results: As a result, heart rate and systolic blood pressure were significant statistically ($p < .05$). While there was a decrease in respiratory function and diastolic blood pressure values, it was found that there was no statistically significant difference. Finally, according to the results, it can be said that canoe sport is decreases in respiratory function post-competition or post-exercise while heart rate and blood pressure is increase like other sports.

Keywords: Canoe, Respiratory Function, Blood Pressure, Heart Rate

KSB222

Zirve Kalp Atım Hacminin Maksimal Oksijen Kullanımı Sağlayan En Düşük Güç Üretimi İle İlişkisi

²Ali Güreş, ¹Özgür Özkaya, ¹Gökem Aybars Balcı, ¹Bülent Yapıcıoğlu, ¹Muzaffer Çolakoğlu

¹Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir

²Annan Menderes Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Aydın

Email : aligures74@windowslive.com, ozgur.ozkaya@ege.edu.tr, gorkem.aybars.balci@ege.edu.tr, bulent.yapicioglu@ege.edu.tr, muzaffer.colakoglu@ege.edu.tr

Giriş ve Amaç: Kalp atım hacmi (SV) maksimal oksijen kullanım düzeyinin ($\dot{V}O_2\text{maks}$) en önemli komponentidir. Ayrıca maksimal oksijen kullanım düzeyi veren en düşük güç çıktısı ($P_{\text{min}}\dot{V}O_2\text{maks}$), aerobik performansı geliştirmek için kullanılan en önemli antrenman yüklerinden biri olarak kabul edilmektedir. Fakat zirve SV (SV_{pik}) düzeyiyle $P_{\text{min}}\dot{V}O_2\text{maks}$ arasındaki ilişkiye odaklanan çalışma bulgusuna rastlanmamıştır. Bu çalışmanın amacı, sporcuların bireysel SV_{pik} düzeyleriyle $P_{\text{min}}\dot{V}O_2\text{maks}$ arasında ilişki olup olmadığını sınamaktır.

Yöntem: Çalışmaya bisiklet branşında, ileri düzey antrene 7 erkek sporcu ($22\pm 2,4$ yıl; $72,1\pm 9,5$ kg; $178,1\pm 6$ cm; $\%9,4\pm 2,3$ vücut yağ oranı; $63,2\pm 5,9$ mL·dk⁻¹·kg⁻¹ $\dot{V}O_2\text{maks}$) katıldı. Uyum seanslarını takiben, sporcuların $\dot{V}O_2\text{maks}$ düzeyleri ölçüldü ve sonrasında bireysel SV_{pik} düzeyleri, $\dot{V}O_2\text{maks}$ 'ın $\%40$ 'ından $\%100$ 'üne kadar olan egzersizlerle nitroz-oksit tekrar-soluma yöntemi kullanılarak saptandı. Devamında birer gün arayla solunumsal anaerobik eşik (SAE) ve $\dot{V}O_2\text{maks}$ arasındaki $\dot{V}O_2$ farkının $\%25$, $\%50$ ve $\%75$ 'ine karşılık gelen güç çıktıları kullanılarak sabit yüklü ve tükenmeyle sonlanan egzersizler yapıldı ($\Delta\%25$, $\Delta\%50$ and $\Delta\%75$). Elde edilen veriler arasındaki farkın anlamlılığı ve ortalama değerler arasındaki ilişkiler paired samples t-test ve Pearson korelasyon analizi yoluyla değerlendirildi.

Bulgular: Çalışmanın ana bulgularına göre, sporcuların bireysel SV_{pik} ve SAE yüklerindeki $\dot{V}O_2$ düzeyleri $\dot{V}O_2\text{maks}$ 'ın sırasıyla $\%74,3$ ve $\%75,2$ 'sine karşılık geldi. Bu yüklerde $\dot{V}O_2\text{maks}$ 'ın fraksiyonel kullanım düzeyleri arasında yüksek ilişki saptandı ($r=0,99$). 4 sporcu $\Delta\%50$, 3 sporcuysa $\Delta\%75$ yüklerinde $\dot{V}O_2\text{maks}$ 'a ulaştı. Sporcuların $P_{\text{min}}\dot{V}O_2\text{maks}$ düzeyleri, $\dot{V}O_2\text{maks}$ 'ın $\%96$ 'sı dolaylarındaydı. Sporcuların bireysel SV_{pik} düzeyleri (mL) büyüdükçe, $P_{\text{min}}\dot{V}O_2\text{maks}$ (watt) değerinin de arttığı saptandı ($r=0,66$).

Sonuç: SV_{pik} yüküyle yapılan egzersizler, hem SAE yoluyla aerobik kapasiteyi, hem de $P_{\text{min}}\dot{V}O_2\text{maks}$ yoluyla aerobik gücü etkili şekilde geliştirebilir.

Anahtar kelimeler: Aerobik güç, kalp atım hacmi, nitroz-oksit tekrar-soluma.

Relationship Between Peak Stroke Volume and Minimal Workload To Elicit Maximal Oxygen Consumption

Introduction and aim: Stroke volume (SV) is known as the main component of maximal oxygen consumption ($\dot{V}O_2\text{max}$). By the way, minimal workload to elicit $\dot{V}O_2\text{max}$ ($P_{\text{min}}\dot{V}O_2\text{max}$) is accepted as one of the best training intensity to improve aerobic performance. However, there is no study to focus relationship between peak SV responses (SV_{peak}) and $P_{\text{min}}\dot{V}O_2\text{max}$. The aim of the study was to examine whether athletes' individual SV_{peak} and $P_{\text{min}}\dot{V}O_2\text{max}$ are closely related exercise indices or not.

Method: 7 male well-trained cyclists were participated in the study (22 ± 2.4 years; 72.1 ± 9.5 kg weighted; 178.1 ± 6 cm heighted; $9.4\%\pm2.3\%$ BMI; 63.2 ± 5.9 mL·dk⁻¹·kg⁻¹ V·O₂max). After the familiarization sessions, V·O₂max levels were measure and then, their individual SVpeak responses were tested by the nitrous oxide re-breathing method via constant loaded exercises from 40% to 100% of V·O₂max's fractional uses. After that, constant-load exercises terminated with volitional exhaustion were performed using workloads corresponding to 25, 50 and 75% of V·O₂ difference between ventilatory threshold (VT) and V·O₂max ($\Delta 25\%$, $\Delta 50\%$ and $\Delta 75\%$). Paired samples t-test and Pearson correlations were used to analyse by mean values.

Results: According to main results, V·O₂ values obtained from athletes' individual SVpeak and VT responses were corresponded to 74.3 vs. 75.2% of V·O₂max, respectively. There was a high level of correlations between V·O₂max's fractional usages for SVpeak and VT ($r=0.99$). 4 participants reached V·O₂max level via workload of $\Delta 50\%$, while 3 participants via workload of $\Delta 75\%$. Athletes' PminV·O₂max workloads were corresponded to 96% of VO₂max. It was pointed out that PminV·O₂max (watts) increases when the athletes' individual SVpeak response (mL) increases ($r=0.66$).

Conclusions: Exercises is done at SVpeak may effectively increase both aerobic capacity via VT and aerobic power via PminV·O₂max.

Keywords: Aerobic power, nitric-oxide re-breathing, stroke volume.

KSB240

Futbolda Takım Çalışmaları ve Mevkilere Göre Çalışmaların Bazı Motor Parametreler Üzerine Etkilerinin Karşılaştırılması

¹Onur Toluay, ¹İlhan Odabaş

¹Haliç Üniversitesi(İstanbul)

Email : toluayonur@gmail.com, lhanodabas@yahoo.com

Çalışmamız, Futbolda geleneksel olarak uygulanan takım çalışmaları ve mevkilere göre özel çalışmaların genç erkek futbolcularda, bazı motor özelliklerine etkilerinin incelenmesi ve karşılaştırılması amacıyla yapılmıştır. Çalışmamıza Bağcılar Spor Kulübü ve İFA Spor Kulübü oyuncularını olmak üzere toplam 30 genç erkek takım oyuncusu katılmıştır. Gruplar denek ve kontrol grubu olmak üzere iki gruba ayrılmış, kaleciler, savunmada yer alan bek oyuncular ve orta saha kanat mevki oyuncular değerlendirilmeye alınmamıştır. Denek grubuna sekiz hafta boyunca haftada iki gün, 45-90 dakika arası mevkilere göre özel antrenman programı uygulanmıştır. Kontrol grubuna aynı antrenman süresinde genel takım antrenmanını uygulanmıştır. Sporculara dayanıklılık performans testi için shuttle run testi, çabukluk performansı için illinois testi ve sürat performansı için 30 metre sürat testi uygulanmıştır. Verilerin ortalama standart sapma minimum maksimum değerlendirmeler için tanımlayıcı istatistik yapılmıştır($p<0,05$). Uygulanan sekiz haftalık antrenman programı sonrasında denek grubu savunma, orta saha ve forvet oyuncularının, kontrol grubu savunma, orta saha ve forvet oyuncularına göre dayanıklılık, çabukluk ve sürat gibi motorik parametreleri daha iyi geliştirdikleri görülmüştür. Sonuç olarak, mevkilere göre özel antrenman programlarının uygulanması takımların başarı düzeylerini etkileyen en önemli faktörlerden biri olduğu düşünülmektedir.

Team Work in Football And The Comparison Of Effects Of Practice According To Positions On Some Motor Parameters

Our goal is to observe and compare the effects of some motor muscle features according to the 30 male team players joined our study included Bağcılar sports club and İFA sports club. For eight week, based on twice a week training program, we applied 45-90 mins. Workout program to the subject group. According to their position and for the control groups, team training program was applied at the some period. Shuttle run test was applied to the athlete, to test their performance, illinois test was applied to test their speed performance and 30 mins. Speed test for their speed performance. Student test and anova test was applied for comparison between two groups. After the eight week training program, defenders, forwards, midfielders player of the subject group were observed to have improved their strength, quickness and speed abilities beter than the control group. Finally, special training program that is applied according to their positions is considered as one of the most important factors in success.

Futsal Oyuncularının İvmelenme, Çeviklik ve Sürat Performansları Arasındaki İlişki

¹Sümer Alvrdu, ¹Celal Bulgay, ¹Neslihan Özcan, ¹Ömer Şenel

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : sumeralvrdu@gazi.edu.tr, , ,

Giriş ve Amaç: Futsal, sınırlandırılmış dar bir alanda oynanan, hücum ve savunmada teknik ve taktik davranışlar gerektiren ve yüksek yoğunluklu aktivitelerin diğer tüm takım sporlarından daha fazla olduğu bir mücadele sporudur. Bu tür mücadele oyunları sırasında gerçekleştirilen yüksek hızdaki hareketler, sürat bileşenleri (ivmelenme ve maksimum hız) ve çeviklik gerektiren kategorilere ayrılabilir. Bu çalışmada, futsal oyuncularının ivmelenme, çeviklik ve sürat performansları arasında ilişkinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışma grubunu, Osmanlıspor F.K. futsal takımında yer alan ve haftada 3 gün futsal antrenmanı yapan 10 erkek futsal oyuncusu (yaş, 25.3±5.7 yıl; spor yaşı 6.6±3.1 yıl; boy, 172.8±3.9 cm, vücut ağırlığı 70.4±5.1 kg) oluşturmuştur. Çalışmada, oyuncuların hız bileşenleri (ivmelenme ve sürat) 10 ve 20 metre maksimum hız testleri ile ölçülmüştür. Oyuncuların çeviklik performanslarının değerlendirilmesinde T testi kullanılmıştır. Futsal oyuncularının ivmelenme, çeviklik ve sürat süreleri 0.01 saniye hassasiyetinde Newtest 2000 marka elektronik fotosel cihazı ile ölçülmüştür. Her bir test, sporculara yeterli dinlenme süreleri verilerek iki kez tekrar edilmiş ve en iyi değer test sonucu olarak kayıt edilmiştir. Tüm ölçümler müsabaka dönemi içerisinde yapılmıştır. Elde edilen verilerin aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmış ve daha sonra oyuncuların ivmelenme, çeviklik ve sürat değerleri arasındaki ilişki Spearman Rho korelasyon testi ile değerlendirilmiştir. Tüm veriler SPSS 22.0 paket programında analiz edilmiş ve anlamlılık düzeyi .05 olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Futsal oyuncularının ivmelenme hızı 1.86±0.08 sn., çeviklik süresi 9.57±0.26 sn. ve sürat performansı 2.80±0.10 sn. olarak bulunmuştur. Korelasyon analizi bulgularına göre, futsal oyuncularının ivmelenme ve çeviklik ($r=.738$; $p<.05$), ivmelenme ve sürat ($r=.877$; $p<.01$) çeviklik ve sürat ($r=.831$; $p<.01$) performansları arasında pozitif yönde kuvvetli bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak, futsal oyuncularının ivmelenme, çeviklik ve sürat performansları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde kuvvetli bir ilişki olduğu söylenebilir.

Kaynaklar: Dogramaci, S.N., Watsford, M.L., & Murphy, A.J. (2011). Time-motion analysis of international and national level futsal. The Journal of Strength & Conditioning Research, 25(3), 646-651.

Relationship Between Acceleration, Agility And Sprint Performance Of Futsal Players

Introduction and Aim: Futsal is an invasion game that is played in a small field, requiring technical and tactical behaviours in offense and defense and has more high intensity activities than other team sports. High intensity activities performed during this kind of invasion games are acceleration, sprint, and agility. The aim of this study is to evaluate the relationship between acceleration, agility and sprint performance of futsal players.

Method: This study is conducted with 10 male futsal players (age, 25.3 ± 5.7 year; futsal experience, 6.6 ± 3.1 year; height, 172.8 ± 3.9 cm, weight, 70.4 ± 5.1 kg) of Osmanlıspor F.K. futsal team who practice 3 days a week. Acceleration and sprint were measured by 10m and 20m maximum speed test. Agility was evaluated by T test agility. The measurements were done by the Newtest 2000 photocell device with 0.01 seconds accuracy. Each test was repeated twice, giving adequate rest periods to the players and the best scores were recorded as the test result. Measurements were conducted during the competition period. The mean and standard deviation of the data were calculated and then the relationship between the selected parameters was evaluated by the Sperman Rho correlation test. All the data were analyzed using SPSS 20.0 software.

Results: Futsal players' acceleration is 1.86 ± 0.08 s, agility is 9.57 ± 0.26 s. and sprint performance is 2.80 ± 0.10 s. According to the results of the correlation analysis, the acceleration and agility of the futsal players ($r=.738$), acceleration and speed ($r=.877$) and agility and speed ($r=.831$) performances were positively correlated.

Conclusion: The results show that there is a statistically significant and positive relationship between the acceleration, agility and sprint of futsal players.

References: Dogramaci, S. N., Watsford, M. L., & Murphy, A. J. (2011). Time-motion analysis of international and national level futsal. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 25(3), 646-651.

Oryantiring branşında büyük erkek kategorisindeki elit sporcuların bazı fiziksel ve fizyolojik profillerinin incelenmesi

¹Serhat Varol, ¹Ömer Şenel

¹Gazi Üniversitesi, Ankara

Email : serhatvarol78@gmail.com

Giriş ve Amaç: Oryantiring sporu dünya üzerinde çok yaygın olan ve doğayla barışık olan insanların her türlü stresten uzak ortamlarda fiziksel aktivitelerini yerine getirmelerini sağlayan bu spor dalıdır. Dünya ve Avrupa Şampiyonları olan, 2020 Olimpiyatlarında da olimpik branş olması hedeflenen bu spor branşında başarılı olabilmek ve diğer ülkelerle rekabet edebilmek için gerekli çalışmalar yapılmaktadır. Bu noktada sporcuların fizyolojik ve antropometrik durumlarının ortaya konulması önem kazanmaktadır. Bu nedenle araştırmada, oryantiring sporunda elit erkekler kategorisinde yarışan sporcuların bazı fiziksel, fizyolojik ve antropometrik profillerini ortaya koyarak, bu profillerle müsabaka başarısı arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışmada tarama modeli kullanılmıştır. Araştırma grubunu, elit erkek kategorisinde yer alan 21 oryantiring sporcusu (Yaş=25.90, Ss=2.62; Mağırılık=72.30 kg., Ss=5.57; Mboy=177.00, Ss=5.31) oluşturmuştur. Araştırmanın verileri kişisel bilgi formu, antropometrik ölçümler, vücut kompozisyon analizleri ile müsabaka analizleri yoluyla elde edilmiştir. Analizlerde, betimsel istatistiklerin yanında korelasyon ve regresyon analizi gibi çıkarımsal istatistikler kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmada yer alan sporcuların endomorfi somatotip ortalaması $M=2.67$, $Ss=1.34$, mezomorfi somatotip ortalaması $M=4.37$, $Ss=1.30$ ve ektomorfi ortalaması $M=3.89$, $Ss=1.13$ 'dur. Sporcuların yarışma süresince kalp atım hızlarının ortalaması $M=176.28$, maksimum kalp atım hızları ortalaması $M=186.38$ atım/dk olarak gerçekleşmiştir. Ayrıca, toplam performans süresi, 1. hedef süre, 5. hedef süre, 10. hedef süre ve 15. hedef süre değişkenlerinin mezamorfi ($R^2=0.204$, $p>0.05$) ve ektamorfi ($R^2=0.256$, $p>0.05$) değişkenlerini istenilen düzeyde yordamadığı tespit edilmiştir.

Sonuç: Araştırmada erkek elit oryantiring sporcularında Mezomorfi-Ektomorfi vücut tipinin ortaya çıktığı görülmüştür. Ayrıca, sporcuların performans süreleri ve vücut yapısı ile ilgili bazı değişkenler arasında herhangi bir ilişkiye rastlanmamıştır. Yine performans sürelerinin mezamorfi ve ektamorfi değişkenlerini istenilen düzeyde yordamadığı, istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde olmadığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Oryantiring, Somatotip, Fiziksel uygunluk, Antropometri

Analysing Some Physical And Physiological Profiles Of Elite Sportsmen in The Elder Category Of Orienteering Branch

Aim: Orienteering is a sport which is very common in the world and which ensure that people who are at peace with nature can perform all kinds of physical activities in remote environments. So in this sports branch to be successful and to compete against other countries are doing the necessary work. At this point, the physiological and anthropometric status of the athletes is important.

For this reason, it is aimed to analyse some physical, physiological and anthropometric profiles of orienteering sport male athletes who are competing elite level in Turkey and also determine the situation of these profiles with competition success by examining the relation.

Method: In this study, scanning research model has been used. The study group was 21 male orienteering athlete (Mage=25.90, Ss=2.62; Mweight=72.30 kg., Ss=5.57; Mlength=177.00, Ss=5.31) who were competing elite level in Turkey. The data of the study were obtained through personal information form, antropometric measurements, body composition analyses and competition analyses. In the analysis, addition to descriptive statistics, inferential statistics such as correlation and regression analysis has been used.

Findings: Sportsmen's averages of endomorphy somatotype were M=2.67, Ss=1.34, mezomorphy somatotype M=4.37, Ss=1.30 and ectomorphy M=3.89, Ss=1.13. Heart rate averages of the sportsmen during the race was 176.28 and maximum heart rate averages was M=186.38 pulse per minute. It has been determined that total performance time, 1. mark time, 5., 10., and 15. mark time variables don't predict the mesomorphic ($R^2=0.204$, $p>0.05$) and ectamorphic ($R^2=0.256$, $p>0.05$) variables at the desired level.

Conclusion: In the study, it was determined that male elite orienteering athletes have mesomorphic-ectamorphic body type. Also no relation between sportsmen's performance time and some variables regarding their body types was seen. It is seen that performance time does not predict mesomorphy and ectamorphy variables as desired level, and is not at a significant level statistically.

Profesyonel Futbolcuların Kan Laktat Düzeyi, Zorlu Vital Kapasite, Anaerobik Güç ve Aerobik Kapasite Değerlerinin Oynadıkları Mevkilere Göre Karşılaştırılması

¹Özcan Saygın, ¹Recep Gürsoy, ¹Kemal Göral, ¹Gönül Babayigit İrez, ¹Halil İbrahim Ceylan

¹Muğla Sıktı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla

Email : osaygin@mu.edu.tr, rgursoy@mu.edu.tr, kgoral@mu.edu.tr, gbabayigit@yahoo.com, halil.ibrahimceylan60@gmail.com

Bu çalışmanın amacı, profesyonel futbolcuların kan laktat düzeyi, zorlu vital kapasite, anaerobik güç ve aerobik kapasite değerlerinin oynadıkları mevkilere göre karşılaştırılmasıdır. Çalışmaya, yaş ortalaması 23.80 ± 3.11 yıl olan 25 profesyonel futbolcu (4 kaleci, 7 defans, 8 ortasaha, 6 forvet) gönüllü olarak katılmıştır. Futbolculara bir saha testi olan Yo-Yo aralıklı toparlanma seviye 1 testi uygulanmış ve zorlu vital kapasite, anaerobik güç, maksimal oksijen tüketimleri, kan laktat düzeyleri oynadıkları mevkilere göre incelenmiştir. Futbolcuların aerobik kapasitesi, Yo-Yo IR1 test sonucu dikkate alınarak Bangsbo'nun (1994) geliştirdiği formül ile hesaplandı. Dinlenme ve test sonrası kan laktat düzeyi Lactate Scoute aleti kullanılarak ölçülmüştür. Futbolcuların, dikey sıçrama yüksekliğinden yararlanarak Levis formülü ile anaerobik güç performansları, spiromete kullanılarak ise zorlu vital kapasiteleri belirlenmiştir. Elde edilen veriler, SPSS programında kaydedilerek istatistiksel analiz için kullanılmıştır. Futbolcuların kan laktat düzeyinin, zorlu vital kapasitelerinin, anaerobik güç ve aerobik kapasite değerlerinin mevkilere göre karşılaştırılmasında Kruskal Wallis testi, değişkenlerdeki farklılığın hangi mevkiden kaynaklığını bulmak için ise Tukey HSD testi kullanılmıştır. İstatistiksel analiz sonucunda; futbolcuların anaerobik güç değerinde istatistiksel olarak anlamlı fark bulunurken ($p < 0.05$), diğer değişkenlerde istatistiksel olarak anlamlı farka rastlanılmamıştır ($p > 0.05$). Anlamlı farklılık, forvet oyuncularının, orta saha oyuncularına göre anaerobik güç performanslarının daha yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Sonuç olarak; anaerobik güç futbolda yüksek performans için çok önemli bir özelliktir. Sadece forvet oyuncularının değil, diğer mevkilerdeki oyuncularında antrenmanlarda anaerobik güç çalışmalarına yer vermesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Anahtar Kelimeler: Futbol, Laktat, Vital Kapasite, Anaerobik Güç

The comparison of the blood lactate level, forced vital capacity, anaerobic power, aerobic capacity of professional soccer players according to playing positions.

The purpose of this study is to compare of the blood lactate level, forced vital capacity, anaerobic power, aerobic capacity of professional soccer players according to playing positions. Twenty-five professional soccer players (mean age of 23.80 ± 3.11 years) (4 goalkeeper, 7 defense, 8 midfield, 6 forward) participated in this study voluntarily. Yo-Yo intermittent recovery level 1 test which was a field test, were applied to soccer players and forced vital capacity, anaerobic power, maximal oxygen consumption, blood lactate levels were examined according to their playing positions. The aerobic capacity of the soccer players were calculated by the formula developed by Bangsbo (1994), taking into account the Yo-Yo IR1 test result. Resting and after testing blood lactate levels were measured using the Lactate Scoute instrument. While utilizing the vertical jump height of soccer players, anaerobic power of soccer players were calculated by Levis formula, forced vital capacities were determined using spiromete. To compare the blood lactate level, the forced vital capacity, anaerobic power and aerobic capacity values of the soccer players according yo playing position, The Kruskal Wallis test was used. Tukey HSD test was used to find out which playing positions stem form the difference in variables. As a result of statistical analysis; statistically significant difference was found in the anaerobic power value of the soccer players ($p < 0.05$) while no statistically significant difference was found in the other variables ($p > 0.05$).

The significant difference is stem from having higher anaerobic power performances of forward players compared to midfield players. As a result; Anaerobic power is important for high performance for soccer. it is thought that it is important not only for forward players, but also for players in other positions to include anaerobic power practices in training.

Keywords: Soccer, Lactate, Vital Capacity, Anaerobic Power

8 Haftalık BOSU ile Yapılan Egzersizlerin Aerobik Performans Üzerine Etkileri

¹Mürsel Biçer, ¹Mustafa Özdal, ¹Gümrah Şan, ¹Süleyman Anbarcı

¹Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep

Email : mbicer@gantep.edu.tr, ozdalm@hotmail.com, gumrahsan26@gmail.com, sanbarci@gmail.com

Bu çalışmanın amacı, BOSU ile yapılan egzersizlerin aerobik performans üzerine etkilerini araştırmaktır. Çalışmaya 32 sporcu gönüllü olarak katıldı. Çalışmada randomize yöntemle, BOSU antrenman grubu (BG, n = 12, yaş = 22,91 ± 2,57 yıl, boy = 176,58 ± 0,10 cm, vücut ağırlığı = 67,16 ± 12,70 kg), core antrenman grubu (CG, n = 10, yaş = 21,00 ± 2,35 yıl, boy = 171,30 ± 0,07 cm, vücut ağırlığı = 61,50 ± 10,89 kg) ve kontrol grubu (KG, n = 10, yaş = 20,80 ± 0,91 yıl, boy = 172,60 ± 0,08 cm, vücut ağırlığı = 63,50 ± 9,31 kg) olacak şekilde belirlendi. BG'ye 8 hafta ve haftada 3 gün BOSU antrenmanları uygulandı. CG'ye core egzersizlerinden oluşan bir program uygulandı. KG'ye ise herhangi bir antrenman programı uygulanmadı. Deneklerin aerobik gücü ergoline bisiklet (Sana Bike 450F, Ergosana GMBH, Bitz, Germany) ve ergospirometre (MEC, PFT, ERGO 100) ile ölçüldü. Grupların ön test-son testleri arasında; BG ve CG gruplarının; VO₂max, relatif VO₂max ile VE değerlerinde anlamlılık saptanmışken (p<0.05), KG'de ise bu parametrelerde herhangi bir anlamlılık saptanmamıştır (p>0.05). Gruplar arası karşılaştırma yapıldığında VO₂max, relatif VO₂max, VE değerlerinde BG, CG ve KG arasında herhangi bir anlamlılık saptanmamıştır (p>0.05). Sonuç olarak bosu egzersizlerinin aerobik performans değerlerini pozitif yönde etkilediği bulunmuştur.

The Effects of Exercises Done with BOSU for 8 Weeks on Aerobic Performanc

The purpose of this study is to investigate the effects of exercises done with BOSU on aerobic performance. 32 athletes participated in the study voluntarily. With randomize method, BOSU training group (BG, n = 12, age = 22,91 ± 2,57 years, height = 176,58 ± 0,10 cm, body weight = 67,16 ± 12,70 kg), core training group (CTG, n = 10, age = 21.00 ± 2.35 years, height = 171,30 ± 0,07 cm, body weight = 61,50 ± 10,89 kg) and control group (CG, n = 10, age = 20,80 ± 0,91 years, height = 172,60 ± 0,08 cm, body weight = 63,50 ± 9,31 kg) were defined. BOSU training was applied for 8 weeks, 3 days a week for BG . CTG was applied to a training program consisting of core exercises. No training program was applied to CG. The aerobic power of the subjects was measured with an ergoline bicycle (Sana Bike 450F, Ergosana GMBH, Bitz, Germany) and an ergospirometer (MEC, PFT, ERGO100). Among the pre-test and post-test of the groups; VO₂max, relative VO₂max and VE values were found significant for BG and CTG (p <0.05), however there was no significant difference in these parameters for CG (p > 0.05). When the groups were compared there was no significant difference between BG, CTG and CG in VO₂max, relative VO₂max and VE parameters (p > 0.05). As a result, it is found that bosu exercises affect aerobic performance values positively.

KSB313

25-29 Yaş Gurubu Buz Hokeyi Erkek Sporcularına Buz Dışı Yaptırılan Denge Antrenmanlarının 30 Metre Sürat Performansları Üzerine Etkisi

¹Murat Son, ²Özgür Dinçer, ¹Enis Çolak, ¹Orkun Akarsu

¹Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

²Ordu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Ordu

Email : muratson1979@hotmail.com, ozgrdnrcr@gmail.com, posedon79@gmail.com, muratson1979@hotmail.com

Amaç: Çalışmamızda, İzmir Büyük Şehir Belediyesi 25-29 yaş grubu erkek Buz Hokeyi sporcularına uygulanan 8 haftalık buz dışı denge antrenman programının buz üzerindeki 30 Metre Sürat Testi üzerine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırma evrenimizi buz hokeyi takımında oynayan 20 erkek sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Sporcular tesadüfi yöntem ile deney(n=10) ve kontrol(n=10) grubu olarak iki gruba ayrılırken, kontrol grubu kendi antrenmanlarına devam etmiş, deney grubu ise kendi antrenmanlarına ilave olarak, 8 hafta boyunca planlanan buz dışı denge antrenman programı uygulanmıştır. Araştırma grubumuzu oluşturan n=10 deney, n=10 kontrol gruplarına ön test ve son test ölçümleri program edilen tarih aralığında, 30 metre sürat performansları kayıt edilmiştir. Elde edilen veriler tanımlayıcı istatistik analizleri ile birlikte, grup içi değerlendirmede Wilcoxon, gruplar arası değerlendirmede Man Withney-U testi uygulanmıştır. Analizlerde anlamlı sonuçlara ulaşabilmek için referans değer 0,05 alınmış ve P<0,05 anlamlı kabul edilmiştir.

Bulgular: Bu çalışmada sporcuların 30 metre sürat test süre değerleri deney grubunun ön test ss, ort. ölçme değeri 4,42±0,53 sn, son test ortalama ve ss ölçüm değeri ise 4,22±0,45sn, kontrol grubu ön test ss,ort. değeri 4,79±0,55 sn, son test ss,ort değeri ise 4,71±0,57 sn, deney ve kontrol grupları son ölçüm değerleri karşılaştırılması ise P=0,037 düzeyinde anlamlı bulunmuştur.

Sonuç: Çalışmamızda elde edilen sonuçlarımızda, buz hokeyi sporcularında denge motorsal özelliğinin ekstra yapılan antrenmanlarla performansları üzerinde pozitif etkilere sebep oldu tespit edilmiştir. Bu durum, sporcuların denge egzersizi içeren antrenmanlara daha fazla yer vermeleri gerektiğini göstermiştir.

Analyzing The Effects Of Balance Exercises Of 25-29-Year Old Ice Hockey Players On Their 30 Meters Speed Performances

Purpose: This is to study the effects of 8-week balance trainings for male ice hockey players who are 25-29-year old from İzmir Metropolitan Municipality on 30-meter speed test.

Method: 20 voluntary ice hockey players participated in this study. The athletes were divided into two groups as experimental (n = 10) and control (n = 10) groups. The control group continued their training; the experimental group continued their training as well as for 8-week balance trainings. N=10 experimental group and n=10 control group's pre and after test results and 10 meters speed test performances were recorded. Wilcoxon Test was used for intragroup evaluation and Man Whitney-U Test was used for intergroup evaluation. Reference value was considered as 0,05 and P<0,05 was decided to obtain significant results.

Findings: In this study, pre test ss of 30 meters speed test values of experimental group is $4,42\pm0,53$ secs, final test average and ss measurement value is $4,22\pm0,45$ secs, pre test ss average of control group is $4,79\pm0,55$ secs, final test ss average value is $4,71\pm0,57$ secs; and the comparison of the final test results of experimental and control group final was found significant in the level of $P=0,037$.

Result: In our study it has been found that balance motoric specialty has positive effects on the performance of ice hockey athletes with extra training. This has shown that athletes should have more room for training that involves balance exercises.

KSB319

Farklı branşlardaki altyapı sporcularının somatotip özelliklerinin incelenmesi

¹Ercüment Erdoğan, ²İbrahim Can Nefesoğlu, ²Cihan Gürbüz

¹Ordu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu-Ordu

²Ordu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü- Ordu

Email : ercumenterdogan22@hotmail.com, ibrahimnefesoglu@hotmail.com, cihanqurbuz@gmail.com

Özet Amaç; Bu çalışma altyapılarda farklı branşlarda spor eğitimi alan sporcuların uyguladıkları branşa özgü antrenmanların somatotip özelliklerine etkisini incelemek amacıyla yapılmıştır. Metot; Çalışmaya 10-15 yaş grubunda tenis(n=18,yaş=12,05±1,73) Yüzme (n=19, yaş 12,10±1,48) ve güreş(n=21,yaş=14,71±,46) branşından toplam 58 gönüllü sporcu katılmıştır. Çalışmaya katılan sporcuların antropometrik ölçümleri yapılmış beden kitle indeksleri ve Heath&Carter metodu ile somatotip değerleri hesaplanmıştır. Elde edilen veriler SPSS programında Anova testi ve Tukey HSD testi ile değerlendirilmiştir.

Bulgular; Farklı branşlardaki sporcuların antropometrik özellikleri karşılaştırıldığında boy uzunluğu(p=,888),vücut ağırlığı (p=,520) beden kitle indeksi(p=,340) değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı fark yoktur(p>0,05). Grupların somatotip yapılarının karşılaştırılmasında endomorf ve ektomorf(p=,103, p=,232) değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır(p>0,05). Grupların Mezomorf(p=,000) değerlerinde ise fark anlamlı bulunmuştur(p<0,05).Grup içerisinde anlamlılık, güreş ile tenis(p=000) ve yüzme ile tenis (p=,000) arasında gözlenmiştir. Güreş ve yüzme branşındaki sporcuların somatotip yapıları mezomorf, tenis branşındaki sporcuların ise ektomorf-endomorf yapıdadırlar.

Sonuç olarak Güreş ve yüzme branşındaki altyapı sporcularının antrenman programlarına bağlı olarak vücut yapıları tenis branşından farklı olarak kaslı bir yapıya sahip oldukları bulunmuştur.. Anahtar kelimeler; Somatotip, beden kitle indeksi, altyapı sporcuları.

Kaynaklar A.Adnan (2010). 10-18 yaş erkek futbolcularda somatotip ve vücut kompozisyonunun aerobik performans ve yaşanan sportif yaralanmalar ile ilişkisinin değerlendirilmesi. Fırat Tıp Dergisi, 15(3), 118-122. Bayios, I. A., Bergeles, N. K., Apostolidis, N. G., Noutsos, K. S., & Koskoulou, M. D. (2006). Anthropometric, body composition and somatotype differences of Greek elite female basketball, volleyball and handball players. Journal of sports medicine and physical fitness, 46(2), 271. Carter JE, Heath BH. Somatotyping Development and Applications. 1.Edition, New york: Cambridge University Pres, 1990: 352- 367. Çolakoğlu, F. F. (2003). 8 Haftalık Koş Yürü Egzersizinin Sedarter Orta Yaşlı Obez Bayanlarda Fizyolojik, Motorik ve Somatotip Değerleri Üzerine Etkisi. Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 23(3). Ramanlı, F., & Müniroğlu, S. (2002). Farklı Liglerde Mücadele Eden Profesyonel Futbol Takımları Sporcularının Somatotip Özellikleri Üzerine Bir İnceleme. Spor Bilimleri Dergisi, 13(4), 32-40.

Examination of somatotype characteristics of substructure athletes in different branches

Abstract Aim; The purpose of this study was to examine effects on somatotype characteristics of specific training performed by athletes working out for different sport events in substructure teams. Method; Total fifty-six athletes from tennis ($n=18$, age= $12,05 \pm 1,73$), swimming ($n=19$, age $12,10 \pm 1,48$) and wrestling ($n=21$, age= $14,71 \pm 1,46$) events in 10-15 age range joined to this study voluntarily. The anthropometric measures of athletes joining to study were done and body mass indexes and somatotype values by Heath & Carter somatotype method were determined. The data getting from measures were evaluated by one way Anova and Tukey HSD analyze techniques in SPSS statistical package programme.

Findings; There was no statistical significant difference between athletes in different sport events in terms of height ($p=0,888$), weight ($p=,520$) and body mass index ($p=0,340$) ($p>0,05$). The endomorphy and ectomorphy somatotype values didn't differentiate between different sport events ($p=0,103$, $p=0,232$ respectively). In terms of mesomorphy somatotype values ($p=0,000$), there was statistical significant difference between athletes in different sport events ($p<0,05$).

According to results of comparisons between groups, it was seen a statistical significant difference between athletes in wrestling and tennis events ($p<0,05$). Also it was determined a statistical significant difference between athletes in swimming and tennis events ($p<0,05$). It was seen that somatotypes of athletes in wrestling and swimming events were mesomorphy and somatotypes of athletes in tennis event were ectomorphy-endomorphy. Consequently, substructure athletes in wrestling and swimming had muscular body due to training programmes in comparison with athletes in tennis events.

Keywords: Somatotype, body mass index, substructure athletes.

KSB323

Jiroskop Kullanılarak Yapılan Kuvvet Antrenmanlarının Ön Kol Kas Kuvvetine Etkisinin İncelenmesi

²Ertuğrul Gelen, ¹Hakan Uzun

¹Sakarya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Antrenörlük Eğitimi ABD, Sakarya

²Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

Email : , hknuzunn@gmail.com

Sportif performansın geliştirilmesi için birçok araştırmacı yeni cihazlar tasarlamaktadır. Bu cihazlardan bir tanesi de jiroskoptur. Jiroskop, el bileğinin dairesel hareketiyle döndürülen, döndükçe kendi içinde dengesizlik oluşturarak el, bilek, kol ve omuz kaslarının kasılmasını sağlamak için tasarlanmış bir toptur. Bu araştırma, jiroskop kullanılarak yapılan kuvvet antrenmanlarının, el bileği ve çevresindeki kas gruplarının kuvvetine etkisini incelemek amacıyla yapılmıştır.

Çalışmaya aktif olarak spor yapan ve araştırmaya gönüllü olarak katılan Üniversite Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 28 erkek öğrenci katılmıştır. Araştırma için tesadüfi yönteme göre belirlenen kontrol (Yaş 21.2 ± 1.5 yıl, Boy 178.0 ± 5.1 cm, Beden Ağırlığı 78.1 ± 5.5 kg) ve deney grubu (Yaş 21.8 ± 1.2 yıl, Boy 179.2 ± 9.2 cm, Beden Ağırlığı 80.5 ± 10.1 kg) oluşturulmuştur. Kontrol grubu 5 hafta boyunca hiçbir egzersiz yapmadan günlük yaşantısına devam ederken, deney grubu 5 hafta süresince haftada 2 gün jiroskop egzersizlerini gerçekleştirmişlerdir. Denekler ilk iki hafta 2 set 2 tekrar, üçüncü hafta 3 set 2 tekrar, dördüncü hafta 4 set 2 tekrar, beşinci hafta 5 set 2 tekrar olmak üzere egzersizleri tamamladılar. Tüm jiroskop egzersizleri Algılanan Zorluk Derecesi yöntemi (Borg Skalası) ile belirlenen 1 Tam Maksimalin (1TM) yaklaşık %60'ı ile gerçekleştirildi. 5 haftanın öncesi ve sonrasında kontrol ve deney gruplarının el kavrama kuvveti değerleri ölçüldü. Beş hafta boyunca uygulanan antrenmanların etkileri parametrik olmayan düzende Mann Whitney U ve Wilcoxon istatistiki testleri ile 0.05 anlamlılık seviyesinde analiz edilmiştir.

İstatistiksel sonuçlara bakıldığında deney grubunda hem grup içi, hem de gruplar arası karşılaştırmada istatistiksel farklılıklar hesaplanmıştır ($p < 0.05$). Bununla birlikte kontrol grubunda istatistiksel farklılık bulunmamıştır ($p > 0.05$). Bu istatistiksel sonuçlara göre beş hafta boyunca jiroskop kullanılarak yapılan antrenmanların el bileği kuvvetini artırdığı sonucuna varılabilir.

Examining Effect Of Strenght Training Performed With Using Gyroscope On Forearm Muscle Strenght

Summary Many researchers have been designing new devices for the development of sportive performance. One of these devices is gyroscope. This study was conducted to investigate the effect of strength training using a gyroscope on the strength of wrist and surrounding muscle groups. A total of 28 male students from Faculty of Sports Sciences who were actively practicing sports voluntarily participated in the study. For this research, a control group (age 21.2 ± 1.5 years, height 178.0 ± 5.1 cm, body weight 78.1 ± 5.5 kg) and an experiment group (age 21.8 ± 1.2 years, height 179.2 ± 9.2 cm, body weight 80.5 ± 10.1 kg) were formed by random sampling method. While the control group continued their daily life without any exercise for 5 weeks, the experimental group performed gyroscope exercises for 2 days a week for 5 weeks. The subjects completed the exercises with 2 sets of 2 repetitions for the first two weeks, 3 sets of 2 repetitions for the third week, 4 sets of 2 repetitions for the fourth week, 5 sets of 2 repetitions for the fifth week.

All gyroscope exercises were performed with approximately 60% of the 1 Full Maximal (1TM) determined by the Borg Rating of Perceived Exertion. Hand grip strength values of control and test groups were measured before and after 5 weeks. The effects of training for the five weeks were analyzed at the level of significance of 0.05 with the nonparametric analysis of Mann Whitney U and Wilcoxon tests. When statistical results were examined, statistical differences were calculated in the experimental group, both within the group and between the groups ($p < 0,05$). However, there was no statistical difference in the control group ($p > 0,05$). According to these statistical results, it can be concluded that the training using gyroscope for five weeks increased the wrist strength.

KSB334

Dinamik Germe Egzersizlerinin Sırt ve Bacak Bölgesi Esnekliğine Etkisi

¹Fatih Gür, ¹Vedat Ayan, ¹Selami Yüksek, ¹Fatih Bektaş, ¹Burak Kural

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Trabzon

Email : fatih-gur@hotmail.com, vayan61@gmail.com, selami.yuksekk@ktu.edu.tr, fatihbektas61@gmail.com, burakkurall@gmail.com

Bu araştırma 8 hafta süre ile yapılan dinamik germe egzersizlerinin, sporcuların sırt ve bacak bölgesinin esneklik kabiliyeti üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla yapıldı.

Araştırma, Trabzon Belediyespor Tenis Kulübünde, Şubat-Mart 2017 tarihleri arasında gerçekleştirildi. Araştırmanın örneklem grubunu, 18 tenis sporcusu (9 erkek, 9 kız, yaş ortalamaları 14.00±1.81 yıl, boy ortalamaları 157.08±15.09 cm, vücut ağırlığı ortalamaları 50.38±12.27 kg) oluşturdu. Araştırmada tek gruplu ön-test, ara-test, son-test desenli deneysel araştırma modeli kullanıldı. Araştırma grubuna 8 hafta boyunca haftada 4 gün, 15 dk. süre ile dinamik germe programı rutin tenis antrenmanlarına ilave olarak antrenmanın ilk bölümünde uygulandı. Araştırma grubunun esneklik değerleri Takei Marka dijital Fleksiyon Metre cihazı ile araştırmanın başında, 4. haftada ve araştırmanın sonunda olmak üzere 3 kez tekrarlandı. Verilerin değerlendirilmesinde aritmetik ortalama, standart sapma, Bonferroni düzeltmeli Wilcoxon İşaretili Sıralar testi ve Friedman testi kullanıldı. Bütün istatistiksel yöntemler için yanılma düzeyi (α) 0,05 olarak kabul edildi.

Araştırma grubunun antrenman öncesi esneklik test değerleri ortalaması 7.30±5.08 cm iken, ara ölçümde 11.22±4.62 cm ($p<0,05$) ve son ölçümde ise 12.11±4.31 cm olarak bulundu ($p<0,05$).

Sonuç olarak dinamik germe egzersizlerinin, sırt ve bacak bölgesi esneklik kabiliyeti üzerinde pozitif bir etkisinin olduğu görüldü. Anahtar Kelimeler: Dinamik Germe, Esneklik, Hamstring, Tenis.

Effects Of Dynamic Stretching Exercises On The Flexibility Of Back And Legs

This study was conducted to determine the effects of an 8-week dynamic stretching exercise program on the flexibility of athletes' back and leg parts.

The study was conducted in the Trabzon Belediyespor Tennis Club between February and March 2017. The sample group of the study consisted of 18 tennis athletes (9 males, 9 females, mean age 14.00±1.81 years, mean height 157.08±15.09 cm, mean body weight 50.38±12.27 kg). In the study, a single-group pre-test, mid-test, post-test experimental research design was used. In the first part of the training session in addition to routine tennis training, a 15-minute dynamic stretching program was applied to the study group for 4 days a week during an 8-week period of time. The flexibility of the study group was measured 3 times using Takei Digital Flex Meter at the beginning, at the middle (after 4 weeks) and at the end of the study. Arithmetic mean, standard deviation, Bonferroni corrected Wilcoxon Signed Rank test and Friedman test were used in the evaluation of the data. For all statistical methods, the level of significance (α) was accepted as 0.05.

The mean pre-training flexibility test value of the study group was found as 7.30 ± 5.08 cm, whereas the mean while-training flexibility test value was 11.22 ± 4.62 cm at the mid-test measurement ($p < 0.05$) and 12.11 ± 4.31 cm at the post – training test measurement ($p < 0.05$).

As a result, dynamic stretching exercises were found to have a positive effect on the flexibility of the back and legs.

Keywords: Dynamic Stretching, Flexibility, Hamstring, Tennis.

KSB348

Futbolcularda 20mMST, YYIRT1 ve YYIRT2 Testleri ile Hesaplanan VO2maks. ve Kalp Atım Değerlerinin İncelenmesi

¹Olca Mülazımoğlu, ¹Yakup Akif Afyon, ¹Ahmed Yesevi Keser

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla

Email : olcaymulazimoglu@yahoo.com, yaafyon@gmail.com, ahmedyesevikseser.ayk@gmail.com

Amaç: Bu çalışmanın amacı, futbolcularda aerobik ve anaerobik kapasitenin belirlenmesinde kullanılan üç farklı koşu testinin hesaplanan VO2maks. değerleri ve kalp atım frekansları arasındaki ilişki ve farkları incelemektir.

Metot:Çalışmaya 11 erkek amatör antrenmanlı futbolcu (yaş=23,18±1,83 yıl; spor yaşı=11,82±1,99 yıl) gönüllü katılmıştır. VO2maks. hesaplamalarında sıklıkla kullanılan, 20m Mekik Koşu Testi (20mMST), Yo-Yo Aralıklı Toparlanma Koşu Testi seviye 1 (YYIRT1) ve seviye 2 (YYIRT2) koşu testlerini futbolcular farklı günlerde uygulamışlardır. Bulgular:20mMST ile YYIRT1 ve YYIRT1 ile YYIRT2 sonrası kalp atım frekansları ve hesaplanan VO2maks. değerleri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur (sırayla; $r=0,628$; $p<0,05$; $r=0,921$; $p<0,01$). 20mMST ile YYIRT2 arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır ($p>0,05$). 20mMST ile YYIRT1 sonunda kalp atım ortalamaları arasında anlamlı fark yoktur ($p>0,05$), 20mMST ile YYIRT2 ve YYIRT1 ile YYIRT2 sonunda kalp atım ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0,01$). 20mMST, YYIRT1 ve YYIRT2 düzeylerine göre hesaplanan VO2maks. ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0,01$).

Sonuç:Sporcularda yaygın aerobik kapasite 20mMST ile, yoğun aerobik ve düşük yoğunlukta anaerobik kapasite YYIRT1 ile ve yoğun anaerobik kapasite YYIRT2 ile belirlenmektedir. Bu çalışmada sporcuların 20mMST ile YYIRT1 sonrası kalp atım ortalamalarının benzerliği iki testin sporcular üzerinde benzer bir iş yükü oluşturduğunu söyleyebiliriz. Ancak hesaplanan VO2maks. tahmin değerleri için böyle bir benzerlik söz konusu değildir. Dolayısıyla her iki testin enerji kaynakları kullanımının farklı olduğu söylenebilir. YYIRT2 ise diğer iki testten hem kalp atım frekansı hem de VO2maks. değerlerinin daha yüksek olması kullanılan enerji metabolizması farkını ve sporcu üzerinde oluşturduğu iş yükünün yoğunluğunu ortaya koymaktadır.

The Examination of VO2maks. and Heart Rate Values of Soccer Players Calculated through 20mMST, YYIRT1 ve YYIRT2 Tests

Aim: The aim of this study was to examine the relationships and differences in VO2maks. and heart rate values of soccer players calculated through three different running tests used to determine the aerobic and anaerobic capacities of soccer players.

Method: 11 male amateur trained soccer players were voluntarily participated in the study, (age=23.18±1.83yrs, experience=11.82±1.99yrs). Players performed Yo-Yo Intermittent Recovery Test level 1 (YYIRT1) and level 2 (YYIRT2) and 20 m shuttle run test which are frequently used in VO2max. Calculations in different days. Findings: It was found that there was significant relationship between heart rate averages and the calculated VO2max at the end of 20mMST and YYIRT1 ($r=0,628$; $p<0,05$), YYIRT1 and YYIRT ($r=0,921$; $p<0,05$). whereas no significant relationship was found between 20mMST and YYIRT2 ($p>0,05$).

There was no significant difference between mean heart rate averages at the end of 20mMST and YYIRT1. There was a significant difference between YYIRT1 and YYIRT2 ($p<0.01$). There was a significant difference calculated VO₂max averages between 20mMST, YYIRT1 and YYIRT2 ($p<0,01$).

Results: Aerobic capacity is generally determined by 20mMST, dense aerobic and low density anaerobic capacity is determined by YYIRT1 and dense anaerobic capacity is determined by YYIRT2. In conclusion, it can be inferred that the similarity of athletes' average heart rates after 20mMST and YYIRT1 produced a similar workload on two athletes. However, there is no such similarity for predictive calculated VO₂max values. Therefore, it can be said that the use of energy sources for both tests is different. The fact that both the heart rate and VO₂max values in YYIRT2 is higher than the other two tests reveals the intensity of the workload on the athlete and the difference in energy metabolism used.

KSB349

Futbolcu ve Sedanter Bireylere Pilates Topu ile Uygulanan 10 Haftalık Core Antrenmanın Denge Performanslarına Etkisi

¹Keziban Yoka, ²Mustafa Akıl, ²Elif Top

¹Institute Of Social Sciences, University Of Usak, Usak, Turkey

²Faculty Of Sport Sciences, University Of Usak, Usak, Turkey

Email : kzbnnnaz@hotmail.com, elif.top@usak.edu.tr, mustafa.akil@usak.edu.tr

Bu çalışmanın amacı, futbolcu ve sedanter bireylere pilates topu ile uygulanan 10 haftalık Core antrenmanın denge performanslarına etkisinin incelenmesidir. Çalışmaya 18-25 yaş arası 20 sedanter ve 22 futbolcu olmak üzere toplam 42 erkek birey dahil edilmiştir. Grup 1: Futbol antrenmanlarına ek olarak core antrenmanı (60dk/2gün/10hafta) uygulanan futbolcu deney grubu (Yaş: 18.09 ± 0.30, Boy: 174.72±4.33, Kilo: 67.27±6.90, BKİ: 21.99±1.56). Grup 2: Futbol antrenmanları dışında herhangi bir uygulama yapılmayan futbolcu kontrol grubu (Yaş: 18.01±0.60, Boy: 172.09±7.46, Kilo: 67.36±7.08, BKİ: 22.72±1.62). Grup 3: Yalnız core antrenmanı uygulanan (60dk/2gün/10hafta) sedanter deney grubu (Yaş: 21.30±0.82, Boy: 175.90±5.06, Kilo: 73.80±7.89, BKİ: 23.88±2.78). Grup 4: Hiçbir uygulama yapılmayan sedanter kontrol grubu (Yaş: 19.80±1.22, Boy: 171.00±3.39, Kilo: 67.60±7.42, BKİ: 23.13±2.54). Grupların statik denge ön test değerlerinde anlamlı bir farklılık bulunmazken (p>0.05) son test değerlerinde grup 1 ile grup 2, grup 1 ile grup 3, grup 1 ile grup 4 arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir (p<0.05). Grupların zamana bağlı statik denge değerleri incelendiğinde ön test ve son test değerleri karşılaştırıldığında grup 1 ile grup 3 arasında, grup 1 ile grup 4 arasında anlamlı farklılık belirlenmiştir (p<0.05). Grupların dinamik denge ön test puan ortalamaları incelendiğinde grup 1 ile grup 2, grup 1 ile grup 4, grup 2 ile grup 3, grup 3 ile grup 4 arasında anlamlı farklılık bulunurken, son test değerlerinde ise grup 1 ile grup 2, grup 1 ile grup 3, grup 1 ile grup 4 arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir (p<0.05). Grupların zamana bağlı dinamik denge değerleri incelendiğinde ön test ve son test değerleri karşılaştırıldığında ise grup 1 ile grup 2 arasında, grup 2 ile grup 3 arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir (p<0.05). Sonuç olarak; Core antrenmanın futbolcular ve sedanter bireylerin denge performansları üzerinde olumlu etkisi olduğu görülmüştür.

Effects Of The 10-Week Core Training Applied With A Pilates Ball By Soccer Players And Sedentary Individuals On Their Balance Performance

The purpose of the present study is to investigate the 10-week core training applied with a Pilates ball by soccer players and sedentary individuals on their balance performance. 42 male individuals of the 18-25 age group, 20 of whom were sedentary individuals and 22 soccer players, were included in the study. Group 1: The soccer players experimental group who were given core training in addition to their soccer training (60min/2days/10week). Group 2: The soccer players control group who were not given any training other than the soccer training. Group 3: The sedentary experimental group who were given only the core training (60min/2days/10week). Group 4: The sedentary control group. When the time-dependent static balance values of the groups were examined by comparing the pretest and posttest values, statistically significant differences were determined between the Group 1 and Group 3, and between the Group 1 and the Group 4 (p<0.05). Statistically significant differences were found between the Group 1 and the Group 2, between the Group 1 and the Group 4, between the Group 2 and between the Group 3, and the Group 3 and the Group 4 when the average points of the groups in the dynamic balance pretests were examined; and when the posttest values were examined, statistically significant differences were found between the Group 1 and the Group 2, between the Group 1 and the Group 3, and between the Group 1 and

the Group 4 ($p<0.05$). When the time-dependent dynamic balance values of the groups were examined by comparing the pretest and posttest values, statistically significant differences were determined between the Group 1 and Group 2, and between the Group 2 and the Group 3 ($p<0.05$). Consequently, core training was found to have a positive effect on the balance performances of soccer players and sedentary individuals.

SUNULMADI

SB374

Kişisel beyan yoluyla elde edilen antropometrik verilerin doğruluk düzeylerinin incelenmesi

¹Yetkin Utku Kamuk

¹Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum

Email : yetkinkamuk@hitit.edu.tr

Bu çalışmanın amacı, epidemiyolojik araştırmalar başta olmak üzere çeşitli bilimsel çalışmalarda kullanılmak üzere kişisel beyan yoluyla elde edilen antropometrik özelliklere ait verilerin doğruluk düzeylerinin incelenmesidir. Bu amaçla, yaşları 18-52 arasında değişen ve sağlıklı olduklarını beyan eden 499'u erkek ve 223'ü kadın toplam 722 gönüllüden veriler toplanmıştır. Deneklerin vücut ağırlığı ve boy uzunlukları önce beyan edilen veriler olarak kaydedilmiş, ardından araştırmacı tarafından ölçümler yapılarak reel veriler elde edilmiştir. Deneklerin beden kütle indeksi (BKİ) değerleri, hem beyan edilen veriler hem de ölçüm sonucunda elde edilen veriler kullanılarak kg/m² cinsinden hesaplanmıştır. BKİ kategorizasyonunda, Dünya Sağlık Örgütü tarafından önerilen sınıflandırma esas alınmıştır. Verilerin istatistiksel analizinde SPSS 22.0 paket programından yararlanılmıştır. Beyan ve ölçüm verileri arasındaki farkların analizi için tek örneklem t testi, ön test ve son test verilerinin analizi için eşleştirilmiş örneklem t testi, BKİ kategorilerinin karşılaştırılması için çapraz tablolar ve Cohen's κ testi kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre, beyan yolu ile elde edilen veriler ile ölçüm sonucunda toplanan veriler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu ($p < 0,01$); boy uzunluğundaki artışa paralel olarak boy uzunluğu verilerinde hata marjının azaldığı, buna karşın BKİ değerindeki artış ile birlikte vücut ağırlığı verilerinde hata marjının da arttığı görülmüştür. Verilerin tutarlılığında engel teşkil edebilecek olan nedenlerden bazılarının ölçme hatası, değerlerin yanlış hatırlanması, değerleri yuvarlama eğilimi, verilerde manipülasyon ve ölçümlerin üzerinden uzun süre geçmiş olması gibi etkenler olabileceği varsayılmaktadır. Sonuç olarak, yapılacak olan bilimsel çalışmalarda kullanılacak olan antropometrik verilerin deneklerin beyanı esas alınarak değil ölçüm yapılarak elde edilmesinin daha güvenilir sonuçların ortaya çıkmasında etkili olacağı değerlendirilmektedir.

Assessing The Accuracy Of Self-Reported Anthropometric Data

The purpose of this study was to examine the accuracy of the self-reported anthropometric data that were widely used in various scientific studies, especially in epidemiological ones. For this purpose, data were collected from a total of 722 healthy volunteers (499 men and 223 women), aged between 18 and 52. Subjects' body weights and heights were recorded as the self-reported data and real data were obtained by measuring the subjects by the author. The body mass index (BMI) values of the subjects were calculated for each data set, by using both the self-reported data and the measured data. The categorization of BMI is based on the classification recommended by the World Health Organization. Statistical analysis were done by using SPSS 22.0. One sample t test was used to analyse the differences between self-reported and measured data, paired samples t test was used to analyse pre- and post-test results, cross tabulation and Cohen's κ test were used to compare data across the BMI categories. According to the results, there was a statistically significant difference ($p < 0,01$) between the self-reported and the measured data. It was seen that the tolerance was decreased as the body height increased, and the tolerance was increased parallel to the increase in the BMI and body weight. It is assumed that some of the reasons for the inconsistency between the data sets are to be the factors such as measurement error, misrecognition of values, tendency to round values, and manipulation of data. It was concluded that the anthropometric data to be used in the scientific studies should be obtained by measurement other than self-report to have more reliable results.

Genç Futbolcuların Yarım Skuat Hareketi Sırasındaki Kas Aktivasyonlarının Karşılaştırılması

Özlem Kılıç, ¹Yusuf Köklü, ¹Erhan Işıkdemir, ¹Bilal Utku Alemdaroğlu

¹Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

Email : ozlemkili@pau.edu.tr, yoklu@pau.edu.tr, erhanisikdemir20@gmail.com, utkualemdarglu@yahoo.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, genç sporcuların bir tekrar maksimumlarının(TM) %90'ında gerçekleştirilen 3 tekrar yarım skuat performansları sırasında 1., 2. ve 3. tekrarlar arasındaki kas aktivasyon düzeylerinin karşılaştırılmasıdır. Yöntem: Çalışmada, 11 genç futbolcu (yaş:16,27 ± 0,46 yıl; boy uzunluğu: 174,09 ± 6,45 cm; vücut ağırlığı: 64,90 ± 6,60 kg) gönüllü olarak yer almıştır. Test protokolünün uygulanmasından iki gün önce sporcular yarım skuat hareketi için uyum antrenmanına katılmışlar ve sporcuların 1TM'leri belirlenmiştir. Test günü sporculara, bisiklet ergonometresinde 60 devir/dakika 'da 5dk ısınmanın ardından 2dk dinlenme verilmiş ve 1TM'nin %90'ında 3 tekrar yarım skuat hareketini yapmışlardır. Sporcuların hareket süresince vastus lateralis (VL) ve semitendinosus(ST) kas gruplarına ait kas aktivasyonları elektromiyografi(EMG) ile kaydedilmiştir.

Bulgular: Tekrarlı ölçümlerde varyans analizi testi sonuçları; sporcuların 2. tekrar skuatlarında ortaya çıkan kas aktivasyonlarının her iki bacak VL ve ST kas gruplarında da 1. tekrardaki kas aktivasyonlarından istatistiksel olarak anlamlı daha yüksek olduğunu göstermektedir(p<0.05). Buna ek olarak 2. tekrardaki sol bacak ST kas aktivasyon değerinin 3. tekrardaki kas aktivasyon değerinden istatistiksel olarak anlamlı daha fazla olduğunu göstermektedir (p<0.05). Bununla birlikte, 3 tekrarın ortalama kas aktivasyonları incelendiğinde sağ bacak VL ve ST kas aktivasyonlarının sol bacdak istatistiksel olarak daha fazla olduğunu göstermektedir (p<0.05).

Sonuç: Sonuç olarak sporcuların 1. tekrardaki kas aktivasyonlarının 2. tekrardan daha az olması 1 tekrarda hareketin daha yavaş yapılmasından kaynaklanıyor olabilir. Bu sebeple antrenörlerin antrenman planlamasında bu farkı dikkate almaları önerilmektedir. Ayrıca her iki bacak arasında VL ve ST kas aktivasyonundaki farklılık sporcuların hareket sırasında baskın bacaklarını daha fazla kullandıklarının göstergesi olabilir. Dolayısıyla baskın olmayan bacaklarının daha fazla aktif olmaları için tek bacak egzersizlerine de önem vermeleri tavsiye edilmektedir. Anahtar Kelimeler: EMG,Vastus Lateralis,Semitendinosus

Comparison Of Muscle Activation Levels During Half Squat Performance in Young Soccer Players

The aim of this study was to compare the muscle activation levels between the repetitions of half squats at %90 of 1 repeat maximum(RM) in young soccer players. 11 young players (age: 16.27 ± 0.46 years; height: 174.09 ± 6.45 cm; body weight: 64.90 ± 6.60 kg) participated in the study voluntarily. Players attended familiarization training two days before the test session for half squat performance and determination of 1RM. On the test day, players rested 2 minutes after standardized warm-up protocol and performed 3 half squats at %90 of 1RM. Muscle activation levels of Vastus Lateralis(VL) and Semitendinosus(ST) muscles' of both legs were recorded via surface electrodes. Repeated ANOVA was used to analyze muscular activation differences during three repetition and paired t-test for the difference between the legs. According to muscular activation pattern evaluations, 2 nd repetition was significantly higher than the 1 st one for both legs' VL and ST muscles(p<0.05). Additionally, left leg's ST activation level at 2 nd repetition was significantly higher the 3 rd one(p<0.05). Besides, when mean muscle activation levels of three repetition of each leg was compared, 2 nd repetition was significantly higher than the 3 rd one(p<0.05). As a conclusion, the reason of less activation levels in the 1st repetition than the 2nd one might be the velocity of the half squat performance which is slower in 1 st one.

Therefore, it is suggested to be taken that difference into consideration while training programming. On the other hand, the activation level difference might be occurred because of leg dominance so that, it is suggested to give importance single leg trainings to reach higher activation levels as well.

Keywords: EMG, Vastus Lateralis, Semitendinosus

2016 Avrupa Futbol Şampiyonası Pas Analizi

¹Özgür Bostancı, ¹Arif Satıcı, ¹Ömer Faruk Yazıcı, ¹M.Hakan Mayda, ¹Levent Ceylan, ¹Abdurrahim Kaplan

¹Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun

Giriş ve Amaç: Maç analizinin amacı güçlü yönleri daha da geliştirmek ve iyileştirilmesi gereken zayıf yönleri belirlemektir. Futbolda analiz, futbolcuların eylemleri hakkında maça alakalı istatistikleri sağlar (kontrol, pas, gol vuruşları, fauller, vb.) ki bu bir maç sırasında başarılı ve başarısız takımların performansı hakkında değerli bilgiler verir. Bu çalışma 2016 Avrupa Futbol Şampiyonasına katılan takımların pas değerlerini incelemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Bu çalışma 2016 Avrupa Futbol Şampiyonasında mücadele eden, birinci turda gruptan çıkan 16 takımın ve gruptan çıkamayan 8 takımın pas değerlerinin karşılaştırılması ile katılan 24 takımın pas değerleri ilişkisinin incelenmesine yöneliktir. Araştırmanın verileri, Prozone marka performans ve maç analizi programından elde edilmiştir. Bu çalışmanın istatistiksel analizleri SPSS 22.0 istatistik programı kullanılarak yapılmıştır. Gruptan çıkan ve çıkamayan takımların parametrelerini karşılaştırmak için bağımsız T-testi kullanılmıştır. İstatistiksel sonuçlar $p < 0.05$ anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

Bulgular: Gruptan çıkan takımların üçüncü bölgeye toplam pas ortalaması $319,62 \pm 108,82$, 34 m. ve üzerindeki başarılı pas ortalaması $55,43 \pm 5,36$ iken gruptan çıkamayan takımların üçüncü bölgeye toplam pas ortalaması $192,75 \pm 28,17$, 34 m. ve üzerindeki başarılı pas ortalaması ise $62,00 \pm 9,42$ 'dir. Bu değişkenlerde gruptan çıkan takımlar ile çıkamayan takımlar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Maç başı pas ortalaması, ileri pas ortalaması, ileri pas başarı yüzdesi, üçüncü bölgeye başarılı pas yüzdesi, ileri pas yüzdesi, kenarlardan pas yüzdesi, geriye pas yüzdesi, 0-17 m. pas uzunluğu başarı ortalaması, 0-17 m. pas uzunluğu başarı yüzdesi, 17-34 m. pas uzunluğu başarı ortalaması, 17-34 m. pas uzunluğu başarı yüzdesi, 34 m. üzeri pas uzunluğu başarı yüzdesi değerlerinde gruplar arasında anlamlı bir farklılık olmasa da ($p > 0,05$), gruptan çıkan takımların başarı ortalama ve yüzde değerleri gruptan çıkamayan takımların değerlerine göre daha yüksektir.

Sonuç: Bu sonuçlara göre takımların hücum etkinliklerini arttırmak için üçüncü bölgeye pas organizasyonlarını geliştirmeleri ve maçlarını iyi analiz ederek pas aktivitelerindeki zayıf yönlerini güçlendirmeleri gerektiği söylenebilir.

2016 European Football Championship Pass Analysis

Introduction and Purpose: The aim of the match analysis is to further develop the strengths and identify the weaknesses that need to be improved. The analysis on the futbol provides relevant statistics about the actions of the players (control, pass, goal shots, fouls, etc.) which give valuable information about the performance of successful and unsuccessful teams during a match. This study was conducted to examine the pass values of teams participating in the 2016 European Football Championship.

Method: This study aims to examine the relationship of pass values of 24 teams participating and comparison of the pass values of 16 teams qualified out of the group in the first round and 8 teams unqualified in the 2016 European Football Championship. The data of the study were obtained from Prozone brand performance and match analysis program. Statistical analysis of this study was performed using the SPSS 22.0 statistical program. The independent T-test was used to compare the parameters of the teams qualifying and unqualified out of the group. Statistical results were evaluated at $p < 0.05$ significance level.

Results: The total pass average to the third zone of the teams qualifying out of the group is $319,62 \pm 108,82$,34 meters and upper successful pass average is $55,43 \pm 5,36$ and the total pass average to the third zone of the teams unqualified out of the group is $192,75 \pm 28,17$,34 meters and upper successful pass average is $62,00 \pm 9,42$. In these variables, there was a significant difference between the teams that qualified out of the group and those who did not ($p < 0,05$). Although there is no significant difference between the groups' other variables ($p > 0,05$); the success, average and percentage values of the teams that qualified out of the group are higher than the others'.

Conclusion: It can be said that teams should improve their pass organization in the third zone in order to increase their offensive activities and to analyze their matches and strengthen their weaknesses in the pass activities.

5 Yönlü Koordinasyon Antrenmanlarının Çeviklik Üzerine Etkisi

1Mine Gül, 1Mürüvvet Ses, 1Gazanfer Kemal Gül

1Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

Email : minegul7@gmail.com, muruvvetses@gmail.com, gazanfergul@gmail.com

Bu araştırmada tenis sporcularına uygulanan 5 yönlü koordinasyon çalışmalarının çeviklik üzerine etkisini incelemek amaçlanmıştır. Araştırmaya yaş $12,63 \pm 0,806$ (yıl), boy $164,06 \pm 9,882$ cm ve ağırlık ortalamaları $57,31 \pm 10,806$ kg olan 16 erkek gönüllü sporcu katılmıştır. Antrenmanlar öncesi Kare, Zigzag testi ve Dikey sıçrama testleri ilk ölçümler alınarak, sporculara rastgele yöntemle deney (n=8) ve kontrol (n=8) grubuna ayrılmıştır. Kontrol grubu 8 hafta haftada 3 gün 1 saatlik tenis antrenmanlarına devam ederken deney grubu tenis antrenmanlarından önce 20 dakika, yüklenme şiddeti %75-85, hareket sayısı 5, tekrar sayısı 5, set sayısı 2, dinlenme süresi 10 saniye olan 5 yönlü koordinasyon antrenmanı uygulanmıştır. Sporcuların ölçümlerinin tamamı Excel programında yazılarak SPSS 22 paket programında grup içi ve gruplar arası analizler yapılmıştır. Deney grubunun kare, zig-zag ve dikey sıçrama test sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmuştur. Kontrol grubunun kare ve zigzag test sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmuş, dikey sıçrama test sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p > 0,05$). Haftada 3 gün yapılan 8 haftalık 5 yönlü koordinasyon çalışmalarının çabukluk özelliklerine pozitif yönde etkilediği saptanmıştır. Sonuç olarak; bu çalışmada uygulanan 5 yönlü koordinasyon antrenmanı 12-14 yaş grubu erkek tenisçilerde kullanılabilir bir yöntem olabilir. Bu çalışmanın tenisçilerin çabukluk özelliklerine değil sporcuların sıçrama özelliklerine etkisi olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Tenis, Koordinasyon, Çabukluk

Effect Of The Agility Of 5-Directional Coordination Training

In this study, it was aimed to investigate the effect of 5-directional coordination studies on tennis athletes. Sixteen male volunteer athletes with a mean age of $12,63 \pm 0,806$ (years), a height of $164,06 \pm 9,882$ cm and a mean weight of $57,31 \pm 10,806$ kg were included in the study. Pre-training Squares, Zigzag test and Vertical jump tests were divided into random (n = 8) and control (n = 8) groups by taking initial measurements. While the control group continued tennis training for 3 days per week for 8 weeks, 5-way coordination training was applied for 20 minutes before the tennis training, 75-85% of the load, 5 repetitions, 2 sets, with a resting time of 10 seconds. All the measurements of the athletes were written in the Excel program and the analyzes were made within the group and between the groups in the SPSS 22 package program. Significant differences were found in the square, zig-zag and vertical jump test results of the experiment group. Significant differences were found in the square and zigzag test results of the control group and no significant difference was found in the vertical jump test results ($p > 0,05$). It was determined that the 8-week 5- way coordination trials conducted three days a week affected positively the quickness characteristics. As a result; 5-way coordination training applied in this study can be used in male 12-14 year old tennis players. It can be said that this study is not the quickness characteristics of the tennis players but the effect of the jumpers of the athletes.

Keywords: Tennis, Quickness

KSB421

Baştan sona yüklenmeli Wingate testinin yeni nesil güç göstergelerinin tekrar test güvenilirlikleri

¹Özgür Özkaya, ¹Gökem Aybars Balci, ¹Hakan As, ²Emre Vardarli

¹Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir

²University Of Texas At Austin, Department Of Kinesiology And Health Education, Austin/Texas

Email : ozgur.ozkaya@ege.edu.tr, gorkem.aybars.balci@ege.edu.tr, hakanas@windowslive.com, emre.vardarli@hotmail.com

Giriş ve amaç: Wingate testinin geleneksel güç göstergelerinin güvenilirlik düzeyleri oldukça iyi bilinse de yeni nesil güç göstergelerinin güvenilirlik düzeylerinin analiz edildiği bir çalışma bulunmamaktadır. Bu çalışmanın amacı testin yeni nesil güç göstergelerinin güvenilirlik analizlerini yapmaktır.

Yöntem: Çalışma 32 iyi antrene erkek sporcunun gönüllü katılımlarıyla gerçekleştirildi. Adaptasyon çalışmalarının ardından gönüllüler iki ayrı günde iki kez baştan sona maksimal yüklenmeli Wingate testine alındı. Tekrar test güvenilirliklerinin analizinde Sınıf-içi Korelasyon Katsayısı (Interclass Correlation Coefficient; ICC) analizleri kullanıldı.

Bulgular: 5 saniyelik ortalamalara dayalı geleneksel parametrelerinden zirve güç, ortalama güç, güç kaybı ve yorgunluk indeksi gibi bilinen değerlerin güvenilirlik düzeyleri önceki çalışma bulgularıyla benzerdi ($ICC \geq 0.95$; $CV \leq 2,8$). Yeni nesil göstergelerden zirve güç, ortalama güç, en düşük güç, güç kaybı, yorgunluk indeksi, güç düşüşü, en yüksek hız (rpm) ve toplam enerji yüksek düzey güvenilirlikler verdi ($ICC \geq 0.94$; $CV \leq 4,3$). Diğer yandan zirve güce ulaşma süresi, en yüksek hız zamanı ve en yüksek hıza ait güç değeri gibi parametreler ise orta düzey güvenilirlikler verdi ($ICC \geq 0.73$; $CV \geq 4,53$).

Sonuç: Güç ve yorgunluk temelli yeni göstergeler, geleneksel güç göstergeleriyle benzer ve yüksek düzey güvenilirlik sonuçları verirken, zamanla ilintili yeni jenerasyon göstergelerin oldukça hassas ve orta düzey bir korelasyona sahip oldukları gösterildi.

Anahtar kelimeler: Anaerobik, anlık, maksimum hız, rpm, zirve güce ulaşma süresi.

The test-retest reliability of new generation power indices of Wingate all-out test

Introduction and Aim: Although reliability correlations of traditional power indices of the Wingate test are well done, there is no study to analyze new generation power indices. The purpose of this study was to investigate retest reliability of new generation power indices.

Method: Thirty-two well-trained male athletes volunteered to take part in the study. Following familiarization sessions, participants performed two Wingate all-out sessions on two separate days. Interclass Correlation Coefficient (ICC) was analyzed based on the test and retest data.

Result: Reliability results of traditional power indices calculated based on 5-sec means such as peak power, average power, power drop and fatigue index ratio were similar with the previous findings in literature ($ICC \geq 0.95$; $CV \leq 2.8\%$).

New generation power indices such as peak power, average power, lowest power, power drop, fatigue index, power decline, maximum speed as rpm and amount of total energy expenditure marked high reliability ($ICC \geq 0.94$; $CV \leq 4.3\%$). On the other hand, time to peak power, time at maximum speed and power at maximum speed stated the moderate level reliability ($ICC \geq 0.73$; $CV \geq 4.53\%$).

Conclusion: It is shown that reliability correlations of new generation power and fatigue-related indices are similar with traditional 5-sec means. However, new time-related indices are very sensitive and moderately reliable.

Keywords: Anaerobic, instantaneous, maximum speed, rpm, time to peak power.

SB422

Kort İçi Çabukluk Antrenmanlarının Tenis Becerisine Etkisi

1Mine Gül, 1Zeynep Topal, 1Gazanfer Kemal Gül

1Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi , Kocaeli

Email : minegul7@gmail.com, zeyneptopalyaz@hotmail.com, gazanfergul@gmail.com

Bu çalışmada, 12-14 yaş grubu erkek grubuna uygulanan kort içi çabukluk antrenmanlarının ITN testine etkisi amaçlanmıştır. Çalışma TED kulübünde yaş $13,06 \pm 0,854$ (yıl), boy $161,13 \pm 9,344$ (cm) ve ağırlık ortalaması $56,413 \pm 9,3981$ (kg) olan 16 gönüllü erkek sporcu ile gerçekleştirilmiştir. Antrenmanlardan önce sporculara ITN Yer Vuruşları Derinlik ve Hassasiyet Güç Testleri uygulanarak tesadüfi yöntem ile deney (n=8) ve kontrol (n=8) grubuna ayrılmıştır. Araştırmada 8 hafta boyunca haftada 3 günü, kontrol grubu kulüp antrenmanlarına devam ederken, deney grubu haftalık antrenmanları ve çabukluk çalışması yapılmıştır. Aynı ölçümler 8 hafta sonunda tüm deneklere tekrar uygulanarak SPSS 22 paket programında tanımlayıcı istatistikleri, grup içi analizleri için Wilcoxon ve gruplararası analizler için de Mann Withney-U testi yapılmıştır. Araştırma bulgularında kontrol grubunda Yer Vuruşları Derinlik testi hariç Hassasiyet Güç Testi ölçümlerinde anlamlı farklılık bulunmazken ($p > 0,05$), deney grubunda anlamlı farklılık bulunmuştur ($p < 0,05$). Kontrol ve deney grubu son ölçüm analizinde derinlik testinde fark bulunmamış, ancak hassasiyet testinde deney grubunun çalışmasından kaynaklı fark testir edilmiştir ($p < 0,05$). Sonuç olarak, bu çalışmada uygulanan çabukluk antrenmanları, çabukluk özellikleri geliştirilmek istenen 12-14 yaş grubu erkek tenisçilerde kullanılabilir bir yöntem olabileceği ve antrenmanlarla sporcuların teknik ve hedef ve stratejik becerilerinin geliştirilebileceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Çabukluk, Sürat, ITN.

The Effect Of Tennis Skill Of On Cout Quickness Training

In this study, it was aimed to effect ITN test of the inner quickness training of 12-14 age group male group. The study was conducted with a voluntary male athlete with a mean age of 13.06 ± 0.854 (years), boy $161,13 \pm 9,344$ (cm) and mean height $56,413 \pm 9,3981$ (kg) in the TED club. Before training, the athletes were divided into random (n = 8) and control (n = 8) groups by applying ITN Ground Strike Power Tests. During the study, 3 weeks a week for 8 weeks, while the control group continued to train, weekly training and quickness work was done. Descriptive statistics in SPSS 22 package program and Mann Withney-U test for in-group analyzes. In the control group of the study findings, there was a significant difference in the experimental group ($p < 0,05$) while there was no difference in the ITN Stroke Depth Test Precision Power Test measurements ($p > 0.05$). This test was not applied successfully ($p < 0.05$). As a result, applied quickness training of this study, It can be said that the 12-14 age group can be used a method in male tennis players, technical, objective and strategic skills of the athletes can be developed through training.

Keywords: Tennis, Quickness, ITN.

12-16 Yaş Arası Adölesanlarda Kuvvet Parametrelerinin Korelasyonu

¹Tuba Melekoğlu, ¹Birgül Aslan, ²Berkay Löklüoğlu, ¹Ali Işın

¹Akdeniz Üniversitesi, Antalya

²Mustafa Kemal Üniversitesi, Hatay

Email : isin_ali@hotmail.com, brglarlan_07@hotmail.com, berkaylokluoglu@mtu.edu.tr, tmelekoglu@akdeniz.edu.tr

Sporcuların yetenekleri biyolojik ve fizyolojik faktörlerle şekillenir. Bireyin kas kompozisyonu; onun kuvvet, dayanıklılık ve esneklik gibi motor yeteneklerine etki eder. Özellikle çocuklarda kas kompozisyonunu doğrudan incelemek çoğunlukla uygulanabilir olmadığından, yetenek seçimine dair yapılan testlerle çocuğun genetik profili hakkında kestirimlerde bulunulmaya çalışılır. Sportif performans açısından, kuvvet dikkate alınan önemli özelliklerden birisidir. Kuvvet ölçümünde en sık kullanılan yöntemler izokinetik ve izometrik ölçümlerdir. Ekonomik olması ve ulaşılabilirlik anlamında dinamometre ile yapılan kuvvet ölçümleri daha sık kullanılmaktadır. Bu araştırmanın amacı bacak, sırt ve el kavrama kuvveti arasındaki ilişkiyi incelemektir. Ayrıca yaş, boy, vücut ağırlığı, spora katılım gibi değişkenlerin, kuvvet parametreleri ile olan ilişkisini değerlendirmek amaçlanmıştır. Bu amaçla cinsiyet ve yaşa göre eşleştirilmiş, 12-16 yaşları arasındaki fiziksel olarak aktif (n=31, 14.26 ± 0.68 yıl) ve sedanter (n=31, 14.21 ± 0.66 yıl) adölesanlar araştırmaya katılmıştır. Gönüllülerin boy, vücut ağırlıkları, vücut yağ yüzdeleri ile; kuvvet parametreleri ölçülmüştür. Araştırma sonucunda sportif etkinliklere katılım, yaş, boy, vücut ağırlığı ile kuvvet ölçümleri arasında pozitif korelasyon tespit edilmiştir. Bacak (90.71 ± 36.59 kgf), sırt (80.97 ± 32.44 kgf) ve el kavrama (28.25 ± 6.88 kgf) kuvveti ile en yüksek korelasyon değeri boy (161.82 ± 8.68 cm) parametresi arasında bulunmuştur (p<0.001). Bununla birlikte el kavrama kuvveti ile bacak ve sırt kuvveti arasında (sırasıyla, r=0.675; r=0.698, p<0.001) oldukça yüksek korelasyon tespit edilmiştir. Araştırma sonuçları göstermektedir ki; yaş, fiziksel aktivite geçmişi, vücut yapısı ile kuvvet değerleri oldukça yüksek ilişki içerisindedir. Bu nedenle yetenek seçimlerinde yapılacak olan testlerde bireylerin fiziksel aktivite geçmişleri ve vücut yapıları dikkate alınarak kuvvete yönelik değerlendirmeler yapılmalıdır. Ayrıca araştırma sonuçlarına göre boy uzunluğu fazla olan bireylerin yüksek kuvvete sahip olabileceği öngörülmektedir. Özellikle adölesanlarda, kuvvete yönelik ölçümler yapılırken boy uzama dönemlerine dair farklılıklar dikkate alınmalıdır.

Correlation Of Strength Parameters in Adolescents Aged 12 to 16 Years

Athletes' abilities are shaped by biological and physiological factors. An individual's muscle composition affects his/her motor abilities. Since direct examination of muscle composition is hardly ever feasible, particularly in children, the genetic profile of a child is tried to be understood through talent identification tests. Regarding sport performance, strength is one of the important features to consider. The most widely used methods for strength measurement are isokinetic and isometric measurements. Since it is economic and accessible, strength measurements with dynamometer are used more frequently. The aim of this study was to investigate the correlation of leg, back and grip strength parameters. Besides it was aimed to assess the relationship between strength parameters and a number of variables such as age, height, weight, and participation in sport. Participants of this study were physically active (n = 31, 14.26±0.68 years) and aged-gender matched sedentary (n = 31, 14.21±0.66 years) adolescents. All volunteers' heights, weights, body fat percentages and strength parameters were measured. As a result of this study, a positive correlation was determined between strength measurements and participation in sport, age, height and weight. The highest correlation value was noted between height parameter (161.82±8.68 cm) and leg (90.71±36.59 kgf), back (80.97±32.44 kgf) and grip (28.25±6.88 kgf) strength. Furthermore, a very high correlation was noted between grip strength and leg and back strength (p <0.001).

The results of this study indicate that age, physical activity background, body type and strength values are highly interrelated. For this reason, in the tests to be conducted for talent identification, strength oriented assessments should be applied with regard to individuals' physical activity backgrounds and body types. Moreover, particularly in adolescents, the differences regarding the period of their increase in height should be taken into consideration while performing strength oriented measurements.

Kombine Antrenmanların Yıldız Erkek Basketbolcuların Performans Düzeyine Etkisi

1Mehmet Fatih Yüksel

¹Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, Konya

Email : yukselmehmetfatih@gmail.com

Giriş ve Amaç: Basketbol sporunda performans artışını tek bir kritere bağlamak zordur (1). Ancak oyunun karakteristik özellikleri göz önüne alındığında, temel motorik özelliklerin ön planda olduğu görülmektedir (2). Kombine antrenman uygulamalarının motorik özelliklerin gelişimindeki etkisinin belirlenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Bu çalışmanın amacı basketbol alt yapıda hazırlık döneminde uygulanan kombine antrenmanların bazı performans parametreleri üzerine olan etkilerinin araştırılmasıdır.

Yöntem: Araştırmaya Selçuklu Belediye Spor Kulübü yıldız takımından yaş ortalaması 15.81 ± 0.60 olan 17 erkek basketbolcu (ant yaşı ort; 4.23 ± 0.97) gönüllü olarak katılmıştır. Deneklere basketbol yerel ligleri başlamadan önce hazırlık döneminde kombine antrenman programı uygulanmıştır. Antrenmanlar 6 hafta süre ile haftada 6 gün ve günde 75-90 dk olarak programlanmıştır. Uygulanan program öncesi ve sonrası deneklere motorik özelliklerini belirlemek için bazı testler (dominant ve non-dominant el kavrama kuvveti, esneklik, 30 sn mekik, dikey sıçrama, anaerobik güç, 20 m sürat ve MaxVO₂) uygulanmıştır. İstatistiksel hesaplamalar SPSS 21.0 programında, Wilcoxon T testi ile belirlenmiştir. Anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ alınmıştır.

Bulgular: Basketbolcuların ön-test ve son-test ortalama değerleri arasında dikey sıçrama, anaerobik güç, 30 sn mekik ve MaxVO₂ parametrelerinde istatistiki olarak anlamlı farklılıklar ($p < 0.05$) belirlenmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak hazırlık dönemi boyunca uygulanan 6 haftalık kombine antrenman programının alt yapıda oynayan yıldız basketbolcuların motorik özelliklerini olumlu yönde etkilediği belirlenmiştir. Basketbolun mücadele gücü yüksek bir spor olduğu göz önünde bulundurulduğunda, kombine antrenmanların, antrenman ve yüklenme ilkeleri göz önünde bulundurularak tüm sezon boyunca uygulanması önerilebilir.

Kaynaklar:1- Trninic S., Dizdar, D. (2000). System of the performance evaluation criteria weighted perpositions in the basketball game. Coolegium Antropologicum, 24,(1), 217-234. 2- Sevim, Y. (2006). Antrenman Bilgisi. 2. Baskı. Ankara: Nobel Yayınları.

The Effect Of Combined Trainings On The Performance Level Of Junior Male Basketball Players

Introduction and Purpose: It is difficult to associate to a single criterion the increase in performance in a basketball sport (1). However, when the characteristic features of the game are considered, it seems that the main motoric features are at the forefront (2). It is thought that determination of the effect of combined training exercises on the improvement of motoric features is important. The purpose of this study is to investigate the effects on some performance parameters of the combined training applied during the preparation period in basketball infrastructure.

Method: 17 male basketball players (training age average; 4.23 ± 0.97) with an age average of 15.81 ± 0.60 from the junior team of the Selçuklu Municipality Sports Club participated in the study voluntarily.

The combined training program was applied to test subject during the preparation period before basketball local league starts. The training is programmed as 6 days a week for 6 weeks and 75-90 minutes a day. Some tests (dominant and non-dominant hand grip strength, flexibility, 30 sec sit-ups, vertical jump, anaerobic power, 20 m speed and MaxVO₂) have been applied to determine motoric features before and after the program. Statistical calculations were made using the Wilcoxon T test in the SPSS 21.0 program. Significance level was considered as $p < 0.05$.

Findings: Significant differences ($p < 0.05$) were determined statistically between the pre-test and post-test average values of basketball players for vertical jump, anaerobic power, 30 sec sit-ups and MaxVO₂ parameters.

Conclusion: As a result, it was determined that 6 week combined training program applied during the preparation period affected positively the motoric features of the junior basketball players playing in the infrastructure. Considering that basketball is a sport that has high fighting power, it may be suggested to apply combined trainings throughout the entire season taking into account training and loading principles.

Futbolda Ayaküstü Şut Hızının Radar ve Görüntü Analiz Yazılımı İle Ölçülmesi

¹Abdullah Kılıcı, ²Kerem Tuncay Özgünen, ¹Selçuk Aslan, ¹Cemil Çağlar Bildircin, ¹Selcuk Karakaş, ¹Selcen Korkmaz Eryılmaz, ²Özgür Günaştı, ¹Nedim Askeri, ²Çiğdem Özdemir, ²Sanlı Sadi Kurdak

¹Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Adana

²Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Fizyoloji Anabilim Dalı, Adana

Email : abduhahkilci89@gmail.com, kozgunen@cu.edu.tr, ssaslan@gmail.com, ccbildircin@gmail.com, selcukk.12@gmail.com, selcen_korkmaz@yahoo.com, ogunasti@gmail.com, nedimaskeri21@gmail.com, cozdemi@cu.edu.tr, sskurdak@cu.edu.tr

Giriş:Futbolda kazananın, rakibinden en az bir gol fazla atmasıyla belirlenmesi şut atma performansının önemini göstermektedir. Şut eylemi sonrası top hızının yüksek olması pozisyonun golle sonuçlanma olasılığını yükseltmektedir. Bu sebeple, antrenörler tüm yaş grubu futbolcuların şut atma performanslarını belirlemeye ve geliştirmeye yönelik farklı stratejiler geliştirmeye çalışmaktadırlar. Çalışmamızın amacı, ayaküstü vuruş tekniği ile atılan şut hızının, radar ve görüntü analizi programları ile ölçülmesi ve birbirleri arasındaki ilişkinin belirlenmesidir. MATERYAL

Metod:Çalışmamıza, amatör düzeyde futbol oynayan (Yaş 23 ± 2.3 yıl, Boy 177 ± 5.6 cm, Vücut Ağırlığı 72 ± 7 kg, 11 ± 4 Spor Yaşı; ortalama $\pm$ SS) 13 futbolcu katılmıştır.Çalışmamızda, futbolculardan futbol kalesine 10m mesafeden 15, 11m mesafeden 74, 15m mesafeden 19 ve 17m mesafeden 15 olmak üzere 123 adet ayaküstü vuruş tekniği kullanarak maksimum şiddette şut atmaları istenmiştir.Şut eylemi esnasında futbolcuların 1m arkasına yerden 1m yükseklikte saniye 120 adet görüntü kaydedebilen Go-Pro3 marka kamera yerleştirilmiştir. Topun hedefe varış anını kamera ile belirlemek amacıyla hedefe ağ koyulmuştur.Ortalama şut hızları Kinovea Programı kullanılarak analiz edilmiştir.Eş zamanlı olarak pik şut hızlarının ölçümü ise Bushnell marka radar ile belirlenmiştir.Radar ve görüntü analizi ile ölçülen top hızı değerleri km/saat cinsinden verilmiş, her iki ölçüm arasındaki ilişki Pearson Korelasyon analizi yapılarak değerlendirilmiştir.

Bulgular:Futbolcuların hedefe 10-11-15-17m mesafeden attıkları şut sonucu ulaştıkları top hızı değerleri irdelendiğinde; 10m'de radarla ölçülen hız ile iki ve üç boyutta yapılan ölçüm arasında %10 fark çıkarken, bu değer 11-15m'de %1, 17m'de ise %3 çıkmıştır. 2 boyut ve üç boyutta yapılan ölçümler arasında ise her 4 mesafede de fark %1'in altında hesaplanmıştır.10m-11m-15m-17m'den atılan şutların 2-3 boyutlu, radarla ölçülmesi sonucu elde edilen değerler arasında yüksek derecede korelasyon bulunmuştur($r=0.92- 0.98$ arasında, $p<0.05$).

Sonuçlar:Yapılan detaylı analizler, ayaküstü vuruş tekniği kullanılarak yapılan şut eylemi sonucu top hızı değerlerinin ölçülmesi için kullanılan ve özellikle ülkemizde erişilmesi güç olan radarlara alternatif olarak görüntü analiz programları kullanılabileceği gösterilmiştir. Ayrıca görüntü analizlerinin kullanılması halinde daha detaylı analizlerde yapılabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler:Futbol, Şut Atma Hızı, Görüntü Analizi

The Measurement Of Ball Speed Instep Kick By Using Radar And Video Analysis Sytsem

Introduction: The determination of the winner on soccer by at much least one goal scored from rival shows the importance of shooting performance. If ball increases, as a result of soccer kick action, increases the probability of goal being scored. For this reason, coaches are trying to develop different strategies to determine and improve kick performances of all age group. Aim of our work is to measure speed of shooting with instep kick technique, with radar and video analysis programs, and determine relationship between each other.

Material, Method: Thirteen players participated the study, who played soccer at amateur level (Age 23 ± 2.3 years, Height 177 ± 5.6 cm, Body Weight 72 ± 7 kg, Age 11 ± 4 Spor Age, mean $\pm$ SD). In our work, soccer players were requested kick maximum power, 123 total kick, 15 times from 10 meters, 74 times from 11 meters, 19 times from 15 meters and 15 times from distance 17 meters. During shooting action, Go-Pro3 camera was placed behind players 1m, capable of recording 120 images per second at height 1m. The target was networked to determine arrival time of ball to target with camera. Average shot speeds were analyzed using Kinovea program. Simultaneously measurement of peak shot speeds was determined by Bushnell radar. The ball speed values measured by the radar and video analysis are given in km/hour, relationship between measurements was assessed pearson correlation analysis.

Results: Soccer players kick where distance to the goal 10-11-15-17m the ball speed values are analyzed; at 10m, there is 10% difference between the speed measured by radar, measurements made in two-three dimensions, this value was 1% at 11-15m and 3% at 17m. The difference between measurements made two-three dimensions calculated under 1% every 4 distances. Soccer's players kick distance 10m-11m-15m-17m were found high correlation between two-three dimensional, radar-measured values ($r=0.92-0.98$, $p<0,05$).

Conclusion: It shows that detailed analysis, video analysis programs can be used as alternative radars, which are difficult to reach especially in our country, which are used measure results shooting action resultant ball speeds using instep kick technique. It is also thought that more detailed analysis can done if video analysis is used.

Keywords: Soccer, Kick Speed, Video Analysis

Maksimal Aerobik Performans ve Laktat Seviyelerinde Cinsiyet Farklılıkları

¹Berkay Löklüoğlu, ²Ali Tatlıcı, ³Ali Işın, ³Tuba Melekoğlu

¹Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Hatay

²Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

³Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya

Email : berkaylokluglu@mku.edu.tr, brshk_ali@hotmail.com, aliisin@akdeniz.edu.tr, tubasn@hotmail.com

Amaç: Bu çalışmanın amacı; cinsiyetin maksimal aerobik performans ve laktat seviyelerine etkilerini incelemektir.

Method: Çalışma gönüllü olan ve araştırmaya dahil edilme kriterlerine göre [18-20 yaş aralığında, benzer antrenman geçmişine ve normal vücut kitle indeksi değerlerine ($18.5-24.9 \text{ kg/m}^2$) sahip olan, egzersiz öncesi normal laktat düzeyine sahip olan ($<2 \text{ mmol/l}$)] ; 70 erkek (ort. $\pm$ SS: yaş: 19.15 ± 0.06 yıl; boy: 177.64 ± 6.62 cm ve ağırlık: 67.99 ± 6.52 kg) ve 30 kadın (ort. $\pm$ SS: yaş: 18.98 ± 0.11 yıl; boy: 168.51 ± 6.50 cm ve ağırlık: 58.16 ± 7.34 kg) ile yürütülmüştür. Maksimal aerobik gücü belirlemek amacıyla 20m mekik testi uygulanmıştır. Kan laktat konsantrasyonları aerobik performans testinden önce ve hemen sonrasında kulak memesinden alınmıştır. Kan örnekleri portatif laktat analizörü Lactate Scout (+) (LSP, SensLab GmbH, Germany) ile değerlendirilmiştir.

Bulgular: Erkekler 20m mekik testinde daha yüksek güç çıktıklarına sahip olmuşlardır ($53.44 \pm 2.29 \text{ ml.kg}^{-1}.\text{dk}^{-1}$ karşın $43.35 \pm 4.95 \text{ ml.kg}^{-1}.\text{dk}^{-1}$, $p<0.001$). VO₂max değerleri erkeklerde daha yüksek bulunmasına karşın, maksimal aerobik performanstan sonraki laktat seviyelerinin gruplar arasında benzer olduğu görülmüştür ($9.90 \pm 1.95 \text{ mmol/l}$ karşın $9.46 \pm 1.69 \text{ mmol/l}$, $p=0.28$).

Sonuç: Bu sonuçlar, erkeklerin yüksek VO₂max değerlerinin egzersiz sonrası oluşan laktat seviyesi ile ilişkisinin olmadığını göstermektedir. Bununla birlikte, erkek ve kadınların benzer laktat seviyeleri söz konusu olduğunda, erkekler daha iyi aerobik profil göstermektedir. Aerobik performansdaki farklılıkların kaslardan çok dolaşım sisteminden kaynaklı olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Aerobik performans, maksimal oksijen tüketimi, laktat, 20 m mekik testi

Gender Differences in Maximal Aerobic Performance and Lactate Levels

Purpose: The aim of this study was to examine the effects of gender on maximal aerobic performances and lactate levels.

Methods: The research was conducted on a sample of 70 male (mean $\pm$ SD: age: 19.15 ± 0.06 years; height: 177.64 ± 6.62 cm and weight: 67.99 ± 6.52 kg) and 30 female (age: 18.98 ± 0.11 years; height: 168.51 ± 6.50 cm and weight: 58.16 ± 7.34 kg) according to including criteria [18-20 years range, with similar levels of physical activity history and between normal body mass index values ($18.5-24.9 \text{ kg/m}^2$), had normal blood lactate levels pre-exercise ($<2 \text{ mmol/l}$)]. A 20 m shuttle run test in applied to determine maximal aerobic power. Blood lactate concentrations in capillary samples obtained from the ear lobe before and immediately after the aerobic performance test. Blood samples were evaluated with portable lactate analyser Lactate Scout (+) (LSP, SensLab GmbH, Germany).

Results: The malesubjects generated higher power outputs(53.44 ± 2.29 ml.kg⁻¹.dk⁻¹ versus 43.35 ± 4.95 ml.kg⁻¹.dk⁻¹, $p < 0.001$) with 20 m shuttle run test. Although VO₂max values were higher in males, it was seemed that the lactate levels after maximal aerobic performance were similar between groups (9.90 ± 1.95 mmol/l versus 9.46 ± 1.69 mmol/l , $p = 0.28$).

Conclusion: These results indicate that higherVO₂max values of males aren't related with immediately post exercise lactate levels. Also, when men and women had similar lactate levels, the men show a better aerobic profile. The difference in aerobic performance seems to dependson the circulatory system rather than muscles.

Keywords: Aerobic performance, VO₂max, lactate, 20 m shuttle run test

50 M Dip Monopalet Sporcularında Farklı Isınma Protokollerinin Atletik Performans Üzerine Akut Etkisinin İncelenmesi

¹Gökhan Tuna, ²Deniz Demirci, ³Suat Yıldız

¹Trakya Üniversitesi Kırkpınar Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

²Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

³Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Bu çalışmanın amacı, 50 m. Monopalet yüzücülerinde farklı ısınma protokollerinin atletik performansına akut etkisini tespit etmektir. Bu çalışma deneysel yöntem uygulanarak yapılmıştır. Çalışmaya İstanbul ili içerisindeki sualtı spor kulüplerinde lisanslı olan elit düzeydeki (4 tanesi genç milli) 13 sporcu katılmıştır. Çalışmaya katılan gönüllü 13 monopalet sporcunun yaş ortalaması 18,2 yıl, ağırlıkları ortalaması 71,2 kg, boy uzunlukları ortalaması 175,4 cm olarak saptanmıştır. Denekler performans testlerini farklı günlerde uygulamadan önce antropometrik ölçümlerinin bitiminde beş dakika hafif tempo koşunun ardından bir dakika yürüme (Aktif Dinlenme) sonrasında statik germe protokolü, dinamik germe protokolü ve statik-dinamik germe protokolünü uygulamışlardır. Yapılan çalışmaların ardından otur-uzan, sırt bacak kuvveti, dikey sıçrama değerleri (SJ ve CMJ) ve 50 mt dip monopalet dereceleri kayda alınmıştır. Yapılan çalışmada, farklı germe protokolü (statik, dinamik, statik-dinamik) uygulayan grup test ölçümleri Spss-Kruskal Wallis testi yardımıyla karşılaştırıldığında, esneklik için $p=0,321$, sırt bacak kuvveti için $p=0,615$, dikey sıçrama değerleri için $p=0,87$ ve $P=0,135$, 50 m. monopalet yüzme için $p=0,198$ olarak tespit edilmiş ve anlamlı farklılık bulunamamıştır. Sonuç olarak, farklı germe egzersizi protokolü (statik, dinamik, statik-dinamik) uygulanan sporcuların esneklik, bacak-sırt kuvveti, dikey sıçrama ve 50 m. monopalet yüzme performansına olumlu katkısının olmadığı tespit edilmiştir. **Anahtar Kelimeler:** Isınma, Statik, Dinamik, Monopalet

50 m. monofin swimmers athletic performance in the acute effect of different warm-up protocols

The aim of this study is to detect 50 m. monofin swimmers athletic performance in the acute effect of different warm-up protocols. This study was conducted by applying experimental methods. Working within the province of Istanbul underwater in sports clubs that are licensed (4 of them junior national) 13 elite athletes participated. 13 volunteer monopalet athletes participated in the study mean age of 18.2 years, an average weight of 71.2 kg, height 175.4 cm was determined as the average. Attendants made performance tests before applying anthropometric measurements on different days at the end of five minutes of light jogging followed by a minutes walk pace (Active Rest) after static stretching protocols, dynamic stretching protocol and static and dynamic stretching protocol were applied. Following the work done sit and reach, back and leg strength SJ EMJ performed after the application has been recognized by 50 m bottom monopalet degrees. In the study, different stretching protocols (static, dynamic, static and dynamic) that implements the group test measurements SPSS-Kruskal-Wallis test help, compared to the flexibility of $p = 0.321$, back leg strength $p = 0.615$, vertical jump values $p = 0.87$ and $P = 0.135$, 50 m. Monofin $p = 0.198$ for swimming and no differences were detected. As a result, different stretching protocols (static, dynamic, static and dynamic) that implements the flexibility of athletes, leg-back strength, vertical jump and 50 m. for monofin swimming have been found to have no positive effect on the performance. **Keyword:** Stretching, Warm-up, Dynamics, monofin

KSB536

Judo Hazırlık Dönemi Antrenmanının Laktat Eliminasyonu Ve Laktat Kinetikleri Üzerine Etkileri

¹Faruk Turgay, ²Aylin Çeçen Aksu

¹Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Sağlık Bilimleri Anabilim Dalı, İzmir

²Türkiye Atletizm Federasyonu, Ankara, İzmir

Email : fturgay@yahoo.com, aylincecenaksu@hotmail.com

Giriş ve Amaç:Judo maçı esnasındaki yorgunluk temel olarak metabolik asidozla ilişkilidir. Bu nedenle laktat eliminasyon hızı (LEH) judo performansı için önemli bir faktör olabilir. Bu çalışmanın amacı judo hazırlık dönemi antrenmanlarının LEH ve maç benzeri bir antrenman (MBA) esnasındaki laktat kinetikleri üzerine etkilerini incelemektir.

Yöntem: Bu çalışmaya Türk Judo milli takımına mensup 16 bayan sporcu (yaş 17.9 ± 0.8 yıl) katıldı. Yaklaşık 5 aylık bir antrenman öncesi ve sonrası olmak üzere; LEH ve kritik hız (KH, maksimal 1000 m ve 400 m koşu performansından) saptandı. İstemli yorgunluğa kadar devam eden maç benzeri bir antrenmandan (MBA) 3 dk (LA3) ve 20 dk sonra (LA20) parmak ucundan alınan kan numunelerinden laktat konsantrasyonları (YSI 1500 Sport laktat analizörü ile) belirlendi. Pik laktat (LA3) ve (LA20) arasında laktat konsantrasyonundaki farklılığın 17'ye bölünmesi ile LEH (Δ mM/min) hesaplandı. Açlık kan örneklerinden; Hemogram,üre,ürik asit (ÜA) ve bazı hematolojik parametreler saptandı. İstatistiksel anlamlılık için (P < 0.05) değeri temel alındı.

Bulgular: Antrenman öncesi ve antrenman sonrasında elde edilen LEH, KH değerleri ve MBA esnasındaki laktat kinetikleri için iki dönem arasında anlamlı bir farklılık bulunmadı. Ancak, ÜA (p=0.037), Ferritin (% 32.1), hemoglobin ve LEH antrenman sonrasında artış; LA3, LA20 ve vücut ağırlığı ise istatistiksel olarak anlamlı olmayan bir düşme gösterdiler. Antrenman öncesinde, LEH ve maç sonu pik laktat (LA3) değeri arasında (r=0.630, p=0.009); ve LEH ve KH arasında antrenman sonrasında ise LEH ile vücut ağırlığı (r= - 0.495, p=0.051 ve vücut kitle indeksi (r= - 0.558, p=0.017) arasında anlamlı korelasyonlar bulundu.

Sonuçlar: Hazırlık dönemi antrenmanları LEH, laktat kinetikleri ve KH değerlerini anlamlı olarak değiştirmedir. LEH, antrenman öncesinde pik laktat değeri (LA3) ile ilişkililikten, antrenman sonrasında fiziksel profil ile ilintiliydi. Bu bulgular sezon hazırlık antrenmanlarının hem metabolik hem de fiziksel modifikasyonlar ile laktat metabolizmasını etkileyebileceğini işaret eder.

The Effects Of Judo Seasonal Preparatory Training On The Lactate Elimination Rate And Lactate Kinetics

Aim and introduction:The fatigue during judo match mainly depends on metabolic acidosis. Therefore the rate of lactate elimination (LER) may be an important factor for judo performance. The aim of this study was to determine the effects of seasonal preparatory training on the lactate elimination rate (LER) and lactate kinetics during the match-like training (MLT).

Methods:This study included 16 Turkish national female judoists (mean age: 17.9 ± 0.8 years). Before and after about 5 months of the training; LER and critical speed (CS, from maximum 1000 m and 400 m running performance times) were calculated. Blood samples for lactate were taken from finger tip after 3 (LA3, peak lactate) and 20 min (LA20) following MLT until voluntary fatigue and analyzed (by YSI 1500 Sport lactate analyzer).

The fall rate in blood lactate concentration between LA3 (peak lactate) and LA20 (Δ mM/min) was defined as LER. From fasting blood samples; Hemogram, urea, uric acid (UA) and some hematological parameters were determined . Statistical significance was considered as ($P < 0.05$).

Results:No significant differences were observed for LER, CS and the lactate kinetics during MLT between before and after the training. However, while UA ($p = 0.037$), Ferritin (32.1%), hemoglobin and LEH increased after training, LA3, LA20 and body weight showed a insignificant decrease. There was significant the relationship between LER and LA3 ($r=0.630$, $p=0.009$) and between LER and CS before the training and there were correlations between LER with the body weight ($r= -0.495$, $p=0.051$) and body mass index after the training ($r= - 0.558$, $p=0.017$).

Conclusions:The seasonal preparatory training did not significantly change LER, CS and lactate kinetics during MLT. LER was associated with peak lactate value (LA3) before training, but was associated with physical profile after training. These findings indicate that the preparatory trainings may affect lactate metabolism by both metabolic and physical modifications.

2016 Rio Olimpiyat Oyunları Badminton Müsabakalarının Analizi

²Anıl Türkeli, ²Ömer Şenel, ¹İrfan Gülmez

¹Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

²Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : anilturkeli@hotmail.com, osenel@gazi.edu.tr., irfan.gulmez@marmara.edu.tr

Amaç: Bu araştırmanın amacı, 2016 Rio Olimpiyatları badminton müsabakalarının genel analizi yapılarak, daha önce düzenlenen Olimpiyat Oyunları (2004 Atina, 2008 Pekin, 2012 Londra) badminton müsabakaları ile karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Araştırmada, olimpiyatlara katılan sporcuların fiziksel özellikleri, ortalama maç ve ralli süreleri, ralli vuruş sayıları ile katılan ülkeler ve ülkelerin madalyaların dağılımları incelenmiştir. Veri toplama aracı olarak 2016 Rio Olimpiyat Oyunlarının resmi internet sayfası kullanılmış, müsabakalar süresince bu sayfada yayınlanan toplam 206 müsabakanın sonuç ve analizleri kaydedilerek değerlendirmeye alınmıştır. Araştırma, 41 ülkeden, 85 kadın ve 87 erkek sporcu olmak üzere toplam 172 sporcuya ait veriler kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Verilerin tanımlayıcı istatistik analizleri (aritmetik ortalama, minimum ve maksimum değer, standart sapma, frekans dağılımı) SPSS 22 istatistik programı kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular: Bu araştırma sonucunda; toplam maç süreleri ortalama olarak tekler ve çiftler kategorilerinde sırasıyla; erkekler; 46.37±14.62 dk., 53.42±18.91 dk., bayanlar; 42.44±13.09 dk., 53.0 ±16.81 dk., olarak belirlendi. Karışık çiftlerde ise bu süre; 46.78±14.99 dk. olarak tespit edilmiştir. En uzun ralli süreleri ortalaması tek erkek ve bayanlarda sırasıyla; 43.6±16.77 sn., 36.96±13.77 sn., çift erkek, çift bayan ve karışık çiftler kategorilerinde sırasıyla; 40.18±18.06 sn., 53.53±17.69 sn. ve 33.75±10.32 sn.'dir. En yüksek ralli vuruş sayısı, ortalama; 57.9±14.86 vuruşla çift bayanlar müsabakalarında meydana gelirken bunu sırasıyla çift erkekler; 42.96±10.06, tek erkekler; 40.03±12.33, karışık çiftler; 37.93±8.29 ve tek bayanlar; 29.87±8.86 kategorileri izlemiştir.

Sonuç: Bu araştırmada elde edilen veriler geçmiş Olimpiyat Oyunları ile karşılaştırıldığında ise, toplam maç süresi ortalamasının azalmasına rağmen, en uzun ralli süre ortalaması ve en yüksek ralli vuruş sayısı ortalamasının artmış olduğu görülmektedir. Anahtar Kelimeler: Badminton, 2016 Rio Olimpiyat Oyunları, Müsabaka Analizi.

Analysis Of Badminton Competitions in 2016 Rio Olympic Games

Objective: The objective of this study was to make a general analysis of badminton in 2016 Rio Olympic Games and to compare with the previous Olympic Games (2004 Athens, 2008 Beijing, 2012 London). In this analysis, physical characteristics of players, mean match and longest rally durations, Mean longest rally strokes, countries participated in to the games and distribution of medals were analysed.

Methods: Official web site of 2016 Rio Olympic Games was used to collect data in this study. Results and analysis of total 206 matches published in this site were evaluated during Olympic Games. Total of 172 badminton players (85 female and 87 male) were participated into this study from 41 different countries. Descriptive statistical analysis of data (Mean standart deviation, minimum and maximum values, percentage distribution) were done by using SPSS 22 for Windows.

Results: The results of this study: mean total match duration in singles and doubles categories for males 46.37 ± 14.62 min., 53.42 ± 18.91 min., for females 42.44 ± 13.09 min., 53.0 ± 16.81 min respectively. This duration was 46.78 ± 14.99 min. in mix doubles matches. The longest rally mean duration of competitions were 43.6 ± 16.77 sec., 36.96 ± 13.77 sec., 40.18 ± 18.06 sec., 53.53 ± 17.69 sec. and 33.75 ± 10.32 sec. in man and lady singles, men doubles, ladies doubles and mix doubles respectively. Ladies doubles have the longest mean rally strokes with 57.12 ± 22.63 , it was followed by men doubles (42.96 ± 10.06), men singles (40.03 ± 12.33), mix doubles (37.93 ± 8.29) and lady singles (29.87 ± 8.86) respectively.

Conclusions: The data obtained in this study when compared with previous Olympic Games total match duration was decreased in all categories. In addition, although mean rally durations decreased, the longest mean rally duration and the longest mean rally strokes were increased.

Keywords: Badminton, 2016 Rio Olympic Games, Match Analysis.

SUNULMADI

KSB558

Genç Kadın Futbolcuların Aktif Sıçrama Hareketi Sırasındaki Kas Aktivasyonlarının Karşılaştırılması

¹Özlem Kılıç, ¹Yusuf Köklü, ¹Erhan Işıkdemir, ¹Bilal Utku Alemdaroğlu

¹Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

Email : ozlemkilig@pau.edu.tr, yoklu@pau.edu.tr, erhanisikdemir20@gmail.com, utkualemdarglu@yahoo.com

Giriş ve Amaç:Bu çalışmanın amacı, genç kadın futbolcuların aktif sıçrama performansları sırasında açığa çıkan kassal aktivasyon düzeylerinin değerlendirilmesi ve kaslar arası aktivasyon(ko-aktivasyon) sürelerinin karşılaştırılmasıdır. Yöntem: Çalışmada, sağ bacakları baskın olan 13 kadın futbolcu (yaş:16,23 ± 2,48 yıl; boy uzunluğu: 161,50 ± 6,14 cm; vücut ağırlığı: 53,36 ± 8,43 kg) gönüllü olarak yer almıştır. Test günü sporculara, 5dk'lık düşük tempolu ısınmanın ardından 2dk dinlenme verilmiş ve 1'er dk'lık dinlenme aralıklı 2 aktif sıçrama yapmaları istenmiştir. Sporcuların hareket süresince vastus lateralis (VL) ve semitendinosus(ST) kas gruplarına ait kas aktivasyonları elektromiyografi(EMG) ile kaydedilmiştir.

Bulgular: Sporcuların sıçrama yüksekliği en yüksek sıçramaya ait kassal aktivasyon verilerinin istatistiksel analizi bağımlı gruplarda t testi ile yapılmıştır. Elde edilen bulgulara göre VL ve ST kaslarında, sağ ve sol bacak arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu belirlenmiştir(p<0.05). Ayrıca futbolcuların aktif sıçrama sırasında baskın bacaklarına ait VL ve ST kassal aktivasyon değerleri baskın olmayan bacaklarına kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Dolayısıyla çift bacakla yapılan sıçramalarda da baskın bacağın daha aktif olduğu söylenebilir. Bununla birlikte, sağ ve sol bacak, VL ve ST kaslarına ait ko-aktivasyon süreleri değerlendirildiğinde kadın futbolcular yüksek agonist düşük antagonist aktivasyon göstermektedir. Ko-aktivasyon süreleri dominant bacakta daha kısa iken baskın olmayan bacakta daha uzun olduğu bulunmuştur(p<0.05).

Sonuç:Bu sonuçlara göre, antrenörler sıçrama antrenmanlarını planlarken çift bacak sıçramalarda baskın ve baskın olmayan bacağın aynı oranda çalışmadığının farkında olmaları gerekmektedir. Bu bilgilerin ışığında antrenörlerin antrenmanlarda çift bacak sıçramalarla birlikte tek bacak sıçramalara da önem vermeleri önerilmektedir. Anahtar Kelimeler: EMG, baskın bacak, baskın olmayan bacak, koaktivasyon

Comparison Of Muscle Activation Levels During Counter Movement Jump Performance in Young Female Soccer Players

The aim: of this study was to evaluate the muscle activation levels and compare co-activation durations during counter movement jump(CMJ) performance in young female football players.13 women player whose dominant leg was right leg (age:16,23 ± 2,48 years; height: 161,50 ± 6,14 cm; weight: 53,36 ± 8,43 kg) participated in the study voluntarily.On the test day, players warmed up 5min low intensity running and rested 2 min. and were required to perform 2 CMJ with 1min. rest interval. Muscle activation of vastus lateralis(VL) and semitendinosus(ST) was recorded via electromyography during the jumps and higher jump height was used for statistical analysis.

According to paired samples t-test results, there was a significant difference between the muscle activation levels of each leg's VL and ST muscles ($p < 0.05$). Dominant leg's VL and ST muscle activation levels were higher than the non-dominant leg's muscle group. Therefore, dominant leg's muscle group may be more active. Additionally, dominant and non-dominant legs' VL and ST muscle co-activation duration, dominant leg's muscle group co-activation duration was significantly shorter. According to obtained results, coaches should be aware of the imbalance between the legs while planning the trainings. In the light of these findings, it is suggested that coaches should take care of single leg jumps as much as double leg jumps.

Keywords: EMG, Dominant Leg, Non-Dominant Leg, Co-Activation

KSB563

Tekvandoculara Farklı Isınma Protokollerinin İzokinetik Bacak Kuvveti Üzerine Etkisi

¹Özlem Orhan, ²Bahar Ateş, ¹Ebru Çetin

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

²Uşak Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

Email : dr.ozlemorhan@gmail.com, atesbhr@gmail.com , cetinebruu@gmail.com

Giriş: Tekvando, kelime anlamıyla el ve ayaklarla uygulanan savunma ve vuruş tekniklerinden oluşan, sporcuda ahlaki değerlerin yüceltilmesine katkıda bulunan bir spor dalıdır. Tekvando sporunda performans, kuvvet, hız, esneklik, teknik gibi nöromüsküler fonksiyonlar ile teknik ve taktik gibi faktörlere bağlıdır.

Amaç: Bu araştırma farklı ısınma yöntemlerinin ve ısınma ile birlikte yapılan statik germe egzersizlerinin alt ekstremitte izokinetik kuvvetine etkilerinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Yöntem: Çalışmaya 28 kız (21,38 ± 1,88 yıl, vücut ağırlığı 56,98 ± 7,19 kg, boy uzunluğu 1,67 ± 0,04 cm) tekvando katılmıştır. Deneklerin ağırlık ve boy ölçümlerinde Seca marka (Seca, Germany) kilo ve boy ölçer kullanılmıştır. İzokinetik sağ bacak quadriceps (Q), hamstring (H) ve quadriceps/ hamstring (R) kuvvet oranlarını 60 derece/saniye açısal hızda izokinetik dinamometreyle (Isomed 2000/ Germany) 5 tekrar olacak şekilde ölçümü yapılmıştır. Çalışmada deneklere 3 farklı ısınma protokolü uygulanmıştır. Her ısınma protokolünün hemen ardından izokinetik ölçümler alınmıştır. İlk olarak sadece 5 dk koşu ((jogging) yapılmıştır. İkinci ölçüm, 5dk koşu ve dinamik ısınma şeklinde yapılmıştır. Denekler her bir dinamik tipte ısınma egzersizini 15m boyunca, gittikçe artan yoğunluk ile uyguladılar ve 10 saniye dinlendikten sonra aynı egzersizi tekrar başlangıç noktasına kadar tekrarlamışlardır. Ve son olarak dinamik ısınma ve statik germe egzersizleri uygulanmıştır. Isınma protokolleri her denek için 1 gün arayla uygulanmıştır. Çalışmada elde edilen verilerle ısınma protokolleri arasındaki karşılaştırmaların yapılmasında istatistiksel yöntem olarak Benferroni çoklu karşılaştırma testi uygulanmıştır. Tanımlayıcı istatistik olarak da ortalama ve standart sapma değerleri yorumlanmıştır.

Bulgular: Farklı ısınma protokolleri sonrasında katılımcı grubun H,Q ve R ortalama değerlerinin karşılaştırılmasında, en az iki ısınma protokolü arasında Q değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı fark gözlemlenmiştir [F(2-81)=5.56, p<0.05]. Test sonucu hesaplanan etki büyüklüğü ($\eta^2=0.12$) bu farkın düşük düzeyde olduğunu göstermektedir.

Sonuç: Yapılan Benferroni çoklu karşılaştırma testi sonucunda, ısınma protokolleri arasındaki anlamlı farkın, dinamik ve statik protokollerinden elde edilen ortalama değerler arasında olduğu tespit edilmiştir.

The Effect Of Different Warm Up Protocols On Isokinetic Leg Strength in Taekwondo Performers

Performance in taekwondo sports depends on such factors as strength, speed, flexibility, technical as well as technical and tactical factors such as neuromuscular functions. In order to develop these features, it has been pointed out that the warm-up performed before the training and the matches is important. This study was carried out to investigate the effect of different warm-up methods and static stretching performed with warm-up on the lower extremity isokinetic strength. Twenty-eight girl taekwondo performers (21,38 ± 1,88 years, body weight 56,98 ± 7,19 kg, height 1,67 ± 0,04 cm) participated in the study. The isokinetic right limb quadriceps (Q), hamstring (H), and quadriceps / hamstring (R) force ratios were measured at an angular velocity of 60 degrees/sec to be five

repetitions with an isokinetic dynamometer (Isomed 2000 / Germany). Three different warm-up protocols were applied to the subjects in the study. Isokinetic measurements were taken immediately just after each warm-up protocol. First one is 5 min. Jogging. Second run is 5 min. jogging and dynamic warm up. And finally the dynamic warm-up and static stretching exercises were applied. The Benferroni multiple comparison test was applied as a statistical method to compare the data obtained during the study. A statistically significant difference in the Q values between at least two warming protocols was observed in comparing the mean values of the participants H, Q and R after different warm-up protocols [$F(2-81) = 5.56, p < 0.05$]. The effect size calculated as a result of the test ($\eta^2 = 0.12$) shows that this difference is at low level. As a result of the Benferroni multiple comparison test, it was determined that the significant difference between the warm-up protocols is between the average values obtained from the dynamic and static protocols.

KSB572

Çankırı İlinde Yaşayan Obez Ev Hanımlarında 12 Haftalık Aerobik Egzersizin Bazı Fiziksel Uygunluk Parametreleri Üzerine Etkisinin İncelenmesi

¹Ayça Genç, ²Mehmet Söyler, ³Raif Zileli

¹Muş Alparslan Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Muş

²Çankırı Karatekin Üniversitesi, Yapraklı MYO, Çankırı

³Bilecik Üniversitesi, Sağlık Yüksekokulu, Bilecik

Email : a.genc@alparslan.edu.tr, mehmetsoyler@karatekin.edu.tr, raif.zileli@bilecik.edu.tr

Amaç: Bu çalışmada, obez ev hanımlarında 12 haftalık aerobik (yürüyüş) egzersizinin bazı fiziksel uygunluk parametreleri üzerine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. **Materyal ve Metod:** Çalışmaya son altı ayda düzenli olarak egzersiz yapmamış ve egzersiz yapmasına engel olacak düzeyde herhangi bir sağlık problemi olmayan 34 gönüllü obez ev hanımı katıldı. Çalışmaya katılan gönüllülerin (n=34), yaş ortalamaları (39,3 ± 11,3 yıl), boy uzunluklarının ortalamaları (166,4 ± 8,5 cm) ve vücut ağırlıklarının ortalamaları (82,44 ± 15,02) olarak tespit edildi. Gönüllülere, 12 hafta boyunca haftada 4 gün, günde 50 dk Karvonen formülüne göre %75 egzersiz şiddetinde yürüyüş egzersiz programı uygulandı. Gönüllülerin ölçümleri (vücut ağırlığı, bel çevresi, vücut yağ yüzdesi, iç organ yağ yüzdesi, vücut kas yüzdesi) 12 haftalık yürüyüş programının başında ve sonunda alındı. Veriler SPSS 17.0 istatistik paket programı ile analiz edildi. İstatistik hesaplamalarında Wilcoxon Testi yapıldı ve anlamlılık değeri p<0.05 olarak alındı.

Bulgular: Yapılan istatistiksel analizler sonucu gönüllülerin ön test- son test değerlerine bakıldığında Vücut Ağırlığı (z=-5,08, p<0,05), Bel Çevresi (z=-5,08, p<0,05), Vücut Yağ Yüzdesi (z=-4,71, p<0,05), İç Organ Yağ Yüzdesi (z=-5,08, p<0,05), Vücut Kas Yüzdesi (z=-2,44, p<0,05) ve Beden Kitle İndeksi (z=-4,57, p<0,05) değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur.

Sonuç: Sonuç olarak, obez ev hanımlarında 12 haftalık aerobik tarzda yapılan yürüyüş egzersizinin fiziksel uygunluk parametreleri üzerine pozitif etkileri olduğu saptanmıştır. Bu nedenle her yaşta, maliyet gerektirmeyen ve doğru şiddette yapılan yürüyüş egzersizinin önemi bir kez daha ortaya çıkmıştır.

Anahtar Kelime: Obez, Fiziksel Uygunluk, Kadın, Yürüyüş

Kaynaklar 1-World Health Organisation (WHO). Obesity: Preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO consultation on obesity. Geneva, 3–5 June 1997. (Geneva: World Health Organisation, 1998 WHO/NUT/NCD/98:1.2 2-Arslan C, Ceviz D. Ev Hanımı ve Çalışan Kadınların Obezite Prevalansı ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Değerlendirilmesi 3-Dickey RA, Bray GA. Obesity. İn: Manual of Endocrinology and Metabolism. Lavin N (ed). 3th edition. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins. 2002:510-9.).

A Study On The Effect Of Aerobic Exercises During 12 Weeks On Certain Physical Fitness Parameters Of Obese Housewives Living in Çankırı

Aim: In this study, it is aimed to examine the effect of a 12-week walking exercise on certain physical fitness parameters of obese housewives. Materials and

Methods: Thirty-four volunteer obese housewives, who did not exercise regularly during the last six months and had no health problems that would prevent them from exercising, participated in the study. For the participating volunteers ($n = 34$), the mean age of is determined as ($39,3 \pm 11,3$ years), the average height as ($166,4 \pm 8,5$ cm) and the average body weight as ($82,44 \pm 15,02$). The volunteers were given a walking exercise program at a training intensity of 75% according to the Karvonen formula for 50 minutes a day for 4 days a week for 12 weeks. Measurements (body weight, waist circumference, body fat percentage, visceral fat percentage, body muscle percentage) of the volunteers were taken at the beginning and the end of the 12-week walking program. The data were analyzed using the SPSS 17.0 statistical package program. Statistical calculations were made using Wilcoxon Test and the significance value was determined as $p < 0.05$. Results: After the statistical analysis, statistically significant difference was detected between the preliminary and final test values of the subjects in terms of Body Weight ($z = -5.08$, $p < 0.05$), Waist Circumference ($z = -5.08$, $p < 0.05$), Body Fat Percentage ($z = -4.71$, $p < 0.05$), Visceral Organ Fat Percentage ($z = -5.08$, $p < 0.05$), Body Muscle Percentage ($z = -2.44$, $p < 0.05$) and Body Mass Index ($z = -4.57$, $p < 0.05$).

Result: As a result, it was determined that walking exercise of 12 weeks in aerobic style has positive effects on physical fitness parameters of obese housewives. For this reason, the importance of the cost-free walking exercise in the right intensity for every age has been revealed again.

Keyword: Obesity, Physical Fitness, Woman, Walking

KSB600

Salon Futbolcularında Şut Yüzdesine Etki Eden Bazı Faktörlerin İncelenmesi

¹Yücel Ocak, ²Raşit Sert

¹Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

²Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor ABD

Email : yocak@aku.edu.tr,

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı futsal müsabakası ortamı ile ilgili öngörülebilir değişkenlerin atış yüzde ortalamaları üzerine etkilerinin olup olmadığını varsa bu etkilerin niteliğinin ne olduğunu tespit etmektir.

Yöntem: Çalışmaya en az 4 yıldır futsal oynayan yaşları 18-28 arasında, Afyon Kocatepe Üniversitesi 'Futsal' takımında oynayan gönüllü 22 erkek futsal oyuncusu katılmıştır. Bu çalışma Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda uluslararası standartlara uygun spor salonunda gerçekleştirilmiştir. Yapılan çalışmada futsal oyuncularının izole edilmiş normal ışık ortamındaki atış yüzdeleri, izole edilmiş düşük ışık ortamındaki atış yüzdeleri, gürültü ve görüntü karmaşası ortamındaki atış yüzdeleri ve yorgunluk sonrasındaki atış yüzdeleri değerlendirilmiştir.

Bulgular: Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile incelenmiş olup, değişkenlerin karşılaştırılmasında Kovaryans Analizi (ANCOVA) kullanılmıştır. Farklı ortamlarda yapılan şut isabet yüzde ortalamaları incelendiğinde; en yüksek isabet ortalaması, izole edilmiş normal ışık ortamındadır. İzole edilmiş düşük ışık seviyesinde, kale arkası görüntü ve gürültü karmaşasında ve yorgunluk ortamındaki şut isabet yüzde ortalamalarının daha düşük ortalamaya sahip oldukları tespit edilmiştir.

Sonuç: Bir müsabaka ortamında öngörülebilir tüm değişkenlerin atış yüzde ortalamaları üzerine negatif yönlü etkisi olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Futsal, Gürültülü ortam, Işık seviyesi, Şut Atış yüzdesi, Yorgunluk.

The Investigation of Some Factors Affecting Shooting Percentage in Futsal Players

Introduction and Aim: In this study, it has been aimed to see if there is any effects of the foreseeable inconstant on the percentage of shots in a competitive environment and if so, to see the qualities of these effects.

Method: 22 volunteers male futsal player between the ages of 18-28 that have been playing futsal for at least four years in Afyon Kocatepe University futsal team have participated in this study. This study have been carried out in the sports hall which has the international standards in Afyon Kocatepe University Physical Education and Sports School. In the study which is players in isolated light environment, the shot percentage in isolated low light environment the shot percentage in environments with noise and image disturbance behind the goal and the shot percentage of after having been exhausted, are evaluated. While evaluating the acquired data, the relationship between the variables are examined with the help of Pearson Correlation Analyze; an Covariance Analyze (ANCOVA) is used for comparison of variables.

Results: When analyzed the average percentage of the shot hits which have been done in different environment. It has been seen that the highest shot hit average occurs in isolated normal light environment. It has been notice that the shot hits that have been done in isolated low light environments with noise and image disturbance behind the goal have lower averages.

Conclusion: As a conclusion, in a competetive environment it has been notice that it foreseeable inconstants have negative effects on the shot hit percentage averages.

Keywords: Futsal, Noise Environment, Light Level, The Shot Hit Percentage, Tiredness.

KSB612

Crossfit Antrenmanlarının Kuvvet ve Sıçrama Üzerine Etkisi

¹Oğuzhan Yüksel, ¹Bolat Gündüz, ¹Mert Kayhan

¹Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya

Email : oguzhan.yuksel@dpu.edu.tr, bolat.gunduz@dpu.edu.tr, mert.kayhan@dpu.edu.tr

Giriş ve Amaç: 2015 yılında American College of Sports Medicine yüksek yoğunluklu interval antrenman ve vücut ağırlığıyla yapılan antrenmanlarını en trend fitness egzersizleri olarak göstermiştir. (Thompson, 2014). Bu çalışmanın düzenli yapılan CrossFit antrenmanlarının bazı kuvvet ve sıçrama parametreleri üzerine etkisinin araştırılmasıdır. Yöntem: Çalışmamıza 16 deney ve 16 kontrol grubu olmak üzere 32 sağlıklı güreşçi erkek katılmıştır. Deney grubuna klasik güreş antrenmanı ile birlikte 8 hafta boyunca haftada üç kez gün aşırı olacak şekilde Cindy olarak bilinen CrossFit antrenmanı uygulandı. Antrenman içeriğinde 20 dakika boyunca devam eden 5 barfiks, 10 şınav ve 15 squat yer almıştır. Kontrol grubu ise klasik güreş antrenmanına devam etmiştir. 8 haftanın öncesinde ve sonrasında katılımcıların bench press kuvvet ve squat sıçrama ölçümlerinde Myotest accelerometric system (Myotest SA, Sion, Switzerland) kullanılmıştır. Verilerin analizi için repeated measure ANOVA kullanılmıştır.

Bulgular: Sonuçlara göre CrossFit antrenmanları sonucunda sporcuların squat sıçrama yüksekliklerinde artış meydana gelmiştir (Wilks' Lambda=.541, $F(1,30)=25$, $p=.00$). Antrenmanlar sonrası sıçrama değerleri ortalaması (33.778 ± 5.48) antrenman öncesi sıçrama değerleri ortalamasından (32.169 ± 4.95) yüksek bulunmuştur ($p<0.05$). Ayrıca bench press kuvvet değerlerinde de gelişme ölçülmüştür (Wilks' Lambda=.734, $F(1,30)=10$, $p=.03$). Antrenmanlar sonrası bench press kuvvet değeri ortalamalarında (442.44 ± 38.45) öncesine (434.03 ± 36.84) göre artış ölçülmüştür ($p<0.05$).

Sonuç: Bulgular neticesinde Cindy CrossFit çalışmalarının sıçrama ve kuvveti geliştirdiği ve güreş antrenmanlarında yer verilmesinin sporcunun verimliliği açısından önemli olabileceği söylenebilir.

Kaynaklar: Thompson W. (2015). Worldwide Survey Of Fitness Trends For 2015: What's Driving the Market. ACSM's Health Fit J, 18(6): 8–17.

Effect Of Crossfit Training On Jump And Strength

Introduction and Aim: In 2015, the American College of Sports Medicine demonstrated high intensity interval training and body weight training as the most trendy fitness exercises. (Thompson, 2014). The purpose of this study is to investigate the effect of regular CrossFit training on some force and jump parameters.

Method: 32 healthy wrestling men participated in the study, 16 experimental and 16 control groups. For the experimental group, CrossFit training, known as Cindy, was practiced with classical wrestling training three times a week for 8 weeks. The training consisted of 5 bars, 10 push-ups and 15 squats for 20 minutes. The control group continued the classical wrestling practice. Myotest accelerometric system (Myotest SA, Sion, Switzerland) was used for bench press force and squat bounce measurements of participants before and after 8 weeks. For the analysis of the data, repeated measure ANOVA was used.

Results: According to the results, as a result of CrossFit training, athletes 'squat jump heights increased (Wilks' Lambda = .541, F (1,30) = 25, p = .00). The mean post-training leap values (33.778 ± 5.48) were higher than the pre-training leap values (32.169 ± 4.95) (p <0.05). In addition, improvements in bench press force values were also measured (Wilks' Lambda = .734, F (1,30) = 10, p = .03). After training, increase in the bench press force average compared to early measurements (442.44 ± 38.45) (434.03 ± 36.84) was also found. (p <0.05).

Conclusion: It can be concluded that Cindy CrossFit studies improve jumping and strength and also it can be said that Cindy CrossFit can also used at wrestling trainings because of it improves athlete's capabilities.

References: Thompson W. (2015). Worldwide Survey of Fitness Trends For 2015: What's Driving the Market. ACSM's Health Fit J, 18(6): 8–17.

KSB621

Futbolcuların Sözel Olmayan Zeka Performansları İle Solunum Fonksiyonları, Motorik Becerileri Ve Fiziksel Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Umur Canlı, ¹Erhan Kara, ¹Arif Kaan Eroğlu, ¹İlker Özmutlu, ²İlhan Toksöz, ¹Gözde Ersöz, ¹Başak Eroğlu

¹Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ

²Trakya Üniversitesi, Edirne

Email : ucanli@nku.edu.tr, ekara@nku.edu.tr, akaaneroglu@nku.edu.tr, iozmutlu@nku.edu.tr, itoksoz@trakya.edu.tr, gersoz@nku.edu.tr, beroglu@nku.edu.tr

Giriş ve amaç: Çocuklarda fiziksel uygunluğu oluşturan bazı özellikler son zamanlarda düşüş eğilimi göstermiştir. Fiziksel uygunluk öğelerinden olan aerobik uygunluk ve motor beceriler zihinle ilişkilendirilmektedir ancak bu ilişkinin derecesi bilinmemektedir (Haapala, 2013). Çalışmada futbol branşında faaliyet gösteren erkek çocukların sözel olmayan zekaları ile bazı solunum fonksiyonları, motorik beceri ve fiziksel özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışmaya başlamadan önce ailelere bilgilendirilmiş olur formu imzalatılarak katılımcılara ölçüm araç ve yöntemleri ile ilgili gerekli bilgiler verilmiştir. Yaş ortalaması 11,00 yıl, spor yaş ortalaması 19,11 ay olan 45 futbolcu çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada katılımcıların bazı fiziksel parametrelerinin (boy uzunluğu, vücut ağırlığı, beden kitle indeksi, vücut yoğunluğu, yağ yüzdesi), solunum fonksiyon değerlerinin (FCV, FEV1, PEF), motorik becerilerinin (denge, sürat, esneklik, pençe ve karın kuvveti, çeviklik, koordinasyon ve MaxVO2) ölçümleri yapılmıştır. Sözel olmayan zeka (IQ) ölçümü için Cattell's Culture Free Intelligence Testi kullanılmıştır. Verilerin normal dağılıp dağılmadığını belirlemek için Shapiro-Wilk testi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkinin belirlenmesinde Pearson Sıra Korelasyon Katsayısından yararlanılmıştır.

Bulgular: Sözel olmayan zeka puanı (IQ) ile FVC, FEV, PEF ve koordinasyon puanları arasında negatif yönde ilişki olduğu tespit edilmiştir (sırasıyla r:-0,594, r:-0,324, r:-0,429, -0,310, r:-0,386; p<0,05). Sözel olmayan zeka puanı (IQ) ile denge, sürat ve çeviklik puanları arasında pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir (sırasıyla r:0,345, r:0,415, r:0,384; p<0,05). Fiziksel özellikler, esneklik, pençe ve karın kuvveti, MaxVO2 ile sözel olmayan zeka puanları arasında bir ilişki tespit edilmemiştir (p>0,05).

Sonuç: Çalışma grubumuzda yaş, solunum fonksiyon değerleri ve el-göz koordinasyonunun artması ile beraber sözel olmayan zekalarının düşüş gösterdiği tespit edilmiştir. Çeviklik, sürat ve statik denge düzeylerinin artması ile sözel olmayan zekalarının arttığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Sözel olmayan zeka, Motorik beceri, Futbolcular.

Investigation Of The Relationship Between The Non-Verbal Intelligence Performances Of Soccer Players And Their Respiratory Functions, Motor Skills And Physical Characteristics

Introduction and purpose: Some characteristics that make up physical fitness in children have recently tended to decrease.

The aerobic fitness and motor skills of the physical fitness characteristics are related to the mind, but the degree of this relationship is unknown (Haapala, 2013). In the study, it was aimed to investigate the relationship between nonverbal intelligence of male soccer players and some respiratory functions, motor skills and physical characteristics.

Method: Before beginning study, the informed consent form was signed by parents and necessary information was told to the participants about the measurement tools and methods. 45 soccer players with a median age of 11.00 years and a median age of 19.11 months volunteered to study. In the study, some physical parameters of participants (the bodyheight, the body weight, body mass index, body mass, fat percentage), respiratory function values (FCV, FEV1, PEF), motoric skills (balance, speed, flexibility, forearm and abdominal strength, agility, coordination and MaxVO2) were measuremented. Cattell's Culture Free Intelligence Test was used for nonverbal intelligence (IQ) measurement. The Shapiro-Wilk test was used to determine whether the data were normally distributed. The Pearson Rank Correlation Coefficient was used in determining the relationship between the variables.

Findings: It was found negative correlation between nonverbal intelligence score (IQ) and FVC, FEV, PEF and coordination scores (respectively, $r: -0,594$, $r: -0,324$, $r: -0,429$, $-0,310$, $r: -0,386$, $p < 0.05$). Positive correlation was found between the nonverbal intelligence score (IQ) and the balance, speed and agility scores (respectively, $r: 0,345$, $r: 0,415$, $r: 0,384$, $p < 0,05$). There was no relationship between physical characteristics, flexibility, forearm and abdominal strength, MaxVO2 and nonverbal intelligence scores ($p > 0.05$).

Conclusion: In our study group, nonverbal intelligence was found to decrease with increasing age, respiratory function values and hand-eye coordination. Nonverbal intelligence was determined to increase with increasing age, levels of

KSB656

Pliometrik Antrenmanın Statik Denge Performansına Etkisi

¹Hamza Küçük, ¹M. Yalçın Taşmektepligil, ¹Erol Doğan

¹Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun

Email : hamza.kucuk@omu.edu.tr, myalcint@omu.edu.tr, erol.dogan@omu.edu.tr

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı pliometrik antrenmanın statik denge performansına etkisini araştırmaktır.

Yöntem: Çalışmaya 19 sporcu katılmıştır. Katılımcılara çalışmaya başlamadan önce statik denge testi uygulanmıştır. Ölçümlerden sonra 8 hafta süre ile pliometrik antrenman uygulanmıştır. Antrenmanlar haftada 3 gün, 24 dakika şeklinde uygulanmıştır. Çalışmalar dairesel çalışma şeklinde olup, belirlenen 5 hareket 30 saniye süre ile yaptırılmış, 30 saniye dinlenme verilmiştir. Setler arası dinlenme süresi aktif dinleme şeklinde 3 dakika olarak uygulanmıştır. Statik denge ölçümleri X ile Y düzlemine basınç, öne-arkaya, sağa-sola hız ile sapma, kullanılan alan ve çevre şeklinde değerlendirilmiştir. Ön test ve son test karşılaştırılmasında Bağımlı gruplarda T Testi (Paired Samples T Test) kullanılmıştır.

Bulgular: Sporcuların X düzlemi basınç ön test değerleri 2,26 son test değerleri 1,79, Y düzlemi basınç ön test değeri 2,21, son test 1,58, öne arkaya hız ön testi 18,42, son test 15,16, öne-arkaya sapma ön test 9,37, son test 8,63, sağa sola hız ön test 15,89 son test 13,68 sağa sola sapma ön test 9,05, son test, 7,79, kullanılan alan ön test 777,32 son test 759,16, kullanılan çevre ön test 744 son test 731,02 olarak tespit edilmiştir. Ön test ve son test değerleri arasında anlamlı farklılık vardır ($p<0,001$).

Sonuç: Yapılan çalışma neticesinde pliometrik antrenmanların statik denge performansına olumlu etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Bu etkinin ortaya çıkmasında pliometrik antrenmanların kas içi koordinasyonu geliştirmesinin etkisi olabilir. Bununla birlikte kasın en kısa sürede maksimum kuvvet üretmesinin sağlanması, denge performansının gelişimi için önemli bir etken olabilir.

Plyometric Training's Effect On Static Balance Performance

Introduction and Aim: The aim of this study is to study the effect of plyometric training on static balance performance.

Method: 19 sportsmen attended to the study. Static Balance Test was carried out on the participants before starting the study. After the measurements, plyometric training was carried out for eight weeks. The trainings were done three days a week, each 24 minutes. In a circular training style, 5 determined exercises were done for 30 seconds and 30 seconds resting were given. Resting time between the sets as active resting were carried out for 3 minutes. Static balance measurements were evaluated as center of pressure X-Y, forward-backward and medium-lateral accelerated direction, ellipse area and perimeter. In the comparison of the pre-test and post-test, Paired Samples T Test was implemented on dependent groups.

Findings: The center of pressure X pre-test results of the sportsmen were measured as 2.26, post-test 1.79; The center of pressure Y pre- test results is 2.21, post-test 1.58; forward-backward speed pre-test 18.42, post-test 15.16; forward-backward directing pre-test 9.37, post- test 8.63; medium-lateral speed pre-test 15.89, post-test 13.68; medium-lateral direction pre-test 9.05, post-test 7.79; ellipse area pre-test 777.32 , post-test 759.16; perimeter pre-test 744, post-test 731.02.

Result: As a result of the study done, it can be described that plyometric trainings have positive effect on static balance performance. Plyometric trainings' improvement in muscle coordination may have an effect on this result's appearing. Nevertheless, providing muscles produce the maximum power as soon as possible may be an important factor for improving balance performance.

KSB661

Futbolda Küçük Alan Oyunlarında Dinamik Oyun Kuralının Etkileri

¹Hamit Cihan, ²Yusuf Köklü, ²Utku Alemdaroğlu, ³İbrahim Can, ⁴Erdal Arı

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu Trabzon

²Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Ve Teknolojisi Yüksekokulu Denizli

³Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Gümüşhane

⁴Ordu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Ordu

Email : , ykoklu@pau.edu.tr, ualemdaroglu@pau.edu.tr, ibrahimcan@gumushane.edu.tr, ariedal@hotmail.com

Bu çalışmanın amacı küçük alan oyunlarında dinamik oyun kuralının etkilerini gözlemektir. Bu çalışmaya 10 genç futbol oyuncusu (yaş 20.4 ±0.5 yıl, boy 189.5±4.6cm, vücut ağırlığı 78.4±7.5kg) gönüllü olarak katılmıştır. Her oyun (5x5 + 2 kaleci) 8dak. süre ile 3kez 5dak. pasif dinlenme ile oynatılmıştır. Dinamik oyun kuralının etkilerini anlamak için için sadece geniş alan (40X50m) kullanılmıştır.

Oyunlardan biri serbest olarak oynatılırken diğeri dinamik oyun kuralı ile oynatılmıştır. Küçük alan oyunlarında dinamik oyun kuralının uygulanması, alan büyüklüğüne bakılmaksızın büyük alan içinde oyuncular 600m2 alanda oynamaya zorlanmıştır. Bu farklı oyunlarda (maksimum hız, toplam mesafe, farklı hızlarda koşulan mesafe), kalp atım sayısı, kan laktik asit konsantrasyonu, algılanan zorluk derecesi değerleri bir sonraki analiz için için toplanmıştır.

Bu iki farklı küçük alan oyunları esnasında; hareket kategorilerinden (maksimum hız (MH), toplam mesafe (TM), ve farklı hızlarda kat edilen mesafe), kalp atım sayısı (KAS), Laktik asit (LA), azami zorluk derecesi (AZD) değerleri analiz için ölçüldü.

Verilerin aritmetik ortalama ve standart sapmaları hesaplandı. Dağılımın normal olup olmadığına Shapiro-Wilk ve varyansların homojenliği için Levene's testi yapıldı. Gruplar arasında anlamlı farklılığın olup olmadığının tespiti için t-testi yapıldı.

Bu çalışma sonuçları özellikle dinamik oyun kuralının uygulandığı büyük sahadaki küçük alan oyunları özellikle HR, BLC, RPE, TD ve farklı hız kategorilerinde anlamlı fizyolojik cevapları ortaya çıkarmıştır. Bu yüzden antrenörlere küçük alan oyunlarında fizyolojik iş yükünü artırmak için bu tür oyunlar önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Küçük alan oyunu, Kalp atımı, Laktik asit, Azami zorluk derecesi

The Effects Of The Dynamic Game Rule in Ssgs For Soccer

The purpose of this study was to observe the effects of the dynamic game rule (DGR) during SSGs. 10 young male soccer players (age 20.4 ±0.5 years, height 189.5±4.6cm, weight 78.4 ±7.5kg) voluntarily participated in this study (5vs5 + 2 goalkeepers SSG design). Each SSG game was performed 3 times for 8min with 5min passive rest periods between bouts.

In order to understand the effects of this DGR only large playing area was used. The SSGs were played two ways on the large playing area. One of them is free play, the other is rule applied. Regardless of the type of playing area used, SSG applied DGR was performance on a pre-determined active playing area of 600m2 on the large playing area.

During these two different conditions, time-motion characteristics (maximum speed, total distance (TD) and distance covered at various speed categories), heart rate (HR), blood lactate concentration (BLC) and rating of perceived exertion (RPE) values were collected for future analysis.

The data was interpreted in terms of means and standard deviations. Shapiro-Wilk test was used to verify normal distribution and Levene's test was applied to assess the homogeneity of variance. The paired-samples t-tests were used to test for significant differences in each of the dependent variables.

This study demonstrated that, increasing playing area and especially when the SSG was conducted in a dynamic nature, significantly increased HR, BLC, RPE, TD and total distance travelled at different speeds. Therefore, to increase work intensity, coaches can use this dynamic approach in future SSG designs.

Keywords:Soccer, Small-sided games, Time-motion analysis, Heart rate, Perceived exertion, Lactate

KSB674

6 Haftalık Kuvvet Antrenmanlarının Bazı Fizyolojik ve Fiziksel Parametrelere Etkisi

¹Nuri Mert Embiyaoğlu, ¹Mehmet Kılıç, ¹Zeliha Baştürk

¹Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi , Konya

Email : mrtembiyaoglu@gmail.com, mkilicbesyo@gmail.com, zlhbasturk@gmail.com

Giriş ve amaç:Bu çalışma, daha önce hiç spor yapmamış boy ortalaması 173,90 ± 4.15cm, ağırlık ortalaması 69,60±8,58 kg olan sağlıklı 10 sedanter bireyin 6 haftalık fizyolojik ve fiziksel değişimini gözlemek amacıyla yapılmıştır. Çalışmaya 18-23 yaş arası spor salonunda aktif spor yapan 10 kişi katılmıştır. Yöntem:Bacak kuvveti için maksimum 1 tekrar leg press göğüs kuvveti için maksimum 1 tekrar bench press, vücut kompozisyonu, istirahat kalp atım sayısı, anaerobik güç özellikleri, durarak uzun atlama ölçümleri antrenman programından 1 hafta önce ve programın bitişinde yapılmıştır ve SPSS 16.0 programında karşılaştırılmıştır. Kuvvet antrenmanı kapsamında sporcular maksimal bir tekrarın %65-85 şiddetinde 6- 12 tekrarlar ile bacak-kalça, göğüs, sırt, omuz, kol (triceps-biceps) ve karın-bel bölümleri olarak vücudun tüm kaslarına yönelik çalışmalar uygulamıştır. Haftada 4 gün olmak üzere 15 dakika ısınma periyodundan sonra öncelikle büyük kas grupları (2hareket) sonrasında ise küçük kas grupları (1hareket) olmak üzere egzersiz gerçekleştirilmiştir. Her hareket 3 set olarak yapılmıştır.

Bulgular:Çalışma sonrası yapılan test ölçümlerine göre vücut ağırlığında anlamlı değişiklik gözlenemezken; istirahat kalp atım hızı, bel çevre çapları, anaerobik güç, durarak uzun atlama, bacak çapları, vücut yağ yüzdesi, maksimal 1 tekrar bench press ve maksimal 1 tekrar leg press ölçümlerinde ön test ve son testler arasında anlamlı değişiklik gözlenmiştir (p<0,05). Sonuç:Düzenli yapılan kuvvet antrenmanlarının fiziksel ,fizyolojik özelliklere olumlu etkisi gözlenmiştir.Genel sağlık durumu için tüm bireylerin hayatında ve spor performansı için tüm sporcuların kuvvet çalışmalarını antrenman programlarında bulundurmaları gerekmektedir.

anahtar kelimeler: kuvvet antrenmanı,fiziksel parametreler,fizyolojik parametreler

The Effect Of 6 Week Strength Training On Some Physiological And Physical Parameters

Objective:The present study aims to examine the physiological and physical changes of 10 sedentary and healthy individuals, with an average of 173,90 ± 4,15cm height and 69,60 ± 8,58kg weight, for six weeks. 10 participants aged between 18-23, who actively work out in gym, have participated in the study. Methods: 1 repeat leg press for leg strength, 1 repeat bench press for chest strength, body composition, resting heart rate, anaerobic strength features, standing long jump measurements were performed a week before the training programme and at the end of it, and the results were compared on SPSS 16.0 programme. As part of strength training athletes have performed 6-12 repeats at % 65-85 rate of a maximal repeat along with work-outs aimed at all body muscles including leg-hip, chest, back, shoulder, arm (triceps-biceps) andabdomine- waist. Four times a week, following a 15-minute warm up period, excercises consisting of initial big muscle groups (2 moves), and subsequent small muscle groups (1 move) were performed. Each move was practised in 3 sets.

Results: According to the test measurements after the excercises no significant change was examined in body weight, whereas significant change was examined between the pre-test and post-test of anaerobic strength, resting heart rate, waist circumference, standing long jump, leg diameters, body fat percentage, maximal 1 repeat bench press and maximal 1 repeat leg press measurements ($p<0,05$).

Conclusion: Regular strenght trainings were examined to have positive effect on the physiological and pyhsical attiributes. Every individual and athlete need to include strength work-outs in their training schedules for medical condition and sports performance.

Keywords: Strength training,physiological parameters ,physical parameters

KSB678

Amerikan Futbolcularının Vücut Kompozisyonu Ve Patlayıcı Kuvvet Özelliklerinin İncelenmesi

¹Ferhat Esatbeyoğlu, ²Gören Köse, ²Yasemin Güzel, ²Evrin Ünver

¹Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara

²Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,,Ankara

Email : ferhat.esatbeyoglu@hacettepe.edu.tr, gorenkose@hacettepe.edu.tr, yasmin@hacettepe.edu.tr, evrim.unver@hacettepe.edu.tr

Giriş ve amaç: Bu çalışmanın amacı Amerikan futbolcularında vücut kompozisyonu ve patlayıcı kuvvet özelliklerinin incelenmesidir. Yöntem: Çalışmaya Amerikan futbolu milli takımı aday kadrosunda yer alan 47 erkek sporcu (yaş: 23.44 ± 2.75 yıl; boy uzunluğu 180.3 ± 5.85 cm; vücut ağırlığı (VA): 90.4±16.8 kg) gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada boy uzunluğu ve vücut ağırlığı ve vücut yağ yüzdesi (VYY) ölçümlerinin yanı sıra sporcuların 10 yada(9.14 metre) sprint koşusu, 40 yada(36.57 metre) sprint koşusu(metre) ve durarak uzun atlama(cm) performansları açık havada suni çim sahada test edilmiştir. Her ölçüm iki kez tekrarlanmış ve en yüksek değerler istatistiksel analizde kullanılmıştır. Tüm ölçülen değişkenlerin normal dağılıma uyumu Kolmogorov-Smirnov testi ile kontrol edilmiştir (p > 0.05). Vücut kompozisyonu ve patlayıcı kuvvet değişkenleri arasındaki ilişkiler için Pearson korelasyon katsayısı (r), mevkiler (hücum ve savunma) arasındaki fark için bağımsız gruplarda t testi kullanılmıştır. Bu çalışmada anlamlılık düzeyi p<0.05 kabul edilmiştir.

Bulgular: Çalışma bulgularına göre, 10 yada(9.14 metre) sprint zamanları ile VA ve VYY arasında orta düzey pozitif bir korelasyon olduğu gözlenmiştir (sırasıyla, r=0.48;0.49; p<0.01). Bunun yanı sıra durarak uzun atlama performansı ile VA ve VYY arasında orta düzey negatif yönlü bir korelasyon olduğu belirlenmiştir (sırasıyla, r=-0.60;-0.67; p<0.01). Durarak uzun atlama performansı ile 10(9.14 metre) ve 40 yada(36.57 metre) sprint performansları arasında negatif yönlü orta düzey korelasyon olduğu gözlenmiştir (sırasıyla, r=-0.61;0.48; p<0.01). Mevkiler arasında vücut kompozisyonu ve performans değişkenleri benzer bulunmuştur (p>0.05).

Sonuç: Bu çalışmanın bulguları Amerikan futbolcularında sprint ve patlayıcı kuvvet özelliklerinin vücut kompozisyonundan etkilendiğini, patlayıcı kuvvetin sprint performansı ile bağlantılı olduğunu göstermiştir. Bunun yanında bu çalışmanın bulguları vücut kompozisyonu ve sprint ve patlayıcı kuvvet özelliklerinin mevkiden bağımsız olduğunu göstermiştir.

An Investigation Of Body Composition And Explosive Strength Characteristics Of American Football Players

Introduction and aim: The aim of this study was to investigate body composition and explosive strength of American football players. Method: 47 male athletes (age: 23.44 ± 2.75 year; height: 180.3 ± 5.85 cm; weight: 90.4±16.8 kg) who were nominees for the national team rooster participated voluntarily to this study. Height(cm), weight(kg) and fat mass(%) measurements as well as ten-yard dash(9.14 m), forty- yard dash(36.5 m) and broad jump (cm) tests were performed on an open-air synthetic turf. The tests consisted of 2 trials and the best ten-yard dash, forty-yard dash and broad jump values of the 2 trials were used in this study for the statistical analyses. Tests for homogeneity of variances (Kolmogorov-Smirnov test) were performed to ensure the normality of population for every dependent variable (p> 0.05). Pearson product-moment correlation coefficient test was used to determine the relationship between body composition and explosive strength and an independent samples t-test was used to determine differences between the positions (offensive and defensive). The significance level was set at p< 0.05.

Results: The results revealed that there were moderate positive relationships among ten-yard dash (9.14 m) sprint times, body weight (kg) and fat mass (%) ($r=0.48;0.49$, respectively; $p<0.01$). Additionally, moderate negative relationships were found among broad jump (cm), body weight (kg) and fat mass (%) ($r=-0.60;-0.67$, respectively; $p<0.01$). And also, moderate negative correlation among broad jump (cm), ten-yard dash (9.14 m) and forty-yard dash (36.57 m) sprint performances were observed ($r=-0.61;0.48$, respectively; $p<0.01$). Similar performance variables were discovered between the positions and body composition ($p>0.05$).

Conclusion: The findings of this study demonstrated that body composition was a determinant for American football players' sprint and explosive strength attributes, explosive strength and sprint performance were related to one another. Besides, body composition, sprint and explosive strength were not related to positions.

KSB685

Sezon Sonu ve Yeni Sezon Öncesi Futbolculara Uygulanılan Şut Hızı Ve İzokinetik Kuvvet Testlerinin Değerlendirilmesi

¹Ömer Zambak, ¹Yağmur Akkoyunlu, ¹Mustafa S. Erzeybek

¹T.C Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu

Email : omer_zambak@yahoo.com, yagmur.akkoyunlu@dpu.edu.tr, msaid.erzeybek@dpu.edu.tr

Giriş-Amaç; Çalışmanın amacı futbolcuların sezon sonu ve sezon öncesi şut hızları ile izokinetik ekstansiyon ve fleksiyon kuvvetlerinde değişikliklerin belirlenmesi. Yapılan araştırmalarla 3-6 hafta arası antrenman yapmayan sporcuların aerobik kapasitelerinin % 6-14 düzeyinde gerileme olduğunu belirlemiştir (Coyle et al,1984 and Petibois and Délérís,2003). Bunun yanısıra, izokinetik kuvvet ve şut hızı kapasitelerinin de gerilemeden etkileneceğini düşünmekteyiz. Alan yazında yeterli düzeyde sezon öncesi ve sezon sonrası izokinetik kuvvet ile şut hızı ile ilgili yapılan çalışmalara rastlamadık.

Yöntem; Denizli amatör ligde mücadele eden 33 sporcu (18-23yaş) araştırmamıza gönüllü katılım ile dahil edilmiştir. Şut hızı ölçümleri cep radarı 'Pocket radar' ile yapılmıştır. Sporculara penaltı noktasından dominant ayakla kaleye 3 er defa şut atma hakkı verilmiştir. En yüksek skor not edilmiştir. İzokinetik kuvvet testi 1800 de 5 tekrarlı olarak sporcuların dominant ayakları belirlenip laboratuvar ortamında yapılmıştır. İzokinetik kuvvet testi isomed2000 cihazıyla yapılmıştır. Araştırmada kullanılan istatistik analizler $\alpha=0,05$ anlamlılık düzeyinde ve %95 güven düzeyinde uygulanıldı. Uygulanan testler SPSS 18 for Windows paket programı kullanılarak yapıldı. İstatistiksel analizler için Paired Samples T-testi kullanıldı. Ölçümler 2017 sezon sonu ile 2017 yeni sezon hazırlık antrenmanları öncesinde alınmıştır. Çalışmaya katılan deneklere çalışmanın amacı, içeriği, yöntemi, yeri, saati ve süresi hakkında ayrıntılı bilgi verilmiştir

Bulgular; T-test ön test son test sonuçları standart sapmaları verilmiştir Şut hızları $(-20,01 \pm 126,78)$, İzokinetik ekstansiyon $(0,39 \pm 0,043)$ ve fleksiyon $(0,046 \pm 0,043)$

Sonuç; Futbolcuların şut hızında istatistiksel yönden anlamlı gelişme görülmedi. İzokinetik ekstansiyon ve fleksiyon zirve güç değerlerinde anlamlı düşüş gözlenmiştir($p < 0.05$).

Evaluation of Shooting Velocityd And Isokinetic Force Tests Applied to End of The Season And Preseason Footballers

Aim The aim of the study was to evaluate shooting velocity and isokinetic extension, flexion strength of fotball players tested at the the end of the footbal season and next pre-season before training starts. The investigations identified that the aerobic capacities of non-trained athletes from 3-6 weeks were regression by 6-14% (Coyle et al,1984 and Petibois and Délérís,2003). However, we think that isokinetic force and shot speed capacities will also be affected. We did not find any suficent researches about the isokinetic force and the shooting speed differences between end of the season and pre-season. For this reason, the aim of our research was to examine the differences of isokinetic strength and shooting velocity between end of the season and pre-season.

Methods Thirty-three footballers (aged 18-23) playing in 1st the amateur league division in denizli voluntarily participated in the research. The shooting velocity measurements were taken with the pocket radar 'Pocket radar brand'. Footballers were given occasion to shoot 3 times from the penalty spot to goal with the dominant leg. The highest score was noted. Isokinetic strength test with 5 repetitions at 1800 per second was performed in the laboratory environment by determining the dominant legs of the athletes. The isokinetic strength test was performed with an isomed2000 device.

Paired Samples T-test was used for statistical analysis. First measurement was taken right at the end of the 2017 season and second measurement taken right before preparatory training of 2017-2018 new season. Detailed information about the purpose, content and method of studying was given to subjects participated in.

Findings Pre-test Post-test results, standard deviations in T-test Shot velocities (-20.01 ± 126.78), isokinetic extension (0.39 ± 0.043) and flexion (0.046 ± 0.043)

Results There was no significant improvement in football shooting velocity. Significant decreases in peak power values of isokinetic flexion and extension strength were observed ($p < 0.05$).

KSB699

Dikey Sıçrama Testi İçin Eşitlik Modeli Çalışması

¹Sercan Öncen, ²Salih Pınar

¹Namık Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, TEKİRDAĞ

²Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL

Email : soncen@nku.edu.tr, salih.pinar@marmara.edu.tr

Giriş ve Amaç: Sıçrama testleri kalça ekstansiyonu ve ayak bileğinin plantar fleksiyonu ile diz ekstansiyonunun katkısı ile gerçekleşir. Dikey sıçrama patlayıcı kuvvet olarak nitelendirilen bir saniyeden daha kısa bir sürede meydana gelen maksimum bir kas kasılması ile ulaşılabilen yüksek güç çıktısı olarak kabul edilir. Dikey sıçrama ölçümlerinde aynı birey üzerinde kullanılan farklı yöntemlerde farklı sonuçlar alınabilmektedir. Çalışmada Polar stride bluetooth sensor (PSBS) ile Dikey zıplama testi (DZT) arasındaki korelasyonu tespit edilmesi ve basit doğrusal regresyon modeli ile çıkarım yapılması sonucu bir eşitlik modeli ortaya koyması amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışmaya 41 erkek 14 kadın denek (yaş 20 ± 1.47 yıl, boy 177 ± 9.2 cm, vücut ağırlığı 70.3 ± 9.7 kg, VKI 22.34 ± 1.9) dahil edilmiştir. Deneklerin % 64.2'si haftada 3 ile 5 kez, % 22.6'sı her gün 30 dakika ve üzeri fiziksel aktivite yapmaktadır. Deneklere PSBS ve DZT testleri uygulanmıştır. İstatistiksel analiz Pearson korelasyon analizi ve basit doğrusal regresyon modeli uygulanmıştır.

Bulgular: Ortalama sıçrama yükseklikleri PSBS 36.2 ± 7.2 cm ve DST 42.8 ± 8.5 cm olarak ölçülmüştür. Lewis eşitliğine göre mutlak ortalama güç PSBS 916,5 W ve DST 994,8 W ($r=,934$) ve Sayer eşitliğine göre tüketilen zirve güç PSBS 3309,9 W ve DST 3640,9 W ($r=,929$) olarak hesaplanmıştır. İki test arasındaki korelasyon $r=,725$ pozitif yöndedir. Basit doğrusal regresyon modeline göre PSBS = $13.171 + (0.820 \times \text{DST})$ olarak hesaplanmıştır.

Sonuç ve Tartışma: PSBS ve DKT arasındaki korelasyon pozitif yönde ve yüksektir. İki test arasındaki korelasyon ilişkisinin yüksek olması PSBS testinin zıplama testi ölçümleri için uygulan olabileceğini göstermektedir. Basit doğrusal regresyon modeli hesaplamaları PSBS ile DST ölçümlerinin bir biri ile kıyaslanabilir olmasını sağlamaktadır. Örneklem grubu büyüklüğü artırılması hesaplamaların güvenilirlik ve geçerliği açısından önemli olacaktır.

Equality Model Study For Vertical Jump Test

Introduction: Jump tests are performed by hip extensions with plantar flexion of the ankle and knee extension. Vertical jump is described as an explosive power that high power output can be reached with maximum muscle contraction which a shorter time than one second. In vertical jump tests different results can be taken from different methods with are used on different in the individuals. In our study, in order to define the correlation between Polar stride bluetooth sensor (PSBS) and Vertical jump test (VJT) and intend to do a model of equations with simple linear regression model (SLRM)

Methods: The study included 41 male and 14 female subjects (20 ± 1.47 years, 177 ± 9.2 cm, 70.3 ± 9.7 kg and BMI 22.34 ± 1.9). Subjects did physical activity 3 or 5 times a week (64.2%) and over 30 minutes every day (22.6%). The subjects were applied to PSBS and VJT tests. Statistical analysis were applied Pearson correlation analysis and SLRM.

Findings: Mean jump heights were measured as PSBS 36.2 ± 7.2 cm and VJT 42.8 ± 8.5 cm. According to Lewis and Sayer equations, was calculated absolute average power was PSBS 916,5 W and VJT 994,8 W ($r=,934$) and peak power PSBS 3309,9 W and VJT 3640,9 W ($r=,929$) respectively. The correlation between the two tests is positive $r = ,725$. According to SLRM calculated as $PSBS = 13.171 + (0.820 \times VJT)$.

Results and Discussion: The correlation relationship between PSBS and VJT is positive and high. High correlation between the two tests indicated that PSBS tests can be applicable for jump tests calculations of SLRM proving that PSBS and VJT measurements are comparable to one another. Increasing the size of the sample group will be important in terms of reliability and validity of the calculation.

KSB710

Elit Karate Sporcularının Mental Rotasyon Performanslarının Değerlendirilmesi

¹Şenay Koparan Şahin, ²Engin Sağdılek, ³Erhan Kızıltan, ²Güven Özkaya

¹Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa

²Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi, Bursa

³Başkent Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ankara

Email : skoparan2013@gmail.com, esagdilek@hotmail.com, erhankiziltan@gmail.com, guvenozkaya@gmail.com

Giriş ve Amaç: Sporun uzaysal zekâ üzerinde etkili olduğu bilinmektedir. Mental rotasyon (MR) iki/üç boyutlu bir nesnenin uzaydaki pozisyonunu ve hareketini zihinde canlandırabilme becerisidir. Bireyin, belleğindeki görsel bilgiyi zihinsel olarak işleme becerisinin somut ifadesi olan MR, görsel-uzaysal yeteneklerden biri olan zihinsel betimlemenin değerlendirilmesinde yaygın olarak kullanılan bir yöntemdir. Karate ani yön değiştirmelerin, çabukluğun ve koordinasyonun ön planda olduğu bir spordur. Uzaysal pozisyon bilgisinin karate sporcularında gelişmiş olduğu bildirilmektedir. Pozisyon bilgisinin masa başı bir testle değerlendirilmesi, testin sporcularda kullanımına dair bilgiler verecektir. Bu çalışmadaki amacımız mental rotasyon testinin elit karate sporcularıyla değerlendirilmesidir.

Yöntem: Çalışmamıza sağlıklı, 18-23 yaş arasında 40 erkek, 22 kadın öğrenci (kontrol grubu) ve 18-31 yaş arasında 17 erkek, 14 kadın elit karate sporcusu (sporcu grubu) katıldı. Bilgisayar tabanlı MR testi "Mental Rotation Stimulus Library©" kütüphanesine ait görüntü dosyalarının kullanıldığı bir programdır. 10 adet küpün uç uca eklenmesiyle oluşturulan görüntüler, 3-boyutlu uzayda belirli açılarda döndürülerek 2-boyutlu bir resim arşivi elde edilmiştir. Testteki her bir soru, kütüphaneden seçilen 4 resim içermektedir. Resimlerden birincisi "referans" resimdir. Diğer 3 resimden sadece bir tanesi referans resimdeki nesne ile aynı olup, tek farkı 3-boyutlu uzayda döndürülmüş olmasıdır. Katılımcılardan, referans resim dışındaki üç resimden hangisinin "referans" resim ile aynı olduğunu en kısa sürede bulması istenmiştir. Toplam 16 soruluk testte doğru cevap sayıları ve ortalama cevaplama süresinin doğruluk oranına bölümüyle elde edilen etkin cevaplama zamanları değerlendirilmiştir.

Bulgular: En düşük MRT doğru ortalaması kadın karatecilerde olup, karatecilerin MRT doğru ortalamaları anlamlı olarak kontrol grubundan düşüktür. İşin içine zaman girdiğinde etkin cevaplama zamanları arasında fark olmasa da kontrol grubunun performansları karate grubuna göre daha iyidir.

Sonuç: Karate sporcularının spor yaparken kullandıkları bir yetiyi masa başı bir teste yansıtamayışları, testin sporcu performansının değerlendirilmesinde kullanılmasını sınırlandırmaktadır. Dolayısıyla, her sporun kendi ekolojik doğasına uygun testlerin geliştirilmesi gerekliliği ön plana çıkmaktadır.

Evaluation Of Mental Rotation Performances Of Elite Karate Athletes

Introduction and Aim: Sport is known to have an effect on spatial intelligence. Mental rotation (MR) is the ability to visualize the position and motion of a 2/3 dimensional object in a mind. MR is a widely used method of evaluating mental representation, one of the visual-spatial skills. Karate is a sport where sudden direction changes, swiftness and coordination are the foreground. Spatial position information is developed in karate athletes. The evaluation of position information with a desk-top test will give information about the use of the test in sports. Our aim in this study is to evaluate mental rotation test with elite karate athletes.

Methods: 62 students and 31 elite karate athletes were participated in study. The computer based MR test uses image files of the "MR Stimuli Library©". Images created by adding 10 cubes to the tip are rotated at specific angles in 3-dimensional space to obtain a 2-dimensional image archive. Each question in the test contains 4 images selected from the library. Participants were asked to find out which of the three pictures was the same as the "reference" picture as soon as possible. The total number of correct answers in the 16-item test and the effective response times were evaluated.

Results:The average of karate athletes' correct answers is significantly lower than the control group. The performance of the control group is better than karate group, although there is no significant difference between effective response times.

Conclusion: Karate athletes were not able to reflect on their ability to desk-top test. This result limits the use of the test in evaluating the performance of the athlete. Therefore, the importance of developing appropriate tests for each sport's own ecological nature is of paramount importance.

KSB713

Kadın Hentbolcularda Vücut Kompozisyonunun Fiziksel Performansa Etkisi

¹Mehmet Kale, ¹Erkan Akdoğan, ²İlker Yılmaz

¹Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Eskişehir

²Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü, Eskişehir

Email : mkale@anadolu.edu.tr, eakdogan@anadolu.edu.tr, ilkery@anadolu.edu.tr

Bu çalışmanın amacı kadın hentbol oyuncularının sezon sonu vücut kompozisyonunun fiziksel performansa etkisini araştırmaktır. Çalışmaya en az son 3 yıl antrenman yapan 16 kadın hentbol oyuncusu (yaş: 19.6±2.6yıl, boy uzunluğu: 168.0±5.5cm, vücut ağırlığı: 64.7±10.7kg) gönüllü olarak katılmıştır. Hentbolcuların Türkiye Kadınlar Hentbol 1. Ligi 2016- 2017 sezonu bitiminden 2 hafta öncesinde dual enerji X-ışını absorptiometrisi (DEXA) yöntemi ile kolun yağ yüzdesi, yağ ağırlığı ve yağsız ağırlığı, bacağın yağ yüzdesi, yağ ağırlığı ve yağsız ağırlığı, gövdenin yağ yüzdesi, yağ ağırlığı ve yağsız ağırlığı, vücudun yağ yüzdesi, yağ ağırlığı ve yağsız ağırlığından oluşan bölgesel ve tüm vücut kompozisyonu parametreleri belirlenmiş, patlayıcı güçleri skuat sıçrama testiyle, elastik (reaktif) güçleri aktif sıçrama testiyle ve anaerobik güç-kapasiteleri Wingate testiyle test edilmiştir. Bölgesel ve tüm vücut kompozisyonu parametreleriyle sıçrama ve anaerobik güç-kapasite parametreleri arasında ilişki olup olmadığı Pearson Korelasyon analizi ile belirlenmiştir. Anlamlılık düzeyi ≤0.05 alınmıştır. İstatistiksel analizler sonucunda yağsız bacak ağırlığı, yağsız kol ağırlığı ve yağsız gövde ağırlığı haricindeki bölgesel ve tüm vücut kompozisyonu parametreleriyle skuat ve aktif sıçrama, anaerobik güç-kapasiteden oluşan fiziksel performans parametreleriyle istatistiksel olarak anlamlı negatif ilişki ($p<0.05$) bulunmuştur. Sonuç olarak yağlılıkla ilgili bölgesel ve tüm vücut kompozisyonu parametrelerinin bayan hentbolcuların patlayıcı gücü, elastik kuvveti, anaerobik güç-kapasitesini olumsuz etkilediği ve fiziksel performans kaybı açısından antrenörlerin sezon sonlarında vücut yağlanma artışına fırsat vermemesi gerektiği düşünülmektedir.

The Effect Of Body Composition To Physical Performance On Female Handball Players

The purpose of this study was to investigate of the effect of body composition to physical performance on female handball players. Voluntary 16 women handball players (age: 19.6±2.6years, body height: 168.0±5.5cm, body weight: 64.7±10.7kg), trained last 3 years, were participated to the study. All measurement and tests were completed in the week after Turkish Women Handball 1. League. Total and segmental body composition parameters (percent body fat, body fat mass, lean body mass, percent arm fat, arm fat mass, lean arm mass, percent leg fat, leg fat mass, lean leg mass, percent torso fat, torso fat mass, lean torso mass) of each player were evaluated with dual-energy X-ray absorptiometry method. Squat jump test for explosive power, countermovement jump test for elastic (reaktif) power, and Wingate test for anaerobic power- capacity were used. Relationships of total/segmental body composition parameters with jump and anaerobic power- capacity parameters were analysed with Pearson correlation and the probability level was set to $p<0.05$. As a result of statistical analyses, there were negative relationships ($p<0.05$) between physical performance parameters (squat jump and countermovement jump, anaerobic power-capacity) and total/segmental body composition parameters except for lean arm mass, lean leg mass, lean torso mass. In conclusion, total/segmental body composition parameters based on endomorphy had negative effects on explosive power, elastic power, and anaerobic power-capacity. It is suggested that coaches should not allow female handball players to rise in ectomorphy for the physical performance loss in the season final.

Kadın Hentbol Oyuncularının Segmental Vücut Kompozisyonu Analizleri ve Serbest Ağırlık Kaldırışları Arasındaki İlişkisinin İncelenmesi

¹Mehmet Kale, ¹Erkan Akdoğan, ²İlker Yılmaz

¹Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Eskişehir

²Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü, Eskişehir

Email : mkale@anadolu.edu.tr, eakdogan@anadolu.edu.tr, ilkery@anadolu.edu.tr

Bu çalışmanın amacı kadın hentbol oyuncularının segmental vücut kompozisyonu analizleri ve serbest ağırlık kaldırılışlarıyla ilişkisini araştırmaktır. Çalışmaya en az son 3 yıl antrenman yapan 14 kadın hentbol oyuncusu (yaş: 20.5±4.6yıl, boy uzunluğu: 167.9±5.7cm, vücut ağırlığı: 66.1±11.0kg) gönüllü olarak katılmıştır. Tüm ölçüm ve testler Türkiye Kadınlar Hentbol 1. Ligi 2016-2017 sezonu bitimi sonrasındaki hafta yapılmıştır. Herbir oyuncunun dual enerji X- ışını absorptiometrisi (DEXA) yöntemi ile vücudun yağ yüzdesi, yağ ağırlığı ve yağsız ağırlığı, kolun yağ yüzdesi, yağ ağırlığı ve yağsız ağırlığı, bacağın yağ yüzdesi, yağ ağırlığı ve yağsız ağırlığı, gövdenin yağ yüzdesi, yağ ağırlığı ve yağsız ağırlığı parametrelerinden oluşan tüm ve segmental vücut kompozisyonu belirlenmiştir. Serbest ağırlıklarla izotonik kas kasılma kuvvetiyle ilgili olarak üst ekstremiteye yönelik göğüs pres, omuz pres, biceps curl ve triceps ekstensiyon alt ekstremiteye yönelik öne adım alma ve yarım skuat, tüm vücuta yönelik koparma kaldırılışlarının 1TM (1 tekrar maksimum) testi yapılmıştır. Tüm ve segmental vücut kompozisyonu parametreleriyle serbest ağırlık kaldırılışları arasındaki ilişki Pearson Korelasyon analizi ile belirlenmiştir. Anlamlılık düzeyi ≤0.05 alınmıştır. İstatistiksel analizler sonucunda yağsız vücut ağırlığıyla göğüs pres arasında, yağsız vücut ağırlığıyla yarım skuat arasında, yağsız kol ağırlığıyla göğüs pres arasında istatistiksel pozitif anlamlı ilişki belirlenmiştir (sırasıyla $r = 0.536, 0.575$ ve 0.550 ; $p < 0.05$). Sonuç olarak kadın hentbolcularda vücut yağsız ağırlığının göğüs pres ve yarım skuat kaldırılışını, yağsız kol ağırlığının göğüs pres kaldırılışlarını pozitif etkilemesinden hareketle daha büyük yağsız vücut ve yağsız kol ağırlığının oyunun doğasında bulunan itme, çekme vb. hareketlerde gereken kuvvet açısından fayda sağlayacağı düşünülmektedir.

Investigation Of Relationships Between Segmental Body Composition Analyses And Free Weight Exercises On Female Handball Players

The purpose of this study was to investigate of relationships between segmental body composition analyses and free weight exercises on female handball players. Voluntary 14 women handball players (age: 20.5±4.6years, body height: 167.9±5.7cm, body weight: 66.1±11.0kg), trained last 3 years, were participated to the study. All measurement and tests were completed in the week after Turkish Women Handball 1. League. Total and segmental body composition parameters (percent body fat, body fat mass, lean body mass, percent arm fat, arm fat mass, lean arm mass, percent leg fat, leg fat mass, lean leg mass, percent torso fat, torso fat mass, lean torso mass) of each player were evaluated with dual-energy X- ray absorptiometry method. Isotonic muscle contraction strength with free weights using bench press and sholuder press, biceps curl and triceps extension for upper extremity, lunge and half squat for lower extremity, and snatch for total body were tested 1RM (1 repetition maximum). Relationships between total/segmental body composition parameters and free weight exercises were analysed with Pearson correlation and the probability level was set to $p \leq 0.05$. The results of statistical analyses showed that there were positive correlations between lean body mass and bench press, between lean body mass and half squat, between lean arm mass and bench press ($r = 0.536, 0.575$ ve 0.550 ; $p < 0.05$, respectively).

In conclusion, it is suggested that the larger lean body mass and lean arm mass will be beneficial to female handball players' movements like pushing and pulling in the nature of game because of the positive effects of lean body mass to bench press and half squat and also lean arm mass to bench press in women handball players.

Genç Futbolcularda Hızlı Ve Yavaş Tempolarda Yapılan Şınav Antrenmanlarının Üst Ekstremité Güç Ve Kuvvet Gelişimlerine Etkilerinin Ve Bu Antrenmanların Bırakılması (Detraining) Sonrası Güç Ve Kuvvet Kayıplarının Karşılaştırılması

¹Gürçan Ünlü, ²Ömer Batın Gözübüyük, ¹Settar Koçak

¹Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü

²İstanbul Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Spor Hekimliği

Email : ugurcan@metu.edu.tr, omer.batin@gmail.com, settar@metu.edu.tr

Çalışmanın amacı farklı tempolardaki 2 şınav antrenman yönteminin (hızlı: 7 tekrar/10 saniye, yavaş 4tekrar/10 saniye) üst ekstremité güç ve kuvvet gelişimine etkilerinin karşılaştırılması ve 10 haftalık detraining süreci sonrası olası kuvvet kayıplarının incelenmesidir. Çalışmaya yaşları 14-15 olan en az 2 yıldır amatör olarak futbol oynayan 30 sağlıklı birey gönüllü olarak katılmıştır (yaş: $15,3 \pm 0,45$ yıl, boy= $172,2 \pm 5,3$ cm, kilo= $65,1 \pm 8,6$ kg). Haftada 3 gün olmak üzere 6 hafta boyunca toplam 18 birim antrenman gerçekleştirilmiş, antrenman periyodu öncesi ve sonrasında üst ekstremitéye yönelik güç ve kuvvet testleri yapılmıştır [Çift el sağlık topu atma(ÇSA), Maksimum şınav tekrar(MŞT), 1 Chest Press tekrar maksimum (1TM) ve kavrama kuvveti]. Antrenman tempolarının standardizasyonu için metronom kullanılmış; hızlı tempo için 84 Bpm (dakikada 84 bit), yavaş tempo hızı için 48 Bpm (dakikada 48 bit) olarak uygulanmıştır. Antrenman periyodu sonrası kazanılan kuvvetlerin 10 haftalık kısmi detraining(Şınav uygulamalarını bıraksalarda branşa özgü antrenmanlarına devam ettiler) sonrası ne kadar değiştiği ayrıca incelenmiştir. 1TM ve kavrama kuvveti için her iki grupta antrenman periyodu sonrası benzer artışlar görülmesine karşın, MŞT ve ÇŞS için HŞ grubunda YŞ grubuna göre daha fazla artış olduğu görülmüştür. HŞ grubunun antrenman periyodu öncesi MŞT ortalamaları $18,4 \pm 6,8$ iken uygulama sonrası $31,8 \pm 9,2$ e yükselerek ortalama 13.5 birimlik artış göstermiş, YŞ grubunun MŞT ortalamaları ise $18,6 \pm 6,3$ dan $26,3 \pm 7,4$ 'e yükselerek ($p < 0,05$) 7.7 birimlik artış göstermiş ve bu değişken için HŞ grubundaki artışın YŞ grubundaki artışa göre daha fazla olduğu görülmüştür. ÇSA mesafelerinde de HŞ grubunun uygulama öncesi $2,58 \pm 0,47$ metrelik mesafe ortalamasının uygulama sonrasında $3,46 \pm 0,69$ 'ya yükselen artışının, $2,63 \pm 0,55$ metreden $3,09 \pm 0,48$ a olan artışa göre daha fazla olduğu görülmüştür. DET periyodu sonrası değerler ile uygulama evresi sonrası değerler her iki gruptaki tüm ölçüm yöntemlerinde benzer bulunmuştur. Çalışmanın bulguları genç futbolcularda şınav antrenman temposunun hızlı olmasının daha faydalı olabileceği ve kazanılan güç veya kuvvetin branşa özgü rutin antrenmanların bırakılmaması halinde 10 haftaya kadar korunabileceğini öne sürmektedir.

Comparison of the Effects of Fast and Slow Velocity Push Up Workouts on Upper Extremity Strength and Power Enhancement and Detraining Effects on Strength and Power in Young Soccer Players

The aim of this research was to compare the effects of push-up exercises at two different velocities [fast push-ups (FPU), 7 repetitions in 10 seconds and slow push-ups (SPU), 4 repetitions in 10 seconds] on upper extremity strength and power development and investigation of possible loss after 10 weeks of detraining. Thirty healthy volunteers with two years minimum soccer playing experience were included into the study. The training session comprised of 18 training units lasted 3 times a week for 6 weeks. Upper extremity strength tests were performed before and after the study [2-handed medicine ball put (DAT), maximum push-up number (MPN), chest press 1-Repetition Maximum (1-RM) and handgrip strength (GS)].

A metronome was set to 84 and 48 beats per minute in order to standardize the movement velocities for fast and slow push-ups, respectively. The effects of detraining, i.e how much strength loss occurred, were analyzed separately after 10 weeks. All parameters were increased significantly after the training period in both groups. Chest press 1-RM and GS were increased similarly between groups; whereas MPN and DAT increased more in FPU than in SPU group. Average MPN showed a marked increased from $18,4 \pm 6,8$ to $31,8 \pm 9,2$; a 13,5 points difference, in FPU group, whereas a smaller increase was observed in SPU group, from $18,6 \pm 6,3$ to $26,3 \pm 7,4$. DAT distance was also increased more in FPU than in SPU group, from $2,58 \pm 0,47$ to $3,46 \pm 0,69$ versus $2,63 \pm 0,55$ to $3,09 \pm 0,48$ meters, respectively. There were no significant changes between post-test and DET values in all dependent variables for both groups. The findings of present study indicated that fast push-ups may be more effective for improving strength and power in young soccer players and gained strength improvements can be maintained up to 10 weeks if routine sport-specific trainings are not abandoned.

Genç Erkek Futbolcularda Anaerobik Kapasite ve Fitness Performans Parametreleri ile Vücut Kompozisyonu Arasındaki İlişki

¹Muhammed Mustafa Atakan, ¹Mehmet Gören Köse, ¹Yasemin Güzel, ¹Serhat Sağınç, ¹Uğur Yılmaz, ¹Hüseyin Hüsrev Turnagöl

¹Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : muhammed.atakann@gmail.com, goren.kose@gmail.com , ysmnonur@gmail.com, serhatsaginc@icloud.com ,
ugurbiyomek@gmail.com , husrevturnagol@gmail.com

Giriş ve Amaç: Futbolda hem vücut kompozisyonun geçerli yöntemlerle ölçülmesi hem de performans parametrelerinin doğru bir şekilde belirlenmesi başarı açısından oldukça önemlidir. Antrenman ile bütünleşen diyet uygulaması ve yapılan antrenmanın verimliliğini belirlemek için vücut kompozisyonu ile fitness performansı antrenörler tarafından belirli aralıklarla takip edilmelidir. Bu çerçevede bu çalışmanın amacı, genç erkek futbolcularda anaerobik kapasite ve fitness performans parametreleri ile vücut kompozisyonu arasındaki ilişkinin belirlenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya on sekiz genç erkek futbolcu (yaş: 22.40±4.03 yıl; boy: 177.22±5.43 cm; vücut ağırlığı: 73.26±6.80 kg; antrenman yaşı: 11.72±3.75 yıl) katılmıştır. Vücut kompozisyonu ölçümü Dual-energy X-ray absorptiometry ile belirlenmiştir. Koşuya dayalı anaerobik sprint testi (RAST) katılımcıların anaerobik performanslarını belirlemek için uygulanmıştır. 10m, 20m and 30m sprint testleri Fusion Smart Speed kullanılarak ölçülmüştür. Ayrıca katılımcıların aktif ve squat sıçrama yükseklikleri belirlenmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson korelasyon yöntemi kullanılmıştır.

Bulgular: Analiz sonuçları vücut yağ yüzdesi ile sprint performansı arasında (0-10 (r=0.45; p<0.05), 0-20 (r=0.43; p<0.05) 0-30 (r=0.41; p<0.05) anlamlı pozitif korelasyon olduğunu göstermiştir. Ayrıca RAST ile sprint performansı arasında bulunan korelasyon da (0-10 r= -0.80; p<0.05, 0-20 r= -0.85; p<0.05, 0-30 r= -0.80; p<0.05) negatif yönlü anlamlı olarak belirlenmiştir. Vücut kompozisyonunun diğer değişkenleri ile (kas kitlesi, yağsız vücut kitlesi) RAST, sprint ve sıçrama performansları arasında ise ilişki bulunmamıştır.

Sonuç: Vücut yağ yüzdesi performans parametrelerini olumsuz yönde etkilemektedir. Ayrıca vücut kompozisyonu ile birlikte, anaerobik dayanıklılık da sprint performansı üzerinde rol oynayan önemli bir faktördür. Sonuç olarak sporcu performansında meydana gelebilecek olası düşüşü engellemek için vücut kompozisyon parametrelerinin düzenli olarak belirlenmesi gerekir. Ayrıca anaerobik kapasiteyi arttıracak antrenmanların yapılması da performans artışı için önemlidir.

Anahtar kelimeler: Futbol, Vücut kompozisyonu, Anaerobik kapasite, Performans

Relationship Amongst Anaerobic Capacity and Fitness Performance Parameters with Body Composition in Young Football Players

Introduction and Aim: Accurately measuring body composition and evaluating performance parameters are of great importance in soccer. These assessments are applied by trainers to determine physical preparedness for competition and to monitor the effects of training and dietary interventions on body composition status and performance. In this context, the aim of the study was to determine the relationship amongst anaerobic capacity, fitness performance and body composition in young football players.

Methods: Eighteen male football players (age: 22.40 ± 4.03 yrs, height: 177.22 ± 5.43 cm, weight: 73.26 ± 6.80 kg, training background: 11.72 ± 3.75 yrs) participated in the study. Body composition was measured using Dual-energy X-ray absorptiometry. Running based anaerobic sprint test (RAST) test was performed to determine anaerobic capacity. 10m, 20m, and 30m sprint test were also performed by the participants. Countermovement jump and squat jump performances of the participants were measured. Pearson correlation coefficient was used to determine the relationship between the variables.

Results: Result of the analysis indicated that there was significant positive correlation between body fat percent and sprint performance (0-10 ($r=0.45$; $p<0.05$), 0-20 ($r=0.43$; $p<0.05$) 0-30 ($r=0.41$; $p<0.05$). The correlation found between RAST and sprint performance test was also negative significant (0-10 $r= -0.80$; $p<0.05$, 0-20 $r= -0.85$; $p<0.05$, 0-30 $r= -0.80$; $p<0.05$). No significant correlation was found at other variables including body composition parameters, RAST, sprint or jump performance tests.

Conclusion: As a result, body fat percent affects performance in young football players. Depending on excessive fat accumulation in the body, this may be the result of increasing body weight. Along with body composition, anaerobic capacity is one of a substantial factor for sprint performance. Therefore, determining body composition measurement in sportsman is required not to be faced with a problem such as a decrease in performance. Additionally, training should consist of sessions which can result in enhancing anaerobic capacity.

Keywords: Football, Body composition, Anaerobic capacity, Performance

Sirkadien Ritmin Statik Denge Üzerine Etkisi

¹Evrin Ünver, ¹Oktay Arslanoğlu, ¹Ayşe Kin İşler, ¹Tahir Hazır

¹Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri FakültesiEgzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, Spor ve Antenörlük ABD , Ankara

Email : evrimunver@hotmail.com, oktay.arslnglu@gmail.com, aysekin@gmail.com, tahirhazir@gmail.com

Giriş ve Amaç: Sirkadien ritmin (günün zamanı) atletik performansla ilişkili fizyolojik ve nörolojik değişkenler üzerine önemli etkisi olduğu çalışmalarla ortaya konmuştur ancak statik denge üzerine etkisi ile ilgili çalışmaların sonuçları çelişkilidir. Bu çalışmanın amacı sirkadien ritmin farklı zeminlerdeki statik denge üzerine etkisini incelemektir.

Yöntem: Çalışmaya 16 spor okulu öğrencisi (Yaş = 24.4 ± 2.0 yıl, boy = 177.8 ± 6.0 cm) gönüllü olarak katılmıştır. Tüm testler sabah saat 9.00-10.00 akşam 16.00-17.00 saatleri arasında yapılmıştır. Antropometrik ölçümlerden sonra (boy, vücut ağırlığı(VA), vücut yağ yüzdesi(VYY)) katılımcılar en az 20 dk oturur pozisyonda dinlendirilerek kalp atım hızları(KAH)(Polar, Finlandiya) ve ağızdan vücut sıcaklıkları(VS) (Omron MC-246) kayıt edilmiştir. Daha sonra denge ölçüm cihazında (Biosway Biodex) sert ve yumuşak zeminde çift ayak üzerinde statik denge testi yapılmıştır. Toplam(TSD), Anterior-posterior(APSD) ve medial-lateral düzlemdeki(MLSD) statik denge skorları 0(en iyi)-10(en kötü) arasında puanlandırılmış ve cihaz tarafından kayıt edilmiştir. Test 3 kez 20 saniye süresince uygulanmış ve her tekrar arasında 10 saniye dinlenme verilmiştir. En iyi skorlar değerlendirmeye alınmıştır. Katılımcılar sabah ve akşam ölçümlerine rastgele sıra ile girmişlerdir. Sirkadien ritmin vücut kompozisyonu, fizyolojik değişkenler ve statik denge üzerine etkisi Bağımlı Gruplarda t Testi kullanılarak belirlenmiştir. Zemin farkının statik denge üzerine etkisi için de Bağımlı Gruplarda t Testi kullanılmıştır.

Bulgular: VA ve VYY'nin sabah ve akşam ölçümleri arasında anlamlı fark saptanmamıştır ($p>0.05$). Akşam ölçülen VS ve KAH sabahdan yüksek olmakla beraber anlamlı değildir($p>0.05$). Sabah ve akşam hem sert ve hem de yumuşak zeminde ölçülen TSD, APSD ve MLSD skorları arasında anlamlı fark saptanmamıştır ($p<0.05$). Buna karşılık hem sabah hem de akşam sert zeminde ölçülen TSD, APSD ve MLSD skorları yumuşak zeminde ölçülenden anlamlı derecede düşüktür ($p<0.05$).

Sonuç: Bu çalışmanın bulguları statik dengenin sirkadien ritimden etkilenmediğini ancak sert zeminle karşılaştırıldığında yumuşak zeminde nöromusküler koordinasyonun daha fazla bozulduğunu göstermiştir. Aynı zamanda zemin farkının statik denge üzerindeki etkisi de sirkadien ritimden bağımsızdır.

The Effect Of Circadian Rhythm On Static Balance

Introduction and purpose: While the effect of circadian rhythm on physiological and neurological variables is well documented in the literature, conflicting results are found about its effect on static balance. The aim of this study was to investigate the effect of circadian rhythm on static balance on stable and unstable surfaces.

Methods: 16 sport school students (Age= 24.4 ± 2.0 yrs, height= 177.8 ± 6.0 cm) voluntarily participated in this study. All measurements were performed randomly between 9.00-10.00 am in the morning and 16.00-17.00 pm in the evening. After anthropometrical measurements, participants rested for at least 20 minutes in sitting position for evaluation of the resting heart rate(HRrest) and

oral body temperature(OBT). Bilateral postural stability test was performed(Biosway, Biodex) on both stable and unstable surfaces. Overall(OS), Anteroposterior(AP) and Mediolateral(ML) sway static balance scores were determined and best scores were recorded for statistical analysis. Static balance test was applied for 20 sec with 10 sec rest intervals in 3 trials. To determine the effect of circadian rhythm on body composition, physiological parameters and static balance, dependent samples t-test was used. The effect of different surface on static balance was determined by independent samples t-test.

Results: No significant differences was observed in body weight and fat percentage($p>0.05$). While evening HRrest and OBT were higher than morning, this difference was not significant($p>0.05$). There were no significant differences between morning and evening OS, AP and ML scores measured in different surfaces($p>0.05$). However OS, AP and ML measured in stable surface were significantly lower than unstable surface($p<0.05$).

Conclusion: According to findings of this study it can be stated that static balance was not affected from circadian rhythm however neuromuscular coordination in unstable surface was impaired more than stable surface. At the same time the effect of different surfaces on static balance was independent from circadian rhythm.

Elit Ergenlik Öncesi Kadın Cimnastikçilerde GH ve IGF-1 Hormon Konsantrasyonlarının Farklı Antrenman Dönemlerine Göre Değişimi

¹Mergül Güler Yılmaz, ²Ümid Karlı, ³Güler Buğdaycı, ⁴Şerife Vatansever, ⁵Kerim Sözbir, ⁵Kutlu Aydın

¹Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü Bolu

²Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Bolu, Türkiye

³Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Bolu, Türkiye

⁴Uludağ Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Bursa, Türkiye

⁵Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Bolu, Türkiye

Email : , mergulgulerq@gmail.com, umidkarli@gmail.com, , , ,

Giriş: Bu çalışmanın amacı elit ergenlik öncesi kadın cimnastikçilerde büyüme hormonu (GH) ve insülin benzeri büyüme faktörü 1 (IGF-1) hormon konsantrasyonlarının geçiş, hazırlık ve müsabaka antrenman dönemlerine göre değişiminin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya düzenli antrenman yapan dokuz elit ergenlik öncesi kadın cimnastikçi (ortalama yaş: 10.22±0.83yıl; boy: 130.93±5.61cm; vücut kütlesi: 27.51±2.26kg; vücut kütle indeksi: 16.03±0.49kg/m²; antrenman yaşı: 6.22±0.83yıl) gönüllü olarak katılmıştır. Plazma GH ve IGF-1 konsantrasyonlarının analizi için geçiş (bazal), hazırlık ve müsabaka antrenman dönemlerinin sonunda saat 08:00'da (açlık), 09:30'da (antrenman öncesi), 12:30'da (antrenman sonrası) ve 14:00'da (toparlanma sonrası) kan örnekleri alınmıştır. Cimnastikçiler hazırlık ve müsabaka antrenman dönemlerinde haftanın 6 günü, 09:45-12:30 saatleri arasında günlük antrenman alışkanlıklarını devam ettirmişlerdir. Verilerin istatistiki analizinde tekrarlı ölçümlerde tek yönlü varyans analizi ve Friedman testi kullanılmıştır.

Bulgular: Tekrarlı ölçümlerde varyans analizine göre; hazırlık dönemi antrenman öncesi, antrenman sonrası ve toparlanma sonrası plazma IGF-1 seviyesinde ve müsabaka dönemi açlık, antrenman öncesi ve antrenman sonrası plazma IGF-1 seviyesinde geçiş dönemi ile karşılaştırıldığında istatistiki olarak anlamlı düşüş (p<0.05) tespit edilmiştir. Diğer taraftan Friedman testine göre; üç antrenman dönemine ait plazma GH seviyeleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Sonuç: Bu çalışmada, hazırlık ve müsabaka dönemlerinde saptanan IGF-1 hormon seviyesindeki düşüş oldukça dikkat çekicidir. Bu noktadan hareketle hazırlık ve müsabaka dönemine özel cimnastik antrenmanlarının egzersize bağlı büyüme geriliğine neden olabileceği sonucuna ulaşılabilir. Anahtar kelimeler: Büyüme, hazırlık dönemi, müsabaka dönemi

Variation Of Gh And Igf-1 Hormone Concentrations During Different Training Periods in Elite Pre-Pubertal Female Gymnasts

Abstract Background: The purpose of this study was to investigate the variation of growth hormone (GH) and insulin-like growth factor 1 (IGF-1) hormone concentrations in transition, preparation and competition training periods in elite pre-pubertal female gymnasts.

Methods: Nine regularly-trained elite pre-pubertal female gymnasts (mean age: 10.22 ± 0.83 yr; stature: 130.93 ± 5.61 cm; body mass: 27.51 ± 2.26 kg; body mass index: 16.03 ± 0.49 kg/m²; training age: 6.22 ± 0.83 yr) were participated in this study. Blood samples for the analysis of the plasma GH and IGF-1 concentrations were collected at 08:00h (fasting), 09:30h (pre- training), 12:30h (post-training) and 14:00h (recovery) at the last week of transition (baseline), preparation and competition training periods. Gymnasts performed their daily training routines between 09:45-12:30h in 6 days per week during preparation and competition training periods. One way ANOVA with repeated measures and Friedman test was conducted for statistical analysis.

Results: According to repeated measures ANOVA, significant decrease was found in plasma IGF-1 level at pre-training, post-training and recovery in preparation period ($p < 0.05$) and at fasting, pre-training and post-training in competition period compared to transition period ($p < 0.05$). On the other hand, according to Friedman test, no significant changes were seen in plasma GH level among three training periods.

Conclusion: In this study, the decrease in plasma level of IGF-1 hormone in preparation and competition period is quite remarkable. From this point it can be concluded that gymnastic workouts specific to preparation and competition training periods may cause exercise-related growth retardation in elite female gymnasts during pre-pubertal period.

Keywords: Growth, Preparation Period, Competition Period

Kano Sporuna Yeni Başlayanlara Uygulanacak 8 Haftalık Denge Antrenmanlarının Kano Denge Performansı Üzerine Etkileri

¹Pervin Arol, ²İpek Eroğlu Kolayış

¹Adapazarı Mesleki Teknik Anadolu Lisesi, Sakarya

²Sakarya Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Sakarya

Email : pervinsonmez@hotmail.com, ikolayis@sakarya.edu.tr

Kano sporuna yeni başlayanlara uygulanacak 8 haftalık denge antrenmanlarının kano denge performansı üzerine etkileri **GİRİŞ-Amaç:** Sporda başarıyı sağlayacak parametrelerden biri de denge performansıdır. Oturur pozisyonda belirli bir dengenin sağlanabilmesi ; kano ,kürek gibi sporlarda önemlidir. Dünya Sağlık Örgütü tarafından kabul edilen, ve tüm bireylere uygulanabilen, en yaygın ve geçerli standart antropometrik ölçüm, vücut kitle indeksidir (VKİ).Bu doğrultuda araştırmanın amacı; 8 haftalık özel denge antrenmanlarının kanoya yeni başlayan 14-16 yaş aralığındaki genç kadın sporcuların kano denge performanslarıyla VKİ değerleri üzerindeki etkilerinin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmanın ana kütesini oluşturan ortaöğretim kurumundan seçilen öğrencilerden tesadüfi sayılar tablosu yardımıyla 10 kişi kontrol; 15 kişi müdahale grubunu oluşturmak üzere toplam 25 kişi çalışmaya dahil edilmiştir. Çalışmanın başında katılımcıların ön test VKİ değerleri Inbody ölçüm cihazında , Flamingo denge ölçümleri kano prototipinde alınarak müdahale grubuna 8 haftalık özel denge antrenman programı uygulanmıştır. Kontrol grubu bu sürede sadece kendi bünyesinde yaptığı çalışmalara devam etmiştir. Eğitimin sonunda kano denge performansları(kano prototipinde ve yarış kanosunda) ve VKİ gelişim düzeylerini belirlemek için son test uygulaması yapılmıştır. Ön test kano denge performansları ve VKİ değerleri açısından gruplar arası farklılıklar Mann Whitney U testi analizi ile ortaya konulmuştur. Araştırmada alınan ön test – son test ölçüm değerleri arası farklılıklar ile müdahale ve kontrol grubundan alınan son test ölçümleri arası farklılıklar Wilcoxon testiyle değerlendirilmiştir.

Bulgular: Özel denge antrenmanlarının, kanoya yeni başlayan 14-16 yaş aralığındaki genç kadın sporcuların VKİ değerleri ve kano denge performans değerleri üzerinde anlamlı fark yaratmadığı ($p>0,05$) görülmektedir.

Sonuç: Özel denge antrenmanlarının, kano denge performansı ve VKİ değerleri üzerinde anlamlı bir fark ortaya koymadığı görülmüştür. Dolayısıyla; özel denge antrenmanlarının VKİ değerleri ile kano performans değerleri üzerinde etkisinin olabilmesi için; denek sayısının artırılması, antrenman süresinin uzatılması, antrenmanlarda kanoya özel denge çalışmalarının ve hazırlanan kano prototipinin geliştirilerek daha yoğun olarak kullanılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Denge antrenmanı, kano sporu, vücut kitle indeksi

The Effects Of 8 -Week Balance Trainings On Canoe Balance Performance Applied To Canoe Sport Beginners

Introduction-Aim: Balance performance is one of the parameters providing success in sport. It is important in sports as canoeing, rowing maintaining balance in sitting position. Accepted by World Health Organization also applicable to all individuals Body Mass Index (BMI) is the most common and valid standard anthropometric measurement. Accordingly, aim of this research is investigating effects of 8-week special balance trainings on canoe balance performance and BMI values of beginner young female athlete in canoeing aged 14-16 years.

Method: Selected from secondary education students also main mass of this investigation, with the help of random numbers chart, total 25 people included-10 for control, 15 for experimental group. At the beginning of training, taking pre-test BMI values of participants with Inbody measurement device and Flamingo balance measurement results in canoe prototype, 8 week special balance training program applied to experimental group. During this period, control group proceeded with training on its own. At the end of training post-test application applied to determine canoe balance performances (in canoe prototype, racing canoe) and BMI improvement level. The differences between groups in terms of pre-test canoe balance performances and BMI values obtained with Mann Whitney U Test analysis. Differences between measurement values of pre-and post-test along with differences in post-test measurements taken from control and experimental group evaluated with Wilcoxon test.

Findings: It seems special balance trainings do not have a meaningful difference on BMI and canoe balance performance values of young female beginner athlete in canoeing aged 14-16 years ($p > 0,05$) **RESULT:** It is thought for special balance trainings to be effective on BMI and canoe performance values it may be useful increasing number of participants in experimental group, extending training time, in trainings improving canoe prototype prepared with special balance training peculiar canoeing also using it more intensely.

Keywords: Balance training, canoeing, body mass index

Basketbolcularda Akut Egzersizin Oksijen Satürasyonuna Etkisi

¹Tugay Yılmaz, ²Önder Dağlıoğlu

¹Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor AD, Gaziantep

²Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Gaziantep

Email : tugayyilmaz027@gmail.com, daglioglu@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Kandaki oksijenin hemoglobine bağlı düzeyde taşınan miktarına oksijen satürasyonu (SpO2) denir. SpO2 hücrelere oksijenin taşınmasındaki ön mekanizmayı oluşturur. Bu çalışmadaki amaç basketbolcularda akut egzersizin oksijen satürasyonuna etkisini incelemektir.

Yöntem: Çalışmaya 18-23 yaş arası basketbolcu (n:10) ve sedanter (n:10) olmak üzere toplam 20 erkek gönüllü olarak katıldı. Gruplara akut egzersiz modeli olarak 100 m sürat koşusu uygulandı. Test öncesinde ve hemen sonrasında oksijen satürasyonu (SpO2) ölçümleri yapıldı. SpO2 ölçümleri pulse oksimetre cihazıyla ölçüldü. Ayrıca yaş, boy, kilo, beden kitle indeksi (BKİ), istirahat kalp atım sayısı (İKAS), sistolik kan basıncı (SKB) ve diastolik kan basıncı (DKB) verileri alındı. Grup içi karşılaştırma için Paired Samples T, grupların karşılaştırılması için Independent Samples T testleri kullanıldı.

Bulgular: Çalışmaya katılan grupların ön ve son test SpO2 verilerine bakıldığında basketbol grubundaki düşüş anlamlı bulunurken ($p<0.05$), sedanter gruptaki düşüş anlamlı bulunmadı ($p>0.05$). Gruplar karşılaştırmasında ise anlamlılık bulunmadı ($p>0.05$).

Sonuç: Araştırmamızın sonucunda basketbolcu ve sedanterlere uygulanan akut egzersizin oksijen satürasyonu değerlerini düşürdüğü söylenebilir. Düzenli yapılan antrenmanların akut egzersiz sırasında oksijen satürasyonundaki değişikliği etkilemediği düşünülmektedir.

The Effects Of Acute Exercise On Oxygen Saturation in Basketball Players

Introduction and Aim: The amount of oxygen transported at the hemoglobin-dependent level of oxygen is called oxygen saturation (SpO2). SpO2 constitutes the precursor of oxygen transport to the cells. The aim of this study is to examine the effect of acute exercise on oxygen saturation in basketball.

Method: A total of 20 male volunteers, aged 18-23, participated in the study, including basketball player (n: 10) and sedantery (n: 10). Groups were given 100 m sprinting as an acute exercise model. Measurements of oxygen saturation (SpO2) were made before and immediately after the test. SpO2 measurements were measured with a pulse oximeter instrument. In addition, age, height, weight, body mass index (BMI), resting heart rate (RHR), systolic blood pressure (SBP) and diastolic blood pressure (DBP) data were obtained. Paired Samples T for intergroup comparison, and Independent Samples T tests for comparison of groups.

Results: When the pre- and post-test SpO2 data of the groups participating in the study were examined, the decrease in the basketball group was significant ($p<0.05$), but the decrease in the sedantery group was not significant ($p>0.05$). There was no significant difference between the groups ($p>0.05$).

Conclusion: As a result of our research, it can be said that the acute exercise applied to basketball players and sedanters decreased the oxygen saturation values. It is thought that regular training does not affect the change in oxygen saturation during acute exercise.

Basketbolcularda İskemik Ön Koşullamanın Aerobik ve Anaerobik Performans Üzerine Akut Etkisi.

¹Veli Volkan Gürses, ²Cengiz Akalan

¹Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Kastamonu Üniversitesi, Kastamonu

²Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara Üniversitesi, Ankara

Giriş: İskemik Ön Koşullama (İSÖ) tekrar eden kısa iskemi sonrası reperfüzyona izin verilerek oluşturulan döngülerdir. Son yıllarda İSÖ spor bilimlerinde ilgi çekici konu haline gelmiş, İSÖ'nün koşu ekonomisi, dayanıklılık, sprint performansı, kuvvet performansı ve fizyolojik cevaplar üzerinde etkisi olabileceği gösterilmiştir.

Amaç: Bu çalışma iskemik ön koşullamanın, basketbolcularda aerobik ve anaerobik performans üzerine akut etkisini belirlemek için yapılmıştır.

Yöntem: Araştırmaya 14 (yaş: 22,13 ± 4,83 yıl; boy 192,53 ± 6,05 cm; VA 89,00 ± 7,86 kg; maks VO₂: 47,23 ± 5,13 ml/kg/dk) erkek basketbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar öntest ölçümlerine katıldıktan sonra iskemik ön koşullamanın etkisinin belirlenmesi için rastgele olarak iskemi önkoşullama (İSÖ) (n=7) ve Sham (n=7) grubu olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Daha sonra çapraz tasarım deney deseni yöntemi kullanılmış ve gruplar yer değiştirilerek ölçümler tekrarlanmıştır. İSÖ protokolü manuel manşon ile 220 mmHg ile her iki bacağın bilateral arterial üzerinde tıkanma oluşturularak uygulanmıştır. 5 dakika iskemi sonrası 5 dakika reperfüzyon döngüsü her iki bacak için 3 defa tekrarlanmıştır. Anaerobik performansın belirlenmesi için Koşu Temelli Anaerobik Sprint Testi (RAST), aerobik performansın belirlenmesi telemetrik gaz analizörü ile Yo-Yo Aralıklı Toparlanma Testi Seviye 2 (Yo-Yo IRT 2) kullanılmıştır. Tüm tekrarlar öncesi ve sonrası Kalp atım hızı, kan laktat seviyesi ölçülmüştür. Elde edilen verilerin analizinde, iki değişkenden fazla tekrarlı ölçümler için Friedman Tekrarlı Ölçümlerde Varyans Analizi yöntemi kullanılmıştır. Farkların tespit edildiğinde farkın nereden kaynaklandığının belirlenmesi için Wilcoxon Eşleştirilmiş İşaret testi ile kullanılmıştır. Tüm istatistik işlemler p<0.05 güven aralığı kullanılarak işlenmiştir.

Sonuç: Anaerobik performans birleşenlerinden Zirve Güç çıktısı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir (X² = 8.51, p= 0.014). İSÖ anaerobik güç çıktısını % 6,8 arttırmıştır. İSÖ uygulamasının aerobik egzersizlerde herhangi bir etkisi bulunamamıştır. Bu sonuçlar doğrultusunda iskemik ön koşullamanın basketbolcuların anaerobik güç çıktısını üzerinde olumlu, aerobik performans üzerinde etkisinin olmadığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Aerobik Performans, Anaerobik Performans, Basketbol, İskemik Ön koşullama.

The Acute Effect of Ischemic Preconditioning on Anaerobic and Aerobic Performance in Basketball Players

Introduction: Ischemic preconditioning (IPC) consist in short repeated periods of ischemia followed by reperfusion. Recent years IPC has become attractive issue which investigated the effects of IPC on exercise performance. Generally studies assumed that IPC may have effect on running economy, endurance, sprint performance, resistance performance and physiological response.

Objective: The aim of the study was to determine the effect of IPC on anaerobic and aerobic performance in basketball players.

Methods: Fourteen male basketball players (age: $22,13 \pm 4,83$ yr; boy $192,53 \pm 6,05$ cm; weight: $89,00 \pm 7,86$ kg; VO2 max: $47,23 \pm 5,13$ ml/kg/min) voluntarily participated in the study. The crossover study design was used to reveal acute IPC effect on performance. Participants were randomly assigned to two groups, ischemic preconditioning (IPC) ($n = 7$) and Sham ($n = 7$) groups, after participating in pretest measurements. IPC protocol was performed 220 mmHg bilateral arterial occlusion on both legs with manual pressure cuffs. 5 min bilateral arterial occlusion applied 3 times interspersed with 5 min of reperfusion. The Running-Based Anaerobic Sprint Test (RAST) protocol used for determining anaerobic performance, The Yo-Yo Intermittent Level II protocol with telemetric gas analyzer was used to aerobic performance. Heart rate and Blood Lactate samples were taken before and after applications. The variance analysis method Friedman Repeated Measurements was used for repeated measures. The Wilcoxon Matched-Signal test was used to determine where the difference was found. All statistical procedures processed by using significance level at $p < 0.05$.

Results: Results showed that IPC had significant difference on Peak Power ($X^2 = 8.51$, $p = 0.014$). The application IPC was increased anaerobic power output by 6.8%. There was no effect of on aerobic exercises. It can be said that according to results IPC may have positive effect on anaerobic power in basketball players.

Keywords: Performance, Ischemic Preconditioning, Basketball

Elit Sporcularda Oksidatif Stres Etkilerinin Sds-page İle Karakterizasyonu

1Zeliha Baştürk

1Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

Email : zlhbasturk@gmail.com

Giriş ve Amaç: Bu araştırma; 4 farklı branşta mücadele eden (Bisiklet =7, Boks=7, Güreş=7, Teakwondo=7), yaş ortalamaları 21-25 yıl olan 28 erkek elit sporcularda SDS-Page yöntemi ile oksidatif stres etkilerinin protein karakterizasyonunu incelemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırma performans laboratuvarında Anaerobik Wingate güç testi ve Kapalı Spor Salonunda Aerobik güç 20 m. mekik koşusu testi yapıldı. İstirahat anaerobik ve aerobik güç testleri sonucunda olmak üzere üç kez kan örnekleri alındı. Elde edilen bütün serumlar, EURX marka Gene Matrix Universal DNA/RNA Protein Purification kit kullanılarak protein izolasyonu yapıldı. Proteinler BIORAD Mini Protean Elektrophoresis Sistemi SDS-Page yöntemi ile THERMO PAGERuler Prestained Protein Ladder marker ile karakterize edildi.

Bulgular: Bisiklet istirahat, boks istirahat ve maksimal, güreş maksimal ve submaksimal değerlerinde immunoglobülinler olarak değerlendirilen 200kDa büyüklüğünde bantlara rastlanmıştır. Bunun yanı sıra bisiklet grubunun her üç durum değerleri benzerlik göstermektedir. Boks grubu, protein profili ve içeriği açısından en belirgin gruptur. Güreş grubu, maksimal ve submaksimal değerleri benzerlik gösterirken istirahat durumlarında daha silik protein bantları gözlemlendi. Taekwondo grubu istirahat ve maksimal protein profil ve içerikleri benzerlik göstermesine rağmen, submaksimal egzersiz sonuçlarında protein bantlarının daha belirgin olduğu söylenebilir.

Sonuç; sporcu gruplarının, serum protein konsantrasyonları benzerlik göstermektedir. Protein içerik ve profilleri açısından bisiklet, boks ve taekwondo grubunun benzerlikleri daha belirgin olmakla birlikte, güreşçilerin maksimal ve submaksimal egzersiz sonrası değerleri benzerlik göstermiştir. Sporcu grupları arasındaki farklılıkları, yapmış oldukları egzersizin yoğunluk ve şiddeti ile ilişkilendirebiliriz. Bisikletçiler için maksimal, boksörler ve taekwondocular için submaksimal egzersiz sonrasında protein fraksiyonunun daha düşük olduğu söylenebilir. Boks grubunda diğer gruplara göre bant sayısı daha fazla ve daha belirgindir. Güreş grubunda ise maksimal ve submaksimal protein karakterizasyonu benzerlik gösterirken istirahat profilleri daha silik bantlar gözlemlenmiştir. Bu değişikliğin sebebi, oksidatif strese bağlı olabileceği gibi genetik farklılıklardan ve/veya branşa özgü akut yada kronik fizyolojik değişikliklerden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Anahtar Sözcükler: Apoptoz; egzersiz; protein; oksidatif stress

Effect of Oxidative Stress in Elite Athletes and Characterization of SDS-Page

Introduction and purpose: This research was conducted to investigate the protein characterization of oxidative stress effects by SDS-Page method in elite athletes. 28 male athletes, who compete in 4 different sports with the age between 21-25 are participated to the study.

Method: Anaerobic Wingatepower test and Aerobicpower 20m. Shuttlerun test were conducted at there search. Blood samples were taken three time safterthetests. Allobtained serums were protein isolated by using the DNA/RNA Protein Purification kit. Proteins were characterized withThe Mini Protein Electrophoresis System SDS-Pagemethodand the Protein Ladder marker.

Findings: 200kDa bands were found at the values of:bcyclcleresting, boxing resting and maximal, wrestle maximal and submaximal. Inaddition,all three status values of bicycle group are similar. Boxing group was the most prominent group in terms of protein profile and content. Wrestling group, maximal and submaximal values showed similarities. Although Taekwondo group showed similarresting and maximal protein profiles and contents, it can be said that protein band sare more prominent in submaximal exercise results.

Result: Athlete group's serum protein concentrations showed similarities. Interns of protein contentand profiles, the similarity of bicycling, boxing and taekwondo groups were more obvious.We can relatet his difference stothe intensity and severity of the exercise they are doing. It can be said that protein fracture is lower after the maximal exercises for cyclists, and submaximal exercises for boxers and taekwondo players.The number of bands in the boxing group are more and obvious than others. Inwrestling group,maximal and submaximal protein characterization showed similarities, while resting profiles showed more silentbands. This change is thought to be due to oxidative stress, as well as genetic differences and/or acute or chronic physiological changes depends on the specific specialty.

Keywords: Apoptoz; exercise;oxidativestress; protein

Sekiz Haftalık Pliometrik Antrenman Programının Salon Futbol Oyuncularında Sıçrama, Sürat ve Çeviklik Üzerine Etkisi

¹Yasemin Arı, ¹Arif Kaan Eroğlu, ¹İlker Özmutlu

¹Namık Kemal Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Tekirdağ

Email : yari@nku.edu.tr, akaaneroglu@nku.edu.tr, iozmutlu@nku.edu.tr

Amaç: Sekiz haftalık pliometrik antrenman programının bayan salon futbol oyuncularında sıçrama, sürat ve çeviklik üzerine etkisinin incelenmesi amacı ile yapılmıştır.

Yöntem: Çalışmaya yaş ortalamaları 19.72 ± 1.48 yıl olan 18 kadın sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Deney grubuna sekiz hafta haftada üç gün pliometrik egzersiz ve teknik antrenman, kontrol grubuna ise haftada üç gün sadece teknik antrenman uygulanmıştır. Deneklerin egzersiz programı öncesi ve sonrası vücut kitle indeksi, anaerobik güç, yatay sıçrama, 30 m sürat, quick feet, 505 çeviklik ve zig-zag testleri yapıldı. Deneklerin ön ve son test değerlerinin karşılaştırılmasında PairedSamples t – testi ile yapılmış, gruplararası karşılaştırmada ise IndependentSamples t – testi uygulanmıştır. Sonuçların 0.05 – 0.01 önem seviyesinde olup olmadığına bakılmıştır.

Bulgular: Çalışma sonucunda deney grubunun ön ve son testleri karşılaştırıldığında anaerobik güç, yatay sıçrama, 30 m sürat, quick feet, 505 çeviklik ve zig – zag değerlerinde anlamlı düzeyde gelişme görülmüştür ($p < 0.01$, $p < 0.05$). Gruplararası değerlendirme deney ve kontrol grubu son test değerlerinde anaerobik güç, yatay sıçrama, 30 m sürat, quick feet, 505 çeviklik ve zig – zag değerlerinde anlamlı düzeyde gelişme görülmüştür ($p < 0.01$, $p < 0.05$).

Sonuç: Çalışmanın bulgularına bakıldığında sekiz hafta süre ile uygulanan pliometrik antrenmanın sıçrama, sürat ve çeviklik üzerine performans açısından olumlu etkisi olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler : Futbol, Pliometrik, Çeviklik

The Effect Of The Eight-Week Pliometric Training Program On Leap, Speed and Agility in Soccer Players

Aim: The purpose of the eight-week pliometric training program was to investigate the effect of leap, speed and agility on female soccer players.

Methods: Eighteen volunteers female players (age: 19.72 ± 1.48 years) have participated to this research. Plyometric and technical training have been carried out experimental group three times a week during eight (8) weeks, however control group has been implemented only technical training three a week in this duration. Before and after training programme of experimental have been made body mass index, anaerobic power, horizontal jump, 30 m speed, quick feet, 505 agility and zig-zag test measurements. While comparing pre and post test values of experimentals, we have used the test - PairedSamples t-, but comparisons between groups have been practised the test- IndependentSamples t. Whether the results are 0.05 – 0.01 at the level of significance have been controlled.

Results: While compared of experimental groups pre and post tests as a result of this study, anaerobic power, horizontal jump, 30 m sprint, quick feet, 505 agility and zig – zag values have been significantly improved ($p<0.01$, $p<0.05$). In the last test values of experimental and control groups of intergroup evaluation, it has been achieved a meaning increasing anaerobic power, horizontal jump, 30 m sprint, quick feet, 505 agility and zig – zag measurements ($p<0.01$, $p<0.05$).

Conclusions: As a result of this study, we can say that plyometric training practiced for eight (8) weeks have effected leap, speed and agility positive in terms of performance.

Keywords : Football, Plyometric, Agility

Amatör Futbolcularda Devamlı Yüklenme ve Oyunsal Yüklenmelerin Aerobik Dayanıklılığa Etkisi

¹Adnan Sohtorik, ¹Ertay Syrek, ²Mehmet Kale

¹Kocaeli Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kocaeli

²Anadolu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Eskişehir

Email : adnansohtorik@gmail.com, ertayseyrek@hotmail.com, mkale@anadolu.edu.tr

Bu çalışmanın amacı devamlı yüklenme ve oyunsal yüklenmelerin futbolcuların aerobik dayanıklılığına etkisinin incelenmesidir. Çalışmaya U17 yaş grubunda 24 erkek amatör futbolcu ve 12 sedanter erkek gönüllü katılmıştır. Katılımcılar devamlı koşu grubu (DKG) (n=12, yaş: 16.6±0.5yıl), oyun grubu (OG) (n=12, yaş: 16.2±0.4yıl) ve kontrol grubu (KG) (n=12, yaş: 16.3±0.3yıl) olarak 3 gruba ayrılmıştır. DKG ve OG'ye 8 hafta, haftada 2 gün (Salı-Perşembe), günde 40dk antrenman yaptırılmıştır. DKG devamlı koşu yöntemiyle maksimal kalp atım hızının %50'sinde 40dk koşu antrenmanı OG ise futbola yönelik oyuna dayalı 40dk antrenman yapmıştır. Her gruba 20m mekik koşu testi tanıma ve alıştırmaya olarak uygulandıktan sonraki 7 gün içinde ön-test ve antrenman sonrası son-test yapılmıştır. Maksimal oksijen tüketimleri (VO₂maks) kestirim edilmiştir. Yirmi metre mekik koşu ve buna bağlı kestirim VO₂maksın antrenman öncesi ve sonrası her bir grupta istatistiksel olarak farklı olup olmadığı Wilcoxon eşleştirilmiş iki örnek testiyle, gruplar arasında istatistiksel olarak farklı olup olmadığı Kruskal Wallis testiyle analiz edilmiştir. Gruplar arasında fark belirlendiğinde ikili karşılaştırmalar Mann Whitney U testiyle yapılmıştır. Anlamlılık düzeyi ≤0.05 alınmıştır. Gruplararası istatistiksel karşılaştırmalarda anlamlı farklar belirlenmiştir (20m mekik koşuda ön-test ki-kare: 23.340 ve son-test ki-kare: 19.693; p<0.001 ve buna bağlı kestirim VO₂maksda ön-test ki-kare: 23.510 ve son-test ki-kare: 23.458; p<0.01). Yirmi metre mekik koşu ve buna bağlı kestirim VO₂maksda ön-test farklarının DKG-KG arasındaki ve OG-KG arasındaki farklardan (sırasıyla Z: -4.160, -4.160, -4.075 ve -4.103; p<0.001) ve son-test farklarının DKG-OG arasındaki ve OG-KG arasındaki farklardan (sırasıyla Z: -3.466, -4.160, -4.160 ve -4.159; p<0.001) meydana geldiği belirlenmiştir. Grup içi ön-test ve son-test karşılaştırmalarında DKG koşu mesafesi (Z= -2.124; p<0.05) ve VO₂maks (Z= -3.061; p<0.01), OG koşu mesafesi ve VO₂maks (sırasıyla Z= -3.081; -3.062; p<0.01)] istatistiksel anlamlı farklı bulunmuştur. Sonuç olarak; 8 hafta boyunca düzenli devamlı koşu ya da oyun formunda antrenman uygulayan amatör futbolcuların koşu mesafeleri ve kestirim VO₂maks değerleri artmış ve en fazla gelişim devamlı koşuyla sağlanmıştır.

Effects Of Continuous Running Training And Game Training To Aerobic Endurance in Amateur Football Players

The purpose of this study was to investigate of effects of continuous running training and game training to aerobic endurance in amateur football players. Voluntary 24 male amateur football from U17 and 12 sedentary male people were participated to the study. They were separated to 3 group [continuous running group (CRG) (n:12, age:16.6±0.5years), game training group (GTG) (n:12, age:16.2±0.4years), and control group (CG) (n:12, age:16.3±0.3years)]. CRG and GTG trained 8 weeks, 2 times per week (Tuesday-Thursday), 40 min a day. CRG trained continuous running with 50% of maximum heart rate and GTG trained with the game related to football. Each group participated to pre- and post-tests in 7 days after the familiarization of 20m shuttle run test. Maximal oxygen consumption (VO₂max) was estimated. Wilcoxon two related samples test was used for pre- and post-tests of 20m shuttle run and estimated VO₂max. Kruskal Wallis test for several independent samples was used for pre and post differences among the groups. Mann Whitney U two independent samples test was used for peer comparisons. Probability level was p 0.05. There were significant differences among the groups (pre-test and post-test chi-square for 20 m shuttle run: 23.340,19.693;p<0.001 and pre-test and post-test

chi-square for estimated VO₂max: 23.510, 23.458; $p < 0.01$). Pre-test differences for 20m shuttle run and estimated VO₂max were resulted by CRG-CG and GTG-CG differences (Z :-4.160,-4.160,-4.075,-4.103; $p < 0.001$, respectively). Post-test differences for 20m shuttle run and estimated VO₂max were resulted by CRG-CG and GTG-CG differences (Z :-3.466,-4.160,-4.160,-4.159; $p < 0.001$, respectively). There were significant differences for the running distance and VO₂max for CRG (Z :-2.124; $p < 0.05$, -3.061; $p < 0.01$, respectively) and the running distance and VO₂max for GTG (Z :-3.081; -3.062; $p < 0.01$, respectively) in pre- and post-test comparisons within the group. It is concluded that amateur football players, trained with 8-week continuous running training or game training, increased in running distance and estimated VO₂max.

Farklı Mevkilerde Oynayan 10-13 Yaş Aralığındaki Altyapı Futbol Oyuncularının Tekrarlı Sprint Performanslarının Karşılaştırılması

²Erdal Arı, ¹İbrahim Can, ³Hamit Cihan, ²Alparslan İnce, ²Osman Bayraktar

¹Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Gümüşhane

²Ordu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Ordu

³Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Trabzon

Email : arierdal@hotmail.com, ibrahimcan_61_@hotmail.com, hamitcb@hotmail.com, ftrbesyo@hotmail.com, osmanbayraktar@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı farklı mevkilerde oynayan 10-13 yaş aralığındaki futbol oyuncularının tekrarlı sprint performanslarının karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmaya amatör takımların altyapılarından 10 defans (yaş = 11.90 ± 0.5 yıl, boy uzunluğu = 145.00 ± 4.83 cm., vücut ağırlığı = 36.00 ± 2.05 kg.), 10 orta saha (yaş = 12.50 ± 0.53 yıl, boy uzunluğu = 147.80 ± 9.55 cm., vücut ağırlığı = 39.20 ± 2.78 kg.) ve 10 forvet oyuncusu (yaş = 12.70 ± 0.48 yıl, boy uzunluğu = 149.10 ± 6.56 cm., vücut ağırlığı = 40.40 ± 3.47 kg.) olmak üzere toplam 30 oyuncu gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada 12 x 20 m. tekrarlı sprint testi, 20 sn. dinlenme aralığıyla uygulanmış ve 12 sprint koşusunun süresi fotosel sistemiyle kaydedilmiştir. En iyi, ortalama ve toplam sprint süreleri ve performans düşüş yüzdesi (Wadley ve La Rossignol, 1998) değerleri belirlenmiştir. Mevkiler arasındaki farklılıklar, SPSS istatistik paket programında tek yönlü varyans analiziyle ve Kruskal Wallis testiyle analiz edilmiştir.

Bulgular ve Sonuç : En iyi, ortalama, toplam sprint zamanı bakımından orta saha (3.49 ± 0.19 , 44.48 ± 2.05 , 3.71 ± 0.17 sn.) ve forvet oyuncularının (3.49 ± 0.21 , 44.75 ± 2.39 , 3.73 ± 0.20 sn.), defans oyuncularından (3.77 ± 0.16 , 48.45 ± 2.08 , 4.03 ± 0.18 sn.) daha iyi değerlere sahip olduğu belirlenmiştir ($p < 0.05$). Sonuç olarak, 10-13 yaş aralığındaki orta saha ve forvet oyuncularının, defans oyuncularından daha iyi tekrarlı sprint performansına sahip oldukları, bunun orta saha ve forvet mevkisinin defans mevkisine göre daha çok sprintte devamlılık gerektirmesinden kaynaklanabileceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, mevki, tekrarlı sprint.

Kaynaklar: Wadley G., Le Rossignol P. (1998). The relationship between repeated sprint ability and the anaerobic and aerobic energy systems, Journal of Science and Medicine in Sport, 1, 100-110.

The Comparison Of Repeated Sprint Performances Of Soccer Players in 10-13 Age Range Competing in Different Playing Positions

Introduction and Aim: The aim of this study was to compare repeated sprint performances of soccer players in 10-13 age interval playing in different playing positions.

Method: Total 30 soccer players consisting of 10 defense (age = 11.90 ± 0.5 year, height = 145.00 ± 4.83 cm., weight = 36.00 ± 2.05 kg.), 10 midfield (age = 12.50 ± 0.53 year, height = 147.80 ± 9.55 cm., weight = 39.20 ± 2.78 kg.) and 10 forward (age = 12.70 ± 0.48 year, height = 149.10 ± 6.56 cm., weight = 40.40 ± 3.47 kg.) playing in substructure of amateur teams joined to this study voluntarily. 12 x 20 meter repeated sprint test was performed by 20 second rest interval and durations of 12 sprint running were recorded photocell system. The best, average and total sprint durations and percent of performance decrease (Wadley and La Rossignol, 1998) were determined by test. Differences among playing positions were analyzed by one-way ANOVA and Kruskal Wallis test in SPSS statistic package programme.

Finding and Conclusion: In terms of best, average and total sprint durations, midfield (3.49 ± 0.19 , 44.48 ± 2.05 , 3.71 ± 0.17 sec.) and forward (3.49 ± 0.21 , 44.75 ± 2.39 , 3.73 ± 0.20 sec.) players had better values than defense players (3.77 ± 0.16 , 48.45 ± 2.08 , 4.03 ± 0.18 sec.) ($p < 0.05$). Consequently, it could be said that midfield and forward players in 10-13 age interval had better repeated sprint performance than defense players and this situation could arise from needed to more sprint endurance for midfield and forward playing positions compared to defense playing position.

Keywords: Soccer, playing position, repeated sprint.

References: Wadley G., Le Rossignol P. (1998). The relationship between repeated sprint ability and the anaerobic and aerobic energy systems, *Journal of Science and Medicine in Sport* 1, 100-110.

Farklı Isınma Protokollerinin İzometrik Maksimum İstemli Kasılma Ve Dikey Sıçrama Performansına Akut Etkisinin İncelenmesi

¹Suat Yıldız, ¹Şebnem Şarvan Cengiz

¹Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Manisa

Email : drsuatyildiz@gmail.com, csebnem@gmail.com

Araştırmanın amacı farklı ısınma protokollerinden statik ve dinamik gerdirme ile yapılan ısınmaların izometrik maksimal istemli kasılma kuvveti ve dikey sıçrama üzerindeki akut etkilerinin incelenmesi olarak belirlenmiştir. Araştırmamıza Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Bölümünde okuyan 18 gönüllü öğrenci katılmıştır (yaş, boy, kilo, antrenman geçmişi vs). Katılımcılar, 5 dakika hafif tempo koşu ile ısındıktan sonra 2 dakikalık dinlenmeden sonra test procedürüne geçmişlerdir (Kontrol Grubu / KG). Aynı katılımcılar bir başka günde 5 dakika hafif tempo koşu ile ısındıktan sonra 2 dakikalık dinlenmeden sonra alt ve üst ekstremitelere uygulanan statik germinin ardından sonra test procedürüne geçmişlerdir (Statik Germe Grubu / SGG). Katılımcılar farklı bir günde 5 dakika hafif tempo koşu ile ısındıktan sonra 2 dakikalık dinlenmeden sonra alt ve üst ekstremitelere uygulanan dinamik germinin ardından sonra test prosedürüne geçmişlerdir (Dinamik Germe Grubu / DGG). Elde edilen verilerin değerlendirilmesi SPSS 21 paket programı kullanılmıştır. Veriler; Tekrarlı Ölçümlerde Varyans Analizi ve Gruplar arasındaki farkın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için de Benforoni Post Hoc testi kullanılmıştır. Araştırmamızda katılımcılar ısınma protokollerinin ardından pençe kuvveti, sırt bacak kuvveti ve dikey sıçrama yüksekliği ölçümü için ilgili ölçüm istasyonlarına yönlendirilmişlerdir. Ölçümler bir hafta içerisinde ardışık olmayan üç günde yapılmıştır. Ölçümler yapılmadan 1 gün önce katılımcılara araştırmanın içeriği hakkında bilgilendirme yapılmıştır. Sırt Bacak kuvvetinde DGG ile SGG arasında anlamlı bir fark ortaya çıkmıştır ($p<0.05$). Pençe kuvveti ve Dikey sıçrama değerlerinde gruplar arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0.05$). Elde edilen bulgular ışığında dinamik ısınma protokolünün sırt bacak izometrik maksimum istemli kasılma kuvvetini olumlu etkilediği görülmektedir. Pençe kuvveti verilerinde farklı ısınma protokollerinde anlamlı farklılık görülmemiştir. Dikey sıçrama verileri incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamakla birlikte, statik germe protokolünde elde edilen dikey sıçrama değerlerinin diğer ısınma protokollerine göre daha düşük olduğu izlenmiştir.

Examination Of Acute Effect Of Different Warm-Up Protocols On Isometric Maximal Voluntary Contraction And Vertical Jump Performance

The aim of the study was to investigate the acute effects of static and dynamic stretching of different warm-up protocols on isometric maximal voluntary contraction force and vertical jump. 18 volunteers attending Manisa Celal Bayar University Sports Sciences Faculty participated. Warm-up Procedure: The participants passed the test procedure after a 2-minute rest after warming up with a 5-minute light tempo run (Control Group / KG). The same participants on another day, passed the test procedure (Static Stretching Group / SGG) after 5 minutes of light tempo running , then static stretching applied to the upper and lower extremities after 2 minutes of rest . Participants passed the test procedure (Dynamic Stretch Group / DGG) after warming with a 5 minute light tempo run on a different day followed by a dynamic stretching applied to the upper and lower limbs after 2 minutes rest. In our study participants were guided to the respective measurement stations for the measurement of paw force, back leg strength and vertical jump height after warming protocols. Measurements were made in three nonconsecutive days within one week.

One day before the measurements were made, the participants were informed about the content of the research. There was a significant difference between DGG and SGG in the back and leg strength ($p < 0.05$). No significant difference was found between groups in paw force and vertical jump values ($p > 0.05$). It is seen that dynamic warming protocol positively affects the isometric maximal voluntary contraction force of the back leg in the obtained findings light. There was no significant difference in paw force data between different warming protocols. Although there was no statistically significant difference when the vertical jump data were analyzed, it was observed that the vertical jump values obtained in the static stretching protocol were lower than other warming protocols.

Algılanan Zorluk Derecesinin Yaş Grubu Yüzücülerinde Antrenman Şiddetinin Belirlenmesinde Kullanımı

¹Aşkın Şentürk, ²Erkan Günay, ¹Cem Şeref Bediz

¹Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Spor Fizyolojisi Bilim Dalı, İzmir

²Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri Ve Teknolojisi Yüksekokulu, İzmir

Email : askinsenturk@hotmail.com, erkan.gunay@deu.edu.tr, cem.bediz@deu.edu.tr

Özet: Ergenlik öncesi ve ergenlik dönemdeki yüzücülerin antrenmanları biyomekanik özelliklerin gelişimi ve değişimi, tempo ve hız gelişimi üzerine odaklanmaktadır. Antrenmanların sistematığı ve periyotlaması yanında en uygun şiddetlerde antrenman yapması bu gelişimler için önemlidir. Antrenman şiddetinin ölçümünde ve takibinde kalp hızı ve kan laktat düzeylerinin ölçümü yaygın olarak kullanılmaktadır. Bu çalışmanın amacı, yaş grubu yüzücülerinde farklı yüzme hızlarında yapılan yüzmeye özgü kademeli testlerde yüzme hızı, kalp atım hızı ve algılanan zorluk derecesi (AZD) arasındaki ilişkinin değerlendirmek ve uygulanması çok kolay olan AZD yönteminin antrenman şiddetinin belirlenmesinde uygun model olup olamayacağını tespit etmektir.

Yöntem: Bu çalışmaya 11-12 yaş kategorisinden 33, 13-16 yaş kategorisinden de 16 yüzücü katıldı. Tüm yüzücülerin, boy uzunluğu, vücut ağırlığı, beden kütle indeksi, vücut kas oranı, vücut yüzey alanı parametreleri ölçüldü. 11-12 yaş grubuna 6x50 metre serbest teknik kademeli yüzme testi, 13-16 yaş grubu ise 5x200 metre serbest teknik kademeli yüzme testi uygulandı. Testlerde her iki grupta da test tekrarları arasında kalp hızı, yüzme hızı, algılanan zorluk derecesi parametreleri ve oksijen saturasyonu değerleri ölçüldü. AZD için 0-10 aralıklı Borg Skalası kullanıldı. Toplanan veriler IBM SPSS 24.0 veri analizi programında Spearman Korelasyonu ve Pearson Korelasyonu uygulanarak analiz edildi.

Sonuç: Çalışma sonucunda her iki grubun testlerinde de kademelerdeki yüzme hızı artışlarıyla AZD arasında anlamlı korelasyonlar bulunmuştur. Yüzme hızları ile kalp hızı arasında sadece düşük hızlarda korelasyon görülürken, yüzme hızları arttıkça kalp hızı ile olan anlamlı ilişkinin kaybolduğu gözlenmiştir. Sonuç olarak, yaş grubu yüzücülerinde kalp hızının kontrol edilerek antrenman yüklerinin belirlenmesinin tek başına yeterli bir yöntem olmayabileceği, bunun yanında, kolay uygulanabilen bir yöntem olan algılanan zorluk derecesini ölçmenin antrenman şiddetini değerlendirmede kullanılabileceği belirlenmiştir. Yüzücülerin AZD bildiriminde kendi durumlarını tutarlı bir şekilde değerlendirebildikleri görülmüştür. Antrenman şiddetinin değerlendirme ve planlanmasında AZD kullanımının önemli olduğu düşünülmektedir. Anahtar Kelimeler: Algılanan Zorluk Derecesi, Borg Skalası, Yaş Grubu Yüzücüleri, Yüzme Antrenmanı.

Usage Of Rating Of Percieved Exertion On Determining Of Training Intensity In Age Group Swimmers

Abstract: Training of pre/adolescent swimmers focuses on the development and change of their biomechanical properties, tempo/speed development. It's important to train in the most suitable intensity for these developments besides systematization/periodicity of the training. As physiological markers, heart rate (HR) and blood lactate levels are widely used in the measurement and follow-up of training intensity. The aim of study is to assess the relationship between swimming speed,

HR and rating of perceived exertion level (RPE) in swimming- specific-step in age group swimmers (AGS) and to evaluate whether RPE is suitable model for determining training severity.

Method: In this study, 16 swimmers were included in the 11-12 age-category and 33, in the 13-16 age-category. They were measured for height, body weight, body mass index, body-surface-area parameters. For the 11-12 year-old-group, 6x50m step test was applied. Whereas, 13-16 year-old-group was applied 5x200m step test. HR, swimming velocity, RPE and oxygen saturation were measured both groups. RPE was evaluated by 0-10 Borg Scale. The collected data was analyzed by applying Spearman's and Pearson Correlation with IBM SPSS 24.0.

Results: As a result of the study, there was a significant correlation between increases in swimming speeds in the steps and RPE in both groups' tests. While swimming speeds correlated only with HR at low speeds, it was observed that as swimming speeds increased, the significance disappeared. Hence, it has been concluded that the determination of the training load by controlling the HR in the AGS may not be an adequate method. Whereas determination of RPE, as an easy method, also can be used to evaluate the severity of the perceived difficulty during training session. It has been seen that volunteers can consistently assess their own situation in reporting RPE. The use of RPE is thought to be important within evaluation and planning of training intensity.

Spor Biyomekaniği /Sports Biomechanics

KSB189

Atletik Performans ve Genetik

1Korkut Ulucan

1Marmara Üniversitesi, Diş Hekimliği Fakültesi, Tıbbi Biyoloji Ve Genetik Anabilim Dalı, İstanbul

Email : korkutulucan@hotmail.com

İnsan genom projesinin önemli başarılarından birisi, insanlarda atletik performansı etki eden genlerin ve tek nükleotid polimorfizmlerinin (SNP) belirlenmesi olmuştur. Bu genlerdeki polimorfizmler, bireylerin sportif faaliyetlere olan yatkınlıklarının belirlenmesinde rol oynadığı bugüne kadar yapılan çalışmalar ile belirlenmiştir. İngiltere, İspanya, Fransa, gibi ülkelerde bu alanda pek çok çalışmalar yürütülmüştür ve halen diğer birçok Avrupa ülkesine ek olarak ülkemizde de yürütülmektedir. Bu çalışmalardan elde edilen veriler ışığında, bireylerin genleri tarafından belirlenen fizyolojik ve anatomik yatkınlıklara göre spor branşına veya herhangi bir spor branşı içinde yönlendirmeler yapılabilmekte, bireye özgü antrenman programları geliştirilebilmektedir. Bu kişisel programlar ise, özellikle bireysel sporlarda sporculara daha başarılı olmalarına olanak sağlamaktadır. Bunun yanı sıra ani sporcu ölümleri gibi olaylarla karşılaşmaması veya en aza indirgenmesi içinde spor genetik çalışmaları oldukça önem arz etmektedir. Ülkemizde de farklı spor disiplinlerinde bireysel başarıya etki eden bu faktörlerin bilinmesi bizlere büyük fayda sağlayacaktır. Toplumumuzda günümüze kadar belirlenen moleküler biyobelirteçler hakkında fazla bir veri kaynağı bulunmamaktadır. ACTN3 ACE PPAR, IL-6 ve MCT1 gibi genlerde bulunan polimorfizmlerin atletik performansı etki ettiği bilinmektedir. Atletik performansı etki ettiği belirlenen genetik polimorfizmlerin Türk sporcularda da analiz edilerek Türk sporcularda ki dağılımlarının belirlenmesi başarının sürdürülebilirliği bakımından çok önemlidir. Özellikle etkisi belirlenen genetik belirteçlerin de Türk sporcularda ki gen haritalarını belirlenmesi, yakın zamanda oluşturulabilecek "Spora Yatkınlık Genetik Paneli" nin de temelini oluşturacaktır. ancak bu verilerin daha bilimsel olarak değerlendirilmesi ancak uzun erimli çalışmalar ile sağlanabilecektir. O yüzden spor genomu çalışmaları önemi her geçen gün artacak, ve sporculara bireysel antrenman programlarının oluşturulmasına da öncülük edecektir.

Athletic Performance and Genetics

One of the important achievements of the human genome project is the use of genetic parameters that affect athletic performance in humans and the effecting single nucleotides polymorphisms (SNPs) have been identified. The polymorphisms in these genes has been determined by studies carried out up to date, which play a role in determining the susceptibility to successful athletic performance. England, Spain, France are some of the leading countries in this field, and the studies has been carried out in many countries. Similar studies are being held in our country in addition to many other European countries. In the light of the data obtained from these studies, the physiological and anatomical parameters depending on the tendencies can be directed to the sports branch or within any sports branch, also individual training programs can be developed. These personal programs allow athletes to be more successful, in all types of sports. In addition to this, sporadic athletic deaths are not encountered, or sports genetics studies are of great importance in the reduction of the most avalanche. Knowing these factors that affect individual success in different sports disciplines in our country will benefit us a lot. There is not much data about molecular biomarkers in our athletes that are determined by the recent studies. Polymorphisms in such genes like ACTN3, ACE, PPAR, and MCT1 are known to affect athletic performance. Determination of the distribution of genetic polymorphisms in Turkish athletes by analyzing genetic polymorphisms affecting athletic performance is very important for the sustainability of success. Determination of genetic markers in Turkish sports, especially those whose genetic markers are determined to be influential, will also form the basis of the "Sports Genetic Panel" which will be formed in near future.

Yere Düşüş Hareketinin Kinetik Açından İncelenmesi: Sedanter ve Voleybol Oyuncuları Karşılaştırması

1Uğur Yılmaz, 1Hüseyin Çelik, 1Pınar Arpınar-Avşar

1Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Türkiye

Email : uguryilmaz@hacettepe.edu.tr, huseyincelik@hacettepe.edu.tr, parpinar@hacettepe.edu.tr

Bu çalışmada yere iniş ve sıçrama hareketlerine yatkın olan ve olmayan kişilerin, yere iniş kinetiği ve postural stabilite performansları incelenmiştir. Çalışmaya voleybol oyuncuları ve sedanter üniversite öğrencilerinden oluşan 12 sağlıklı, genç kadın gönüllü olarak katılmıştır. Yüksekten kuvvet platformu üzerine çift ayak ile iniş sonrası 20 s sakın duruş denemelerine ait yer tepki kuvvetleri büyüklük ve zamansal yapısı analiz edilmiş, dinamik ve statik postural stabilite performansları belirlenmiştir. Yere temas anı, yer tepki kuvveti dikey bileşeni (YTKz) pik değeri (YTKmax) ve bu değere ulaşılan süre (tmax) yükleme hızının (YH) hesaplanmasında kullanılmıştır. Yere temas anı ile YTK'nın vücut ağırlığına eşit olduğu ana kadar geçen süre (tDS:dinamik postural stabilite süresi) belirlenmiş, sakın duruş safhasında (tSS:statik postural stabilite periyodu) basınç merkezi (COP) değişimlerinden COP Hızı (COPHız), COP Elips Alanı (EA) ve COP Değişim Aralığı (DA) hesaplanmıştır. YTKz, dinamik ve statik postural stabilite değişkenlerinin gruplar arası karşılaştırmasında Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Voleybolcu grupta YTKmax ($p=0.015$) ve YH ($p=0.017$) değerleri daha düşük, tDS ($p=0.001$) süresi ise daha uzun ve iki grup arasındaki farklılıklar istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. YTKmax ve YH değerleri arttıkça tDS'nin artış eğiliminde olduğu gözlenmiştir. Pearson korelasyon analizi sonuçlarına göre tDS ile YTKmax ($r=-0.330, p<0.000$) ve YH ($r=-0.179, p<0.013$) arasında zayıf düzeyde negatif ilişki bulunmuştur. Sakin duruşta COP değişimleri ile ilişkili parametrelerde ise gruplar arasında anlamlı farklılık gözlenmemiştir. Sedanter grupta EA ve DA değerleri bir miktar yüksek, COPHız değerleri ise düşük bulunmuştur. Araştırmanın bulguları, kas-iskelet sistemi yaralanmaları ve gruplar arasındaki postural stabilite performanslarındaki farklılıklar ile ilişkili olabilecek, harekete yatkınlığa bağlı postural kontrol stratejilerine dair bilgi sunmaktadır. Teşekkür: Bu araştırma, 115S535 numaralı proje kapsamında TÜBİTAK tarafından desteklenmiştir. Anahtar Kelimeler: Yere İniş Kinetiği, Yer Tepki Kuvvetleri, Basınç Merkezi, Postural Stabilite

Investigation Of Jump Landing Kinetics: Comparison Of Novice And Skilled Volleyball Players

This study investigates landing kinetics and postural stability of skilled volleyball players and novice subjects. 12 healthy young women were voluntarily participated. The amplitude and temporal profile of the ground reaction forces (GRF) which corresponds to double-leg landing from a jump and subsequent 20-s quiet stance were analyzed. Dynamic and static postural stability performances were determined. Contact time (t_0), maximal vertical GRF (GRFmax), time to GRFmax (tmax) and Loading Rate (LR) were calculated. The time that elapsed from t_0 until GRF was equal to body weight was determined (tDS:dynamic postural stability duration). the Center of Pressure (COP) Velocity (COPV), Ellipse Area (EA), and Range were calculated from COP trajectory during the quiet stance phase (tSS:static postural stability period). Mann Whitney U test was used to compare GRF, dynamic and static postural stability between groups. Whereas, GRFmax ($p=0.015$) and LR ($p=0.017$) were found to be lower, tDS ($p=0.001$) took longer in volleyball players. The differences between groups were statistically significant. There was a tendency to increase in tDS with the increase in GRFmax and LR. Pearson correlation analysis revealed a weak negative correlation between tDS with both GRFmax ($r=-0.330, p<0.000$) and LR ($r=-0.179, p<0.013$). COP parameters for quiet stance were not significantly different between groups. Contrary to COPV, EA and COP Range were slightly higher in novice subject.

The results of this study provide further insight into postural control strategies in skilled and novice subjects which might be related with vulnerability to a potential musculoskeletal injury and differences in postural stability performances. Acknowledgement: This research was supported by TUBITAK within the scope of project number 115S535.

Keywords: Landing Kinetics, Ground Reaction Forces, Center of Pressure, Postural Stability

Judo Sporcularında Hamstring Kas Uzunluğu Diz Fleksiyon ve Ekstansiyon Kas Kuvveti İle İlişkili Midir?

²Tuğba Kocahan, ¹Bihter Akinoğlu, ¹Çağlar Soylu, ¹Necmiye Ün Yıldırım

¹Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Etlik Yerleşkesi, Ankara

²Gençlik Ve Spor Bakanlığı, Spor Genel Müdürlüğü, Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı, Eryaman, Anka

Email : kocahantu@gmail.com, rgkardelen@yahoo.com, fztcağlar5187@gmail.com, necmiyeu@yahoo.com

Giriş ve Amaç: Hamstring yaralanmaları, judo sporunda en sık görülen yaralanmalardan biridir. Hamstring yaralanmalarını önlemek için risk faktörlerini belirlemek kritik öneme sahiptir (1). Bu risk faktörlerinin değerlendirilmesi oluşabilecek sakatlıkların öngörülmesi ve engellenmesinde yardımcı olacaktır. Kısıklık ve kas kuvveti, hamstring yaralanmaları için önemli iki risk faktörüdür. Literatür, hamstring kas boyu ile diz eklemi kas kuvveti arasındaki ilişki konusunda net değildir (2). Tüm bu sebeplerden dolayı çalışmamızın amacı judo sporcularında hamstring kas uzunluğu ile diz fleksiyon/ekstansiyon izokinetik kas kuvvetleri arasında ilişki olup olmadığını araştırmaktır.

Yöntem: Çalışmamıza; 14-25 yaş aralığında, 56 erkek ve 24 kadın toplam 80 elit judo sporcusu dâhil edildi. Sporcuların hamstring kas uzunlukları pasif diz ekstansiyon testi ile gonyometre değerlendirildi. İzokinetik kas kuvveti İSOMED 2000® cihazı ile değerlendirildi. Sporcuların hamstring kas uzunluğu ve izokinetik kas kuvveti arasındaki ilişki Spearman Korelasyon analizi ile incelendi.

Bulgular: Judo sporcularında hamstring uzunluğu ve diz fleksiyon/ekstansiyon peak tork değerleri arasındaki ilişki kadın-erkek ve toplu olarak incelendiğinde 60°/sn. ve 180°/sn. açısal hızlarda her iki tarafta istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmadı ($p>0,05$).

Sonuç ve Tartışma: Judo sporcularında hamstring kasının uzunluğu ile diz fleksiyon ve ekstansiyon kas kuvveti arasında anlamlı bir ilişki olmadığı belirlendi. Çalışmamızın sonuçları judo sporcularında maksimal konsantrik hamstring kas kuvvetinin hamstring kas uzunluğundan etkilenmediğini göstermektedir.

Kaynaklar: 1- Mendiguchia J, Alentorn-Geli E, Brughelli M. Hamstring strain injuries: are we heading in the right direction? Br J Sports Med 2012;46:81–5

2- Wan, X., Qu, F., Garrett, W. E., Liu, H., & Yu, B. (2016). Relationships among hamstring muscle optimal length and hamstring flexibility and strength. Journal of Sport and Health Science.

Anahtar Kelimeler: Diz, Hamstring uzunluğu, İzokinetik kas kuvveti, Judo

Is There Relationship Between Hamstring Muscle Length And Hamstring Muscles Strength in Judo Athletes?

Introduction and Purpose: Hamstring injuries are one of the most common injuries in judo. Determining risk factors to prevent hamstring injuries has a critical importance . Assessment of these risk factors will help to predict and prevent possible disabilities. Muscle shortness and strength are two proposed risk factors for hamstring injury (1).

The literature is unclear about the relationship between hamstring muscle length and muscle strength of the knee joint (2). For all these reasons, our study was conducted to determine the relationship between hamstring muscle length and knee flexion / extension isokinetic muscle strength in judo athletes.

Methods: The study included 80 (56 males, 24 female) elite judo athletes aged between 14-25. Hamstring muscle lengths were assessed by passive knee extensor test and goniometer. Isokinetic muscle strength was assessed by ISOMED 2000® device. Spearman correlation analysis was used to assess the relationships between parameters.

Results: The relationship between hamstring length and knee flexion/extension peak torque values in both men and women judo athletes was not statistically significant at both 60°/s and 180°/s angular velocities ($p>0,05$).

Conclusion and Discussion: There was not statistically significant correlation between the hamstring length and knee flexion / extension peak torque values at both angular velocities and both sides in judo athletes. The results of our study showed maximal concentric hamstring muscle strength is not affected by the muscle length.

References: 1- Mendiguchia J, Alentorn-Geli E, Brughelli M. Hamstring strain injuries: are we heading in the right direction? Br J Sports Med 2012;46:81–5

2- Wan, X., Qu, F., Garrett, W. E., Liu, H., & Yu, B. (2016). Relationships among hamstring muscle optimal length and hamstring flexibility and strength. Journal of Sport and Health Science.

Keywords: Hamstring Length, Isokinetic Muscle Strength, Judo, Knee

KSB276

12 Haftalık At Binme Eğitiminin 12-14 Yaş Arasındaki Gençlerde Lateralizasyona Etkisi

¹Selcuk Akpınar, ²Kursat Ozcan, ¹Ugur Odek, ¹B.Okan Micoogullari

¹Nevsehir Hacı Bektas Veli Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü

²Nevsehir Hacı Bektas Veli Üniversitesi, Urgup Sebhat Toksoz Meslek Yüksekokulu

Email : sakpinar@nevsehir.edu.tr, kozcan@nevsehir.edu.tr, ugurodek@gmail.com, omicoogullari@nevsehir.edu.tr

Giriş ve Amaç: Binicilik sporunun hem fiziksel hem de psikolojik faydaları olmasına karşın bu alandaki bilimsel çalışmaların sayısı çok azdır. Kim ve arkadaşları (2014), yetişkinlerde at binme aktivitelerinin hem statik hem de dinamik dengeyi geliştirdiğini bulmuşlardır. Lateralizasyon, sinir sisteminin vücudun bir tarafını fonksiyonel olarak daha etkin kullanması olarak tanımlanabilir. Lateralizasyon ne kadar az ise, kişiler vücutlarının iki tarafını da etkin şekilde kullanabilirler (Schaffer ve Sainburg, 2017). Binicilik sporunda da ata yön vermek için binicilerin her iki kollarını da etkin kullanmaları gerekir. Bu durumun lateralizasyonu azaltması beklenebilir. Bu çalışmadaki amaç, 12 haftalık at binme eğitiminin 12-14 yaş arasındaki gençlerde lateralizasyona etkisini araştırmaktır.

Yöntem: Yaşları 12-14 arasında olan 10 genç (5 kadın – 5 erkek) gönüllü olarak bu çalışmaya katılmışlardır. Bu gruba 12 hafta boyunca haftada 2 gün ve günde 50 dk olacak şekilde binicilik eğitimi verilmiştir. Gruptaki kimsenin daha önce binicilik tecrübesi bulunmamaktadır. Katılımcıların kolları ile ilgili lateralizasyon ölçümleri eğitime başlanmadan önce ve sonra ölçülmüştür. Bu testlerde temel olarak uzanma becerisi sırasındaki doğruluk ve doğrusalık motor parametreleri ölçülmüştür. Verilerin analizinde Wilcoxon signed rank test kullanılmıştır.

Bulgular: Analiz sonucunda her iki motor parametrede de lateralizasyonun azaldığı görülmüş olmasına rağmen, doğruluk motor parametresinde istatistiksel olarak sol elin daha fazla geliştiği ve sağ el performansına çok yaklaştığı görülmüştür.

Sonuç: Basketbol (Akpınar, 2016), kürek (Akpınar, 2015) gibi sporların lateralizasyonu azalttığı bilinmektedir. Binicilik eğitimi kollar ile ilgili lateralizasyonu özellikle doğruluk performansında azaltmıştır. Bu durumda kişiler hem başka sporlarda hem de günlük yaşantılarında sol ellerini daha etkin kullanabileceklerdir.

Kaynaklar: Akpınar, S. (2015) The effect of long-term bimanual training on arm selection during reaching tasks. Kinesiology, 47,2. Akpınar, S., (2016) Decreased Interlimb Differences In Female Basketball Players.; The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness, 56, 12. Kim, HS., Lee, CW., & Lee, IS. (2014) Comparison between the Effects of Horseback Riding Exercise

The Effect Of Horseback Riding Education On Lateralization Of Adolescents

Introduction and purpose: Although horseback riding have many physical and psychological benefits, the number of the studies about it is very limited. Kim et al. (2014) found among the adults that it improves both static and dynamic balance. Lateralization refers that one hemisphere has more functional specializations. When the lateralization is decreased, then the

people can use both sides of their body more efficiently (Schaffer & Sainburg, 2017). In the horseback riding, rider needs use both hands efficiently to control the horse. This may decrease the lateralization. Thus, the purpose of this study was to investigate the effect of horseback-riding education on lateralization of adolescents. Method: 10 adolescents (5 female and 5 male) between the age of 12 and 14 voluntarily participated in this study. They took 12 weeks horseback riding classes with 2 times in a week and 50 min in day. All the participants had no horseback riding experience before. Hand lateralization was measured before and after the horseback riding education. In those test, we mainly tested the accuracy and linearity during the arm reaching movements. Wilcoxon signed rank test was used for the statistical comparison.

Findings: Although lateralization was decreased for both motor parameters after the education, motor accuracy was found to be improved for left arm and so lateralization decreased.

Results: It has been shown that basketball (Akpınar, 2016) and rowing (Akpınar, 2015) decrease the lateralization. Horseback riding was also decreased the lateralization especially for accuracy performance. In this case, people can be more successful in sports and daily life when they use their left hands.

Genç Kayakçılarda Tırmanışa Bağlı Yorgunluğun Çift Sopa Tek Fule Tekniği Üzerinde Etkilerinin Kinematik Analizi

¹Mehmet Günay, ¹Elif Öz, ¹İmdat Yarım, ¹Ebru Çetin

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : mgunay@gazi.edu.tr, elifoz@gazi.edu.tr, imdat@gazi.edu.tr, ecetigazi.edu.tr

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, tırmanışa bağlı yorgunluğun çift sopa tek fule tekniğinin kinematiğine etkilerinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya on genç erkek denek gönüllü olarak katılmıştır. Deneklerden, ortalama % 4 eğimli bir tırmanış parkurunda 1 km boyunca maksimal eforla çift sopa tek fule tekniği sprint dereceleri alınmıştır. Alınan bu dereceler doğrultusunda her bir deneğe ait ayrı ayrı bir ortalama hız modifiye edilmiş, aynı süre ve eğimde deneklerin maksimal eforla koşu bandı üzerinde belirlenen hızda ve teknikte test gerçekleştirilmiştir. Her denekten yarım saat arayla üç kez deneme yapmaları istenmiştir. Kinematik veriler, üç boyutlu görüntü yakalama sistemi (Vicon Peak, Oxford, UK) kullanılarak elde edilmiştir. . Elde edilen 600 görüntü sayısallaştırılmış, modelleme yürütülmüş ve nicel veriler elde edilmiştir. Değişkenler 3 ayrı gruba ayrılarak istatistiksel analiz uygulanmıştır: a) Saffhalarda geçirilen süre b) Mesafe verileri c) Eklem açıları. Belirlenen değişkenlerde anlamlı fark olup olmadığının belirlenmesinde Wilcoxon Eşleştirilmiş İki Örnek Testi uygulanmış olup, anlamlılık seviyesi $P < 0,05$ olarak belirlenmiştir.

Bulgular: Tırmanışta yorgunluğa bağlı olarak incelenen kinematik verilerde; baton itiş evresi süresi, sol ayak itişli döngülerde başlangıç ile bitiş arasında ve sağ ve sol bacak itişli döngülerin başlangıçları arasında anlamlı farklı bulunmuştur. Kalça, omuz, dirsek ve gövde eklemi açılarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Belirlenen tüm mesafeler arasında da anlamlı farklılık belirlenmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak genç kayakçılardaki çift sopa tek fule tekniğinin tırmanışta yorulma ile ilişkili olarak biyomekanik farklılıkların araştırıldığı çalışmada, yorgunlukla alakalı olarak zaman, açı ve mesafe özelliklerinde anlamlı farklılıklar belirlenmiştir.

Effects Of Fatigue Related To Uphill On Kick Double Pole Kinematics Of Young Cross Country Skiers

Introduction: The purpose of this study is to examine the effect of fatigue due to uphill on the kick double pole technique.

Method: Ten young male subjects volunteered to study. Subjects' cross country sprint times were taken using a kick double pole technique with maximum effort for 1 km in a climbing course with an average slope of 4%. In accordance with these measured times, a separate average speed for each subject was modified, and the subjects were tested on the treadmill at these specified speeds, with the same duration, slope, and technique. Each participant was asked to perform three trials with half an hour between them. Kinematic data were obtained using a three-dimensional motion capture system (Vicon Peak, Oxford, UK). The obtained 600 images were digitized, modeled. Statistical analysis was performed by separating the variables into 3 separate groups: a) phase duration b) distance data c) joint angles. Wilcoxon paired two-sample test was used to determine whether there was a significant difference in the variables.

Findings: In kinematic data analyzed according to the fatigue of climb, there was a significant difference between the duration of the poling times, duration of the first cycles with the left leg propulsion and the last cycles, and the duration of the first cycles with the right leg propulsion and left leg propulsion. Significant differences were found in the hip, shoulder, elbow and trunk angles. Significant differences were also found among all the identified distances.

Result: As a result, significant differences in time, angle and distance characteristics were determined depending on the fatigue of the subjects in the study in which biomechanical differences were investigated in relation to fatigue in the climbing of kick double pole technique in young cross country skiers.

İzokinetik Kuvvet Antrenmanı Programı Sonrası Basketbolda Serbest Atışın Kinetik Ve Kinematik Analizi

¹Barış Gürol, ¹İlker Yılmaz

¹Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

Email : barisgurol26@gmail.com, ilkery@anadolu.edu.tr

Giriş ve amaç: Bu çalışmanın amacı; basketbolda izokinetik kuvvet antrenmanının serbest atış kinetik ve kinematiğine etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya Türkiye Erkekler Bölgesel Basketbol liginde oynayan 14 erkek basketbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Basketbolcular, basit rastgele yöntemle 2 gruba [kontrol grubu (KG) n=7, antrenman grubu (AG) n=7] ayrılmıştır. Sporculara 6 haftalık antrenman öncesi ve sonrası serbest atışta hareket analizi testleri uygulanmıştır. Tüm sporcular çalışma süresince top tekniği antrenmanlarına devam etmiştir. Sporcular 5 sayı olan, 5 sayı olmayan atış gerçekleştirmiş ve atışlardan rastgele seçilen 3'er atış değerlendirilmiştir. AG sporcularına ön testler sonrası 6 hafta boyunca, haftada 3 kez omuz, dirsek ve el bileği (omuz ve dirsek 180°.sn-1 ve 300°.sn-1 , el bileği 180°.sn-1 ve 240°.sn-1) izokinetik kuvvet antrenmanı programı uygulanmış ve sonrasında her iki gruba da son testler uygulanmıştır. Tüm sporculara antropometrik ölçümler, el-pençe kuvveti, izokinetik kas kuvveti (omuz ve dirsek 180°.sn-1 ve 300°.sn-1 , el bileği 180°.sn-1 ve 240°.sn-1) testleri ve serbest atış kinematik analizi uygulanmıştır. Wilcoxon, Mann-Whitney U ve Spearman Korelasyon testleri kullanılmıştır.

Bulgular: İzokinetik kuvvet testleri açısından KG için izokinetik kuvvet zirve torkları değişim yüzdesi farklı eklemlerde %-3.9 ile %-25.0 arasında düşüş sergilemiştir. AG için izokinetik kuvvet zirve torkları değişim yüzdesi farklı eklemlerde %18.3 ile %57.8 arasında artış sergilemiştir. El-pençe kuvveti testlerinde AG sporcularında maksimal değerlerde %8.3 değerinde artış gözlenmiştir. Son testler için gruplar arasında sadece top uçuş süresinde farklılık vardır. Sayı olmayan atışların top uçuş süresi sayı olanların süresinden daha kısadır. AG ve KG hareket analizi parametreleri birbirine yakın seviyelerde bulunmuştur.

Sonuç: Sonuç olarak, basketbolcuların normal top antrenmanlarına ek olarak yapılan izokinetik kuvvet antrenmanlarının izokinetik kuvveti ve el- pençe kuvvetini artırdığı görülmüştür. Serbest atışlarda ise AG için, sporcuların atış anında dirsek açısal hızının artıp açısının azaldığı, yerden yükseklik olarak topun daha aşağıdan atıldığı durumlarda başarılı atış durumunun gelişebileceği, özellikle topun elden çıkış anı yatay hızında azalma olduğu görülmüştür.

Kinetic And Kinematical Analysis Of Basketball Free Throw After Isokinetic Strength Training Program

Introduction: The purpose of this study was to determine the parameters of the free throw and to investigate the effects of isokinetic strength training.

Methods: Fourteen men basketball players voluntary participated to the study. The subjects were randomly divided into 2 groups (control group, n=7 (KG), training group, n=7 (AG)). Athletes participated to this study were applied the free throw motion analysis tests in pre tests. After 6 weeks, same test procedures were applied at post tests. During the study all of the athletes continued the ball technique trainings. Each athlete performed 5 point shoots and 5 missed shoots. Randomly selected 3 shoots were analyzed. The AG athletes were performed shoulder, elbow and wrist isokinetic strength trainings (shoulder and elbow 180°.sn-1 and 300°.sn-1 , wrist 180°.sn-1 and 240°.sn-1) for 6 weeks after pre tests. And after 6 weeks of isokinetic strength trainings both group were performed post tests. Anthropometry, handgrip strength, isokinetic muscle strength and free throw kinematic analysis were tested. Wilcoxon, Mann-Whitney U and Spearman Correlation test was used.

Results: In KG, the peak torque values of the different joints decreased 3.9-25.0%. In AG, the peak torque values of the different joints increased 18.3-57.8%. AG athletes handgrip strength values increased 8.3%. Ball release time at the missed shoots were shorter than point shoots in the post tests. Conclusion: In conclusion, isokinetic strength training additional to normal ball technique training increased isokinetic strength and handgrip strength. The free throw parameters for AG, elbow angular velocity was increased, elbow angle was decreased. At point shoots the release height of the ball was lower than missed shoots and the horizontal velocity of the ball release was decreased.

Kalp Atım Hızıyla Kontrol Edilebilen Top Atma Makinesi ve Çalışma Sistemi

¹Ertuğrul Gelen, ¹Murat Çilli, ²Suat Yıldız

¹Sakarya Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Sakarya

²Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Manisa

Email : gelen@sakarya.edu.tr, mcilli@sakarya.edu.tr, suaty81@gmail.com

Bilim ve teknolojinin endüstriyel süreçlerde öneminin her geçen gün arttığı bilinmektedir. Sporun endüstrileşmesi ve bununla birlikte kullanılan teknolojinin katkıları, fikri ve sınai hakların güvence altına alınmasını ihtiyaç haline getirmiştir. Spor sektöründe sıklıkla kullanılan top atma makineleri üretim aşamasında programlanmakta ve top atma sıklıkları sporcunun sahadaki fizyolojik ihtiyaçlarını karşılamada kısıtlı kalmaktadır. Bu ihtiyaçla yola çıkarak kurguladığımız araştırmamızda sporcunun kalp atım sayısına göre top atan bir sistem oluşturmak çalışmamızın amacını oluşturmaktaydı. Mevcut uygulamalarda top atma makineleri kalp atım hızı gibi biyometrik verilerden bağımsız olarak top atmaktaydı. Bu da top atma makineleri kullanılarak yapılan antrenmanların optimal şiddette yapılamamasına neden olmaktaydı. Bu durum ise antrenmanlar ile geliştirilmek istenen fizyolojik gelişimi kontrol altına alamamaktaydı. Buluşumuz bu sorunu ortadan kaldırmaktadır; yani antrenmanın amacına uygun top atma sıklığını, hızını istenilen kalp atım hızına göre ayarlayabilmemizi sağlayacaktır. Antrenmanın amacına uygun top atma sıklığını ve hızını kalp atım hızı aralıklarına göre ayarlayabilmemizi sağlayacaktır. Böylece antrenmanlar ile geliştirilmek istenen fizyolojik gelişim optimal seviyede gerçekleştirilmiş olacaktır. Buluşumuz top haznesi, ana gövde, namlu, kontrol paneli, bilgisayar ünitesi ve kalp atım hızı sensörü ile birlikte toplam yedi üniteden oluşmaktadır. Sahadaki oyuncunun göğsündeki kalp atım sensörü sporcunun kalp atım hızını bluetooth teknolojisini kullanarak bilgisayar ünitesine aktarmaktadır. bilgisayar ünitesi geliştirdiğimiz yazılımla top atma makinesine kontrol paneli aracılığıyla atım sıklığını istenilen aralıkta ayarlayacak komutu aktarmaktadır. Top atma makinesi da topu sporcunun kalp atım hızına istinaden istenilen sıklıkta topu sporcuya atarak buluşumuzun çalışma şeklini oluşturmaktadır. Sistemin ticarileşme olasılığını göz önünde bulundurduğumuzda buluşumuzun fikri ve sınai mülkiyetini koruma amaçlı faydalı model/patent başvurusu ihtiyacı doğmuştur. Yapılan başvuru ve incelemenin ardında buluşumuz koruma altına alınmıştır. Spor alanına getirilen yenilikler gerek fikri gerek sınai olarak koruma alınarak ticari kazançlar elde edilebilir yada ticari kayıpların önüne geçilebilir. Spor alanındaki akademisyenlerin bu konudaki farkındalığını oluşturmak ve bu alanda Türk menşeli patent sayısını arttırmak bildirimizin amacını oluşturmaktadır.

Heart Rate Controlled Ball Throwing Machine and Working System

It is known that importance of scientific and technological advances in industrial processes is increasing each day. The industrialization of the sport and the contributions of the technology used with it ,have made it necessary to guarantee the rights of the idea and the industry. Frequently used ball throwing machines in the sport sector are programmed during the production phase and the frequency of ball throwing is limited to meet the athlete's physiological needs. With this need, we set out the goal of our work to create a ball throwing system according to the athlete's heart rate in our research. In current practice, ball throwing machines were throwing balls independently of biometric data such as heart rate. This, in turn, made it impossible to perform optimal training using ball throwing machines. This situation was not able to control the physiological development desired to by the training. Our invention removes this problem; that is, for the purpose of training, we will be able to adjust the ball throwing frequency according to the desired heart rate. The goal of training is to ensure that the appropriate ball throwing frequency and speed can be adjusted to the heart rate range. Thus, the physiological development desired to be improved by the training will be achieved at the optimal level.

Our invention consists of a total seven units, including the ball tank, main body, barrel, control panel, computer unit and heart rate sensor. The heart rate sensor on the chest of the player in the field transfers the heart rate of the athlete to the computer unit using bluetooth technology. The computer unit transmits the command to set the throwing frequency at the desired interval through the control panel to the ball throwing machine with the software we have developed. The ball throwing machine also forms

Tekerlekli Sandalye ve Normal Okçuların Atış Biyomekaniğinin Karşılaştırılması

¹Gülşah Sekban, ²Menşüre Aydın, ³Bergün Meriç Bingöl, ¹Gülşah sekban, ²Hakan Akdeniz, ³Deniz Demirci, ¹Özlem Ağca Töre

¹Kocaeli Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği

²Kocaeli Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Fakültesi Rekreasyon Bölümü

³Kocaeli Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük -Bölümü

Email : gsekban@yahoo.com, mensureaydin@yahoo.com, bergunmeric@gmail.com, gsekban@yahoo.com, hakanakdeniz@gmail.com, dnzarda@yahoo.com.tr, agcaozlem@gmail.com

Okçuluk sporu, üst vücut, özellikle de omuz kuşağı kaslarının kuvvet ve dayanıklılığını gerektiren statik bir spor olup, performansı bir hedefe belirlenen sınırlı süre içerisinde yüksek doğrulukla atılan oklar ile belirlenir. Engelliler tarafından da engel durumuna göre tekerlekli sandalye veya ayakta yaygın olarak yapılan bir spordur. Araştırmanın amacı tekerlekli sandalye okçuluk sporcuları (W1) ile sağlıklı olan okçuluk sporu yapan sporcuların omuz ve el bileği atış açıları ile atış puanlarının biyomekaniksel analizlerinin karşılaştırılmasıdır.

Türkiye tekerlekli sandalye okçuluk takımı 4 engelli sporcu 3 milli (16 atış) ve engelsiz 2 milli okçuluk sporcusunun (8 atış) toplam 24 atışı incelemeye alınmıştır. Araştırmada engelli ve engelsiz okçuların omuz, el bileği ile atış puanlarının biyomekaniksel analizlerinin karşılaştırılması yapılmıştır. Çekimlerinde 120 Hz hızında Basler marka, üç kamera ile çekimler gerçekleştirilmiştir. Alanın kalibrasyonu DLT yöntemi ile yapılmıştır Hareket analizi Simi Motion 8.5.7 hareket analizi programı ile yapılmıştır.

İstatistiksel analizlerde iki grubun tanımlayıcı istatistiksel analizlerinde; omuz açısı ($32.38^{\circ} \pm 4.33^{\circ}$), bilek açısı ($112.21^{\circ} \pm 39.94^{\circ}$), atış puanı (10.00 ± 1.00) olarak bulunmuştur. İki grubun karşılaştırması SPSS 20.0 istatistik paket programında Mann Whitney U testi ile yapılmış ve gruplar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > 0.05$). Tekerlekli sandalye kullanan engelli okçular, engelli olmayanlarla benzer atış mekaniklerine sahiptir.

Anahtar sözlük: Engelli, tekerlekli sandalye okçuluk, hareket analizi, biyomekanik.

Comparison Of The Invalid Chair And Throw Biomechanics Of Healthy Archers

Comparison Of The Invalid Chair And Throw Biomechanics Of Healthy Archers Menşüre Aydın, Bergün Meriç Bingöl, Gülşah Sekban, Hakan Akdeniz, Deniz Demirci, Özlem Ağca Töre Archery sport is a static sport needs strength and endurance of primarily the muscles of the shoulder belt and upper body. The performance of this sport is determined by the arrows shot to a target with high accuracy within a limited duration. Archery sport is also played by the handicapped on foot or with an invalid chair up to the handicap conditions. The purpose of the investigator is to compare the biomechanical analysis of the throwing scores and the throwing angles of shoulder and wrist of the invalid chair archery athletes (W1) and the healthy archery sporters. Totally 24 throws from 4 disabled athletes of invalid chair archery team of Turkey, three national sporters (16 throws) and two healthy archery athletes (8 throws) are evaluated. This paper compares the biomechanical analysis of throwing scores of handicapped and healthy archers through shoulder and wrist. The pictures were taken by 3 Basler cameras by 120 Hz. DLT method actualizes the calibration of the area.

Simi Motion 8,5,7 program tested the motion analysis. In the descriptive analysis of both groups, the shoulder angle, wrist angle and the throwing scores are respectively found as ($32.38^{\circ} \pm 4.33^{\circ}$), ($112.21^{\circ} \pm 39.94^{\circ}$) and (10.00 ± 1.00). Mann Whitney U test in SPSS 20.0 statistical packaged software made the comparison. There is not found a statistically significant difference between groups according to the result of the comparison ($p > 0.05$). The handicapped sporters on invalid chair have the similar throw mechanics with the healthy athletes.

Keywords: Handicapped, invalid chair archery, motion analysis, biomec

Fonksiyonel Hareket Taraması Hurdle Step Testinde Puanlamalara Göre Açısal Kinematiklerin Belirlenmesi

¹Mustafa Arslan Başar, ¹Çiğdem Bulgan, ¹Sedat Odabası, ¹Kaan Gürbey Aktüre, ²Benil Kıstak

¹Haliç Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İstanbul

²İstanbul Teknik Üniversitesi, Spor Kulübü, İstanbul

Email : m.aslanbasar@gmail.com , cigdembulgan@gmail.com , sdtodabasi@gmail.com , akture.kaan@gmail.com, benil_k@hotmail.com

Giriş: Fonksiyonel Hareket Taraması (FMS), kinetik zincirde tamamlayıcı hareket modelleri geliştiren bireyleri tanımlamak üzere tasarlanmıştır. İlk başta semptomatik olmayan bireyler arasındaki hareket dengelemelerini elemek ve bireysel ihtiyaçlara uygun olarak egzersiz müdahalesinin uygun tasarım temeli için kullanılmıştır. FMS'deki yedi hareket vücudun proksimal-distal sırası boyunca hareketin sağlanması yeteneğine karşı gelmeyi amaçlamaktadır. Taramanın puanlaması, Cook ve ark.nın, 2010 yılında yayınladığı kılavuzda belirtilen kriterlere göre yapılmaktadır. Ancak, bu kriter dahilinde açısal değerlendirmeler belirtilmemiş ve 1 -2 ve 3 puan alan bireylerin açısal farklılıkları açıklanmamıştır. Bu çalışmada amaç, FMS'te kullanılan hurdle step testinin açısal kinematiklerinin sınıflandırmalara göre belirlenmesidir.

Metod: Araştırmaya 22 üniversite öğrencisi (ortalama $\pm$ std.sapma yaş 22.31 ± 1.46 yıl; boy 176.81 ± 5.84 cm ve kütle 69.50 ± 12.19 kg) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar, hurdle step testini üç kez gerçekleştirmiş ve bir klinisyen tarafından skor 1-2 ya da 3 olarak puanlanmıştır. Test performansı sırasında 3 boyutlu açısal kinematik veriler, 8 yüksek hızlı (Oqus 7+) kamerayla kaydedilmiş; sol ve sağ diz, kalça açıları; gövde ekstansiyon açısı, Qualisys Track Manager (2.12) kullanılarak üç puanlama grubu arasındaki farkları incelemek için değerlendirilmiştir. İstatistik analiz için SPSS 21.0 programı kullanılmış ve farklar Kruskal Wallis testi ile belirlenmiştir.

Bulgular: Skor grupları arasında kinematik parametreler açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamasına rağmen ($p > 0.05$); düşük puan alan katılımcıların, yüksek puan alanlara göre daha büyük açısal genişliklere sahip olduğu (1 puan için kalça açısı $102.81 \pm 5.78^\circ$, diz açısı $60.52 \pm 0.76^\circ$ ve 3 puan için kalça açısı $91.89 \pm 4.17^\circ$; diz açısı $52.13 \pm 8.62^\circ$) gözlemlenmiştir.

Sonuç olarak, alt ekstremiteden başlayan ve üst ekstremiteye doğru aktarılan bir zincir hareketinin olması önemlidir, bu nedenle katılımcıların tutarsız ve istenmeyen açısal hareketlerden uzak durmaları gerekmektedir. Özellikle düşük puan alan kişilerin düzeltici egzersiz uygulamalarından destek almaları önerilmektedir.

Angular Kinematics Of The Hurdle Step Test in Functional Movement Screen According To The Classifications

The Functional Movement Screen™ (FMS) is designed to identify individuals who have developed compensatory movement patterns in the kinetic chain. It was initially intended to screen for movement compensations among nonsymptomatic individuals to serve as a basis for the proper design of an exercise intervention specific to individual needs. The seven movements in the FMS are an effort to challenge the body's ability to facilitate movement through the proximal-to-distal sequence.

The scoring of the screening is made according to the criteria given by the guidelines provided by Cook et al, 2010. However, within this criterion, no angular evaluations was found and the angular differences of the individuals who score 1 -2 and 3 were not specified. The aim of this study was to determine to angular kinematics of the FMS hurdle step test according to the classifications. 22 university students (mean±std. age 22.31±1.46yrs; height 176.81±5.84cm and weight 69.50±12.19kg) participated to this study. Participants were performed a hurdle step test three times and was scored by a clinician as score 1-2 or 3. During the test performance, 3D angular kinematic data was collected by 8 high speed Oqus 7+ cameras. Left and right knee, hip angles; trunk extension angles were assessed to examine differences between the three scoring groups by using Qualisys Track Manager (2.12). SPSS 21.0 program was used for the differences by Kruskal Wallis test. As results, there were no significant differences found between groups ($p>0.05$) however, those who got score 1 had larger angular values than score 3 (hip angle $102.81\pm5.78^\circ$; knee angle $60.52\pm0.76^\circ$ and hip angle $91.89\pm4.17^\circ$; knee angle $52.13\pm8.62^\circ$). In conclusion, it's important to have a chain movement from lower limbs so, students should stay away from inconsistent angular movements. The corrective exercises should be applied.

7-9 Yaş Grubu Artistik Cimnastikçilerde Dinamik ve Statik Gerdirme İçeren Farklı Isınma Programlarının Atlama Masası Überşılak Tekniğine Olan Kinematik Etkisi

¹Bergün Meriç Bingül, ¹Taha Anıl Şimşek, ¹Özlem Töre, ¹Çağla Karacan, ¹Hakan Akdeniz, ¹Menşüre Aydın

¹Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

Email : bergunmeric@gmail.com, anil_simsek_1989@hotmail.com, agcaozlem@gmail.com, cagla.karacan@hotmail.com, hakan.akdeniz@gmail.com, mensureaydin@yahoo.com

Giriş ve Amaç: Pek çok branşta olduğu gibi cimnastikte de ısınma egzersizlerinin önemi büyüktür. Isınma çalışmaları sporcunun performansını arttırmak ve yaralanmalardan korunması için oldukça gereklidir. Araştırmanın amacı 7-9 yaş grubu artistik cimnastikçilerde dinamik ve statik gerdirme içeren farklı ısınma programlarının atlama masası überşılak tekniğine olan kinematik etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya Kocaeli ilinde en az 2 yıl en fazla 4 yıl aktif olarak cimnastik yapan 7-9 yaş aralığında 7 kız ve 8 erkek toplam 15 sporcu dâhil edilmiştir. Sporcular haftada 6 gün ve günde 4 saat antrenman yapmaktadırlar. 15 artistik cimnastik sporcusu (3,33±1,23yıl, 126,73 ±4,46cm, 26±1,41kg) birbirini izleyen günlerde 3 farklı ısınma protokolünü uygulamışlardır. Isınma protokolleri, sadece 5 dakika koşu (Protokol A), 5 dakika koşu ardından statik gerdirme (Protokol B) ve 5 dakika koşu ardından dinamik egzersizlerden (Protokol C) oluşmaktadır. Her kas grubuna birer hareketten sekiz hareket dinamik gerdirme protokolünde 10 s aralı iki set 12-15 tekrar, statik gerdirme protokolünde 10 s aralı iki set 30 s yüklenme yaptırılmıştır. Katılımcılar her ısınma protokolünden sonra trampolin üzerinde belirlenen noktaya basarak atlama masası üzerinde überşılak hareketini gerçekleştirmişlerdir ve atlayışların görüntüleri 2 adet basler 120 Hz. camera ile kaydedilmiştir. Kaydedilen hareketlerin analizlerinde 8.5.7 Simi Hareket analizi kullanılmıştır. Alanın kalibrasyonu DLT yöntemiyle yapılmıştır. Sporcuların atlama masasına konma açısı, masayı itiş açısı, itme mesafesi ve masadan yere düşme mesafesi değerlendirmeye alınmıştır. Elde edilen verilerin istatistikleri SPSS 20.0 istatistik paket programında Protokol A, B ve C, tekrarlı ölçümlerde varyansanalizi ile karşılaştırılmıştır.

Bulgular: Konma ve itiş açılarındaki fark bulunmazken ($p>0.05$), itiş mesafesinde (Protokol B ve C) ve sıçrama sonrası mindere konma mesafesinde (Protokol A ve B, A ve C, B ve C arasında) anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$).

Sonuç: Statik stretching ile yapılan ısınma sonrasında itme mesafesi artmış ve yataydaki ilerleme de artarak itiş sonrası mindere konma mesafesi fazlalaşmıştır.

The Kinematic Effect of Different Warm-up Programs Include Dynamic and Static Stretching on Vault Front Handspring for Artistic Gymnasts in 7-9 Age Group

The warm-up exercises have a great importance for the gymnastics as is in several sports branches. The purpose of this research is to analyze the kinematic effect of different warm-up programs include dynamic and static stretching on vault front handspring for artistic gymnasts in 7-9 age, 7 girls, 8 boys, 15 sporters in 7-9 age group and actively did gymnastic exercises for

min.2 and max.five years in Kocaeli Province are counted in the study. These athletes exercised for 4 hours in a day and six days in a week. 15 artistic gymnasts ($3,33 \pm 1,23$ year, $126,73 \pm 4,46$ cm, $26 \pm 1,41$ kg) applied 3 different warm-up protocols in running days. The warm-up protocols consist of just running for 5 minutes (Protocol A), static stretching after running for 5 minutes (Protocol B) and dynamic exercises after running for 5 minutes (Protocol C). Two sets that are composed of 8 movements at intervals of 10 sec. were performed for 12-15 repetitions in the dynamic stretching protocol. Two sets at intervals of 10 sec. were performed for 30 sec. in the Static stretching protocol as well. The human subjects performed the front handspring on the vault after each of the warm-up protocols and the pictures of the jumpings were recorded by two pieces Basler 100 Hz. camera. 8,5,7 Simi Motion analysis is used to analyze the movements recorded. DLT method actualized the calibration of the area. The landing angle to the vault, angle of pushing the vault, pushing distance and dropping distance from the vault are evaluated. The statistics of the data obtained are compared with SPSS 20.0 statistics packaged software; these same statistics are compared by the variance analysis in iterative measurements. There is not any difference in landing and pushing angles ($p > 0.05$) while a significant difference ($p < 0.05$) is determined in pushing distance and the distance of landing to the mat after jumping.

SPOR ve SAĞLIK SPORT and HEALTH

Çocuk, Kadın ve Spor **Child ,Woman and Sport**

Çocuk Sporcularda Dinamik Omuz Kinematığının İncelenmesi; 3-Boyutlu Hareket Analizi

¹Elif Turgut, ²Filiz Çolakoğlu, ³Gül Baltacı

¹Hacettepe Üniversitesi, Ankara

²Gazi Üniversitesi, Ankara

³Güven Hastanesi, Ankara

Email : elif.turgut.pt@gmail.com, ffiliz@gazi.edu.tr, ybaltaci@hacettepe.edu.tr

Giriş ve Amaç: Baş üstü aktiviteler içeren spor dallarında erişkin sporcularda skapular kinematik değişiklikler sıklıkla gözlenmektedir. Ancak, çocuk sporcularda bu konudaki araştırmalar oldukça kısıtlıdır. Bu çalışmanın amacı çocuk sporcularda 3-boyutlu skapular kinematığının incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya 20 sağlıklı başüstü çocuk sporcu ve 20 sağlıklı çocuk dahil edildi. Skapular düzlem omuz elevasyonu esnasında bilateral 3-boyutlu skapular kinematik elektromagnetik sistem kullanılarak kayıt edildi. Gruplar arası ve omuzlar arası (dominant ve nondominant) karşılaştırmalar ANOVA kullanılarak test edildi. Bulgular Karşılaştırmalar sporcularda skapulanın daha fazla yukarı doğru rotasyon ve anterior tilt pozisyonunda olduğunu gösterdi ($p < 0.05$). Ancak, dominant ve nondominant omuzlar karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmadı ($p > 0.05$).

Sonuç: Çocuk başüstü sporcularda fırlatma omzunda skapular kinematikte değişiklikler gözlenmiştir. Biyomekanik açıdan, çocuk sporcularda eğitim ve rehabilitasyonda skapular hareketlerdeki adaptasyon göz önünde bulundurulmalıdır.

Effect of sports participation on dynamic shoulder kinematics in young overhead athletes; A three-dimensional motion analysis

Introduction: Adult athletes exhibits motion adaptations such as scapular kinematic alterations even without a history of shoulder injury. However, there is a lack of detailed assessment of scapular kinematics in young overhead athletes. This study aims to investigate three-dimensional scapular kinematics in junior overhead athletes. Methods We recruited healthy competitive level overhead athletes ($n=20$) and healthy children ($n=20$) without participation in any overhead throwing sports in this study. Bilateral scapular kinematic data were recorded using an electromagnetic tracking device for scapular plane shoulder elevation. Statistical comparisons of the data between groups and sides were analysed with the ANOVA test.

Results: Comparisons showed that, the scapula was more upwardly rotated and anteriorly tilted in overhead athletes when compared to non-overhead athletes ($p < 0.05$), however there was no side-to-side differences when throwing and non- throwing shoulders compared in junior overhead athletes ($p > 0.05$). Discussion The throwing shoulder of junior overhead athletes had alternations in scapular kinematics when compared with the non- overhead athletes. These findings provide a biomechanical basis for training and rehabilitation of junior overhead athletes.

KSB391

Farklı Spor Branşlarının Çocukların Motor Performans ve Yaşam Kalitelerine Etkisi

¹Elif Top, ¹Mustafa AKIL

¹Uşak Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Uşak

Email : elif.top@usak.edu.tr, elif.top@usak.edu.tr, mustafa.akil@usak.edu.tr

Bu çalışmanın amacı, farklı spor branşlarının çocukların motor performans düzeyleri ve yaşam kalitelerine etkisinin incelenmesidir. Araştırmaya, 11-14 yaş ($X=12.38\pm1.07$ yıl) aralığında aktif olarak hentbol (Kız= 33, Erkek= 38), voleybol (Kız= 47, Erkek= 23) ve basketbol (Kız= 31, Erkek= 49) sporu yapan ve spor yapmayan (Kız= 35, Erkek= 48) toplam 304 öğrenci katılmıştır. Çocukların motor performans düzeyleri Bruininks-Oseretsky Motor Yeterlilik Testi-Kısa Form (Bruininks & Bruininks, 2005) ile, yaşam kaliteleri ise genel amaçlı çocuklarda sağlıkla ilişkili yaşam kalitesi ölçeklerinden 8-12 yaş Kid-KINDL ve 13-16 Kiddo-KINDL ile değerlendirilmiştir (Bullinger, 1994; Ravens-Sieberger & Bullinger, 1998; Eser ve ark., 2008). Yaptıkları spor türlerine göre bireylerin motor performans ve yaşam kalitesi değerleri Kruskal-Wallis test ile, gruplar arasındaki farklılıkları belirlemek için ise Mann-Whitney U test kullanılmıştır. Motor performans değerleri ile yaşam kalitesi değerleri arasındaki ilişki ise Spearman korelasyonu ile değerlendirilmiştir. Yaptıkları spor türlerine göre bireylerin motor performans ve yaşam kalitesi değerleri incelendiğinde; gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0.05$). Motor performans değerleri ile yaşam kalitesi değerleri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p>0.05$). Sonuç olarak, farklı spor branşları çocukların motor performans ve yaşam kalitelerini etkilemektedir. Aktif olarak spor yapmanın bireylerin motor performans ve yaşam kalitesi seviyelerini artırarak pozitif etki ettiği söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Motor Performans, Yaşam Kalitesi, Spor, Çocuk.

Effects of Different Branches of Sports on the Motor Performance and Life Quality of Children

Abstract The purpose of the present study was to investigate the effects of different branches of sports on the motor performance levels and life quality of children. The population of the study comprised a total of 304 students of the 11-14 age group ($X= 12.38\pm1.07$ years), who actively perform the sports of handball (girls= 33, boys= 38), volleyball (girls= 47, boys= 23), basketball (girls= 31, boys= 49) or don't play any sports (girls= 35, boys= 48). The motor performance levels of the children were assessed by using the Bruininks-Oseretsky Test of Motor Proficiency-Short Form (Bruininks & Bruininks, 2005), and their life quality was assessed by means of Kid-KINDL for the 8-12 age group and Kiddo-KINDL for the 13-16 age group (Bullinger, 1994; Ravens-Sieberger & Bullinger, 1998; Eser et al., 2008), which are among the general-purpose life quality scales of health-related life quality among children. The motor performance and life quality values of the individuals depending on the branch of sport they perform were found out by means of Kruskal-Wallis test, and Mann-Whitney U test was employed in order to determine the differences between the groups. The correlation between the motor performance values and the life quality values was assessed by means of the Spearman correlation. When the motor performance and life quality values of the individuals were examined depending on the branches of sports they perform, statistically significant differences were found between the groups ($p<0.05$). However, no statistically significant difference was found between the motor performance and life quality values ($p>0.05$). Consequently, the results of the study suggest that various branches of sports affect the motor performance and life quality of children. Accordingly, it could be said that playing sports in an active manner produces a positive effect by increasing the motor performance and life quality levels of individuals.

Keywords: Motor Performance, Life

Sporcu Ve Sedanter Bireylerin Premenstrual Sendrom Düzeylerinin İncelenmesi

¹Yücel Makaracı, ¹Seydi Ahmet Ağaoğlu, ¹Tuğba Onat, ¹Aleyna Koç, ¹İlayda Erbaş

¹Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun

Email : yucelmkr@gmail.com, s.ahmet.agaoglu@gmail.com, tuba-onat@hotmail.com, alyna61@hotmail.com, ilaydaerbass55@gmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı; düzenli olarak egzersize katılan ve sedanter olarak yaşamlarını sürdüren bayanların premenstrual sendrom düzeylerinin incelenmesidir. Yöntem: Araştırmanın örneklemi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi'nde (OMÜYDSBF) öğrenim gören ve aktif olarak bir spor dalı ile uğraşan 100 kadın ile üniversitenin diğer bölümlerinde öğrenim görüp, sedanter bir yaşam süren 100 kadın olmak üzere toplam 200 gönüllü kadın oluşturmuştur. Tüm katılımcılara Halbreich ve ark. (1982) tarafından geliştirilmiş olan ve toplamda 95 sorudan oluşmuş "Premenstrual Değerlendirme Formu" (PDF) uygulanmıştır. Formun Türkçe uyarlaması Dereboy ve ark. tarafından 1994 yılında yapılmış olup, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması da literatürde mevcuttur. 'Değişim yok' ile 'Aşırı Değişim' arasında toplam 6 kategoride derecelendirilmiş likert tipi bir formdur. Form, 18 alt ölçeğe ayrılarak puanlandırılmaları belirlenmiştir. Sporcu ve sedanterlerin premenstrual sendrom puanlarının karşılaştırılmasında t testi kullanılmıştır. Bulgular: Sporcuların yaş ortalaması $21,81 \pm 1,55$; sedanterlerin ise $22,11 \pm 1,87$ olarak bulunmuştur. Premenstrüel sendrom formu alt boyutlarından "kendini iyi hissetme" alt boyutunda sporcular lehine fark vardır ($p=0,02$). Diğer alt boyutları oluşturan "çökkün duygu durum", "endojen depresif özellik", "labilite", "atipik depresif özellik", "histeroid özellik", "düşmanlık/kızgınlık", "sosyal geri çekilme", "bunaltı", "impulsivite", "organik mental özellik", "su tutulumu", "genel fiziksel rahatsızlık", "otonomik fiziksel değişim", "yorgunluk", "sosyal işlevsellikte bozulma", "çeşitli duygu durum değişimi", "çeşitli fiziksel değişim" alt boyutlarında fark yoktur ($p>0,05$). Sonuç: Spor yapma durumuna bağlı olarak, sporun kişilere sağladığı fiziksel gelişimin, menstrual dönemde olumlu etkileri olduğu söylenebilir. Ayrıca fiziksel olarak kendini iyi hisseden bireylerin de bu durumlarını menstrual döneme olumlu şekilde aktardıkları ifade edilebilir.

The examination of premenstrual syndrome levels of athletes and sedentary individuals

Introduction and Aim: The aim of this study is to examine premenstrual syndrome levels of athletes and sedentary individuals.

Methods: The study consisted of totally 200 voluntary individuals (100 students who study at Ondokuz Mayıs University Yaşar Doğu Sports Sciences Faculty (OMUYDFSS) and actively engaged with a sports branch and also 100 students who study at the other departments of the university and have sedentary lifestyle). Premenstrual Assessment Form (PAF) developed by Halbreich et al. (1982) which consisted of 95 questions was used to all participants as data collection tool. Turkish adaptation of the form was made by Dereboy et al. (1994) and there are some reliability-validity studies in the literature. It is a Likert style classified in 6 categories ranging from "no change" and "extreme change". The form consists of 18 subscales and has its own assessment score. T test was used for the comparison of athletes' and sedentary individuals' premenstrual syndrome scores.

Findings: The mean ages were $21,81 \pm 1,55$ years and $22,11 \pm 1,87$ years in athletes and sedentary individuals, respectively. A statistically significant difference was observed at "feeling good" subscale in favor of athletes ($p=0,02$). No statistically difference was observed at the other subscales (depressed mood, endogenous depressive pattern, lability, atypical depressive pattern, hysteroïd

pattern, hostility/resentment, social withdrawal, anxiety, impulsivity, organic mental pattern, water retention, general physical disorder, autonomic physical change, fatigue, deterioration in social functioning, various emotional state changes, various physically state changes) ($p>0,05$).

Result: Depending on attending physical activity situation, it could be said that, physical development induced doing exercise can effect menstrual period of women in positive way. Besides, it could be said that, individuals who feel physically good might carry that situation (feeling good) positively to menstrual period.

Fiziksel Aktivite-Fiziksel Uygunluk **Physical Activity-Physical Fitness**

KSB135

Akademik Personelin Fiziksel Aktivite Düzeyi ve Beslenme İlişkisi

¹Gürkan Yılmaz

¹Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Niğde

Email : gyilmaz@ohu.edu.tr

Giriş: Fiziksel aktivite; iskelet kası aktivitesinin bir sonucudur ve enerji tüketimi ile doğrudan ilişkilidir. Her türlü fiziksel aktivite enerji harcamasını gerektirmektedir. Gün içinde yapılan çeşitli aktivite, spor, oyun ve egzersiz de fiziksel aktivite olarak kabul edilmektedir. Besin maddelerinin hücrelerde parçalanması, enerjinin açığa çıkması ve vücudumuzda yararlı bileşikler haline gelmesine yol açan kimyasal olayların tümüne metabolizma denir. Fiziksel aktivite yüksek düzeyde enerjiye ihtiyaç duyar. Egzersizde kullanılan enerji kaynağı yapılan egzersizin türü, şiddeti, süresi ve sporcunun performans düzeyi ve beslenme şekli ile yakından ilişkilidir. Materyal metot: Çalışmaya da Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi akademik personeli olan 171 erkek, 96 bayan olmak üzere 267 denek yer almaktadır. Katılımcıların beslenme alışkanlıkları/davranışları, fiziksel aktivite düzeyleri uluslararası fiziksel aktivite anketi (UFAA- kısa form) ile belirlenmiştir. İstatistiksel Analizlerde sıklık ve yüzde dağılımları, ortalama, ki-kare, t testleri ve anova kullanılmıştır. Bulgular: katılımcıların cinsiyetlerine göre beslenme durumları, günde tüketilen öğün sayısı, öğün atlama durumları, öğün aralarında besin tüketim durumları, şekerli yiyecek tüketimleri, süt ve süt ürünleri tüketimi, et-et ürünleri tüketimi, balık-tavuk tüketimi, kuru baklagil tüketim durumları, BKİ ve fiziksel aktivite durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır. Tartışma sonucu: katılımcıların büyük oranda 3 öğün yemek tükettikleri, öğün atlama durumları değerlendirildiğinde erkeklerin %38,6'sının bayanlardaki bu oran %9.00' inin olduğu saptanmıştır. Öğün atlayanların büyük çoğunluğu %75-81 arasında öğle öğününü yapmadığı saptanmıştır. Katılımcıların haftada 2-3 kez bal ve reçel tükettiği, süt ve süt ürünlerini hafta da 3-5 öğün tükettiği, kırmızı et tüketimi haftada 1-2 gün tükettikleri, beyaz et ve kuru baklagil tüketimi haftada 1-2 gün olduğu yönünde, BKİ değerlendirildiğinde erkelerin %38 inin obez, %29 unun fazla kilolu, bayanlarda ise %81 ini normal kilolu olduğu saptanmıştır. Sonuç olarak: Akademisyenler, toplumun eğitim düzeyi yüksek bir kesimdir, beslenme ve fiziksel aktivite konusunda da genel olarak daha bilinçli oldukları söylenebilir, süreçlerinden artan zamanda mutlaka fiziksel aktivitede bulunmaları sağlanmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Beslenme, Fiziksel Aktivite, Akademik Personel

The Relationship Between Physical Activity Levels And Nutrition Of Academic Staff

Introduction: Physical activity is a result of the activity of skeletal muscle activity, and is directly relational with energy consumption. Any kinds of physical activity require energy consumption. Various activities, sports, games and exercises performed during the day are also accepted as physical activities. All chemical events causing fractionation of nutrients in cells, releasing of energy and becoming beneficial components are called metabolism. Physical activity needs high level energy. The source of energy used during the exercise is closely correlated with type, intensity, time of the exercise, and performance level and nutrition of the sportsman. Material and Method: In the study, there were totally 267 individuals including 171 male and 96 female academic staff in Niğde Ömer Halisdemir University. Nutritional habits/behaviors were questioned. Their physical activity levels were determined with International Physical Activity Questionnaire (IPAQ- short form). Frequency and percentage distributions, average, chi-square, t-tests and ANOVA were used for the statistical analyses.

Findings: Statistically significant difference was determined between nutritional status, number of daily meals, their skipping meals, consumption of food between meals, sweet consumption, milk and dairy product consumptions, meat and meat products consumption, fish- chicken consumption, legume consumption in terms of the gender of the participants. Statistically significant difference was also determined between BMI and physical activity.

Discussion and Conclusion: It was determined that the participants had 3 meals, and the rate for skipping meals was 38.6% for males and 9.00% for females. Majority of the participants (75-81%) who skipped meals was specified to skip lunch. It was also determined that the participants consumed honey and jam for 2-3 days a week, consumed milk and dairy products for 3-5 meals a week, consumed red meat for 1-days a week, and legume and white meat consumption was for 1-2 days a week;

Keywords: Nutrition, Physical Activity, Academic Staff

KSB165

Minik Güreşçilerde 8 Haftalık Antrenmanın Bazı Fiziksel Ve Motorik Özelliklere Etkisinin İncelenmesi

¹Rüçhan İri, ¹Zait Burak Aktuğ

¹Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Niğde

Email : rüchaniri@ohu.edu.tr, zaitburak@hotmail.com

Amaç: Yapılan çalışmanın amacı, 8 haftalık müsabaka dönemi antrenmanlarının minik güreşçilerde bazı fiziksel ve motorik özelliklere etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya yaş ortalamaları $13,89 \pm 0,8$ yıl, spor yaşı ortalamaları $3,15 \pm 0,76$ yıl olan 19 gönüllü erkek güreşçi katılmıştır. Çalışmaya katılan güreşçilerden 8 haftalık antrenman programı başlamadan önce ve 8 haftalık antrenman programı uygulandıktan sonra olmak üzere iki kez ölçüm alınmıştır. Güreşçilerin vücut kitle indeksleri (VKİ) bioimpedans yöntemi ile, vücut yağ yüzdeleri (VYY) skinfold ile, statik ve dinamik denge performansları izokinetik denge sistemi ile, çeviklik performansları İlionis çeviklik testi ile, 20 m sürat performansları fotosel aracılığı ile belirlenmiştir. Elde edilen veriler SPSS programına girildikten sonra fiziksel ve motorik özelliklerin ön test ve son test değerleri arasındaki farkı belirlemede Wilcoxon testi kullanılmıştır.

Bulgular: Elde edilen sonuçlara göre son testte boy ve statik denge performansında artma, VYY ise azalma olduğu belirlenmiştir ($p < 0.05$). Dinamik denge, çeviklik ve 20 m sürat performansında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık çıkmamasına rağmen, bu özelliklerin performanslarında artış olduğu görülmektedir.

Sonuç: Sonuç olarak, sürat, çeviklik ve denge performansının bu yaş gruplarında kısa süreli antrenman programları ile yüksek bir gelişim göstermeyeceği belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Güreş, Denge, Sürat, Çeviklik

Investigation Of The Effect Of Some Physical And Motoric Features Of Eight Week-Training On Junior Wrestlers

Purpose: The aim of the study was to examine the effect of 8-week competition training on some physical and motoric features in junior wrestlers.

Methods: 19 voluntary male wrestlers participated in the study with a mean age of 13.89 ± 0.8 years and an average age of 13.1 ± 0.76 years. The wrestlers participating in the study were measured twice before the beginning of the 8-week training program and after the 8-week training program was implemented. Wrestlers' body mass indexes (BMI) were determined by bioimpedance method, body fat percentages (BFP) by skinfold, static and dynamic balances with isokinetic balance system, agility by Ilionis agility test, and their 20m speeds by photocell. The Wilcoxon test was used to determine the difference between the pretest and posttest values of the physical and motor characteristics after the obtained data were analyzed through the SPSS program.

Results: According to the obtained results, it was determined that height and static balance performance increased in the final test and their BFB decreased ($p < 0.05$). Although there was no statistically significant difference in dynamic balance, agility and speed performance of 20 m, it was observed that the performance of these features increased.

Conclusions: As a result, it has been determined that speed, agility and balance performance will not show a high improvement in this age group in a short period of time.

Keyword: Wrestler, Balance, Speed, Agility

KSB198

Yaşlı Bireylerde Fiziksel Aktivite Düzeyinin Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisinin İncelenmesi*

¹Mehmet Sarıkaya, ¹Metin Polat, ²Gönül Şeyda Seydel

¹Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Kayseri

²Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Zübeyde Hanım Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu

Email : sarikaya-44@hotmail.com, polat.metin@gmail.com, seydaseydel@hotmail.com

Giriş ve Amaç:Yaşlandıkça ortaya çıkan fiziksel ve fizyolojik fonksiyon kayıpları, yaşam kalitesinde azalmaya neden olmaktadır. Sağlıklı yaşlanma sürecinde düzenli ve orta şiddetde yapılan fiziksel aktivitenin ileri yaşlarda yaşanan fonksiyonel kayıpları azalttığı bilinmekle birlikte, bu süreçte fiziksel aktivite seviyesinin yaşam kalitesi üzerinde ne derecede etkili olduğu merak edilmektedir. Bu nedenle bu çalışmada yaşlı bireylerin fiziksel aktivite düzeylerinin, yaşam kaliteleri üzerine olan etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem:Araştırmaya Kayseri ve çevresinde yaşayan yaş ortalaması 69,01±2,10yıl olan 88 kadın, ve yaş ortalaması 70,73±3,69yıl olan 118 erkek olmak üzere toplam 206 yaşlı gönüllü katıldı. Çalışmaya katılan gönüllülerin boy uzunluğu, vücut ağırlığı, vücut kitle indeksi değerleri ölçüldükten sonra, yaşam kalitesi değerleri SF 36 yaşam kalitesi ölçeği ile, fiziksel aktivite düzeyleri ise üç eksenli ölçüm yapan akselerometre(StayHealty RT6, USA) cihazı ile belirlendi.

Bulgular:Kadın gönüllülerin hem akselerometre toplam kalori hem de akselerometre aktivite kalori değerleri ile yaşam kalitesi alt indekslerinden fiziksel fonksiyon arasında(p<0.01) anlamlı bir ilişki, ayrıca akselerometre aktivite kalori değerleri ile sosyal işlevsellik değerleri arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir(p<0,05). Erkek gönüllülerde ise hem akselerometre toplam kalori hem de akselerometre aktivite kalori değerleri ile fiziksel rol güçlüğü(p<0.01), enerji/vitalite/canlılık(p<0.01),ruhsal sağlık(p<0.01), sosyal işlevsellik(p<0.01), ağrı (p<0.01), genel sağlık algısı(p<0.01) değerleri arasında, ayrıca akselerometre aktivite kalori ve emosyonel rol güçlüğü arasında(p<0.05) anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Sonuç:Sonuç olarak, yaşlı bireylerde fiziksel aktivite değerleri arttıkça yaşam kalitesi değerlerinin de arttığı tespit edilmiştir. Daha sağlıklı ve daha verimli bir yaşlılık dönemi geçirilmesi açısından, bireylerin gençlik dönemlerinde düzenli olarak egzersiz yapma bilinci ve alışkanlıklarını kazanarak yüksek fiziksel aktivite değerlerine sahip olmaları, ve bu seviyeyi yaşlılık dönemlerine de taşıyarak sağlıklı yaşlanma sürecine katkı sağlamalarının gerekliliği anlaşılmaktadır.

Anahtar kelimeler:Yaşlı Bireyler,Fiziksel Aktivite,Yaşam Kalitesi

* Bu çalışma Mehmet Sarıkaya'nın "Yaşlı Bireylerde Fiziksel Aktivite Düzeyinin Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisinin İncelenmesi" başlıklı yüksek lisans tezinden üretilmiştir. Ayrıca bu çalışma Erciyes Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Birimi tarafından TYL-2016-6544 nolu proje ile desteklenmiştir.

Investigation Of The Effect Of The Level Of Physical Activity On The Quality Of Life in Elderly Individuals*

Aim:The loss of physical and physiological functions that occur as a result of aging leads to a decrease in the quality of life.In the healthy aging process,although it is known that regular and moderate physical activity reduces the functional losses experienced with increasing age,there is speculation as to how effective the level of physical activity is in this process on quality of life.Therefore,the aim of this study was to investigate the effects of physical activity levels on the quality of life for elderly individuals.

Method:A total of 206elderly volunteers participated in the study,of whom 88were female and aged 69.01 ± 2.10 years,and 118were male and aged 70.73 ± 3.69 years.After determining the height,body weight,and body mass index values were measured,quality of life was determined using the SF-36quality of life scale and their physical activity levels were established using an accelerometer(StayHealty RT6,USA),which makes three axis measurements.

Findings:In the female,there was a significant relationship between the physical functioning subscale of quality of life and both the accelerometer total calorie and accelerometer activity calorie values($p<0.01$).There was also a significant relationship between the accelerometer activity calorie and social role functioning values($p<0,05$).In the male,there was a significant relationship between both the accelerometer total calorie and accelerometer activity calorie values and physical role functioning($p<0.01$),vitality($p<0.01$),mental health ($p<0.01$),social role functioning($p<0.01$),bodily pain($p<0.01$)and general health perceptions($p<0.01$)values.In addition,there was a significant relationship between accelerometer activity calorie and emotional role functioning values($p<0.05$).

Conclusion:As a result,for elderly individuals it has been established that as physical activity values increase,the quality of life values also increase.It is also accepted that individuals should have high physical activity values by gaining awareness and a regular exercising routine during their youth and this should continue in order for them to have healthier and more productive advanced years.

Keywords:Elderly Individuals,Physical Activity,Quality ofLife

* This study was supported by Erciyes University Scientific Research Projects Unit with the project number:TYL-2016-6544.

KSB291

Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeylerinin İncelenmesi

¹Emine Büşra Yılmaz, ¹Emre Bilgin, ¹Gıyasettin Demirhan

¹Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : eminebusray@gmail.com, bilginemre2005@gmail.com, demirhang@gmail.com

Amaç: Sağlıklı yaşamın gereklilikleri her geçen gün daha fazla miktarda araştırma konusu olmaktadır. Üniversite öğrencilerinin günlük fiziksel aktivite durumlarının ve farklılıklarının belirlenmesi de toplum sağlığı araştırmalarına katkı getirebilir. Bu bağlamda bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerinin öğrencilerin öğrenim gördükleri fakültelere göre farklılık gösterip göstermediğini incelemektir.

Yöntem: Araştırmanın grubunu Hacettepe Üniversitesi Beytepe yerleşkesi yurtlarında kalıp altı farklı fakültede (Spor Bilimleri 100, Mühendislik 90, Eğitim Bilimleri 90, Hukuk 64, Edebiyat 69, İktisadi İdari Bilimler 56) öğrenim gören 289 kadın, 180 erkek toplam 469 öğrenci (ort.yaş=20.39±1.89) oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Karaca (2000) tarafından geliştirilen Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi (FADA) kullanılmıştır. Verilerin analizinde, bağımsız gruplarda t testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ve Çok Faktörlü Varyans Analizi (MANOVA) kullanılmıştır.

Bulgular: Analiz sonuçlarına göre, öğrencilerin cinsiyetlerine göre sporda, okulda, evde ve ulaşımında harcadıkları haftalık toplam Metabolik Eşdeğer (MET) (Spor, Okul, Ev, Ulaşım) değerleri (Erkeklerde Ort.hft.MET=165.34±66.44 kcal/kg/hafta, kadınlarda Ort.hft.MET=164.62±82.89 kcal/kg/hafta) arasında anlamlı bir fark yoktur (t=-0.048, p=0.962). Öğrencilerin öğrenim gördükleri fakültelere göre haftalık toplam MET değerleri arasında ise anlamlı farklılıklar vardır (F=9.769, p=0.000). LSD Post Hoc Testi sonucunda Spor Bilimleri Fakültesi ile Mühendislik, Edebiyat, Eğitim, Hukuk ve İktisadi İdari Bilimler Fakültelerinde öğrenim gören öğrenciler arasında Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri lehine fark bulunmuştur. Ayrıca Mühendislik Fakültesi ile Eğitim ve İktisadi İdari Bilimler Fakültelerinde öğrenim gören öğrenciler arasında Mühendislik Fakültesi öğrencileri lehine istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmaktadır. Diğer fakülteler arasında öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Sonuç: Sonuç olarak, Hacettepe Üniversitesi Beytepe Yerleşkesindeki fakültelerde öğrenim gören öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri karşılaştırıldığında en aktif öğrencilerin Spor Bilimleri Fakültesinde (Ort.hft.MET =165.05±73.06 kcal/kg/hafta) en inaktif öğrencilerin ise Eğitim Fakültesinde (Ort.hft.MET =111.47±49.09 kcal/kg/hafta) öğrenim gören öğrenciler olduğu söylenebilir.

Examination Of Physical Activity Levels Of University Students

Purpose: The purpose of this study is to examine whether the physical activity levels of university students differ according to the faculties in which they get educated.

Method: The research group is composed of the students accommodated at the Hacettepe University Beytepe campus dormitories. The research group consisted of 469 students (mean age=20.39 ±1.89) of 289 female and 180 male students attending six different faculties (Sports Sciences 100, Engineering 90, Educational Sciences 90, Law 64, Literature 69, Economic Administrative Sciences 56). In this study, Physical Activity Evaluation Questionnaire (FADA) developed by Karaca in 2000 was used for data gathering tool.

Independent sample t test, one way analysis of variance (ANOVA) and multi - factor variance analysis (MANOVA) were used in the analysis of the data.

Results: According to the results of the analysis, there was no significant difference in the expenditures of weekly Metabolic Equivalent (MET) values (Sports, School, Home, Transportation) by the gender of the students (Mean Weekly MET=165.34±66.44 kcal/kg/week in males, Mean Weekly MET=164.62±82.89kcal/kg/week in females) ($t=-0.048, p=0.962$). There is a significant difference between total weekly MET expenditures ($F=9.769, p=0.000$) according to the Faculties. As a result of the LSD Post Hoc Test there was a significant differences between Faculty of Sport Sciences and Faculty of Engineering, Literature, Education, Law, Economic and Administrative Sciences students's physical activity level. There is also a statistically significant difference between the Faculty of Engineering and the Faculty of Education and Economics and Administrative Sciences students's physical activity level in favor of the Faculty of Engineering students.

Conclusion: As a result, when the physical activity levels of the students in Hacettepe University Beytepe Campus are compared, the students who get educated in Faculty of Sports Science was the most active students (Ort.hft.MET=165.05±73.06kcal/kg/week) and the education faculty students was the most inactive students (Ort.hft.MET=111.47±49.09kcal/kg/week).

KSB325

Ortaokul Öğrencilerinin Dordel-Koch-Test İle Motor Beceri Düzeylerinin Belirlenmesi Ve Norm Veri Çalışması (Kütahya İli Örneği)

¹Zehra Gözel Tepe, ¹Seydi Karakuş

¹Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kütahya

Email : zehra.gozel@gmail.com, seydi.karakus@dpu.edu.tr

Bu çalışmanın amacı ortaokul öğrencilerinin yaşa ve cinsiyete göre motor beceri düzeylerinin belirlenmesi ile 11-14 yaş grubu çocuklarının norm verilerinin belirlenmesidir.

Çalışmanın örneklemini 2014-2015 eğitim öğretim yılında Kütahya il merkezinde bulunan ortaokullarda öğrenim gören 1316 öğrenci oluşturmaktadır. Ölçüm aracı olarak Dordel-Koch-Test (DKT) uygulandı. Bu test: yanlara sıçrama, esneklik, durarak uzun atlama, mekik, şınav, denge ve 6 dakika dayanıklılık testi olmak üzere 7 alt testten oluşmaktadır. Çalışmaya 11 yaşında 251 (139 erkek, 112 kız) öğrenci, 12 yaşında 368 (205 erkek, 163 kız) öğrenci, 13 yaşında 322 (187 erkek, 135 kız) öğrenci ve 14 yaşında 375 (194 erkek, 181 kız) gönüllü öğrenci katıldı. İstatiksel yöntem olarak öğrencilerin yaş ve cinsiyete göre motor beceri düzeyleri arasında bir fark olup olmadığını belirlemek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde çift yönlü varyans (Two Way Anova) testi uygulandı. Yaş grupları ve cinsiyetler arasındaki farkı belirlemede ikinci seviye testi olan Tukey's (HSD) testi uygulandı. Elde edilen test sonuçlarına göre: yanlara sıçrama, durarak uzun atlama, mekik, şınav ve 6 dakika koşu testlerinde yaş ve cinsiyete göre $p<0,05$ anlamlı farklılığın olduğunu gösterdi. Buna karşın denge ve esneklik testlerinde anlamlı bir farklılığın olmadığı ortaya çıktı.

Sonuç olarak denge ve esneklik testleri dışında tüm testlerde yaş ve cinsiyete göre istatistiksel alçıdan anlamlı farklılığın olduğunu görülmektedir. Yaş arttıkça motor beceri düzeyinde de artış meydana gelirken, cinsiyete göre farklılıklara baktığında ise esneklik dışında tüm testlerde özellikle kuvvet, çabukluk ve dayanıklılık gerektiren becerilerde erkeklerin kızlardan daha iyi değerlere ulaştığı görülmektedir. Sadece yanlara sıçrama testinde 11 ve 12 yaş grubunda kızlar erkeklerden daha iyi değerlere ulaşmaktadır.

Anahtar Sözcükler: Dordel-Koch Test, Ortaokul, Motor test

Investigating Motoric Performance of Secondary School Students via Dordel Koch Test and Normative Data Study: A Sample of Kütahya

Aim of this study is to investigate motor skill levels of secondary school students according to their age and gender and determining the norm data of children at 11-14 age group.

Measurements were taken from 1316 secondary school students studying in Kutahya in the 2014-2015 academic year. Dordel-Koch-Test (DKT) is used as a measurement tool. 11-years-old 251 (139 boys, 112 girls) student, 12-years-old 368 (205 boys, 163 girls) student, 13- years-old 322 (187 boys, 135 girls) students and 14-years-old 375 (194 boys, 181 girls) student participated in the study. As a statistical method, two-way analysis of variance at $\alpha = 0.05$ significance level was applied to determine whether any differences between motor skill levels of students according to their age and gender.

Tukey's as a second level test was applied to determine the differences between age groups and genders. According to the obtained test results (Side-to-Side jump test, Standing long jump test, Sit-up test, Push-up test, 6 Minute run test) showed a significant difference between them $p < 0.05$ according to their age and gender. However, it turned out that there were no significant differences in the Single Leg Balance Test and Flexibility Test.

According to the study results, except the balance and flexibility tests it is shown that there is differences in all tests according to age and gender. As age increases motor skill levels shows increase. If we look at the differences by gender except flexibility in all skills, especially strength, quickness and endurance requiring skills it has seen that boys are better than girls. Only in the side-to-side jump test girls reached the better values than boys in 11 and 12 age groups.

Keywords: Dordel-Koch Test, Secondary School, Motor Test

KSB455

Egzersize Bağlı Enerji Tüketiminin Hesaplanmasında Yaygın Olarak Kullanılan Endirekt Yöntemlerin Karşılaştırılması

¹Hakan As, ¹Özgür Özkaya, ¹Gökem Aybars Balci, ²Ali Güreş, ¹Bekir Muzaffer Çolakoğlu

¹Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR

²Adnan Menderes Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, AYDIN

Email : hakanas9135@gmail.com, ozgur.ozkaya@ege.edu.tr, gorkem.aybars.balci@ege.edu.tr, aligures74@windowslive.com , muzaffer.colakoglu@ege.edu.tr

Giriş ve amaç: Diyetisyenler kilo kaybı/alımı ve kontrolüne dönük kalorik hesaplamalarında genellikle basit eşitlikleri kullanırlar. Ancak bu eşitliklerden bazıları normal bazılarıysa kilolu bireylerde gerçeğe daha yakın sonuçlar verir. Bu çalışmanın amacı, pratik uygulamalarda sıklıkla kullanılan yöntemlerden alınan sonuçları, VO₂-VCO₂'ye dayalı 'standart kabul edilen' diğer bir hesaplama yöntemiyle kıyaslamaktır.

Yöntem: Bu çalışma 28 sedanter kadının gönüllü katılımlarıyla gerçekleştirildi (Yaş: 23,5±6,2 yıl; VK: 65,7±12,4 kg; VKİ: 23,6±4%). İstirahat analizlerinin ardından, her katılımcı bireysel 8 MET'lik iş yükünde 30-dk'lık egzersizlere tabii tutuldu. Katılımcıların net enerji tüketimleri aşağıdaki formülle hesaplandı.

$$\text{Enerji} = [\text{VO}_2(\text{L/dk}) \times \text{fix}(\text{kcal/L}) \times t(\text{dk})]$$

*RER'in kalorik sabiti.

Sonrasında, her birey için World Health Organization (WHO) ve American College of Sports Medicine (ACSM) tarafından önerilen formüller uygulandı.

$$\text{WHO Enerji} = [\text{MET}^{**} \times \text{VK}(\text{kg}) \times t(\text{dk})]$$

$$\text{ACSM Enerji} = [(\text{MET}^{**} \times 3,5 \times \text{VK}(\text{kg})) / 1000] \times 5 \times t(\text{dk})$$

**MET olarak koşu hızı

Parametrik veriler tekrarlanan ölçümler analiz yöntemi ve post-hoc olarak LSD kullanılarak, non-parametrik veriler ise K-Related Samples/Friedman'ın ardından Wilcoxon testiyle değerlendirildi.

Bulgular: WHO'nun önerdiği yolla hesaplanan kalorik değer (256,7±49,1 kal), hem ACSM (269,5±51,6 kal) hem de VO₂-VCO₂'ye dayalı olarak hesaplanan değere (268,5±34,5 kal) kıyasla düşüktü ($p \leq 0.05$). Ancak ACSM ve standart yöntemle hesaplanan egzersizlerin kalorik değerleri arasındaki fark anlamlı değildi ($p = 0.765$). WHO'nun eşitliğinin kilolu bireylerin (VKİ ≥ 25 ; $n = 10$) program dizaynlarında daha başarılı olduğu saptandı (Standart'a kıyasla WHO; 289±25'e 290,11±32 kal; $p = 0.765$). Tersine normal bireylerin (VKİ < 25 ; $n = 18$) kalorik değerlendirmelerinde ACSM yöntemi gerçek kalorik değere oldukça yakındı (Standart'a kıyasla ACSM; 257,17±34,3'e 250,51±50,1 kal; $p = 0.267$).

Sonuç: Bireylerin egzersize dayalı kalorik değerlendirmelerinde şayet VO₂-VCO₂'ye dayalı bir hesaplama yapılamıyorsa, normal bireylerin değerlendirmelerinde ACSM'nin, kilolu bireylerin değerlendirmelerindeyse WHO'nun eşitliğinin kullanımının daha doğru sonuç vereceği ortaya koyuldu.

Anahtar Kelimeler: ACSM, kalorik eşitlik, RER, WHO.

Comparison Of Widely Used Indirect Methods in Calculation Of Energy Utilize Of Exercises?

Introduction and aim: Dietitians have used simple equations to prepare their exercise prescriptions due to weight lost/gain or control. However, some of these equations are suitable for overweight people, while others for normal weight people. The aim of this study was to compare energy consumptions obtained from these equations with real costs analyzed by VO₂ utilize and VO₂ production.

Method: 28 sedentary females participated in this study (Age: 23.5±6.2 years; BM: 65.7±12.4 kg; BMI: 23.6±4%). Participants were performed 30-min exercises at 8 METs. Net energy consumptions were analyzed as follows:

$$\text{Energy} = [\text{VO}_2(\text{L/min}) \times \text{fix}^*(\text{kcal/L}) \times \text{t}(\text{min})]$$

*Caloric equivalent of RER.

In the ongoing process, equations suggested by World Health Organization (WHO) and American College of Sports Medicine (ACSM) were applied for all data.

$$\text{WHOEnergy} = [\text{MET}^{**} \times \text{BM}(\text{kg}) \times \text{t}(\text{hr})]$$

$$\text{ACSMEnergy} = [(\text{MET}^{**} \times 3,5 \times \text{BM}(\text{kg})) / 1000] \times 5 \times \text{t}(\text{min})$$

**Running speed as MET.

Repeated measures and LSD as post-hoc were used for parametric values, while K-Related Samples/Friedman and Wilcoxon for non-parametrics.

Results: WHO (256.7±49.1 cal) underestimated means calculated by ACSM (269.5±51.6 cal) and gas exchange data (268.5±34.5 cal) (p≤0.05). However, there was no difference between values calculated by ACSM and gas exchange data (p=0.765). Energy consumptions during exercises were better predicted with formula suggested by WHO for overweight groups (VKİ≥25; n=10) (VO₂-VCO₂ vs. WHO; 289±25 vs. 290.11±32 cal; p=0.765, respectively). On the other hand, equation suggested by ACSM gave better results for the group of normal weight (VKİ<25; n=18) (VO₂-VCO₂ vs. ACSM; 257.17±34.3 vs. 250.51±50.1 cal; p=0.267).

Conclusion: If it is not possible to perform energy consumption of exercise based on gas exchange data, it seems that the equation suggested by ACSM is better to evaluate exercises' caloric cost of normal weight people, while equation suggested by WHO is for overweight groups.

Keywords: ACSM, caloric equivalent, RER, WHO.

KSB546

Adölesan Voleybol Oyuncularında İlerleyici Gövde Stabilizasyon Eğitiminin Üst Ekstremité Fonksiyonlarına Etkisi

¹Gölsah Başandac, ²Volga Bayrakçı, ³Pınar Başbuğ

¹PT Akademi, İstanbul

²Hacettepe Üniversitesi, Ankara

³Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla

Email : gulsahbasandac@gmail.com, volgame1@yahoo.com, pinarblci@yahoo.com

Çalışmaya (yaş ortalaması 14,50±1,17 yıl) 42 bayan voleybol oyuncusu dahil edildi. Tüm sporcular 21 sporcu çalışma grubu (ÇG) ve 21 sporcu kontrol grubu (KG) olmak üzere iki gruba ayrıldı. ÇG 8 hafta süresince (3 gün/hafta) gövde stabilizasyon egzersiz eğitimi verildi. Tüm değerlendirmeler 8 haftalık eğitim öncesi ve sonrası her iki grup için de uygulandı. İzometrik kas kuvvetleri, fonksiyonel testler (modifiye push ups, st ekstremite kapalı kinetik zincir stabilizasyonu, sağlık topu fırlatma), esneklik testleri (aktif internal rotasyon, horizontal addüksiyon, omuz internal/eksternal rotasyon eklem hareket açıklığı), eklem pozisyon hissi değerlendirmesi 55°-90°-125° omuz fleksiyon ve abdüksiyonunda Lazer İmleç Yardımlı Açık Tekrarlama Testleri (Lİ-ATT) ile yapıldı. Grup içi istatistiksel analiz sonuçlarına göre; eğitim programı sonrası, ÇG omuz fleksiyon, ekstansiyon, abdüksiyon, internal/eksternal rotasyon, dirsek fleksiyon ve el bileği ekstansiyon kas kuvvetinde artış görüldü (p<0.05). Kontrol grubunda omuz fleksiyon, ekstansiyon, abdüksiyon, eksternal rotasyon, dirsek fleksiyon ve el bileği ekstansiyon kas kuvvetinde artış görüldü (p<0.05). Fonksiyonel test sonuçları her iki grup için de anlamlı bulundu (p<0.05). Tüm esneklik test sonuçları ÇG gelişme gösterirken diğer taraftan KG ise yalnızca eksternal rotasyon eklem hareket açıklığında gelişme görüldü (p<0.05). Lİ-ATT sonu larına göre, ÇG 55° fleksiyon ve abdüksiyon açılarındaki sapma artış gösterirken, 125° fleksiyon ve abdüksiyon açılarındaki sapma düşüş gösterdi (p<0.05). Gruplar arası istatistiksel analiz sonu larına göre; omuz ekstansiyonu kas kuvveti, modifiye push ups, üst ekstremite kapalı kinetik zincir stabilizasyonu, sağlık topu fırlatma ve aktif internal rotasyon test sonuçları artış gösterdi (p<0.05). Gruplar arası Lİ- ATT test sonuçlarında fark bulunmadı (p>0.05). Voleybol oyuncularında “ilerleyici gövde stabilizasyon egzersizleri”nin antrenman programına dahil edilmesi, üst ekstremite fonksiyonlarının artırılması açısından etkili bir yaklaşım olarak kullanılabilir.

The Effects of Progressive Core Stabilization Training on Upper Extremity Functions in Adolescent Volleyball Players

Fourty two female volleyball players (mean age of 14,50±1,17 years old) were included in this study. All the athletes were divided into two groups as 21 athletes Study Group (SG) and 21 athletes Control Group (CG). Core stabilization exercise training were applied to study group for 8 weeks (3days/week). All the assessments were applied before and after 8 weeks of training for both groups. Isometric muscles strength, functional tests (modified push ups, upper extremity closed kinetic chain stabilization, medicine ball throwing), flexibility tests (active internal rotation, horizontal adduction, shoulder internal/external rotation range of motion), joint position sense tests with Laser Pointer Angle Reproduction Test (LP-ART) in 55°- 90°-125° of shoulder flexion and abduction assessments were performed. According to statistical analysis results in groups; shoulder flexion, extansion, abduction, internal/external rotation, elbow flexion and wrist extansion muscle strength were increased after training programme for SG (p<0.05).

Shoulder flexion, extension, abduction, external rotation, elbow flexion and wrist extension muscle strength were increased after training programme for SG ($p<0.05$). Functional tests results were found significantly in both groups ($p<0.05$). All the flexibility tests results improved for SG on the other hand only external rotation range of motion improved for CG ($p<0.05$). LP-ART results indicated that angle deviation in 55° of shoulder flexion and abduction increased on the other hand 125° of shoulder flexion and abduction decreased for SG ($p<0.05$). According to statistical analysis results between groups; shoulder extension muscle strength, modified push ups, upper extremity closed kinetic chain stabilization, medicine ball throwing and active internal rotation test results were improved in SG ($p<0.05$). There were no differences in LP-ART test results between groups ($p>0.05$). It may be an efficient approach to use “progressive core stabilization exercises” incorporate in the training programme in volleyball players for increase in upper extremity function.

KSB593

Beden Eğitimi ve Spor Özel Yetenek Sınavına Başvuran Adayların Beden Şekline Yönelik Algıları

¹Necat Toprak, ¹Leyla Saraç

¹Mersin Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Mersin

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, beden eğitimi ve spor alanında (öğretmenlik, antrenörlük, yöneticilik) öğrenim görmek üzere Özel Yetenek Sınavı'na aday olarak başvuran katılımcıların algıladıkları mevcut ve ideal beden şeklini ortaya koymaktır. Yöntem: Araştırmaya Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Özel Yetenek Sınavı'na başvuran, yaş ortalaması 19.34 olan 208 kadın aday ile yaş ortalaması 19.65 olan 674 erkek olmak üzere toplam 882 aday katılmıştır. Araştırmada veri toplama amacı ile Stunkard, Sorenson ve Schulsinger tarafından geliştirilmiş olan Stunkard Beden Şekli Derecelendirme Ölçeği (SBŞDÖ) kullanılmıştır. 1-9 arasında zayıftan obeze doğru sıralanmış beden şekillerinin olduğu çizimler içeren ölçekte katılımcılardan kendi mevcut beden şekline benzeyen ve ideal olarak algıladıkları beden şekli çizimlerine denk gelen rakamları işaretlemeleri istenmiştir. SBŞDÖ'nün test-tekrar test sonuçları algılanan mevcut beden şekli için .94, algılanan ideal beden şekli için de .87 olarak bulunmuştur.

Bulgular: Bağımsız t-testi sonuçları kadın ve erkekler adaylar arasında algılanan mevcut ve ideal beden şekli açısından fark olduğunu ortaya çıkarmış, kadın adayların kendilerini daha ince algılama ($M_{kadın} = 3.28 \pm .95$, $M_{erkek} = 4.23 \pm 1.05$; $t(880) = -11.67$, $p = .001$) ve daha ince beden şeklini ideal olarak kabul etme ($M_{kadın} = 3.17 \pm .71$, $M_{erkek} = 4.35 \pm .90$; $t(880) = -17.31$, $p = .001$) eğiliminde olduklarını göstermiştir, $p < .001$. Korelasyon analizi sonuçlarında kadın ($r = .55$, $n = 208$, $p < .001$) ve erkeklerin ($r = .52$, $n = 674$, $p < .001$) algıladıkları mevcut ve ideal beden şekli puanları anlamlı, pozitif yönde ve yüksek düzeyde bir ilişki göstermiştir. Sonuç: Araştırmada kadın ve erkek adayların mevcut ve ideal olarak algıladıkları beden şeklinin benzer olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu durumun da katılımcıların fiziksel özelliklerinin, aday oldukları özel yetenek sınavının bir gereği olan fiziksel uygunluk açısından yeterli düzeyde olmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Kaynakça: Stunkard, A. J., Sørensen, T., & Schulsinger, F. (1983). Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness. Research publications-Association for Research in Nervous and Mental Disease, 60, 115-120.

The Perceptions Of Candidates On Body Shape Who Apply For Physical Education And Sports Special Ability Exam

Aim and Introduction: This study aimed to reveal the current and ideal body shape of participants who are candidates for the Special Ability Examination to study in the field of physical education and sport.

Method: A total of 882 candidates, 208 female ($M_{age} = 19.34$) and 674 male ($M_{age} = 19.65$), were participated in the research. The Stunkard Body Shape Rating Scale (SBSSL) was used for data collection. It is desirable to mark the numbers that correspond to the body diagrams that are similar to their existing and ideally perceived body shapes on the scale between 1-9. The test-retest results of SBSSF were .94 for the perceived existing and .87 for the ideal body shape.

Findings: Independent t-test analysis revealed that female and male candidates perceived the difference in terms of the present and ideal body shape, and that female candidates were more likely to perceive themselves as thin ($M_{female} = 3.28.95$, $M_{male} = 4.231.05$; $t(880) = -11.67$, $p = .001$), and that they tend to accept the thinner body shape as ideal ($M_{female} = 3.17.71$, $M_{male} = 4.3590$; $t(880) = -$

17.31, $p = .001$) $<.001$. The positive and high level of correlation between the present and ideal body shape scores of women ($r = .55$, $n = 208$, $p <.001$) and men ($r = .52$, $n = 674$, $p <.001$) was found. Result: In terms of body shape, the male and female candidates are similar in their present and ideal perception. This is thought to be due to the the physical characteristics of the participants, which is a requirement of the special aptitude test.

References: Stunkard, A. J., Sørensen, T., & Schulsinger, F. (1983). Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness. Research publications-Association for Research in Nervous and Mental Disease, 60, 115-120.

KSB607

Yaşlılarda Fiziksel Aktivite Önerilerine Uyum ve Yaşam Kalitesi

¹Atakan Yılmaz, ²Fikriye Yılmaz, ²Meriç Yavuz Çolak

¹Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Spor Bilimleri Bölümü Ankara

²Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Sağlık Yönetimi Bölümü Ankara

Email : atakanyilmaz@gmail.com, fyilmaz@baskent.edu.tr, meric@baskent.edu.tr

Amaç: Çalışmanın amacı yaşlı bireylerin fiziksel aktivite önerilerine uyum düzeylerini değerlendirmek ve uyum sağlayanlar ile sağlamayanların yaşam kalitesi arasındaki farklılıkları ortaya koymaktır. Yöntem: Çalışma kesitsel saha araştırmasıdır. Çalışmanın örneklemini Ankara'nın Çankaya ilçesinde yaşayan 65-80 yaş arası 385 yaşlı birey oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak anket kullanılmıştır. Anket formu yaşlı bireylerin demografik ve sosyo-ekonomik özelliklerini, genel sağlık durumlarını ve fiziksel aktivite yapma sıklık ve sürelerini belirlemeye yönelik sorular ile Yaşlılar İçin Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi Modülü (WHOQOL-AGE)'nden oluşmaktadır. Araştırma verileri tanımlayıcı istatistikler, ki-kare testi, bağımsız iki örneklem t-testi, tek yönlü varyans analizi ile değerlendirilmiştir.

Bulgular: Araştırmaya katılan 385 yaşlının yaş ortalaması 73,70±7,82 yıl olup, %54,4'ü erkek; %38,7'si lise mezunudur. Katılımcıların %44,1'inin aerobik egzersiz önerilerine, %18,2'sinin kuvvet egzersizi önerilerine, %5,7'sinin denge egzersizi önerilerine ve %17,4'ünün fiziksel aktivite önerilerine uyum sağladığı belirlenmiştir. Analizlerde, genel sağlık durumunu iyi olarak değerlendirenlerin fiziksel aktivite önerilerine uyumu daha yüksek bulunmuştur (p<0,05). Katılımcıların yaşam kalitesi puanı ortalama 68,21± 17,83 olarak hesaplanmıştır. Aerobik egzersiz önerilerine ve fiziksel aktivite önerilerine uyum sağlayan yaşlı bireylerin yaşam kalitesi ortalama puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (p<0,05).

Sonuç: Çalışmada yaşlı bireylerin fiziksel aktivite önerilerine uyum düzeylerinin düşük olduğu ve önerilere uyum sağlayanların yaşam kalitesinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yaşlı bireylerin fiziksel aktivite düzeylerini sağlık ve yaşam kalitesi sonuçlarına fayda sağlayacak şekilde yükseltmek için öneriler sunulmuştur. Anahtar kelimeler: Yaşlılık, ACSM, fiziksel aktivite, yaşam kalitesi

Adherence to Physical Activity Recommendations and Quality of Life Among Older Adults

Abstract Objective: The aim of the study was to assess the adherence to physical activity recommendations in older adults and determine the differences of the quality of life of older adults meeting them versus not meeting.

Methods: The study sample consisted of 385 older adults living in Cankaya district of Ankara, Turkey. Results: 44.1% of the participants met aerobic exercise recommendations, only 17.4% met all physical activity recommendations. Individuals whose health were rated as good were found to adherence to all physical activity recommendations more (p<0.05). The average quality of life scores of the elderly who met aerobic exercise recommendations and all physical activity recommendations were higher (p<0.05).

Conclusions: It was concluded in the study that the adherence to physical activity recommendations of older adults were low and the quality of life of those who met the recommendations was higher. **Keywords:** Aged, ACSM, physical activity, life quality

Üniversite Öğrencilerinin Egzersiz Kavramına İlişkin Algılarının Belirlenmesi: Bir Metafor Analizi Çalışması

¹Merve Karaman, ¹Akan Bayrakdar, ¹Erdal Zorba, ²Erkan Çetin Kaya, ³Nigar Yaman, ¹Pınar Yaprak Kemaloğlu, ⁴Volkan Özcan

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

²Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Aydın

³Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Bartın

⁴Bilkent University, Ankara

Email : mervekaraman_@hotmail.com.tr, akanbayrakdar@gmail.com, erdalzorba@gmail.com, , , , vlknoczcan@gmail.com

Giriş ve Amaç: Metafor, bir kavramın bireyde oluşturduğu etiket, anlam ya da kavramsal ifadelerdir. Bir görme ve anlama sürecidir. Bireylerin basit olarak bir kavramı bir başka kavramla açıklamasından daha önemli ve güçlü bir zihinsel üretimdir çünkü ilgili kavrama dönük sahip olunan derinliği ve deneyimleri ifade eder(Erarslan, 2012). Dolayısıyla bireylerin algılarını ortaya çıkarmak için etkili bir yöntemdir. Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin egzersiz kavramına ilişkin sahip oldukları metaforik algıları belirlemektir.

Yöntem: Nitel araştırma modeline göre hazırlanmış bu çalışmada olgubilim(fenomenoloji) deseni kullanılmıştır. Bu araştırmanın çalışma grubu oluşturulurken amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır(Sönmez ve Alacapınar, 2011:78). Çalışmaya amaçlı örnekleme altında homojenlik, çeşitlilik ve uygunluk dikkate alınarak Gazi Üniversitesinde farklı fakültelerde öğrenim gören daha önce egzersiz veya benzeri bir konuda ders almamış olma şartını yerine getiren 69 öğrenci katılmıştır. Araştırma verileri "Egzersiz...gibidir, Çünkü..."cümlesinin yazılı olduğu metafor formuyla toplanmıştır. Verilerin analizinde ise; içerik analizi tekniği kullanılmıştır.

Bulgular: Veriler değerlendirildiğinde öğrencilerin "Egzersiz" kavramına yönelik toplam 51 çeşit metafor ürettikleri ve bunun için 69 görüş belirttikleri görülmektedir. Metaforların Sağlık(7), Mutluluk(5), Hayat(3) ve Yaşam tarzı/sevgili/huzur/yaşam biçimi(2) metaforları üzerinde yoğunlaştığı görülmektedir. Diğer 42 metafor birer kez belirtilmiştir. Öğrencilerin egzersizle ilgili geliştirdikleri metaforların açıklamaları dikkate alınarak ortak özellikleri bakımından sekiz kategori altında toplanmıştır. Bunlar Yakınlık Vurgusu(3-%5.2), Kişisel Gelişim Vurgusu(12- %21.1), Aidiyet Vurgusu(3-%5.2), Pozitif Duygulanım Vurgusu(13-%22.8), Sağlığa Pozitif Etki Vurgusu(11-%19.4), Düzenli Olma Gerekliliği Vurgusu(3-%5.2), Yaşam Tarzı Vurgusu(6-%10.5) ve İlgisizlik Vurgusu(4-%7.1)' tir.

Sonuç: Bu araştırma sonunda öğrencilerin egzersizle ilgili oldukça zengin, anlamlı ve farklı bakış açılarıyla ifade ettikleri metaforları ve açıklamaları tespit edilmiş olup toplam 51 çeşit metafor elde edilmiş ve bu metaforlar 8 kategori altında değerlendirilmiştir. En fazla belirtilen metaforun "sağlık" olduğu gözlemlenirken, katılımcıların çoğunlukla olumlu metaforlar geliştirdiği saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz, metafor analizi, üniversite öğrencisi

Kaynaklar

Erarslan, L. (2011). Sosyolojik metaforlar. Akademik Bakış Dergisi, (Cilt: 27), 1-22.

Sönmez, V., Alacapınar F. (2011). Örneklendirilmiş Bilimsel Araştırma Yöntemleri. Ankara: AnıYayıncılık.

The Determination Of Perceptions Of University Students About The Concept Of Exercise: A Metaphor Analysis Study

Introduction and Aim: Metaphors are labels, meanings, or conceptual expressions that a concept creates in an individual. It is more stronger mental production than simply explaining a concept by a different concept, expressing the deepness and experience possessed by the corresponding concept (Erarslan, 2012). The aim of this study is to determine the metaphorical perceptions that university students have about the concept of exercise.

Method: This study, prepared according to the qualitative research model, used phenomenology (phenomology) design. A purposive sampling method was used for the study group (Sönmez and Alacapınar, 2011: 78). Considering the homogeneity, diversity and suitability under the purposive sampling, 69 students were participated in the study from different faculties at Gazi University and not having taken any lessons in exercise or similar subjects. The data was collected with the metaphorical form as "Exercise is like ..., Because ...". Content analysis technique was used.

Findings: The students have produced a total of 51 kinds of metaphors for the concept of "Exercise" and 69 opinions have been given. Metaphors seem to focus on the metaphors of Health (7), Happiness (5), Life (3), and Life style/ Loving / Peace (2). The other 42 metaphors have been mentioned once. They are grouped under eight categories on their common characteristics: Affinity Emphasis (3- 5.2%), Personal Development Emphasis (12- 21.1%), Participation Emphasis (3- 5.2%), Positive Affect Emphasis (13- 22.8%), Positive Health Effect Emphasis (11- 19.4% (3- 5.2%), Living Style Emphasis (6- 10.5%) and Indifference Emphasis (4- 7.1%).

Result: The most specified metaphor was "health" and the participants mostly developed positive metaphors.

Keywords: Exercise, metaphor analysis, university student

Resources Erarslan, L. (2011). Sociological metaphors. Akademik Bakış, (Volume: 27), 1-22.

Sonmez, V., Alacapınar F. (2011). Sampled Scientific Research Methods, Ankara: AnıYayıncılık.

Yüzüncü Yıl Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu Öğretmenlik Bölümü Öğrencileri İle Arizona State Marly Lou Fulton Teacher College Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Karşılaştırılması

¹Funda Coşkun, ²Funda Coşkun, ³Y.Gökhan Gencer, ⁴Hans Van Der Mars

¹YYÜ Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Antrenörlük Eğitimi Bölümü Van

²YYÜ Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Antrenörlük Eğitimi Bölümü Van

³YYÜ Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Antrenörlük Eğitimi Bölümü Van

⁴Arizona State University, Mary Lou Fulton Teachers College, Mesa Arizona

Email : fcoskun01@gmail.com, , ygokhangencer@hotmail.com, Hans.Vandermars@asu.edu

Son günlerde bireylerin fiziksel aktivite düzeyleri azalmış, hareketsiz yaşam, tüm dünyada giderek artan bir düzeye ulaşmıştır. Bu çalışmanın amacı Yüzüncü Yıl Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğretmenlik bölümü (YYÜBESYO) öğrencileri ile Arizona State Marly Lou Fulton Teacher College (ASMFTC) öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerini belirlemektir. Çalışmaya katılan öğrencilerinin %54,5'i (n=36) YYÜBESYO öğrencisi iken, %45,5'i (n=30) ise ASMFTC öğrencileridir. Çalışmaya katılan Öğrencilerin boy ve vücut ağırlığı ölçümleri alınarak Beden kütle indeksi (BKİ), boyları ve Vücut Ağırlığı (VA) değerleri referans alınarak hesaplanmış (kg/boy²) ve Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ)'nün BKİ değerleri referans alınarak obezite sınıflaması yapılmıştır. Fiziksel aktivite düzeylerini belirlemek için ise Craig ve arkadaşlarının (2003) geliştirdiği, Öztürk'ün 2005'te Türkçeye uyarlayarak geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını yaptığı "Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi" (IPAQ) ve bilgi edinme formu uygulanmıştır. İstatistiksel hesaplamalar SPSS programında yapılmıştır. Verilerin analizinde yüzde frekans, Chi-Square (X²) ve Mann-Whitney U-testleri kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi p<0.05 olarak kabul edilmiştir. Bilgi edinme formu sonuçları değerlendirildiğinde; YYÜBESYO ve ASMFTC öğrencilerinin Alkol ve sigara kullanımı, aktif spor yapma durumu ve ücret karşılığı çalışma durumlarına göre değişkenler incelendiğinde ise istatistiksel olarak p<0.05 düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Okullara göre fiziksel aktivite düzeyleri incelendiğinde ise, şiddetli fiziksel aktivite, orta şiddetli fiziksel aktivite düzeyleri, yürüme aktivitelerinde ve toplam fiziksel aktivite düzeyleri değişkeninde anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır (p>0.05). Sonuç olarak; fiziksel aktivite düzeyleri farklı olmayan bu iki farklı üniversite öğrencilerinin bilgi edinme formları değerlendirme sonuçları yaşam tarzlarının farklı olduğunu ortaya koymuştur. Elde edilen bu farklılığın iki ülke kültür ve yaşam tarzı farklılıklarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: fiziksel aktivite, beden kütle indeksi, kültür, yaşam tarzı

Comparison Between The Physical Activity Levels Of Students From Yüzüncü Yıl University Department Of Physical Education And Sports Instruction With Students From Arizona State University Mary Lou Fulton Teachers College

Recently, physical activity levels of people have decreased and sedentary life styles have become common. The aim of this study is to investigate physical activity levels of university students. The study compares physical activity levels of students from two universities; Yuzuncu Yil University Faculty of Physical Education (YYUBESYO) and Sport Science and Arizona State Marly Lou Fulton Teacher College (ASMFTC). The number of 66 participants' responses were analysed statistically.

The ratios of students who took part in the study are 54.5%– YYUBESYO, 45.5% - ASMFTC. To determine the level of physical activity levels, International Physical Activity Questionnaire was practised, which was developed by Craig et al (2003) and adapted to Turkish by Ozturk (2005), who also completed the reliability and validity study of it. Besides, information obtaining form was used. The data obtained in this study was recorded in SPSS program. In order to analyze the data, frequency and percent, Chi-Square (χ^2) and non-parametric Mann-Whitney U tests was applied. The significance level was accepted as $p < 0.05$.

When the information obtaining forms are evaluated, there is a meaningful difference at a level of $p < 0.05$ statistically, between the students of YYUBESYO and ASMFTC on alcohol use and smoking habits, when examined in regards to their being active in sports and gainful occupation. When physical activity levels were examined according to schools, no meaningful difference was detected among vigorous activity, moderate activity, walking activity and total physical activity levels of students studying both at YYUBESYO and at ASMFTC universities ($p > 0.05$).

The results of information obtaining forms revealed that these students of two different universities whose physical activity levels are not different do not have the same life styles. It is believed that this difference results from cultural and life style differences between the two countries.

Keywords: Physical Activiy, Body Mass Index, Physical Education Teacher

Elit Güreşçilerin Stillerine Göre Esneklik ve Anaerobik Güçlerinin Karşılaştırılması

¹Abdüsselam Turgut, ²Erkan Polat

¹Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Çorum

²Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Ana Bilim Dalı, Doktorant, Ankara

Email : abdusselamturgut@gmail.com,

Bu çalışmanın amacı elit güreşçilerin esneklik ve anaerobik güçlerinin stillerine göre karşılaştırılmasıdır. Çalışmaya 27 serbest stilde, 29 greko-romen stilde güreşen vücut ağırlıkları $80,73 \pm 15,62$ kg, boyları $173,80 \pm 7,39$ cm, yaşları $22,39 \pm 3,98$ yıl ve spor yaşları $11,37 \pm 4,64$ yıl olan toplam 56 sporcu katılmıştır. Katılımcıların esneklik değerleri otur-eriş sehpası ile ölçülmüştür. Anaerobik güçleri ise dikey sıçrama testi ile belirlenen değerlerin Harman formülü ile hesaplanması ile belirtilmiştir (Harman ve ark. 1991). Elde edilen veriler IBM SPSS 24,0 istatistik programı ile bağımsız örneklem T-testi istatistiği uygulanmış, $P < 0,05$ anlamlı kabul edilmiştir. Serbest ve grekoromen stil güreşçilerde esneklik arasında anlamlı fark yoktur. Ancak grekoromen stil güreşçilerin anaerobik güç değerlerinin ($X_{ort} = 3506,43 \pm 411,27$ W) serbest stil güreşçilerden ($X_{ort} = 3218,64 \pm 414,98$ W) farklı olduğu bulunmuştur ($t_{0,05} = -2,605$). Sonuç olarak elit düzey güreşçilerde esneklik açısından stiller arasında fark bulunmazken ve greko-romen stil güreşçilerin daha yüksek anaerobik güç değerlerine sahip olduğu görülmüştür. Kaynaklar: Harman, E.A., Rosenstein, M.T., Frykman, P.N., Rosenstein, R.M., and Kraemer, W.J.(1991). Estimation of Human Power Output From Vertical Jump. Journal of Applied Sport Science Research, 5(3), 116-120.

Anahtar kelimeler: Güreş, Anaerobik Güç, Esneklik.

Compartment of Anaerobic Powers and Flexibility Abilities According to Elite Wrestlers' Style

Compartment of Anaerobic Powers and Flexibility Abilities According to Elite Wrestlers' Style This study aims to compare of anaerobic powers and flexibility abilities according to elite wrestlers' styles. Total participants are counted as 56 wrestlers; 27 free-style and 29 greco-romen style, weights about $80,73 \pm 15,62$ kg, heights about $173,80 \pm 7,39$ cm, ages about $22,39 \pm 3,98$ years old and, sport ages about $11,37 \pm 4,64$ years. Flexibility values of wrestlers are measured with otur-eriş sehpası. Aneorobic powers are measured with that values are obtained from vertical jumping test through Harman formula(Harman et all. 1991). $P < 0.05$ is criticized as meaningful, when the obtained values are proccessed with independent samples T-test running on IBM SPSS 24.0. At the point of 'Flexibility', there is no meaningful difference between wrestlers of free-style and greco-romen. On the other hand, when the aneorobic power becomes the cretarion, greco-romen wrestlers take higher score against to Free-style ones with values $X_{avg} = 3506,43 \pm 411,27$ W against to $X_{avg} = 3218,64 \pm 414,98$ W at $t_{0,05} = -2,605$. As a result, when the issue is flexibility of elite wrestlers from different styles , there is no noteworthy difference; Since, at the point of Aneorobic powers, Greco-romen style wrestlers take higher score than Free-Style Wrestlers. References: Harman, E.A., Rosenstein, M.T., Frykman, P.N., Rosenstein, R.M., and Kraemer, W.J.(1991). Estimation of Human Power Output From Vertical Jump. Journal of Applied Sport Science Research, 5(3), 116-120.

Keywords: Wrestling, Anaerobic Power, Flexibility.

Spor Fizyolojisi **Sport Physiology**

Orta Öğretimde Akademik ve Sportif Düzey: Bir Kolej Örneği.

¹Bekir Çoksevim, ¹Sevil Kestane, ¹Tuğba Ayverdi

¹Erciyes Üniv.Kayseri

Email : coksevim@erciyes.edu.tr, coksevim@erciyes.edu.tr, ,

Bu çalışmada ortaöğretim öğrencilerinde mental performans ve spor yapma alışkanlıklarını etkileyen faktörlerin tespiti amaçlanmıştır. Kayseri İl Merkezinde, gerekli izinler alındıktan sonra bir özel orta öğretim kurumunda 5. ve 7. sınıflarda okuyan gönüllü toplam 252 öğrenci ile yapıldı. Öğrencilerin hem akademik başarılarının hem de spor yapma alışkanlıklarının tespiti için anket yöntemi kullanıldı. Mental performans düzey tespiti ve spor alışkanlıklarının sorgulandığı 21'er kriterden oluşan "Öğrenci Değerlendirme Formu" ve "Spor Alışkanlıkları Değerlendirme Formu" uygulanarak veri eldesi sağlandı. Veriler, istatistiksel olarak Kruskal Wallis, Ki Kare ve Mann Whitney U yöntemleri ile analiz edildi ve anlamlılık düzeyi olarak 0.05 alındı. Öğrencilerin akademik düzeylerini tanımlayan ölçütlerin etkinliğinde, şubeler arasında farklılıkların olduğu ve bunlarda okul dönemi boyunca anlamlı değişiklikler olduğu görüldü($p<0.05$). 5. Sınıf öğrencilerinin "Yeni Buluşlar-Yap Boz Bulmaca Kabiliyeti-Gözlem Yeteneği-Öğrenme Hızı" verileri, 7. Sınıf öğrencilerinde ise "Yeni Buluşlar-Gözlem Yeteneği -Erişkin Kararı-Okuma Hırsı-Ders İlgisi-Ahlaki Hassasiyet- Mükemmeliyetçilik-Kelime Kullanım Kapasitesi-Hafıza Düzeyi" gibi veriler değerlendirildiğinde, tüm öğrencilerin benzer özellikler gösterdiği tespit edildi($p>0.05$). 5. ve 7.sınıflarda okuyan öğrencilerin akademik kaliteyi doğrudan etkileyen kriterlerden özellikle "dikkatte süreklilik" 5. Sınıf, "ilgi alanı genişliği" ise 7. Sınıf öğrencilerinde önemli oranda anlamlı bulundu($p<0.05$). Akademik nitelikleri belirtilen öğrencilerin fizyolojik fonksiyonlarından sistolik basınç $107,7\pm2,3/5,3$ mmHg, diyastolik basınç $72,9\pm0,9/2,0$ mmHg ve nabız $101,1\pm3,3/16,2$ atım/dk 5.sınıf öğrencilerinin, sistolik basınç $115,5\pm2,8/6,3$ mmHg, diyastolik basınç $75,2\pm2,8/6,3$ mmHg ve nabız ise $104,1\pm3,0/14,1$ atım/dk olan düzeyler ise 7. sınıfların verileridir. Gönüllü öğrencilerin spor alışkanlıkları ise spor yapmayanların yapanlara, göre önemli oranda yüksek bulunurken($p<0.05$), ailede baba %33, anne %2, kardeşler %20 oranında spor yaptıkları, ebeveynler çocuklarının spor yapmasını büyük oranda teşvik ederken, spor yapan öğrencilerin %85'inin arkadaşlarıyla birlikte olabilmek için sporla ilgilendiklerini, spor yapma tercihlerinin ise sırasıyla futbol, basketbol ve yüzme olduğu belirlenmiştir.

Sonuç olarak; mevcut veriler, hem akademik hem de sportif başarının aynı düzeyde iyi olmadığı, önceliklerin akademik başarıdan yana kullanıldığı, daha sağlıklı bir toplum ve daha başarılı atletik performans eldesinin, yeni yöntem ve stratejilerin geliştirilmesi gerektiğini ifade etmektedir.

Academic and Sportive Levels in Secondary Education: A Collage Example

It was aimed to determine the factors affecting mental performance and sports habits in secondary school students in this study. This research was conducted by a total of 252 volunteers students 5th and 7th grade in a private secondary education school after obtaining the necessary permissions in Kayseri city center, The survey was used to determine both the academic achievement and the sport habits of the students. The questionnaires of mental performance level and sport habits were applied by the "Student Assessment Form" and "Sports Habits Assessment Form" which is consisting on 21 criteria and the data were provided. The data were analyzed statistically by Kruskal Wallis, Chi-Square and Mann Whitney U methods and the significance level was obtained as $p\leq 0.05$. It was observed that there were differences between the branches due to the effectiveness of the criteria on the volunteers that defined as the academic levels of the students and there were significant changes during the school period. It was found crucial that especially

"careful continuity" which is directly affected the academic quality and for 5th grade students and "extent of interest" for 7th grade students ($p < 0.05$), while many parameter for both groups did not significantly showed difference between two groups ($p > 0.05$). The data "New Inventions-Obstacle Skill-Learning Speed" of 5th Grade students and "New Discovery-Observation Skill- Arrangement Decision-Reading love- Lesson Interest-Moral Sensitivity-Word Usage Capacity-Perfectionism-" for all students were found to have similar characteristics each others and also the some physiological properties of the volunteers were not important differences between groups ($p > 0.05$).

As a result; current data, in which both academic and sport success is not as good as each other at the same level and the former data were used for academic success for a healthier society and for a more successful athletic performance, points out that new methods and strategies should be enhanced.

Statik Germe Egzersizinin Kas Reaksiyon Özellikleri Üzerine Etkileri

¹Ufuk Şekir, ¹Osman İlhan, ¹Güfat Arslan, ²Bedrettin Akova

¹Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi, Bursa

²Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi, Bursa

Email : ufuksek@uludag.edu.tr, osmanilhn@hotmail.com, gufatarслан@hotmail.com,

Giriş ve Amaç: Bu çalışma ile statik germenin akut ve kronik etki ile ayak bileği burkulma risk faktörlerinden biri olan peroneal ve tibialis anterior kas reaksiyon zamanı üzerine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Germe egzersizlerinin kas kuvveti ve performansına pozitif katkı sağladığı ve kas-iskelet sistemi yaralanmalarını da azalttığına inanılmaktadır. Son yıllarda yürütülen araştırmalar germe türlerinin kas kuvvet ve performansı üzerine farklı etkileri olduğunu göstermiştir. Buna karşılık ise yaralanmalar üzerine etkilerinin bilinenin aksine fazla olmadığı ifade edilmiştir. Ayak bileği inversiyon burkulmaları spor yaralanmaları içinde en fazla görülen yaralanma tipidir. Araştırmalar peroneal reaksiyon zamanı süresinin uzamasının ayak bileği burkulması için bir risk faktörü olduğuna işaret etmektedir. Literatürde ayak bileği kaslarına eksentrik türde kuvvetlendirme ile kas reaksiyon zamanının kısaltılabileceği yönündeki araştırma sonuçları vardır. Germe egzersizleri de kas yapısı üzerinde eksentrik kasılmaya benzer etkiler oluşturur. Bu nedenle kas reaksiyon zamanı üzerine etkileri de benzer olabilir. Ancak literatürde bu konu incelenmemiştir.

Yöntem: Çalışmaya katılan toplam 23 denek rastgele yöntemle statik (n=12) ve kontrol (n=11) gruplarına ayrılmıştır. Statik germe grubuna dahil edilen denekler 6 hafta süre ve haftada 5 gün ayak bileği evtor ve dorsifleksör kas gruplarına germe egzersizleri yapmışlardır. Bu sürenin başında (2 kere akut etki için) ve sonunda peroneal ve tibialis anterior kas reaksiyon özellikleri ölçümleri yapılmıştır.

Bulgular: Bulgulara bakıldığında genel olarak ayak bileği burkulma platformunda 4 pozisyonda değerlendirilen peroneal ve tibial kas reaksiyon zamanı, reaksiyon süresi ve kas aktivitesi üzerine statik germe egzersizlerinin akut ve kronik dönemde bir etkisinin olmadığı görülmüştür (p>0.05).

Sonuç: Sonuç olarak statik germe egzersizlerinin kas reaksiyon özellikleri üzerine olumlu bir etkisinin olmamasına rağmen olumsuz bir etkisinin de olmadığı görülmüştür. Bu bulgular ışığında kronik olarak yapılmasına gerek olmasa da sportif aktiviteler öncesi statik germe egzersizlerinin yapılabileceğini söylemek mümkündür.

"Bu çalışma Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu tarafından desteklenmiştir; Proje Numarası: 115S811"

"This research was supported by The Scientific and Technological Research Council of TURKEY (TUBITAK); Project Number: 115S811"

Effects of Static Stretching Exercise on Muscle Reaction Properties

Introduction: The aim of this study is to investigate acute and chronic effects of static stretching on peroneal and tibialis anterior reaction time, which are risk factors for ankle sprain.

It is thought that stretching contributes to improvements in muscle strength and performance, and in reductions in musculoskeletal injuries. Recent investigations have shown contradictory results about the effects of different stretching types on muscle strength and performance. It is also stated that their effects on injuries are not much as to the known belief. Ankle inversion sprains are one of the most common injuries encountered in sport injuries. Studies are pointing that a longer peroneal reaction time may increase the risk of ankle sprain. Studies have shown improvements in the latency time following an eccentric strengthening program of ankle muscles. Since stretching has similar actions on muscle architecture their effects on muscle reaction time may be similar. However, this topic was not investigated in the literature.

Methods: All the 23 participants were randomly divided to static (n=12) and control (n=11) groups. The subjects in the static stretching group performed stretching exercises to the ankle evertor and and dorsiflexor muscles 5 days a week for 6 weeks. Peroneal and tibial muscle reaction patterns were evaluated at the beginning (2 times for acute effect) and end of this period.

Results: It was shown that static stretching exercises have no acute and chronic effects on peroneal and tibial muscle reaction time, reaction duration and muscle activity evaluated in 4 positions on the ankle inversion simulation platform ($p>0.05$).

Conclusion: It is obvious that static stretching exercises has no positive and negative effects on muscle reaction features. In light of these results, although there is no need to perform these stretching exercises chronically, it is possible to state that static stretching exercises can still be applied before sports activities.

Aerobik Egzersize Bağlı Yetişkin Kadın Ve Erkek Bireylerde Beden Algısı ve Özgülven Değerlerinin Araştırılması

¹Alin Merdinoğlu , ¹Recep Gürsoy

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla

Çalışmada, aerobik egzersize bağlı yetişkin kadın ve erkek bireylerde beden algısı ve benlik saygısı değerlerinin araştırılması amaçlanmıştır. Çalışmaya haftada en az 1 gün düzenli egzersiz yapan bireyler ve iş yoğunluğu nedeniyle veya herhangi bir nedenle egzersiz yapamayan toplamda 222 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Çalışma öncesi bireylere konu hakkında bilgilendirme yapılmıştır ve gerekli kurumlardan izin alınarak anketler uygulanmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak anket tekniği kullanılmıştır. Bireylerin benlik saygılarını ölçmek amacıyla "Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği" (Çuhadaroğlu, 1985), Beden algılarını ölçmek amacıyla ise "Beden Algısı Ölçeği" kullanılmıştır (Haydaroglu, 1989). Elde edilen veriler IBM Spss 22 adlı paket program ile kayıt edilmiştir. Katılımcılara ilişkin kişisel bilgiler veren envanter toplam puanları, frekans (f) ve yüzde (%) değerleri tespit edilerek verilmiştir. Veriler parametrik dağılım göstermektedir. İstatistiki işlem olarak Pearson Kolerasyon analizi 0.01 anlamlılık düzeyiyle incelenmiştir. Gruplar arası ilişkiye ise Anova analizi 0.05 anlamlılık düzeyinde değerlendirilir. Sonuç olarak, egzersiz yapan bireylerin egzersiz yapmayan bireylere göre beden algısı ve benlik saygısı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır. Ayrıca beden algısı ve benlik saygı düzeyleri kadınlarda daha fazla olduğu görülmektedir. Beden algısı ve benlik saygısının gelir düzeyi ile ilişkisinde, gelir düzeyi arttıkça bireyin beden algısı ve benlik saygısının da iyileşme olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Beden Algısı, Benlik Saygısı, Egzersiz, Sedanter

Investigation Of Body Image And Self-Esteem in Adult Male And Female Subjects With Aerobic Exercise

Summary In the study, it was aimed to investigate the values of body sensibility and self-esteem in adult male and female subjects with aerobic exercise. A total of 222 volunteers participated in the exercise at least one day a week for regular exercise and for a total of 222 people who could not exercise due to work intensity or for any reason. Before the study, the informed about the study was given and the surveys were applied with the permission of the necessary institutions. Survey technique was used as data collection tool in the research. "Rosenberg Self-Esteem Scale" (Çuhadaroğlu, 1985) and "Body Perception Scale" (Haydaroglu, 1989) were used to measure individual perceptions. The obtained data was recorded with the package program IBM Spss 22. Inventory total scores, frequency (f) and percent (%) values giving personal information about the participants were determined and given. The data show a parametric distribution. Pearson Collation analysis was used as a statistical procedure with a significance level of 0.01. The relationship between the groups was analyzed at the level of ANOVA 0.05 significance. As a result, there is a significant relationship between the levels of body image and self-esteem of the individuals exercising according to the individuals who do not exercise. It is also seen that the levels of body sensation and self-esteem are higher in women. In relation to the level of income of body and self-esteem, it is seen that as the level of income increases, the body's sense of self and self-esteem also improve.

Keywords: Body Image, Self Esteem, Exercise, Sedantery

KSB98

Kayak Yaralanmalarının Cinsiyet Değişkeni Açısından İncelenmesi: Erciyes Örnekleme

¹Gökmen Özen, ²Emrah Yılmaz, ³Hürmüz Koç

¹Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor ABD

²Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor ABD

³Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Antrenörlük Eğitimi Bölümü

Email : gokmenozen44@gmail.com, apeksakademispor@hotmail.com, hurmuzkoc@gmail.com

Giriş ve Amaç: Kayak rekreatif veya sportif amaçlı olarak kış sezonları boyunca yapılan oldukça popüler bir aktivitedir. Kayak yapmak kullanılan ekipmana göre farklılıklar gösterse de belirli bir düzeyde fiziksel yeterlilik ve deneyim gerektiren, yaralanma ve sakatlık risklerini barındıran bir aktivitedir. Literatürde bireysel (yaş, cinsiyet, fiziksel uygunluk düzeyi, deneyim vb.) ve çevresel faktörlerin (hava koşulları, pist özellikleri, güvenlik tedbirleri, kar yapısı vb.) yaralanma ve sakatlık vakalarına etkisi uzun yıllardır incelenmektedir. Ülkemizde bu konuda yapılan çalışmalarda çoğunlukla çevresel faktörler incelenmiştir. Bu bağlamda araştırmamızın amacı kayak yaralanmalarında cinsiyet değişkeni bakımından yaralanma vakalarının incelenmesidir. Yöntem: Araştırma verileri 2012-2017 yılları arasında Kayseri Erciyes Kayak Merkezi'nde meydana gelen kayak yaralanmaları için düzenlenen vaka kayıt formlarının retrospektif olarak incelenmesiyle elde edildi. Araştırmada kapsamında pist arama-kurtarma ve sağlık personelleri tarafından müdahalede bulunan 886 yaralanma vakası incelendi.

Bulgular: Yaralanma vakaları incelendiğinde 886 vaka içerisinde 589(%57.4) vakanın erkek ve 377(%42.6) vakanın kadın olduğu, genel yaş ortalamasının 26.83±10.37 yıl erkeklerde 27.60±10.43 ve kadınlarda 25.79±10.21 yıl olduğu tespit edildi [$t(884) = 2.58, p = .01$] Yaralanma türü bakımından kadınlar ve erkekler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmedi [$X^2(6, n = 886) = 5.293, p = .51$]. Kayak deneyimi bakımından vaka sayısının yeni başlayanlarda 444(%50.1), orta seviyede 376(%42.4), ileri seviyede 26(%2.9) ve elit düzeyde 40(%4.5) olduğu tespit edildi. Yaralanma vakalarında deneyim bakımından cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar vardır [$X^2(3, n = 886) = 9.271, p = .03$].

Tartışma ve Sonuç: Yaralanma vakaları cinsiyet ve yaş değişkenleri bakımından incelendiğinde yaralanma vakaları kadınlarda daha küçük yaşlarda meydana gelmektedir. Yaralanmalar yeni başlayanlarda daha fazla görülmekle birlikte yeni başlayan erkeklerde yaralanma oranı beklenen değerin altında iken kadınlarda beklenenin üzerindedir. Orta seviyede deneyime sahip vakalarda ise bu durum tam tersi yöndedir. Kayak yaralanmalarında antrenman yaşı arttıkça, hem kadınlarda hem de erkeklerde yaralanmanın azaldığı, kayak sporu yapan kişilerde uygulama tecrübesinin artması yaralanma riskini göstermektedir.

Investigation of skiing injuries in terms of gender: Erciyes sampling

Introduction and Aim: Skiing is a very popular activity during winter season for recreational or sporting purposes. Skiing is an activity that varies from one piece of equipment to another, but also has risks of injury and disability that require a certain level of physical competence and experience. The effects of individual (age, gender, physical fitness level, experience, etc.) and environmental factors (weather conditions, runway characteristics, safety precautions, snow structure etc.) on injury and disability cases have been investigated in the literature for many years.

The environmental factors in our country have been mostly studied in this field. In this context, the purpose of our research is to examine the injury cases in terms of sex change in skiing injuries.

Method: The study data were obtained retrospectively from case registration forms for skiing injuries in Kayseri Erciyes Ski Center between 2012-2017. The study included 886 injuries investigated by track search-rescue and health personnel.

Results: It was determined that 589(57.4%) cases were male and 377(42.6%) cases female, and the mean age was 26.60 ± 10.37 years, 27.60 ± 10.43 in males and 25.79 ± 10.21 years in females [$t(884) = 2.58, p = .01$] There was no significant difference in the type of injury between males and females [$\chi^2(6, n = 886) = 5.293, p = .51$]. In terms of skiing experience, it was determined that the number of cases was 444(50.1%) in the beginning, 376(42.4%) in the middle level, 26 (2.9%) in the advanced level and 40(4.5%) in the elite level. There are statistically significant differences in experience cases in terms of gender variables in terms of injury cases [$\chi^2(3, n = 886) = 9.271, p = .03$].

KSB105

Tip I Diyabetli Sıçanlarda Egzersizin İskelet Kası Kontraktil Özelliklerine Etkileri

²Özgür Tunçdöken, ¹Cengiz Ünsal

¹Adnan Menderes Üniversitesi Veteriner Fakültesi, Aydın

²Aydın Büyükşehir Belediyesi, Aydın

Email : unsal@adu.edu.tr

Giriş-Amaç: Düzenli fiziksel aktivitenin; obezite, kardiyovasküler hastalıklar ya da diyabet gibi patolojik durumlarda olumlu etkileri olduğu bilinmektedir. Bu çalışma tip I diyabet oluşturulmuş erkek sıçanlarda 4 hafta süreyle uygulanan yüzme egzersizinin iskelet kası kontraktilite özelliklerine etkilerini ortaya koymayı amaçlamıştır.

Yöntem: Çalışmada toplam 36 adet erkek erişkin Wistar Albino ırkı sıçan kullanılmıştır. Deney grupları; diyabet, diyabet + egzersiz, egzersiz ve kontrol şeklinde oluşturuldu. Diyabet oluşturmak için streptozotosin (STZ) tek doz 50 mg/kg miktarında intraperitoneal olarak verildi. STZ enjeksiyonu sonrası 4 hafta süreyle diyabet + egzersiz ve egzersiz gruplarındaki hayvanların 1 saat süreyle yüzmeleri sağlandı. Çalışma başlangıcı ve sonunda kanda glikoz değerleri ve çalışma sonunda gastrocnemius kası izometrik gerim yanıtları in situ belirlendi.

Bulgular: Diyabet oluşturulan hayvanlarda tek sarsı kuvvet değeri, maksimal izotonik tetanik kontraksiyon ve yorgunluk başlangıç kuvveti azaldı (Sırasıyla, $p=0.010$, $p=0.001$, $p=0.001$). Pik gerime ulaşma ve gerim kuvveti yarılanma süreleri diyabet ve egzersize bağlı olarak değişmedi ($p=0.267$, $p=0.404$). Yorgunluk protokolü sonrası üçüncü dakikada alınan tek sarsı kuvveti yanıtının diyabete bağlı olarak azaldığı ve egzersizin bu durumu düzelttiği belirlendi ($p=0.002$).

Sonuç: Diyabetin sıçanlarda iskelet kası kontraktilite özelliklerini olumsuz etkilediği ve egzersizin bu süreçte olumlu etkilerinin olabileceği görüldü.

Anahtar Kelimeler: Tip 1 Diyabet, Streptozotosin, Egzersiz, Sıçan, İskelet kası, Kasılma.

The Effects Of Exercise On Contractile Properties Of Skeletal Muscle in Type I Diabetic Rats

Aim: It is well known that regular physical activity has the beneficial effects on several pathological states such as obesity, cardiovascular diseases, and diabetes. The present study aims to investigate the effects of 4week swimming exercise on contractile properties of skeletal muscle in type1 diabetic male rats.

Methods: A total of 36 male adult Wistar Albino rats were used in the study. The groups in the experiment were generated as diabetes, diabetes + exercise, exercise and control. A single dose (50 mg/kg, intraperitoneal) of streptozotocin (STZ) was administered to induce type 1 diabetes. After STZ injection, the rats in group diabetes + exercise and exercise only were subjected to 1 h daily swimming exercise for 4 weeks. The initial and final blood glucose levels and weekly body weight were recorded. In situ isometric tension responses of gastrocnemius muscle were determined at the end of the experiment.

Results: Single twitch force, maximal isotonic tetanic contraction, and initial tension of fatigue protocol decreased in diabetic rats ($p=0.009$, $p=0.000$, $p=0.001$, respectively). Time to peak tension and single twitch half relaxation time were not affected by diabetes and/or exercise ($p=0.267$, $p=0.404$, respectively). Response of single twitch force obtained three minutes after fatigue protocol decreased depending on diabetes but exercise restored this impairment ($p=0.002$).

Conclusion: It was found that diabetes has negative effects on contractile properties of skeletal muscle and exercise could have beneficial effects on this process.

Keywords: Type 1 Diabetes, Streptozotocin, Exercise, Rat, Skeletal muscle, Contraction

KSB174

Türk Profesyonel Bisikletçilerde ACTN3 (rs1815739) geni ve MCT1 (rs1049434) geni Polimorfizm Dağılımlarının Belirlenmesi

¹Tuğba Kaman, ²Canan Sercan, ²Sezgin Kapıcı, ³Korkut Ulucan

¹Üsküdar Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, İstanbul, Türkiye

²Üsküdar Üniversitesi, Mühendislik Ve Doğa Bilimleri Fakültesi, Moleküler Biyoloji Ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye

³Marmara Üniversitesi, Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji Ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye

Email : tugba.kaman@uskudar.edu.tr, canansercan@outlook.com, sezginkapici@gmail.com, korkutulucan@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Atletik Performans ile ilgili genetik belirteçlerin belirlenmesi spor genomu çalışmaları en temel konularının başındadır. Uygun genetik yapıya sahip bireylerin uygun antrenman programları ile daha hızlı gelişim göstereceği de ayrıca bilinmektedir. Bu çalışmamızda Türk profesyonel bisikletçilerinde alfa- aktinin-3 (ACTN3) ve monokarboksil transferaz-1 (MCT1) genotip ve allel dağılımlarını belirlemeyi amaçladık. Yöntem: Çalışmamıza 30 bisikletçi ve 30 sedanter (kontrol) katılmıştır. Sporculardan DNA izolasyonu Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) kullanılarak gerçekleştirilmiş, ACTN3 ve MCT1 genotipleri Real-Time PCR cihazı (Roche Light Cycler Nano, Almanya) ile Taqman Genotyping Assays (Applied Biosystems Foster City, CA, USA) genotipleri kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Bulgular: ACTN3 genotiplerine baktığımızda RR % 30, RX % 24 ve XX % 46 olarak bulunmuş, allel dağılımlarında ise R alleli % 42, X ise % 58 oranında bulunmuş ve kontrol grubu ile kıyaslandığında genotip dağılımlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır (p= 0,022). MCT1 genotipine baktığımızda AA % 7, AT % 90 ve TT % 3 olarak bulunmuştur. Allel dağılımları açısından ise A alleli % 52, T alleli % 48 olarak bulunmuş, ve bu oranlar istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermiştir (p= 0,001). Sonuç: Çalışma grubumuzda ACTN3 gen polimorfizmi açısından XX genotipi ve X allelinin, MCT gen dağılımı açısından AT genotipinin ve A allelinin çalışma grubuna oranla daha baskın olduğu gözle çarpılmaktadır. Çalışmamızda hem ACTN3 hem de MCT1 gen polimorfizmi açısından istatistiksel anlamda farklılık saptanmıştır. Her iki polimorfizmin atletik performans açısından ilişkilendirilebilecek genetik belirteçler olduğu düşünmekteyiz. Kaynaklar: Ulucan et al. Distribution of Angiotensin-1 Converting Enzyme Insertion/ Deletion and α -Actinin-3 Codon 577 Polymorphisms in Turkish Male Soccer Players. Genetics & Epigenetics 2015;7 1–4 doi:10.4137/GEG.S31479. Kikuchi et al. The Association Between MCT1 T1470A Polymorphism and Power-Oriented Athletic Performance 2016: doi.org/ 10.1055/s- 0042-117113

Determination of ACTN3 (rs1815739) gene and MCT1 (rs1049434) gene Polymorphism Distributions in Turkish Professional Cyclists

Introduction and Purpose: The identification of genetic markers related to athletic performance is at the beginning of the most fundamental issues of sport genome studies. It is also known that individuals with the appropriate genetic makeup will develop faster with appropriate training programs. In this study, we aimed to determine the genotype and allele distributions of alpha-actinin-3 (ACTN3) and monocarboxyl transferase-1 (MCT1) in Turkish professional cyclists.

Methods: 30 cyclists and 30 sedanters (control) participated in our study. ACTN3 and MCT1 genotyping were performed using genotyping kits using Real-Time PCR (Roche Light Cycler Nano, Germany) with Taqman Genotyping Assays (Applied Biosystems Foster City, CA, USA) using DNA sequencers from Invitrogen (Van Allen Way, Carlsbad, was performed).

Findings: When we look at ACTN3 genotypes, RR 30%, RX 24% and XX 46% were found, the allele of R is found 42% and the allele X is found 58% and statistically significant difference in genotype distributions when compared to the control group ($p = 0,022$). When we looked at the MCT1 genotype, we found AA 7%, AT 90% and TT 3%. In terms of allele distributions, 52% of A allele and 48% of T allele were found and these ratios have significant statistical differences ($p = 0,001$).

Results: In our study group, the genotype X and genotype X of the ACTN3 gene polymorphism were more dominant than those of the AT genotype and A allelin in terms of MCT gene distribution. In our study, statistical significance was determined in terms of both ACTN3 and MCT1 gene polymorphism. We think that both polymorphisms are genetic markers that can be related to athletic performance.

References: Ulucan et al. Distribution of Angiotensin-1 Converting Enzyme Insertion/ Deletion and α -Actinin-3 Codon 577 Polymorphisms in Turkish Male Soccer Players. Genetics & Epigenetics 2015;7 1–4 doi:10.4137/GEG.S31479. Kikuchi et al. The Association

KSB253

Erciyes Kayak Merkezi'nde Kayak Yaralanmalarının Pist ve Hava Koşulları Açısından İncelenmesi

¹Emrah Yılmaz, ²Gökmen Özen, ³Hürmüz Koç, ⁴Elif Özen

¹Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor ABD, Çorum

²Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor ABD, Ankara

³Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu Antrenörlük Bölümü, Çanakkale

⁴Atatürk Mesleki Ve Teknik Anadolu Lisesi, Malatya

Email : apeksakademispor@hotmail.com , gokmenozen44@gmail.com ,

Kayak sporunda yaralanma vakalarında bireysel ve çevresel faktörler etkilidir. Özellikle kayak merkezlerinde çevresel faktörler coğrafik yapı itibarıyla oldukça değişkenlik göstermektedir. Bu nedenle yaralanma vakalarında kayak merkezlerine özel çevresel faktörlerin incelenmesi alınacak tedbirler açısından oldukça önemlidir. Bu bağlamda araştırmanın amacını Kayseri Erciyes Kayak Merkezi'nde kayak yaralanmalarında pist ve hava koşullarının incelenmesidir. Araştırmada 2012- 2017 yılları arasında Erciyes Kayak Merkezi'nde kayak yaparken meydana gelen 834 yaralanma vakası retrospektif olarak incelendi. Vakalara ait bilgiler kayak merkezinde görevli arama-kurtarma birimi ve sağlık personellerinin kayıt altında tuttukları bilgi formları incelenerek elde edildi. 703 (%84.3) vakanın parçalı bulutlu ve açık, 65(%7.8) vakanın sisli, 24(%2.9) vakanın kar yağışlı, 23(%2.8) vakanın bulutlu ve kapalı, 19(%2.3) vakanın ise şiddetli rüzgarlı ve fırtınalı hava koşullarında meydana geldiği belirlendi. Pistlerin kar yapısına göre 674(%80.8) sert-buzlu, 149(%17.9) sulu ve 11(%1.3) vakanın karın toz halde olduğu koşullarda meydana geldiği tespit edildi. Yaralanmaların meydana geldiği pist bölgesi incelendiğinde 487(%58.4) vakanın iniş alanında, 270(%32.4) vakanın lift hattında, 32(%3.8) vakanın temel eğitim bölgesinde, 31(%3.7) vakanın kızak alanında, 15(%1.7) vakanın diğer bölgelerde (lift noktası, yürüyen bant ve pist dışında) meydana geldiği belirlendi. Pist alanına göre vakalar incelendiğinde 359(%43.0) Tekir, 218(%26.1) Hisarcık, 185(%22.2) Hacılar ve 72(%8.6) vaka Develi pist alanında meydana gelmiştir. Pistlerin zorluk derecesine göre 500(%60.0) vaka mavi (başlangıç seviyesi), 281(%33.7) kırmızı (orta seviye), 41(%4.9) yeşil pist (temel eğitim) , 11(%1.3) pist dışı ve 1(%0.1) vaka siyah pist (zor seviye) alanında meydana gelmiştir. Yaralanma vakaları çoğunlukla havanın parçalı bulutlu ve açık, pistin sert ve buzlu olduğu, pist bölgesine göre iniş alanında, zorluk derecesine göre başlangıç seviyesinde ve Tekir bölgesinde olduğu görüldü. Bu bilgiler ışığında hava ve pist koşulları hızlı kaymaya müsait olduğunda insanlar kayarken daha kontrollü ve dikkatli olmalıdır. Kayak merkezlerinde insanların bu konuda uyarılması ve gerekli tedbirlerin alınması yaralanma vakalarının önlenmesinde etkili bir yaklaşım olacaktır.

Investigation Of The Skiing Injuries in Terms Of The Piste And Weather Conditions in Erciyes Ski Centre

The purpose of this study was to investigate the skiing injury in terms of piste and weather conditions in Kayseri Erciyes Ski Center. In the scope of this study, 834 cases of injury caused by skiing were examined in Erciyes Ski Center between 2012 and 2017. Data were obtained by examining the case information forms registered by the ski patrols and health personnel in the ski centre. In terms of meteorological variables, 703(%84.3) cases under partly cloudy and clear sky, 65 (7.8%) in foggy weather, 23(2.8%) under snowy, 24(2.9%) cloudy and gray, 19(2.3%) stormy and windy weather conditions were found to be injuries. When the cases of injury according to the snow structure of pistes were examined 674(80.8%) cases were found to be hard and icy, 149(17.9%) were watery, 11(1.3%) were powder snow conditions.

According to piste areas of the ski centre, it was found that 487(58.4%) cases were in the landing area, 270(32.4%) were in the lift line, 33(3.8%) were in the basic training area, 31(3.7%) were in the sled area, and 15(1.7%) were in the other areas (outside the lift boarding point, walking belt and track). According to the degree of difficulty of the pistes, injuries occurred in the blue piste (initial level) of 500(60.0%) cases, the red piste (intermediate level) of 281(33.7%), the skid field of 32(3.8%), 11(1.3%) were off-pistes, and 1(0.1%) was in the black piste (difficult level). As a result, skiing injuries have generally been found to occur in environments conditions that allows for faster slippage. Therefore, skiers should be more controlled and careful while skiing in the piste and weather conditions that permitted faster and more aggressive skiing. Informing skiers about the risks and taking the necessary precautions may be an effective approach to prevent injuries in ski centres.

KSB491

Tip 1 Diabetes Mellitus Hastalarında Egzersizin Glisemik Kontrole Etkisi: Bir Meta-Analiz Çalışma

¹Tamer CİVİL, ¹Tamer Civil, ²Gökmen Özen

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Trabzon

²Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor ABD, Ankara

Email : tamer_civil@hotmail.com, tamer_civil@hotmail.com, gokmenozen44@gmail.com

Tip 1 diyabet otoimmün sistem tarafından insülin üreten hücrelerin tahrip edilmesiyle oluşan sık görülen kronik bir hastalıktır. Dünyada ve ülkemizde çocuklarda ve gençlerde görülme sıklığı giderek artmaktadır. Tip 1 diyabetliler kan glukoz seviyelerini uygun değerlerde tutarak hastalığın komplikasyonlarından korunabilmesi mümkündür. Tip 1 diyabetli hastalar günlük insülin tedavisi, yakın izlem, sağlıklı bir diyet ve düzenli fizik aktivite ile kan glukoz seviyelerinin uygun aralıkta tutarak sağlıklı bir yaşam sürebilirler. Literatürde uzun yıllardır düzenli fiziksel aktivite ve egzersizin tip 1 diyabetli hastalar üzerine etkileri araştırılmaktadır. Bu bağlamda araştırmamızın amacı tip 1 diyabetli hastalar için düzenli fiziksel aktivite ve egzersizin glisemik kontrole etkilerini inceleyen çalışmaların meta analizini yaparak sonuçları değerlendirmektir. Bu amaçla PubMed, Scopus ve Web of Science veri tabanlarında tip 1 diyabet, egzersiz ve glisemik kontrol anahtar kelimeleri kullanılarak 2010 yılından günümüze kadar yayınlanmış çalışmalar tarandı. Taramalar sonucunda 1223 makaleye ulaşıldı. Bu makalelerin başlıkları incelenerek araştırma kriterlerine uygun olmayan 1147 çalışma araştırma dışı bırakıldı. Geri kalan 75 çalışmanın özet kısımları incelenmiş ve 48 uygun çalışmadan 27 çalışmanın tam metinlerine ulaşılmıştır. Bu çalışmalar analiz edilerek ve katılımcı sayısı, yaş ortalaması, cinsiyet, uygulanan egzersiz tipi, haftalık egzersiz sıklığı ve glisemik kontrol açısından değerlendirildi. Bu değerlendirme sonucunda düzenli egzersiz programlarının kan şekerinin akut ve kronik kontrolü için önemli bir etkiye sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Bazı çalışmalarda egzersizin glisemik kontrol açısından etkili sonuçlar ortaya koymadığı ifade edilmesine rağmen düzenli yapılan egzersiz ile gelişen aerobik kapasite, azalan kardiovasküler risk ve gelişmiş insülin hassasiyeti ve glikoz emilimi için uyarılmış kaslar glisemik kontrolün gelişimini ve sürdürülmesini sağladığı ortaya koymuştur.

The Effect Of Exercise On Glycemic Control In Patients With Type 1 Diabetes Mellitus: A Meta-Analysis

Type 1 diabetes mellitus is a common chronic disease characterized by impaired insulin action due to autoimmunity. Its prevalence has rapidly increased worldwide among children and adolescents. It is possible the protection from complications of type I diabetes mellitus if type 1 diabetic patients' blood glucose concentration are maintained within the normal range. A healthy diet, insulin therapy and regular physical activity may be very helpful to maintain healthy life for patients. In the literature, researchers have investigated the effects of regular physical activity and exercise on type 1 diabetic patients for a long time. In this context, The objective of our study was to perform a meta-analysis of the literature investigate the effect of regular physical activity and exercise on patients with type 1 diabetes mellitus. For this purpose, scientific articles published in PubMed, Scopus and Web of Science data bases were examined from 2010 to 2017 by using the key words of type 1 diabetes, exercise, glycemic control, and its combinations. It has been reached 1223 studies conducted in the search results and 27 studies were selected to analyzes. As a result of this evaluation, when the results of 15 articles are examined, it is revealed that regular exercise programs have an important effect on the acute and chronic control of blood glucose level. In some studies it has been shown that although exercise does not reveal effective results for glycemic control, it has been shown that regular exercise improves aerobic capacity, reduced cardiovascular risk and improved insulin sensitivity and stimulated muscle glycemic control for glucose absorption.

6-9 Yaş Çocuklarda Eklem Hipermobilité ve Dinamik Denge Becerisinin Değerlendirilmesi

¹Çağla Topal, ²Oya Erkut, ³Manolya Akın

¹Haliç Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, İstanbul

²Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

³Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Mersin

Email : caglakaradagoglu@hotmail.com, oerkut@marmara.edu.tr, manolya66@gmail.com

Giriş ve Amaç: Eklem hipermobilitesi, eklemlerin fizyolojik hareket sınırlarının ötesinde, anormal olarak artmış esneklik olarak tanımlanır. Genetik kökenli bir durum olup sağlıklı erişkin popülasyonda %5 sıklıkta bulunmakta ancak bazı toplumlarda %40'a kadar varabilen daha yüksek oranlarda görülmektedir. Çocuklarda eklemlerin mobilitesi, onların birçok motor becerisine etki edebileceği gibi denge becerilerine de oldukça etkili olduğu düşünülmektedir. Literatürde eklem hipermobilitesiyle ilgili olarak prevelans çalışmaları yer almaktadır ancak eklem hipermobilitesi ve denge ilişkisiyle ilgili sınırlılık gözlemlenmiştir. Bu çalışmada, 6-9 yaş çocuklarda hipermobilité ve dinamik denge düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Metod: Çalışmaya, 6-9 yaş grubunda olan 54 kız (yaş ortalaması 7.94 ± 1.13 yıl; boy uzunluklarının ortalaması 129.26 ± 8.95 cm) , 60 erkek (yaş ortalaması 7.94 ± 1.13 yıl ; boy uzunluklarının ortalaması 130.37 ± 8.43 cm) olmak üzere 114 ilköğretim öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Eklem hipermobilitésinin değerlendirilmesinde 'Beighton Tanı' kriterleri kullanılmıştır(1). Dinamik denge ölçümünde 'Star Excursion Balance Test (SEBT)' kullanılmıştır(2). Dinamik dengede kullanılan SEBT testi için normalizasyon her bir uzanma yönü için (uzanma yönü/bacak boyu)*100 formülüyle hesaplanmıştır. Hipermobilité ve dinamik denge düzeylerinin değerlendirilmesi için Bağımsız örneklem t-testi kullanılmıştır. Kız ve erkek çocukların hipermobilité düzeyleri Chi-Square analizi ile karşılaştırılmıştır.

Bulgular: Hipermobilité ölçümlerinde kız ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamasına rağmen ($p>0.05$) Dinamik denge parametrelerinin istatistiksel açıdan karşılaştırılmasında kız öğrencilerin denge performanslarının, erkek öğrencilere göre daha iyi olduğu bulunmuştur ($p<0.05$).

Sonuç ve Kaynaklar: 6-9 yaş çocuklarda hipermobilité düzeylerinde cinsiyetleri açısından anlamlı farklılık olmaması, yapısal özelliklerinin benzer olmasından kaynaklanmış olabileceği; dinamik denge düzeylerinde kızların erkeklerden daha iyi performans göstermesinin ise merkezi sinir sistemindeki gelişmişlik düzeyinden kaynaklandığı düşünülmektedir. 1.Uluöz, E. 16-22 Yaş Bayan Voleybol Oyuncularında Hipermobilité ve Bazı Antropometrik Özelliklerle Yaralanma Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, T.C. Çukurova Üniversitesi, Adana. 2.Gribble, P. A., Hertel, J. (2003). Considerations For Normalizing Measures of the Star Excursion Balance Test. Measurement in Physical Education and Exercise Science, 7(2), 89-100

Evaluation Of Hypermobility And Dynamic Balance Skills in 6-9 Old Age Children

Summary Joint hypermobility is defined as abnormally increased flexibility beyond the physiological movement limits of the joints. Hypermobility is a genetic condition that occurs in 5% of the adult population, but in some populations, it can occur in up to 40% higher rates. The mobility of joints in children is thought to be very effective in their balance skills as they can affect many motor skills.

In the literature, prevalence studies are related to joint hypermobility, but there are limitations related to joint hypermobility and balance relation. For this reason, this study aimed to investigate hypermobility and dynamic equilibrium levels in 6-9 year old children.

Method A total of 114 primary school students, 54 females (aged 7.94 ± 1.13 years, height 129.26 ± 8.95 cm) and 60 males (age 7.94 ± 1.13 years, height 130.37 ± 8.43 cm) participated in the study in 6-9 year old group volunteers. The 'Beighton Diagnosis' criteria were used to evaluate joint hypermobility. For the dynamic balance measurement, 'Star Excursion Balance Test (SEBT)' was used. For the SEBT test using dynamic balance, the normalization was calculated for each elongation direction (elongation direction / leg length) * 100 formula. Independent sample t-test was used to evaluate hypermobility and dynamic equilibrium levels. In addition, hypermobility levels of girls and boys were compared with Chi-Square analysis.

Results Although there was no statistically significant difference between the boys and girls in the hypermobility measurements according to the obtained data, it was found that the balance performances of the girls were better than the boys in statistically comparing the dynamic balance parameters ($p < 0.05$).

Discussion There is no significant difference in the sexes of hypermobility between sexes in 6-9 year old children; it is thought that the girls perform better than the boys at the dynamic equilibrium levels because of the level of development in the central nervous system.

Sağlıklı Genç Bireylerde Eksentrik Eğitimin Kuadriseps Eksentrik ve Konsentrik Kas Kuvveti Üzerine Etkisi

¹Tuba İnce Parpucu, ²Z. Candan Algun, ³Uğur Toprak

¹Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Isparta

²Medipol Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, İstanbul

³Osmangazi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Eskişehir

Email : fztubaince@gmail.com, calgun@medipol.edu.tr, ugurtoprakk@gmail.com

Giriş ve Amaç: Kuvvet eğitim programları genellikle overuse yaralanmalarının insidansını azaltmak, ortopedik ve sporcu kas iskelet yaralanmalarına ait rehabilitasyon programlarına yardımcı olmak amaçlarıyla kullanılmaktadır. Eksentrik egzersiz klasik olarak sağlıklı kişilerde ve sporcularda kas kuvveti ve gücünü geliştirmede kullanılır. Bu çalışmanın amacı on iki haftalık eksentrik izokinetik eğitimin kuadriseps eksentrik ve konsentrik kas kuvvetine etkisini değerlendirmektir.

Yöntem: Çalışmamıza alt ekstremitesine ait yaralanma hikayesi olmayan ve geçen 6 ayda dirençli eğitim programına katılmayan 30 sağlıklı (16 erkek, 14 kadın) genç gönüllü (ortalama (SD) yaş 22.77±1.45 yıl, ortalama (SD) vücut kitle indeksi 22.92±3.11 kg / m²) dahil edildi. Katılımcıların sağ dominant alt ekstremitte izokinetik kuvveti 12 haftalık eğitim programının öncesinde ve sonrasında değerlendirildi. İzokinetik kuvvet (HUMAC® NORMTM Testing & Rehabilitation System Model 770, USA) izokinetik dinamometre ile değerlendirildi. Eğitim öncesi ve sonrası izokinetik testler eksentrik/eksentrik ve konsentrik/konsentrik formlarda 60°/s açısal hızda peak torque olarak sağ bacak için değerlendirildi. Eksentrik eğitim haftada 3 kez ve 12 hafta olmak üzere izokinetik eksentrik egzersiz olarak uygulandı. Kuadriseps peak torque eksentrik kuvvet eğitim öncesi ve sonrası karşılaştırma tekrarlı ölçümlerde varyans analizi (ANOVA) ve Wilcoxon test kullanılarak değerlendirildi.

Bulgular: Kuadriseps eksentrik/eksentrik peak torque değerleri eğitim öncesi değerlere göre anlamlı derecede artış gösterdi (önce=140.07±44.15 N.m., sonra=164.80±41.82N.m., p=0.00). Kuadriseps konsentrik/konsentrik peak torque değerleri de eğitim öncesi değerlere göre anlamlı derecede artış gösterdi (önce=129.23±51.28N.m., sonra=157.60±49.08 N.m., p=0.00).

Sonuç: İzokinetik eksentrik eğitim programı kuadriseps kası eksentrik ve konsentrik kas kuvvetini artırır.

Anahtar kelime: Eksentrik eğitim, kuadriseps kası, kas kuvveti

Effects Of Eccentric Training On Quadriceps Eccentric And Concentric Muscle Strength in Healthy Young People

Aim: Strength training programmes are commonly used to reduce the incidence of overuse injuries, and assist in the rehabilitation of orthopaedic and athletically induced musculoskeletal injuries. Eccentric (ECC) exercise is classically used to improve muscle strength and power in healthy subjects and athletes. The purpose of this study was to examine the effects of twelve weeks of eccentric isokinetic training on quadriceps eccentric and concentric muscle strength.

Methods: Subjects for this study consisted of 30 healthy (16 man, 14 woman) college aged volunteers (mean (SD) age 22.77 ± 1.45 years, mean (SD) Body Mass Index (BMI) 22.92 ± 3.11 kg / m²) with no previous history of injury to the lower extremity and no resistance training within the past six months. Subjects were tested for right dominant lower extremity isokinetic strength before and immediately after the twelve week training period. Isokinetic strength was assessed with the isokinetic dynamometer (HUMAC® NORMTM Testing & Rehabilitation System Model 770, USA). Pre- and post-training eccentric/eccentric and concentric/concentric isokinetic testing of peak torque was performed for quadriceps of right legs at 60°/s. Eccentric training consisting of the isokinetic eccentric exercise performed thrice a week for twelve weeks. Repeated measures ANOVA and Wilcoxon test were used to compare the peak torque produced by the quadriceps following eccentric strength training.

Results: There was a significant increase in quadriceps eccentric/eccentric peak torque (pre= 140.07 ± 44.15 N.m., post= 164.80 ± 41.82 N.m., $p=0.00$) and a significant reduction in quadriceps concentric/concentric peak torque (pre= 129.23 ± 51.28 N.m., post= 157.60 ± 49.08 N.m., $p=0.00$).

Conclusion: Isokinetic eccentric training program reduction eccentric and concentric strength on quadriceps muscle.

Keywords: Eccentric training, Quadriceps muscle, Muscle strength

Sporcu Beslenmesi **Sport Nutrition**

KSB120

Sporcuların Enerji İçeceği Tüketim Davranışlarının ve Tüketim Bilinçlerinin Araştırılması

¹Gürkan Yılmaz, ²İdris Kayantas

¹Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Niğde

²Milli Eğitimi, Bingöl

Email : idris_kayantas@hotmail.com, gyilmaz@ohu.edu.tr, idris_kayantas@hotmail.com

Giriş; Enerji içecekleri özellikle öğrenci, sporcu ve yaş aralığı 21-35 arası bireylerin tercih ettiği bir ürün olarak dikkat çekmektedir, literatür incelendiğinde dünyada enerji içeceği kullanım yaşı giderek azalmaktadır. Enerji içeceği pazarı 2011 yılında Türkiye'de 320 milyon dolar seviyesinde olup tüketim miktarının 26,3 milyon litre olduğu ifade edilmektedir. 2012 yılında ise tüketim miktarı artarak yaklaşık 30 milyon litreye ulaştığı belirlenmiştir, Enerji içeceklerindeki etken madde olan kafein ile birlikte taurin, glukuronolakton, inositol, riboflavin, pridoksin, nikotinamid, diğer B vitaminleri, ginseng ve ginkgo biloba gibi bitki ekstraktları da içerebilmektedir. Enerji içeceklerinin özellikle alkolle birlikte alınması gençler arasında oldukça popüler bir tüketim şekline gelmiştir. MATERYAL ve

Metot: Çalışma Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesinde öğrenim gören 283 öğrenci katılmıştır. Araştırmada verileri toplama aracı olarak "Enerji içecekleri Tüketimi ve Bilinci" başlıklı anket formu kullanılmıştır, elde edilen veriler istatistiksel karşılaştırmalar Frekans, yüzde, T testi ve Anova testleri uygulanmıştır.

Bulgular: Katılımcıların enerji içeceği tüketimleri cinsiyet, enerji içeceği kullanma sıklığı, tüketme nedenleri, marka tercihleri, oluşabilecek sağlık problemleri, sigara ve alkol tüketimleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

Tartışma ve Sonuç: Erkeklerin %58.3'ünün E.i. tükettiği %41.7'sinin E.i. tüketmediği, Bayanların %32.4'ünün E.i. tükettiği % 67.6'sının tüketmediği saptanmıştır. Enerji içeceği tüketen öğrencilerin %42,2'si arkadaşlarından, %21,5'i reklamlardan, %36,3'ü ise diğer kaynaklardan etkilenecek enerji içeceği kullanımına başladıklarını saptanmıştır. Sigara ve alkol kullanımları incelendiğinde bayanların % 37'sinin ve erkeklerin % 45.7'si sigara içmektedir. Bayanların % 31,5'inin ve erkeklerin % 36.0'sı alkol tüketmektedir. Sigara tüketenlerin %54,2'sinin aynı zamanda enerji içeceği tükettiği, alkol tüketenlerin aynı zamanda enerji içeceği tükettiği %50,4, alkol kullanmayanların daha az enerji içeceği tükettikleri saptanmıştır. Sonuç olarak Enerji içeceği kullanımının üniversite öğrencileri arasında popüler olmasının nedenleri arasında uyanık kalma, projeyi bitirme, sınava çalışma, spor aktivitelerinde daha fazla enerji kullanma, merak, reklam, arkadaştan etkilenme, partilerde alkolle birlikte daha fazla keyif alma gibi nedenler yer almaktadır. Anahtar kelimeler: üniversite öğrencisi, enerji içeceği, sigara, alkol

Investigation Of Energy Drink Consumption Behaviors And Consumption Awareness By Athletes

Introduction; Energy drinks are especially preferred by students, athletes and individuals between 21-35 years of age. When the literature is examined, age of energy drink usage in the world is gradually decreasing. Energy drink market in Turkey in 2011 was at the level of 320 million dollars, and the amount of consumption is expressed as 26.3 million liters. In 2012, it was determined that the consumption amount increased to approximately 30 million liters.

In addition to caffeine, the active ingredient in energy drinks, it may contain plant extracts such as taurine, glucuronolactone, inositol, riboflavin, pyridoxine, nicotinamide, other B vitamins, ginseng and ginkgo biloba. The intake of energy drinks, especially with alcohol, has become quite popular among young people. It has been reported that energy drinks reduce the symptoms of alcohol intoxication and as a result increase harms of alcohol consumption.

Material and Method: 283 students, of which 175 male and 108 female, studying at Ömer Halisdemir University attended the study. Survey form "Consumption of Energy Drinks and Awareness" was used as a means of gathering data in the survey. Statistical comparisons were made using SPSS 16 packet program, and statistical comparisons were applied frequency, percentage, T test and Anova tests.

Findings: The relation between participants' energy consumption and sex, energy consumption frequency, consumption reasons, brand preferences, health problems, smoking and alcohol consumption were examined.

Discussion and Results: It has been determined that 58.3% of males and 32.4% of women consume E.i., on the other hand 41.7% of the males and 67.6% of the women do not consume E.i. It has been detected that 42.2% of the students started to consume energy drink by being affected by their friends, 21.5% of them were affected by advertisements and 36.3% of them were affected by other

Spor ve Sağlık **Sports and Health**

Futbolda Sakatlıkların Önlenmesinde Fonksiyonel Kuvvet ve Core Antrenmanların Etkisi

²İlker Püren, ¹Mahmut Acaç, ³Ercan Gür, ³Zeki Coşkun, ²Fatih Çardak

¹İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Malatya

²Büyükşehir Belediye Erzurum Spor, Erzurum

³Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

Email : m.acak@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı hazırlık ve müsabaka dönemlerinde Futbol takımlarında sık görülen sakatlıkları önlemede fonksiyonel kuvvet (FK) antrenmanlarının etkinliğini araştırmaktır.

Yöntem: Çalışma, 2016-2017 futbol sezonunda TFF 1. Liginde mücadele eden iki futbol takımının kadrosunda bulunan 58 futbolcuyla (26,7±4,60 yaş ortalaması) yapıldı. Katılımcıların yaralanma durumlarının tespiti için Fysion Blesreg yaralanma insidans ölçeği kullanıldı. 30 saniye yüklenme 15 saniye dinlenme aralıklı 12 ile 16 hareketten oluşan FK antrenmanları haftanın ilk üç günü yapıldı. Haftanın ilk gününde ek dirençli core (EDC) antrenmanları, ikinci gününde EDC antrenmanlarıyla birlikte FK antrenmanları ve üçüncü gününde ise yine EDC antrenmanları yaptırıldı. Ayrıca hazırlık ve müsabaka dönemindeki tüm antrenmanlarda dinamik stretching hareketleri yaptırıldı. FK antrenmanlarının futbolcu sakatlıklarını önleyici etkisi altı hafta hazırlık dönemi, 4 hazırlık ve 34 resmi maçta gözlemlendi. Bulgular: Çalışmaya katılan 58 sporcunun % 94,8'i bir önceki sezonda spor yaralanması yaşadığını, % 5,2'si ise herhangi bir yaralanma yaşamadığını belirtmiştir. Bu yaralanmaların % 42'si sporcuya herhangi bir rakibi tarafından yapılmayan, zorlama sonucu kendiliğinden meydana gelen yaralanmalardır. Bu dönemde futbolcuların % 48,3'ünün yaralanma sonrasında iki hafta veya daha uzun bir sürede sportif aktiviteye geri döndüğü tespit edilmiştir. Uygulanan FK antrenmanları sayesinde çalışma süresince maçlarda ve antrenmanlarda sporcu kaynaklı hiçbir yaralanma tespit edilmemiştir.

Sonuç: Çalışma sonucunda Core, EDC ve FK antrenmanlarıyla beraber yapılan dinamik stretching hareketlerinin sporcu kaynaklı yaralanmaları önlediği, dolayısıyla EDC ve FK antrenmanlarının hazırlık ve müsabaka dönemlerinde futbol antrenmanlarının bir parçası haline getirilmesinin hem takım hem de futbolcular açısından faydalı olacağı düşünülmektedir. Anahtar Kelimeler: Fonksiyonel Kuvvet, Core antrenman, Spor, Yaralanma, Futbol.

Effects of Functional Strength and Core Exercises on Prevention of Injuries in Football

Aim: The purpose of this study was to investigate the effectiveness of functional strength training (FST) to prevent common injuries in football teams during the preparation and competition periods.

Methods: The study was conducted with 58 football players (average age of 26.7 ± 4.60 years), who were in the squad of two football teams competing in the TFF 1st League during the 2016-2017 football season. The Fysion Blesreg injury incidence scale was used to determine participants' injury status. FST consisting of 12 to 16 exercises with 30 seconds load and 15 seconds rest intervals were performed during the first three days of the week. Additional resistance core trainings (ARCT) were done on the first day of the week, ARCT together with FST on the second day and ARCT were again done on the third day.

Moreover, dynamic stretching exercises were performed in all training sessions during the preparation and competition period. The preventive effect of FST on the injuries seen in the football players was observed during the six weeks preparation period, 4 preparations matches and 34 official competitions.

Findings: Of the 58 athletes participating in the study, 94.8% reported having experienced sports injuries and 5.2% reported no injuries in the previous season. 42% of these injuries were injuries that were not made by any competitor to the athlete, and that result in overload. By means of the applied FST, no athlete-induced injuries were detected during the training and competitions. Conclusion: It is thought that dynamic stretching movements performed with Core, ARCT and FST prevent injuries originated from athlete's themselves and thus making ARCT and FST as a part of football training during the preparation and competition periods is beneficial for both the teams and football players.

Keywords: Functional Strenght, Core training, Sports, Injury, Football.

Farklı Egzersiz Tiplerinin Kardiyak Yeniden Şekillenme İle İlişkisinin İncelenmesi

¹İzzet Uçan, ²Mehmet Günay, ³Serdar Sevimli

¹Bayburt Üniversitesi Besyo, Bayburt

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

³Atatürk Üniversitesi, Tıp Fakültesi

Email : izzetucan@gmail.com, mgunay@gazi.edu.tr, eseraggon@gmail.com

Bu çalışma uzun mesafe koşucuları ile güreşçilerin kardiyak mekanik fonksiyonlarını iki boyutlu görüntüleme yöntemi ile değerlendirmek amacı ile yapılmıştır. Çalışmamız kesitsel bir çalışma olup, daha önce bilinen bir kalp hastalığı olmayan, güreşçiler de 14,73 ve atletlerde 15,29 yaş ortalamasında olan, haftada en az 4 gün antrenman yapan ve en az 3 yıllık spor geçmişi olan 15 güreşçi ile 14 uzun mesafe koşucusu üzerinde gerçekleştirilmiştir. Güreşçilerin boy uzunluk ortalamaları 162,27 cm ve uzun mesafe koşucularının 169,21 cm ve güreşçilerin vücut ağırlık ortalamaları 55,80 kg ve uzun mesafe koşucularının 54,74 kg olduğu tespit edilmiştir. Denekler istirahat halinde sol lateral pozisyonda GE vivid 7systemtranstorasic ekokardiyografi kaydı alındı. Kayıtlar iki uzman kardiyolog tarafından değerlendirildi ve kayıtlar ileri analiz için offline Workstation a taşındı (EchoPAC 6.1; GE VingmedUltrasound AS, Horten, Norway). Standart M mode ve 2D ekokardiyografik ölçümlerin ardından dopler incelemeye geçildi. Rutin ekokardiyografik inceleme sol ventrikülseptum ve posterior duvar kalınlığı sistol sonu ve diyastol sonu sol ventrikül çapları(M mode yada 2D) ölçüldü. Sporcuların kardiyak yapıları iki boyutlu strain görüntüleme yöntemiyle, diğer fizyolojik özellikleri ise bio impedans analiz yöntemiyle tespit edilmiştir. Elde edilen verilere SPSS 19.00 for windows istatistik paket programında p:,005 anlamlılık düzeyine göre bağımsız gruplarda T testi uygulandı. Araştırmamız sonucunda güreşçiler ile atletlerin fizyolojik özellikleri arasında farklılık olmadığı, kardiyak özelliklerinden yalnızca SEPR (septum duvar kalınlığı) değerlerinin anlamlı p.,021 düzeyinde uzun mesafe koşucuları lehine yüksek olduğu, nabız değerlerinde ise güreşçilerin dinlenik nabızlarının anlamlı p.,003 düzeyinde yüksek olduğu tespit edildi. Güreş ile atletizmde uzun mesafe koşucularının antrenman ve müsabakalarında yüklenme farklılıkları olmasına rağmen, fizyolojik özelliklerinde olduğu gibi septum duvar kalınlığı hariç kardiyak yeniden şekillenme parametrelerinde de farklılık olmadığı sonucuna ulaşıldı. Anahtar Kelimeler: Egzersiz, Kardiyak, Kardiyak Yeniden Şekillenme, İki Boyutlu Görüntüleme

The Analysis Of Relationship Between Various Exercise Types And Cardiac Reformation

This study is done to evaluate the mechanical functions of long distance runners and wrestlers through two dimensional screening. Having a cross-sectional content, this study is applied to 15 wrestlers whose age average is 14.73 and 14 long distance runners whose age average is 15.29. These athletes, who have at least three years sport experiences, do not undergo any heart illness and do training at least 4 days a week. It is determined that the average length of the wrestlers is 162.27 cm while long distance runners' average length is 169.21 cm. It is also detected that the average body weight of the wrestlers is 55.80 kg while the long distance runners' body weight average is 54.74 kg. GE vivid 7SystemTranstorasic echocardiography is recorded in the left lateral position while subjects are at rest. The records are evaluated by two expert cardiologists and moved to offline Workstation for further analysis (EchoPAC 6.1; GE Vingmed Ultrasound AS, Horten, Norway). After standard M mode and 2D echocardiographic measurements, the doppler is examined. Routine echocardiographic examination, left ventricular

septum and posterior wall thickness, end-systolic and end-diastolic left ventricular diameters (M mode or 2D) are measured. The cardiac structures of the sportsmen are analyzed through two-dimensional strain screening, and other physiologic features are analyzed through bio impedance method. With regard to p, .005 significance level, T test is applied to the gained data in SPSS 19.00 for windows packet program in independent groups. As a result of the study, it is determined that there is no difference between the physiologic features of wrestlers and runners, only long distance runners has significantly high degree of septum wall thickness at significant p,.021 level and resting pulse of the wrestlers are significantly high at significant p,.003 level. Though the overload in the training and competition of long

Tükenme Egzersizi Yaptırılan Ratlara Uygulanan Kurkumin Takviyesinin Antioksidan Parametreler ve Laktat Düzeylerine Etkisinin incelenmesi

¹Taner Yılmaz, ³Alparslan Ünveren, ²Mustafa Akıl, ²Funda Karabağ Çoban

¹Uşak Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

²Uşak Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Uşak

³Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Email : taner.yilmaz@usak.edu.tr, taner.yilmaz@usak.edu.tr, alparslan.unveren@gmail.com, mustafa.akil@usak.edu.tr, funda.karabag@usak.edu.tr

Bu çalışma; Tükenme Egzersizi Yaptırılan Ratlara Uygulanan Kurkumin Takviyesinin Antioksidan Parametreler ve Laktat Düzeylerine Etkisinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırma 36 adet Wistar Albino cinsi erişkin erkek rat üzerinde kobay araştırma merkezinde gerçekleştirildi. Deney hayvanları eşit sayıda 6 gruba ayrıldı. Grup 1: Kontrol grubu, Grup 2: DMSO verilen grup. Grup 3: Kurkumin Kontrol grubu. Grup 4: Yüzme kontrol grubu. Grup 5: Kurkumin (CUR) verilen ve yüzme egzersizi yaptırılan grup. Grup 6: DMSO verilen ve yüzme egzersizi yaptırılan grup. Tükenme egzersizi, ısıya dayanıklı cam yüzme havuzunda gerçekleştirildi. Yüzme egzersizleri bir defalık akut egzersiz şeklinde yapıldı. Dört hafta süren uygulamaların bitimini takiben alınan kan örneklerinde GSH, SOD, CAT, MDA ve laktat düzeyleri tayin edildi. Çalışmanın sonuçları bir arada değerlendirildiğinde, Kurkumin uygulamasının tükenme egzersizi sonucu oluşan MDA düzeylerine karşı antioksidan aktiviteyi artırarak serbest radikal oluşumunu önlediğini ve laktat düzeylerinde baskılanmaya yol açarak yorgunluğu geciktirdiğini göstermektedir. Bu bilgiler ışığında 50 mg/kg/gün dozunda kurkumin (CUR) uygulamasının sporcu sağlığı ve performansı yönünden faydalı olabileceği, yapılabilecek daha ileri insan çalışma sonuçlarına göre özellikle sporcu diyetlerine fizyolojik dozda kurkumin ilavesi yapılabileceği kanaatine varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Tükenme Egzersizi, Malondialdehid, Antioksidan, Laktat

Investigation of the Effects of the Curcumin Supplement Applied to the Rats Given Exhaustive Exercise on the Antioxidant Parameters and the Lactate Levels

The present study was conducted in order to investigate the effects of the curcumin supplement applied to the rats given exhaustive exercise on the antioxidant parameters and the lactate levels. The study was carried out on 36 adult male Wistar Albino rats in the center for research on animal subjects. Experimental rats were divided into the following 6 groups having equal numbers of rats. Group 1: The Control group; Group 2: The group to which DMSO is given; Group 3: Curcumin control group; Group 4: Swimming control group; Group 5: The group which was given both curcumin (CUR) and swimming; Group 6: The group which is given both DMSO and swimming. The exhaustive exercises were performed in a swimming pool made of heat-resistant glass. The swimming exercises were performed in the form of one-time acute exercises. Following the completion of the applications, which lasted four weeks, GSH, SOD, CAT, MDA and lactate levels were determined in the blood samples taken from the experimental animals. When considered together, the results of the study suggest that curcumin supplement increases the antioxidant activity against the MDA levels increased as a result of exhaustive exercise, thus hindering the formation of free radicals, and that it delays fatigue by inhibiting the lactate levels.

In the light of these results, it has been considered that using curcumin (CUR) with a daily dose of 50 mg/kg/day could be beneficial for the health and performance of athletes, and that, depending on the results of the further studies to be conducted on human subjects, physiologic doses of curcumin might be added especially to the diets of athletes.

Keywords: Exhaustive Exercise, Malondialdehyde, Antioxidant, Lactate

Obez ve Aşırı Kilolu Erkek Çocuklarda 4 Haftalık Düşük Şiddetli Fiziksel Aktivite Programının Bazı Vitamin ve Mineral Düzeylerine Etkisi

¹Zarife Pancar, ¹Mustafa Özdal, ¹Mürsel Biçer, ²Vedat Çınar

¹Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Gaziantep

²Fırat Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Elazığ

Email : z.pancar01@gmail.com, ozdalm@hotmail.com, mbicer@gantep.edu.tr, cinarvedat@hotmail.com

Amaç: Bu çalışmanın amacı 4 haftalık düşük şiddetli fiziksel aktivite programının obez ve aşırı kilolu erkek çocuklarda bazı mineral ve vitamin düzeylerine olan etkisini incelemektir. Yöntem: Araştırmaya 12-14 yaş aralığının da 27 erkek çocuk; obez grup 12, kilolu grup 15 olarak iki gruba ayrıldı. Çalışmaya katılan çocuklara 4 hafta süresince haftada 3 gün, günde 60 dakika süren seçilmiş sportif oyunlar ve süresi giderek artan yürüyüş programı uygulandı. 4 haftalık fiziksel aktivite programının 1 gün öncesi ve bir gün sonrasında istirahat halinde alınan kan örneklerinde demir, sodyum, fosfor, magnezyum, kreatinin, klor, potasyum, kalsiyum, ferritin ve B12 seviyeleri tespit edildi. Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizinde, SPSS paket programı SPSS 22.0 istatistik programı (SPSS Inc., Chicago, Illinois, ABD) kullanıldı. İkili grupların karşılaştırılmasında Independent Samples T ve grupların ön test ve son testleri arasındaki farkın analizi için Paired Samples T testleri kullanıldı.

Bulgular: Uygulama sonunda obez deneklerin (n = 12) ölçülen vücut ağırlığı, kreatinin ve potasyum değerlerinde, kilolu olan grubun vücut ağırlığı, BMI, B12 ve magnezyum değerlerinin ön-test ve son-testler arasında anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilmiştir (p<0.05). Obez ve kilolu deneklerin ölçülen özelliklerinin ön test-son test farklarının gruplar arası analizinde ise magnezyum ve potasyum değerlerinde anlamlılık (p<0.05) tespit edilmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak; 12-14 yaş aralığındaki obez ve aşırı kilolu erkek çocuklarda 4 haftalık düşük şiddetli fiziksel aktivite programının bazı mineral ve vitamin parametrelerinde değişikliğe sebep olduğu söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Vitamin, mineral, fiziksel aktivite

Effect of the 4-Week Low Severe Physical Activity Program on the Some Vitamin and Mineral Levels in Obese and Overweight Male Boys

Objective: The aim of this study is to examine the effect of 4 weeks of low intensity physical activity program on some mineral and vitamin levels in obese and overweight male boys. Methods: A total of 27 boys in the 12-14 age range; obese group 12 and overweight group 15 were divided into two groups. Children who participated in the study during the 4 weeks 3 days a week, games and sporting selected time period of 60 minutes a day walking program applied increasingly. Iron, sodium, phosphorus, magnesium, creatinine, chlorine, potassium, calcium, ferritin and B12 levels were determined in blood samples taken at rest 1 day before and one day after 4 weeks of physical activity program. In the statistical analysis of the data obtained in the study, SPSS package program SPSS 22.0 statistical program (SPSS Inc., Chicago, Illinois, ABD) was used. Paired Samples T tests were used to analyze the difference between the Independent Samples T and the pre-test and post-test of the groups in the comparison of the binary groups. Results: At the end of the study, body weight, creatinine and potassium values of obese subjects (n = 12) were found to be significantly different between pre-test and post-test body weight, BMI, B12 and magnesium values of the overweight group (p<0,05).

In the analysis of pre-test and post-test differences of the measured characteristics of obese and overweight subjects, significance was found in magnesium and potassium values ($p < 0,05$). Conclusions: As a result; It can be argued that the 4 week low intensity physical activity program in obese and overweight boys aged 12-14 years caused some changes in mineral and vitamin parameters.

Keywords: Vitamin, mineral, physical activity

Futbolcu, Kısa ve Uzun Mesafe Atletlerde Anjiyotensin-1 Dönüştüren Enzim (Ace) Gen Polimorfizminin Dağılımı

¹Canan Sercan, ²Sezgin Kapıcı, ³Ömer Ateş, ⁴Hamza Kulaksız, ⁵Orkun Akkoç, ⁶Tunç Akkoç, ⁷Korkut Ulucan

¹Marmara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, Türkiye

²Üsküdar Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, Türkiye

³Beşiktaş Spor Kulübü, İstanbul, Türkiye

⁴Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, Türkiye

⁵İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Harekat Antrenman Ana Bilim Dalı Marmara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, Türkiye

⁶Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Sağlık Ana Bilim Dalı, İstanbul, Türkiye

⁷Marmara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi Temel Tıp Bilimleri Tıbbi Biyoloji Ve Genetik Ana Bilim Dalı, İstanbul, Türkiye

Email : canansercan@outlook.com, sezginkapici@gmail.com, omerates72@hotmail.com, psikologhamza@gmail.com, orkunakkoc@hotmail.com, tuncakkoc@gmail.com, korkutulucan@hotmail.com

Giriş: Atletik performans, sporcuların mental ve fiziksel performanslarının bileşkesi olarak düşünülmektedir. Düzenli antrenmanlarla geliştirilebilen bir özellik olan atletik performansın oluşumunda genetik faktörlerin etkisi yapılan çalışmalar ile ortaya konulmuştur. Bu çalışmamızda futbolcu, kısa ve uzun mesafe atletlerde anjiyotensin dönüştüren enzim (ACE) genotip ve allel dağılımlarını belirlemeyi hedefledik.

Materyal-Metot: Çalışmamıza 44 futbolcu, 26 kısa mesafe ve 18 uzun mesafe atlet katılmıştır. Sporculardan DNA izolasyonu Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) kullanılarak tamamlanmıştır. ACE genotiplemesi için polimeraz zincir reaksiyonu (PCR) protokolü ile gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: 44 Futbolcudaki DD %29 (13), ID %50 (22), II %21 (9) olarak bulunmuş, allel dağılımlarında ise D alleli %54 (48), I ise %46 (40) bulunmuştur. 26 kısa mesafe koşucularında DD %31(8), ID %38 (10), II %31 (8) allel dağılımları ise eşit çıkmıştır. 18 uzun mesafe koşucularında DD %44 (8), ID %44(8), II %12 (2) allel dağılımları ise D alleli %67 (24), I ise %33 (12)saptanmıştır. Atletlerin toplamında (44), DD %36 (16), ID %41(18), II %23 (10) allel dağılımları ise D alleli %47 (50), I ise %43 (38) gözlemlenmiştir.

Tartışma: Çalışma grubumuzda ACE gen polimorfizminde ID genotipi ve D allelinin, baskın olduğu saptanmıştır. Atletik performanstan sorumlu genetik belirteçlerden biri olan ACE'nin, sporcu olmayı hedefleyen bireylerin spor branşlarının belirlenmesinde ve branş içi yönlendirmelerde etkin olduğunu düşünmekteyiz.

Kaynaklar: Ulucan K, Sercan C, Bıyıklı T. Distribution of Angiotensin-1 Converting Enzyme Insertion/ Deletion and α -Actinin-3 Codon 577 Polymorphisms in Turkish Male Soccer Players. Genetics & Epigenetics 2015;7 1–4 doi:10.4137/GEG.S31479.

Distribution Of Angiotensin-1 Converting Enzyme (Ace) Insertion/Deletion in Soccer Players, Short And Long Distance Athletes

Introduction: Athletic performance is considered as a combination of mental and physical performances of athletes. The effects of genetic factors in the formation of athletic performance, which is a feature that can be improved by regular training, have been demonstrated through studies. In this study, we aimed to determine the angiotensin converting enzyme (ACE) genotype and allele distributions in short and long distance athletes.

Material-Method: 44 soccer players, 26 short distance and 18 long distance athletes were participated in the study. DNA isolation from the athletes was completed using a commercially provided kit (Invitrogen, Van Allen Way Carlsbad, CA, USA). ACE genotyping using conventional polymerase chain reaction (PCR) protocol.

Results: In soccer players, genotype frequencies and numbers were DD 29% (13), ID 50% (22) and II 21% (9). D allele was counted as 54% (48) and I as 46% (40). In short distance runners, allele distributions were equal, and genotypes were as DD 31% (8), ID 38% (10), II 31% (8). In long distance runners, DD genotype was detected as 44% (8), ID as 44% (8) and II as 12% (2). D and I allele was counted as 67% (24) and 33% (12), respectively. In all athletes (44), DD 36% (16), ID 41% (18), II 23% (10) alleles were observed in 47% (D 50) and 43% (38)

Discussion: In our study group, ID genotype and D allele were found to be predominant in ACE gene polymorphism. We think that ACE, one of the genetic markers responsible for athletic performance, is effective in identifying sports branches of individuals and are effective in intra-branch referrals.

References : Ulucan K, Sercan C, Bıyıklı T. Distribution of Angiotensin-1 Converting Enzyme Insertion/ Deletion and α -Actinin-3 Codon 577 Polymorphisms in Turkish Male Soccer Players. *Genetics & Epigenetics* 2015;7 1–4 doi:10.4137/GEG.S31479.

Halter Psoas, Quadratus Lumborum Ve Iliacus Kaslarında Hipertrofiye Neden Olur Mu?

¹Kenan Erdağı, ¹Sadullah Bahar, ²Necdet Poyraz

¹Selçuk Üniversitesi Veteriner Fakültesi Anatomi Anabilim Dalı Konya

²Necmettin Erbakan Üniversitesi Tıp Fakültesi Radyoloji Anabilim Dalı Konya

Email : kenanerdal@hotmail.com, sbahar@selcuk.edu.tr, npoyraz@konya.edu.tr

Giriş ve Amaç Halter koparma ve silkme tekniklerinden oluşur. Koparma; ağırlığın yerden duraksatılmadan tek bir hamle ile, silkme ise iki hamle ile baş üzerine kaldırılmasıdır. Bu çalışma; halter sporcularının aksiyal manyetik rezonans görüntüleri (MRG) üzerinden psoas, quadratus lumborum ve iliagus kas hacimlerini belirleyerek, sporun bu kaslar üzerindeki etkilerini araştırmayı hedeflemiştir.

Materyal ve Metod Araştırma, 10 erkek 10 bayan milli halterci ve bu sporcularla benzer demografik özelliklere sahip 10 erkek ve 10 bayan sedanter birey üzerinde gerçekleştirildi. Katılımcıların 12. thorakal vertebra'dan femur'un trochanter minor'üne kadar olan bölgenin aksiyal görüntülemelerinde 1.5 Tesla'lık MRG cihazı kullanıldı. Kasların hacim hesaplamaları Cavalieri yöntemiyle gerçekleştirildi.

Bulgular Araştırma gruplarına ait toplam kas hacim değerleri incelemesinde bayan sporcularda halterin quadratus lumborum kası üzerinde hipertrofik etkisi görülürken ($P<0.05$), diğer iki kasta gruplar arasında istatistiki fark gözlenmedi ($P>0.05$).

Sonuç Sonuç olarak; psoas, quadratus lumborum ve iliagus kaslarını geliştirici antrenmanların halter sporcularının çalışma programlarına eklenmesinin ulusal ve uluslararası yarışmalarda sporcuların başarısının artmasının yanında bu bölgede oluşacak sakatlanma risklerinin de azaltacağı sonucuna varılmıştır. Anahtar kelimeler: Cavalieri prensibi, Halter, M. psoas, M. quadratus lumborum, M. iliagus

Does Weightlifting Cause Hypertrophy on Psoas, Quadratus Lumborum and Iliacus Muscles?*

Introduction Weightlifting includes snatch and clean-and-jerk techniques. The objective of snatch is to lift the barbell from the ground to overhead in one continuous motion, whereas the objective of clean-and-jerk is to achieve the same action in two motions. The study aims to examine the effects of weightlifting on the volume of psoas, quadratus lumborum and iliagus muscles of weightlifting athletes by using axial magnetic resonance imaging (MRI).

Materials And Methods 10 men and 10 women national weightlifting athletes and 10 men and 10 women sedentary individuals showing demographic features similar to those of athletes were included. Axial imaging from the 12. thoracic vertebrae to the trochanter minor of femur was taken by 1.5 Tesla MRI device. Cavalieri principle was used to calculate muscle volume.

Findings In the evaluation of total muscle volume of the study group, it was found that weightlifting had hypertrophic effect on quadratus lumborum of women athletes ($p<0.05$), whereas there were no significant differences on other two muscles of all groups ($p>0.05$).

Conclusion From the study findings, it's concluded that the addition of training activities focusing onto the development of psoas, quadratus lumborum and iliacus muscles will not only affect on the feat of weightlifters at national and international competitions, it will also diminish the possibility of injury.

Keywords: Cavalieri principle, Weightlifting, M.psoas, M.quadratus lumborum. M.Iliacus.

Menstrual Döngü Fazlarında Yüksek Yoğunluklu Kısa Süreli Yüklenmenin Postural Kontrole Etkisi

¹Ayşegül Şişman, ²Ayşegül Şişman, ³Ahmet Sanioğlu, ³Nurtekin Erkmen, ³Yağmur Kocaoğlu

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla

²Muğla Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla.

³Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

Email : asegulsisman@gmail.com, asegulsisman@gmail.com, asanioglu@selcuk.edu.tr, nerkmen@selcuk.edu.tr, ygmrkocaoglu@hotmail.com

Giriş-Amaç: Bu araştırmada, menstrual döngü fazlarında sedanter üniversite öğrencisi bayanların kısa süreli yüksek şiddetli yüklenme sonrasında postural kontrol performansları incelenmesi amaçlanmıştır.

Gereç-Yöntem: Araştırmaya 45 sedanter bayan dahil edilmiştir (yaş: $20,64 \pm 2,43$ yıl, boy uzunluğu: $165,72 \pm 5,80$ cm, vücut ağırlığı: $59,76 \pm 7,59$ kg). Denekler rastgele olarak 15'şer kişilik 3 gruba ayrılmışlardır: 1) 1-4. Gün; deneklerin menstrual döngülerinin 1 ila 4. günleri arasında, 2) 7-9. Gün; denekler menstrual döngülerinin 7 ila 9. gününde, 3) 18-21. Gün; denekler menstrual döngülerinin 18 ila 21. günlerinde ölçümlere alınmışlardır. Deneklerin Wingate testi öncesi, sonrası ve 20 dk toparlanma sonrasında olmak üzere 3'er kez kalp atım sayıları (KAS), kan laktat düzeyleri (LA), gözler açık (GA) ve gözler kapalı (GK) koşullarda postural salınım performansları ölçülmüştür. Veri analizinde One-Way ANOVA ve Two-Way Repeated Measures ANOVA testleri uygulanmıştır.

Bulgular: 1-4. Gün ve 18-21. Gün gruplarının en yüksek güç, relatif en yüksek güç ve ortalama güçlerinin 7-9. Gün'den daha yüksek olduğu görülmektedir ($p < 0,05$). GA OSI skorları için grup etkisinin ($F(2,134) = 0,071$; $p > 0,05$) ve zaman etkisinin ($F(2,134) = 2,707$; $p > 0,05$) istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir. GA koşulda OSI skorları için zaman X Grup etkileşiminin anlamsız olduğu belirlenmiştir ($F(4,134) = 1,069$; $p > 0,05$). GK koşulda OSI skorları için grup etkileşiminin anlamlı bulunmamıştır ($F(2,134) = 0,184$; $p > 0,05$). Zaman etkisinin ise GK OSI skorları için anlamlı farklılık oluşturduğu belirlenmiştir ($F(2,134) = 13,760$; $p < 0,05$). Her 3 deney grubunda da Wingate sonrası OSI skorlarının Wingate öncesine ve toparlanmaya göre daha yüksek olduğu görülmektedir ($p < 0,05$). Wingate öncesi ve toparlanma ölçümlerinde elde edilen GK OSI skorları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p > 0,05$). SONUÇ: Genç bayanların kısa süreli yüksek şiddetli yüklenme sonrasında gözler açık postural salınım performanslarının değişmediği, gözler kapalı koşuldaki postural salınımın yüklenme sonrasında artış gösterdiği ve toparlanma sonrasında başlangıç düzeyine döndüğü belirlenmiştir. Genç bayanların postural salınım düzeylerinin menstrual fazlar arasında yüklenme öncesinde, yüklenme sonrasında ve toparlanma sonrasında farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Anahtar Sözcükler: Menstrual dönem, postural kontrol, wingate.

The Effect of High-Intensity Exercise on Postural Control in Menstrual Cycle Phase

The aim of the recent study was to examine the effect of high-intensity exercise on postural sway in s sedentary women with different menstrual cycle phases. The research included 45 sedentary females (age: $20,64 \pm 2,43$ year, height: $165,72 \pm 5,80$ cm, bodyweight: $59,76 \pm 7,59$ kg). Subjects were divided in 3 groups of 15 people: Subjects were measured on 1) 1-4th Day: between the 1st and 4th day of subject's menstrual cycles, 2) 7- 9th Day: between the 1st and 4th day of subject's menstrual cycles, 3) 18-21st Day: between the 1st and 4th day of subject's menstrual cycles.

Before, after and after the 20 minute resting, subjects' postural oscillation performances were measured 3 times in heart rate(HR), blood lactate levels(BLL) in eyes-open(EO) and eyes-closed(EC) conditions. Data analysis included One-Way ANOVA and Two-Way Repeated Measures ANOVA tests. It was observed that 1-4th and 18-21st Day groups' relative highest powers and average powers were higher than 7-9th Day($p < 0,05$). It was seen that group($F(2,134) = 0,071$; $p > 0,05$) and time($F(2,134) = 2,707$; $p > 0,05$) effects weren't statistically meaningful for EO OSI scores. In EO condition, time X group interaction was determined to be meaningless for OSI scores($F(4,134) = 1,069$; $p > 0,05$). In EC condition, group interaction weren't found to be meaningful for OSI scores($F(2,134) = 0,184$; $p > 0,05$). Time effect t was determined to make meaningful difference for EC OSI score($F(2,134) = 13,760$; $p < 0,05$). OSI scores after Wingate were seen to be higher compared to before Wingate and resting($p < 0,05$).

The results, It was determined that eyes-open postural oscillation performance of young females has not changed after short period of high intensity loading, postural oscillation in eyes closed condition has increased after loading and returned to beginning level after recovery. It has been found that postural oscillation levels of young females do not differ between menstrual phases before loading, after loading and after recovery.

Bayan Judocularıda 8 Haftalık Antrenmanın Düzenli Su Tüketiminin Bazı Kan Parametreleri Üzerindeki Etkisinin İncelemesi

¹Seda Çağlar, ²Seda Çağlar, ²Erkut Tutkun

¹Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa

²Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa

Email : seda-357@hotmail.com, seda-357@hotmail.com, erkuttutkun@gmail.com

Amaç: Çalışmanın amacı, 8 haftalık judo antrenmanlarında düzenli su tüketiminin bazı kan parametreleri üzerinde oluşturduğu etkileri incelemektir.

Yöntem: Araştırmaya, 17-18 yaş aralığında aktif spor yapan 15 judocu bayan gönüllü olarak katıldı. Çalışma iki aşamada tamamlandı. Birinci aşamada; sporcuların, boy (cm), vücut ağırlığı (kg), vücut yağ yüzdesi ölçüldü. Kan, biyokimya-hormon, hematoloji, HbA1c ölçümleri uzman bir doktor eşliğinde hastanede yapıldı. İkinci aşamada; Sporculara uygulanan 8 haftalık antrenman esnasında, her gün antrenman öncesi, antrenmanda ve sonrasında 2 litre su tüketmeleri istendi ve beslenme durumları takip edildi. Sporcuların kan parametrelerindeki ilk ve son testlerdeki farklılıklarına Bağımsız t- Testi ile bakıldı. Sonuçlar $p<0.05$ anlamlılık düzeyinde değerlendirildi.

Bulgular: Çalışmada, bayan judocuların ilk test ölçümleri, vücut ağırlığı ortalaması $57,20\pm6,59$ kg, vücut yağ yüzdesi $30,78\pm9,54$ kg, HDL Kolesterol $64,86\pm13,14$ mg/dL, Glukoz $77,66\pm5,38$ mg/dL, Üre $21,33\pm4,54$ mg/dL, olarak saptandı. Son test ölçümleri, vücut ağırlığı ortalaması $55,80\pm6,69$ kg, vücut yağ yüzdesi $28,36\pm8,38$ kg, HDL Kolesterol $53,86\pm5,38$ mg/dL, Glukoz $70,08\pm6,95$ mg/dL, Üre $17,66\pm4,41$ mg/dL olarak saptandı. Sporcuların İlk ve son test ölçümleri arasında, vücut ağırlığı, vücut yağ yüzdesi, HDL Kolesterol, Glukoz, Üre parametrelerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmıştır. ($p<0,05$)

Sonuç: Bayan judocularla yapılan 8 Haftalık antrenman ve düzenli su tüketimi ile sporcuların antrenman esnasındaki dehidrasyon önlenmiş oldu bu da sporcuların antrenmandaki performansına olumlu yönde yansıdı. Bayan judocuların 8 hafta sonunda kilo kaybı, vücut yağ yüzdelerinde azalma gözlemlendi. Düzenli su tüketimi sporcuların kan parametrelerine olumlu yönde etkilediği gözlemlenmiştir.

Anahtar Sözcük: Judo, Su, Kan parametreleri

A Study About The Effects of Water Consumption on Blood Parameters of Female Judoists During 8 Weeks Training

Purpose: The purpose of this study is aimed to evaluate the effects of water consumption on blood parameters of female judoists during 8 weeks training.

Method: 15 female judoists who keep in training age range 17-18 were volunteer for that study. This study was completed in two phases. At first phase height(cm), weight(kg) and body fat index of judoists were measured. The blood groups, biochemical hormones, hemotologic tests, HbA1c have been recorded in company with specialist in hospital. At second phase, during 8 weeks training, it was asked to judoists consuming 2 liters water before training, upon training and after training and it was followed their nourishment. In first and last tests the differences of blood parameters of female judoists were measured via independent samples t-test. The results were evaluated in significance level $p < 0,05$.

Findings: In first tests of female judoists it was observed that the average of their bodyweight is $57,20 \pm 6,59$ kg, the index of their body fat $30,78 \pm 9,54$ kg, HDL Cholesterol $64,86 \pm 13,14$ mg/dL, Glucose $77,66 \pm 5,38$ mg/dL, Ure $17,66 \pm 4,41$ mg/dL. In their last tests, it was defined that the average of their body weight $55,80 \pm 6,69$ kg, the index of body fat $28,36 \pm 8,38$ kg, HDL Cholesterol $53,86 \pm 5,38$ mg/dL, Glucose $70,08 \pm 6,95$ mg/dL, Ure $17,66 \pm 4,41$ mg/dL. It is clearly observed that between first and last tests, there is significant differences in all these criterions ($p < 0,05$).

Conclusion: It is prevented dehydration in judoists' bodies during training by training and regularly consuming water and it positively reflects to the performances of judoists during training. At the end of 8 weeks, it is seen weight loss and decrease of body fat index. The regular water consumption positively affects also to blood parameters of judoists.

Keywords: Judo, Water, Blood parameters

Yarışmacı Bisikletçilerde Uzun Dönem Kardiyak Değişikliklerin Elektro ve Eko Kardiyografi İle Belirlenmesi

²Hüseyin Aslan, ¹Bülent Işık, ³Mehmet Kazım Kara

¹İl Ambulans Servis Başhekimliği, Konya, Türkiye

²Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya, Türkiye

³Iğdır Üniversitesi Ziraat Fakültesi, Iğdır, Türkiye

Email : 42aslan4201@gmail.com, drbulent42@gmail.com, mkazim.kara@gmail.com

Amaç: Bu çalışmada aktif ve veteran profesyonel bisikletçilerde yarışmacı düzeyde yapılan bisiklet sporunun bisikletçi kalbinde yaptığı yapısal ve elektriksel değişiklikler ile bu değişikliklerin yaşam boyu muhtemel etkilerini araştırmayı amaçladık. Elit bisikletçilerde bisiklet sporundan kaynaklanan aşırı kardiyak hacim ve basınç yükü etkisiyle hem kavite hem de duvar kalınlığı artışı en yüksek düzeyde görülmektedir. Tamamen sağlıklı bisikletçilerin herhangi bir bulgu yapısal veya elektriksel bir kalp hastalığının ilk işareti olabilir. Bu yüzden, sağlıklı görünen fakat ani kardiyak ölüm riski yüksek bisikletçilerde kardiyak değişikliklerin elektrokardiyografi (EKG), ekokardiyografi (EKO) gibi basit testlerle ile belirlenmesi ve Hipertrofik kardiyomiyopati gibi yapısal kalp hastalıklarının muhtemel varlığının açığa çıkarılması çok önemlidir.

Metot: Biz hiçbir şikâyeti olmayan 24 aktif ve 27 veteran elit bisikletçi ile benzer yaşta kontrol grubu 20 erkek gönüllüyü EKG ve EKO ile detaylı olarak inceledik.

Bulgular: Aktif, veteran bisikletçiler ve kontrol grubunda sol ventrikül kitlesi (SVK) sırasıyla, 218.88 ± 51.64 , 206.50 ± 54.16 , 151.95 ± 23.84 gram olarak bulundu. Her iki bisikletçi grupta kontrol gruba göre anlamlı düzeyde yüksekti ($p < 0.01$, $p < 0.01$). Ayrıca gruplar arasında SVK ile SLI arasında pozitif ilişki bulundu ($p < 0.01$, $r: 0.419$).

Sonuç: Elit aktif ve veteran bisikletçilerde yapısal bir kalp hastalığı tespit edilemedi. Bisiklet sporu kaynaklı sol ventrikül hipertrofisinin hem elektro hem de eko kardiyografik belirtilerinin var olduğu ve birbiriyle sıkı ilişkili olduğu belirlendi. Bu durum bisiklet sporunun hipertrofik etkisi ve olası risklerinin yaşam boyu sürebileceği ve bu sporcuların sıkı takip edilmesi gerektiği fikrini doğurdu.

Anahtar Sözcükler: Bisikletçi, Sol Ventrikül Hipertrofisi, EKG, EKO

Referanslar: Maron BJ: Sudden death in young athletes N Engl J Med. 2003;349:064–1075

Sokolow ML, Lyon TP: The ventricular complex in left ventricular hypertrophy as obtained by unipolar precordial and limb leads American heart journal 1949;37(2);161-186.

Devereux RB, Reichek NE: Echocardiographic determination of left ventricular mass in man. Anatomic validation of the method Circulation 1977;55(4);613-618

Determination Of Long-Term Cardiac Changes By Electro And Echocardiography in Competitor Cyclists

Aim: In this study, we aimed to investigate the structural and electrical changes that cycling sport held at competitor level in active and veteran professional cyclists makes in the cyclist's heart and lifelong possible effects of these changes. In elite cyclists, both cavity and wall thickness increase is seen at the highest level due to excessive cardiac volume and pressure load resulting from cycling sport. Any findings of completely healthy cyclists may be the first sign of a structural or electrical heart disease. Therefore, it is very important to determine cardiac changes in cyclists who are apparently healthy but at high risk of sudden cardiac death by simple tests such as electrocardiography (ECG), echocardiography (ECHO) and to reveal the possible presence of structural heart diseases such as hypertrophic cardiomyopathy.

Methods: We have studied the 24 active and 27 veteran elite cyclists who have no complaints and the 20 control group consisting of male volunteers of similar age in detail with ECG and ECHO.

Results: Left ventricular mass (LVM) in active, veteran cyclists and control group was found as 218.88 ± 51.64 , 206.50 ± 54.16 , 151.95 ± 23.84 gram respectively. It was significantly higher in both cyclist groups compared to the control group ($p < 0.01$, $p < 0.01$). There was also a positive correlation between LVM and SLI in the groups ($p < 0.01$, $r: 0.419$).

Conclusion: A structural heart disease could not be detected in elite active and veteran cyclists. Both electrocardiographic and echocardiographic indications of left ventricular hypertrophy resulting from cycling sport were found to be present and closely related to each other. This led to the idea that the hypertrophic effects of cycling sport and its potential risks could last lifelong and that these athletes should be closely monitored.

Keywords: Cyclist Left Ventricular Hypertrophy, ECG, ECHO.

References: Maron BJ: Sudden death in young athletes N Engl J Med. 2003;349:064–1075

Sokolow ML, Lyon TP: The ventricular complex in left ventricular hypertrophy as obtained by unipolar precordial and limb leads American heart journal 1949;37(2);161-186.

Devereux RB, Reichek NE: Echocardiographic determination of left ventricular mass in man. Anatomic validation of the method Circulation 1977;55(4);613-618

Hipermobilite Sendromu (Hms) ve Spor İlişkisi Üzerine Bir Araştırma

1Eren Uluöz

¹Cukurova University, School Of Physical Education And Sports, Adana/Turkey

Email : *proferde@hotmail.com*

Hipermobilite sendromu (HMS), romatizmal bir hastalık ile ilişki olmaksızın eklemlerin normalin üzerinde hareket genişliğine sahip olduğu klinik bir sendrom olarak tanımlanmaktadır. Eklem laksitesi, toplumda sağlıklı bireylerin yaklaşık %5-15'inde herhangi bir belirti göstermeden bulunmakla birlikte bazı kişilerde kronik ağrılara neden olduğu bildirilmiştir. HMS tanısında "Beighton" ve "Brighton" tanı kriterleri kullanılmaktadır. Bu çalışmanın amacı HMS ve spor üzerine yapılan güncel araştırmalarla iki kavram arasındaki ilişkiye dikkat çekmektir. Son yıllarda spor ve hipermobilite ilişkisi üzerine yapılan araştırmalarda HMS'nun jimnastik, bale, dans gibi esneklik gerektiren fakat fiziksel temas içermeyen spor dallarında bazı avantajlar sağladığı bildirilmiştir. Buna ek olarak bazı spor dallarında yapılan araştırmalarda HMS'nin sakatlık riskini arttırmadığı bildirilmiştir. Blokland ve ark.'nın (2017) elit kadın futbolcular, Collinge ve Simmonds'ın (2009) futbolcular ve Tokish ve ark.'nın (2017) beyzbolcular üzerinde yaptıkları çalışmada HMS'na sahip sporcularla olmayanlar arasında yaralanma riski açısından istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmadığı bildirilmiştir. Buna karşın HMS'nun özellikle rakiple fiziksel temas içeren ve güç gerektiren sporlarda sakatlık riskini arttırdığı ortaya birçok araştırmada bildirilmiştir. Pacey ve ark.'nın (2010) konu ile ilgili yaptıkları meta analiz çalışmasında ve Huston ve ark.'nın (2000) çalışmasında HMS'nin özellikle diz ekleminde meydana gelen sakatlık riskini arttırdığı bildirilmiştir. Benzer şekilde Uluöz (2007) voleybolcularda, Smith ve ark. (2005) netbolcularda, Konopinski ve ark. (2012) futbolcularda, Stewart ve Burden. (2004) rugbycilerde, HMS ile spor sakatlıkları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğunu bildirmişlerdir. Sonuç olarak HMS sedanter bireylerde hayat boyunca çoğu zaman sorun çıkarmayan bir durum olsa da fiziksel efor gerektiren meslek gruplarında çalışanlarda ya da herhangi bir düzeyde fiziksel aktivite/spor yapan bireylerde özellikle eklemlerde sakatlıklara yol açması nedeniyle dikkate alınması gereken bir rahatsızlıktır. Özellikle sporcu seçiminde yapılan sağlık kontrollerinde HMS yönünden de muayenelerin yapılmasının, koruyucu malzeme kullanımının ve rehabilitasyon uygulamaları gibi gerekli önlemlerin alınmasının sporcu, kulüp ve genel sağlık bütçesi üzerinde olumsuz etkilere yol açan spor sakatlıklarının engellenmesine yardımcı olacağı düşünülebilir.

A Study On Current Researches On Relationship Between Benign Hypermobility Syndrome (Hms) And Sports

HMS is defined as a clinical syndrome in which joints have a range of motion over normal without relation to a rheumatic disease. HMS has been reported to cause chronic pain in some people, although in the community about 5-15% of healthy individuals show no symptoms. The aim of this study is to point to the relationship between HMS and sport. In recent years, studies on sports and HMS have reported that HMS provides some advantages in sport branches that require flexibility, such as gymnastics, ballet, and dance. In addition, studies in some sports have reported that HMS does not increase the injury risk. There is not a statistically significant difference of injury rates between HMS and non-HMS groups in Blokland et al.(2017) elite female soccer players, Collinge and Simmonds (2009) footballers and Tokish et al.(2017)'s studies. However, it has been reported in many studies that HMS has increased the injury risk, especially in sports involving physical. In a meta-analysis of Pacey et al.(2010), Huston et al.(2000) reported that HMS increased the risk of disability particularly in the knee joint. Similarly, Uluöz(2007) (volleyball), Smith et al.(2005) (netball), Konopinski et al. (2012) (soccer), Stewart and Burden(2004) (rugby) reported that there was a statistically significant relationship between HMS and

sports injuries. In Conclusion, HMS syndrome is a condition in which sedentary individuals often have no problem during life. However, it is a discomfort that should be taken into consideration because it causes injuries in joints especially in individuals who perform physical activity and sports at different levels. It may be thought that taking necessary precautions such as detailed health checks especially in selection of athletes, use of protective materials and rehabilitation applications will help prevent sports injuries which cause negative effects on athletes, clubs and health budgets.

Visseral Yağ Oranı İle Kan Lipit Parametreleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Tuğba Kocahan, ¹Ebru Arslanoğlu, ¹Aslıhan Nefes

¹Gençlik Ve Spor Bakanlığı Spor Genel Müdürlüğü Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı, Ankara

Email : tugba.kocahan@sgm.gov.tr, ebru_arslanoglu@hotmail.com, aslihannefes@gmail.com

Giriş ve Amaç: Obezite vücuttaki yağ kütlesinin artması ile tanımlanan, kronik bir hastalıktır. Abdominal obezite; serum total kolesterol ve trigliserit seviyelerinde artmaya, HDL kolesterol düzeyinde ise azalmaya yol açar. Çalışmamızın amacı, sedanter bireylerde visseral yağ oranı ile kan lipit parametreleri arasındaki ilişkiyi incelemektir.

Yöntem: Çalışmaya; 90 birey (56 erkek, 34 kadın) dahil edilmiştir. Erkeklerin yaş ortalaması 44.4 ± 10.9 yıl, kadınların yaş ortalaması 38.7 ± 11.9 yıldır. Bireylerden sabah 12 saat açlık sonrası alınan kan bulgularından; total kolesterol(mg/dl), trigliserit(mg/dl), HDL(mg/dl), LDL(mg/dl) değerleri çalışmamızda kullanıldı. Çalışmaya katılan bireylerin vücut kompozisyon ölçümleri, BIA (Tanita MC-980, 1000 kH) kullanılarak yapıldı. Bu analiz ile elde edilen verilerden; visseral yağ oranı, vücut yağ yüzdesi, yağ kütlesi ve yağsız kütle değerleri çalışmamızda kullanıldı. Verilerin istatistiksel analizi için SPSS 20.0 istatistik paket programı kullanılmıştır. Parametreler arası ilişkinin belirlenmesi için Spearman Korelasyon katsayısı kullanılmış ve $p < 0.05$ değeri istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

Bulgular: Çalışmaya katılan bireylerin ortalama vücut yağ yüzdeleri erkeklerde 23.7 ± 5.5 iken kadınlarda 31.6 ± 7.5 'di. Ortalama visseral yağ oranı erkeklerde 10.4 ± 4.1 birim, kadınlarda 5.4 ± 3.6 birim olarak bulundu. Visseral yağ oranı ile vücut yağ yüzdesi, yağ kütlesi, yağsız kütle ve beden kütle indeksi arasında anlamlı bir ilişki olduğu görüldü ($p < 0.01$). Visseral yağ oranı ile trigliserit, total kolesterol ve LDL kolesterol arasında pozitif yönlü; visseral yağ oranı ile HDL kolesterol arasında ise negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görüldü ($p < 0.05$).

Sonuç: Çalışmamıza katılan bireylerin visseral yağ oranı ile trigliserit, total kolesterol ve LDL arasında pozitif yönlü, visseral yağ ile HDL arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görüldü. Çalışmanın sonuçlarına göre; lipit parametrelerine bakmanın mümkün olmadığı durumlarda, BIA'nın verdiği visseral yağ oranının kan lipit parametreleri hakkında fikir verebileceği düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: BIA, visseral yağ, kan lipit parametreleri

Evaluation Of Relation Between Visceral Fat Rate And Blood Lipid Parameters

Introduction and Objectives: Obesity is a chronic disease, characterized by increased fat mass in the body. Abdominal obesity leads to an increase in serum total cholesterol and triglyceride levels and a decrease in HDL cholesterol levels. The aim of our study is to assess the relationship between blood lipid parameters and visceral fat ratio in sedentary individuals.

Methods: 90 individuals (56 male, 34 female) were included to the study. The average age of males was 44.4 ± 10.9 years and females was 38.7 ± 11.9 years. Blood samples was collected from 8-12 hours in the morning after fasting individuals and the results obtained Total cholesterol (mg/dl) , LDL (mg/dL) , HDL (mg/dl), triglycerides (mg/dl) data were used. Body composition measurements of individuals participating in the study were assessed using a Bioelectric Impedance Analyzer (Tanita MC-980, 1000 kH).

From the data obtained by this analysis; visceral fat, body fat percentage, fat mass and lean mass were used. SPSS 20.0 Statistical Package Program was used for statistical analysis of the data. Spearman correlation was used to determine the relationship between the parameters and $p < 0.05$ was considered statistically significant.

Result: The mean visceral fat ratio was 10.4 ± 4.1 for males and 5.4 ± 3.6 for females. There was a significant correlation between visceral fat ratio and body fat percentage, fat mass, lean mass and body mass index ($p < 0.01$). There was a positive correlation between visceral fat ratio and triglyceride, LDL and total cholesterol. There was a negative correlation between visceral fat and HDL cholesterol ($p < 0.01$).

According to the results of the study; it is thought that the ratio of visceral fat given by BIA can give an idea about blood lipid parameters when it is not possible to look at lipid parameters

Keywords: BIA, visceral fat, blood lipids parameters

Sporda Doping Kullanımına ve Etkilerine İlişkin Görüşlerin İncelenmesi

¹Oğuz Özbek, ¹Seçkin Doğaner

¹Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : oguz.ozbek@sports.ankara.edu.tr, seckindoganer@gmail.com

Bu çalışmanın amacı; sporda doping kullanımına ilişkin sporcu, özel spor merkezlerinde fiziksel aktivite yapan ve bu spor merkezlerinde antrenör olarak çalışan kişilerin, doping kullanımına ve etkilerine ilişkin görüşlerini tespit etmek ve dopingin önlenmesine yönelik önerilerde bulunmaktır. Çalışmanın yöntemi betimseldir. Veriler yarı yapılandırılmış görüşme formu ile elde edilmiştir. Elde edilen nitel veriler içerik analiz yöntemi ile analiz edilmiştir. Çalışma grubu, Ankara’da yer alan çeşitli özel spor merkezlerinde fiziksel aktivite yapan (fitness, vücut geliştirme, kick-boks ve bilek güreşi) bireyler ve bu spor merkezlerinde çalışan antrenörler (fitnes eğitmeni) ile yarışmalara katılan Vücut Geliştirme ve Bilek Güreşi branşına sahip kişilerden oluşmaktadır. Çalışma grubu amaçlı örnekleme yöntemiyle seçilmiştir. Çalışmaya 12 kişi katılmıştır. Çalışma grubunun tamamı erkek katılımcılardan oluşmaktadır. Katılımcılar 22-40 yaş aralığında olup, en az lise mezunu düzeyinde eğitim seviyesine sahiptir. Veriler önce sistematik ve açık biçimde betimlenmiş, daha sonra yapılan bu betimlemeler yorumlanarak, neden - sonuç ilişkileri irdelenip, sonuçlara ulaşılmıştır. Verilerin geçerliğini sağlamak için spor bilimleri alanında çalışan üç uzmanın görüşlerine başvurulmuştur. Çalışmanın iç güvenirlik ve tutarlılığını saptamak için ise, sorunlar, duygu ve düşünceler arasındaki anlam ilişkilerine bakılmış ve bunlar üç uzman tarafından değerlendirilmiştir. Katılımcılar, doping kullanma nedenleri olarak, “hızlı kas gelişimi”, “sportif performans artışı” ve “daha iyi bir fiziki görünüme sahip olmak” olarak üç ana neden göstermişlerdir. Katılımcılar doping maddelerinin zararları konusunda bilgileri olduğunu ancak kullanılmasının önüne geçilmesinin çok zor olduğunu ifade ederek, rakipleri doping kullanmaya devam ettiği sürece bu maddeleri kendilerinin de kullanmaya devam edeceklerini belirtmişlerdir. Doping maddelerini çoğunlukla “antrenörlerinden”, “eczanelerden” ve “yurtdışından araçlar yolu” ile elde ettiklerini belirten katılımcılar, bu maddelerin kullanılmasının önlenemesinin ancak ülke çapında yapılan denetim ve cezaların artırılması ile mümkün olabileceğini belirtmişlerdir. Doping maddelerini kullanmak isteyen kişilere karşı farklı görüşler belirten katılımcılardan bazıları; bilinçli kullanıldığı ve maddi gücün yerinde olduğu durumlarda doping kullanımını çevrelerine önerebileceklerini vurgularken, bazı katılımcılar ise başkalarına bu maddeleri kullanmamasını tavsiye edeceklerini belirtmişlerdir.

Researches On The Use And Effects Of Doping in Sport

The purpose of this study is; to determine the opinions of using and effects of doping of athletes who work as coaches and persons who are physically active in sport center. The method of this research is descriptive. The data were obtained through a semi-structured interview form. The obtained qualitative data were analyzed by content analysis method. The study group consisted of individuals who were physically active (fitness, body building, kick-boxing and arm wrestling), coaches in various private sports centers in Ankara and those who participated in competitions (body building and arm wrestling). The study group was selected by sampling method and consists of 12 persons. The study group members are all men. Participants are between 22-40 years of age and have at least a high school education level. The data were first described in a systematic and open manner, and then interpretations of these descriptions were made, and the cause - effect relations were examined and the results were obtained. In order to ensure the validity of the data, three expert opinions in the field of sports sciences were applied. In order to determine the internal reliability and consistency of the study, the meaning relations between the problems, feelings and thoughts were examined and evaluated by three experts.

Participants showed three main reasons for using doping as "rapid muscle development", "sporty performance enhancement" and "having a better physical appearance". Participants stated that it was very difficult to avoid the use of doping materials, but they would continue to use them as long as their opponents continue to use doping. Participants stated that they obtained doping materials mostly through "coaches", "pharmacies" and "intermediaries from abroad" and it would be possible to prevent the use of these substances with the increase the control and punishment across the country. Some of

Sağlık Personellerinin Sportif Rekreasyonel Aktivitelere İlişkin Sağlık İnançlarının Karşılaştırılması

¹Mehmet Pense, ²Murat Kasımoğlu

¹Selçuk Üniversitesi, Konya

²Arven İlaç İç Anadolu Bölge Müdürlüğü, Konya

Email : mpense@selcuk.edu.tr, kasimoglumurat81@gmail.com

Giriş ve amaç: Sportif rekreasyon aktivitelerine ilişkin sağlık inancı, aktivitelere katılan kişilerin; algıladıkları fiziksel ve psikolojik yararı, bir hastalığa ilişkin algıladıkları ciddiyeti, aktivitelere katılımı karşılaştıkları engelleri ve bu katılım için gösterdikleri çabayı ifade eden öz etkinlikleri açıklamaktadır (Ertüzün 2013). Bu çalışmada; doktor, hemşire ve sağlık memurlarının sportif rekreasyon aktivitelerine ilişkin sağlık inançlarının karşılaştırılması amaçlanmıştır.

Yöntem: Bu çalışma, sağlık kurumlarında görev yapan 940 gönüllü sağlık personeli üzerinde yürütülmüştür. Verilerin toplanmasında Sosyo- demografik bilgi formu ve Sportif Rekreasyonel Aktivitelere İlişkin Sağlık İnanç Ölçeği (SRAİSİÖ) kullanılmıştır. Sosyo- demografik bilgi formu araştırmacılar tarafından düzenlenmiştir. Ertüzün ve ark. (2013) tarafından geliştirilen SRAİSİÖ, 5 alt boyuttan ve 21 maddeden oluşan likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı tüm maddeler için 0.88, bu çalışmada ise 0.86'dır. Verilerin analizinde, değişkenlerin normal dağılım gösterip göstermediği Kolmogorov-Smirnov testi uygulanarak belirlenmiş ve değişkenlerin kategorik biçimine göre non-parametrik testlerden Mann-Whitney U ve Kruskal Wallis (Chi-Square) testleri uygulanmıştır. Bulgular: SRAİSİÖ'nün alt boyutlarının sağlık personelleri arasında karşılaştırıldığında; algılanan engel, psikolojik yarar ve öz etkinlik alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı farklılıkların olduğu belirlenirken ($p < 0.05$), algılanan ciddiyet ve fiziksel yarar alt boyutlarında anlamlı farklılıklara rastlanılmamıştır ($p > 0.05$).

Sonuç: SRAİSİÖ'nün alt boyutlarından algılanan engel, psikolojik yarar ve öz etkinlik alt boyutlarında bulunan anlamlı farklılıkların, en üst düzeyde algılayan ve psikolojik yarar olduğunu düşünen grubun doktorlar ve hemşireler olduğu, en yüksek öz etkinliğin ise hemşirelerde olduğu saptanmıştır. Kaynaklar Ertuzun, E., Bodur, S., & Karakucuk, S. (2013). The Development of Health-belief Scale on Sportive Recreational Activities. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 89, p. 509-516.

Comparison Of Health Beliefs Of Health Personnels With Sportive Recreational Activities

Introduction and aim: The health belief about sportive recreational activities is that people participating in activities; describe the physical and psychological benefits they perceive, the seriousness they perceive in relation to a disease, the obstacles they face in their participation in the activity, and self-efficacy expressing the effort they demonstrate for this participation (Ertüzün 2013). The purpose of this study; it is comparison of health beliefs about sportive recreational activities of doctors, nurses and health officials.

Method: This study was conducted on 940 volunteer health personnel in private-public health institutions. In gathering the data; Socio-demographic information form and Health Belief Scale on Sportive Recreational Activities (HBSSRA) were used. The socio-demographic information form was organized by researchers. Ertüzün et al. (2013), is a Likert type scale consisting of 5 sub-dimensions and 21 items. The coefficient of internal consistency of the scale is 0.88 for all items, and 0.86 is in this study. In the analysis of the data, the Kolmogorov- Smirnov test was used to determine normal distribution.

The non-parametric tests which are Mann-Whitney U and Kruskal Wallis (Chi- Square) tests were used to analyse the variables. Results: When the subscales of HBSSRA are compared among health personnel; There were no significant differences in the perceived severity and physical benefit subscales ($p>0.05$), while there were statistically significant differences in perceived barrier, psychological benefit and self efficacy subscales ($p<0.05$).

Conclusion: It was determined that the group that thinks that the significant differences in the obstacle, psychological benefit and self efficacy sub-dimensions perceived from the subscales of HBSSRA are the highest level perceived and psychological benefit are the doctors and nurses and the highest self efficacy is the nurses. References Ertüzün, E, Bodur, S, & Karaküçük, S. (2013). The Development of Health-belief Scale on Sportive Recreational Activities. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 89, p: 509-516.

Erkek Ve Kadın Üniversiteli Öğrencilerde Düzenli Fiziksel Aktivite Alışkanlığı ve Obezite Düzeyinin Genel Sağlık Durumuna Etkisi

¹**Kemal Tamer**, ²**Mehmet Akif Ziyagil**, ³**Öner Kabasakal**, ⁴**Yıldırım Kayacan**

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

²Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

³Türkiye Üniversite Sporları Federasyonu

⁴Öndokuzmayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi

Email : ktamer54@gmail.com, mziyagil@gmail.com, onerkabasakal@gmail.com, kayacan@gmail.com

Amaç: Üniversiteli öğrenciler arasında artan hareketsiz yaşam tarzı ve obezite oranları onların genel sağlığını tehdit etmektedir. Bu çalışma; erkek ve kadın üniversiteli öğrencilerde egzersiz davranışı değişim aşamaları ve obezite düzeylerinin genel sağlık durumuna etkisinin araştırılmasını amaçlamıştır. Yöntem: Toplam 112 üniversiteden 4255'i erkek ve 3909'ı kadın olmak üzere toplam 8164 öğrenciden 2015 yılının Mart ve Haziran ayları arasında elektronik ortamda gönüllü katılım yoluyla veriler toplanmıştır. Bu çalışmada sırasıyla; katılımcıların üniversiteleri, cinsiyet, yaş, boy uzunluğu, vücut ağırlığı ile genel sağlık durumlarını kapsayan sorular yöneltilmiştir. Ayrıca, egzersiz davranışı değişim basamakları (EDDB) Anketi uygulanmıştır. Değişkenlerin normal dağılım göstermemesi sebebiyle karşılaştırmalarda Kruskal Wallis testi ile farklılığın kaynağının belirlenmesinde Mann-Whitney U testleri kullanılmıştır.

Bulgular: Erkekler kadınlardan daha yaşlı, daha uzun boylu, daha kilolu ve BKİ değerleri daha yüksektir. Genelde öğrencilerin % 36.72'si altı aydan fazla düzenli fiziksel aktivite yaparken % 63.28'i yeterli düzeyde hareket etmemektedir. Erkeklerin % 42.11'i ve kadınların % 30.86'sı altı aydan fazla düzenli fiziksel aktivitelere katıldıklarını bildirmişlerdir. Erkek öğrencilerin genel sağlık durumu iyi seviyesinin biraz üzerindedir. Erkek öğrencilerin % 31,35'i, kadınların %22.51'i genel sağlık durumlarını "çok iyi" olarak bildirirken yine erkeklerin % 15.82'si, kadınların % 19.90'ı kendilerinin genel sağlık durumlarını kötü ve çok kötü olarak tanımlamıştır. Erkeklerin genel sağlık durumu kadınlardan daha iyidir. Hem erkeklerde hem de kadınlarda fiziksel aktivite düzeyinin artışına ve BKİ değerinin azalışına bağlı genel sağlık seviyesi anlamlı düzeyde yükselmektedir.

Sonuç: Fiziksel, ruhsal, sosyal ve zihinsel bütünlük içerisinde üniversiteli öğrencilerin genel sağlığını artırmak ve şişmanlıktan korunmak için daha hareketli yaşam tarzına yönlendirilmelidir. Anahtar Kelimeler: Düzenli fiziksel aktivite, genel sağlık, üniversite öğrencileri.

Effects Of Regular Physical Activity Habit And Obesity Level Of Male And Female University Students On General Health Status

Aim: Increased sedentary lifestyles and obesity rates among university students threaten their general health. This study aimed to investigate the effects of stages of exercise behavior change and obesity level on male and female university students' general health levels.

Method: The data were collected from 112 universities including 4255 males and 3909 females between March and June in the year of 2015. In this study, questions were directed to the participants related to name of university, gender, age, body height, body weight and general health status. The Turkish version of Exercise Behavior Stages of Change Questionnaire (EBSCQ) was applied to participants. Due to abnormal distribution of data, Kruskal-Wallis tests were used for comparisons among groups. Mann Whitney U tests were also performed to test the origin of differences among groups.

Results: Males were older, taller, heavier, and have higher BMI values than females. In general, 36.72% of the students have more than six months of regular physical activity whereas 63.28% of them do not perform adequately. Self-reported participating rates in regular physical activity for more than six months were 42.11% for males and 30.86% for females, respectively. The overall health status of male students was slightly above the good level. While 31.35% of male and 22.51% of female students reported their overall health status as "very good", 15.82% of males and 19.90% of females identified their general health status as bad and very bad. The general health status of males was higher than females. In both males and females, the general health levels were significantly changed with increasing participation in regular physical activity and decreasing BMI values.

Conclusion: University students should be directed towards a more active lifestyle in order to increase their general health and to prevent obesity in physical, social, mental and intellectual unity.

Keywords: Regular physical activity, general health, university

SPORDA PSİKOSOSYAL ALANLAR PSYCHOSOCIAL FIELDS IN SPORT

Egzersiz ve Spor Psikolojisi **Exercise and Sport Psychology**

İlköğretim Öğrencilerinin Fiziksel Hareket İçeren Aktif Oyunlara Katılımlarının Yaşam Tatminlerine Etkisi

1Hüseyin Öztürk, 1Saadet Öztütüncü

1Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Gaziantep

Email : ozturkavrasya@hotmail.com, saadetoztutuncu@gmail.com

İlköğretim Öğrencilerinin Fiziksel Hareket İçeren Aktif Oyunlara Katılımlarının Yaşam Tatminlerine Etkisi

Bu çalışma ikinci kademe ilköğretim öğrencilerinin Fiziksel hareketlilik içeren aktif oyunlara katılımlarının Yaşam Tatminlerine etkisini belirlemek amacı ile hazırlanmıştır. Araştırmanın örneklemini 2016-2017 öğretim yılı Gaziantep ilindeki 6 ilköğretim okulundaki toplam 706 öğrenci oluşturmaktadır.

Öğrencilerin Fiziksel Aktivite içeren oyunları oynamaya yönelik tutumlarını belirlemek için "Oyunsallık ölçeğinden" ve yaşam tatminlerine etkisini belirlemek için "yaşam tatmin" ölçeğinden yararlanılmıştır.

Araştırmada elde edilen verilerin SPSS 22.0 paket programından yararlanılarak istatistiksel analizleri yapılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde istatistikî yöntem olarak, frekans, yüzde, ortalama, standart sapma, Sürekli değişkenlerin normal dağılıma uygunluk kontrolünde Kolmogorov Smirnov testi kullanılmıştır. Normal dağılıma sahip değişken 2 bağımsız grup karşılaştırılmasında Student t testi, İkiiden fazla bağımsız grubun karşılaştırılmasında ise ANOVA ve Tukey çoklu karşılaştırma testleri, sayısal değişkenler arasındaki ilişki ise Korelasyon analizi ile test edilmiştir.

Bulgulara göre; Öğrencilerin cinsiyetleri ile Toplam oyun ve alt boyutları Oyun tutkusu, Risk alma, Oyun isteği ve Yaşam tatmin ölçeği arasında anlamlı fark olduğu, okudukları sınıf ile Toplam oyun ve alt boyutları Oyun tutkusu, Risk alma, Oyun isteği, Keyif alma ve Yaşam tatmin ölçeği arasında anlamlı fark olduğu, Toplam oyun ile Yaşam tatmin ölçeği arasında yüksek derecede anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Öğrenci, Fiziksel Aktivite, Oyun, Tutum, Yaşam, Tatmin.

The Effect of Primary School Students on Life Satisfaction of Participation in Active Games Involving Physical Activity

The Effect of Primary School Students on Life Satisfaction of Participation in Active Games Involving Physical Activity

This study was prepared with the aim of determining the effect of participation of second grade elementary school students in active games involving physical mobility on Life Satisfaction. The sample of the research is composed of 706 students in 6 elementary schools in the province of Gaziantep in the academic year of 2016-2017.

To determine students' attitudes towards playing games that involve Physical Activity It has benefited from the "playability scale" and the "life satisfaction" scale to determine its effect on life satisfaction.

Statistical analyzes were performed by using SPSS 22.0 package program. Kolmogorov Smirnov test was used as a statistical method in the evaluation of the data, frequency, percentage, mean, standard deviation, normal distribution fitness of continuous variables. Student t test was used to compare 2 independent groups with normal distribution. ANOVA and Tukey multiple comparison tests were used in comparison of more independent groups, and correlation analysis between numerical variables was used.

According to findings; The gender of the students and the total gaming and sub-dimensions are significantly different between the game enthusiasm, the risk taking, the game request and the life satisfaction scale, the total gaming and sub-dimensions with the class they read are meaningful between the game enthusiasm, risk taking, game request, enjoyment and life satisfaction scale There is a significant relationship between the total game and Life Satisfaction scale at a high level.

Keywords: Student, Physical Activity, Game, Attitude, Life, Satisfaction.

Kadın Basketbolcularda Stresle Başa Çıkma, Öz-Yeterlik ve Sportif Kendine Güven Düzeylerinin Değerlendirilmesi

¹Gonca Eren, ¹Serdar Kocaekşi

¹Anadolu Üniversitesi, Eskişehir

Email : goncaeren@anadolu.edu.tr, skocaeksi@anadolu.edu.tr

Giriş: Başarı için sportif bileşenlerin yanında sporcuların stresle başa çıkabilme yeteneği, kendine güveni ve öz yeterlilik inançları olması gerekmektedir. Vealey (1986) sportif kendine güveni; bireylerin sportif anlamda yeteneklerine ve yapabileceklerine duydukları inanç olarak tanımlamaktadır. Bandura (1997) öz yeterlilik kavramını, "bireyin belli bir performansı göstermek için gerekli etkinliği organize edip, başarılı olarak yapma kapasitesine duyduğu inanç" olarak ifade etmektedir. Yine Baltaş ve Baltaş (2002) stresle başa çıkmayı bireyin stres yaratan durumlarla uğraşma ve üstesinden gelme çabası süreci olarak tanımlar.

Bu araştırmanın amacı; kadın basketbolcularda stresle başa çıkabilme, öz-yeterlik ve sportif kendine güven düzeylerini değerlendirmektir. Yöntem: Araştırma, Türkiye Kadınlar Basketbol 2. Ligi Play-Off Grubu müsabakalarına katılan 8 takımdan, 56 kadın sporcunun (İ:24, S:5.11) katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmada Sporda Stresle Başa Çıkma Stratejileri Envanteri (ISCCS), Sportif Kendine Güven Envanteri (SCI) ve Öz-Yeterlik Ölçeği (SES) veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analizi için, tanımlayıcı istatistik değerleri ile çift yönlü korelasyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Bilişsel ve Fiziksel Başa Çıkma ile Genel Sportif Kendine Güven arasında pozitif anlamlı bir ilişki vardır ($F=,447$; $P<0.01$). Aynı şekilde Bilişsel ve Fiziksel Başa Çıkma alt boyutu ile Durumluk Sportif Kendine Güven arasında da pozitif anlamlı bir ilişki gözlemlenmektedir ($F=,506$; $P<0.01$). Bilişsel ve Fiziksel Başa Çıkma alt boyutu ile Öz Yeterlilik arasında anlamlı bir ilişki gözlenmiştir ($F=,499$; $P<0.01$). Sonuç: Gözlenen sonuçlara göre sportif kendine güveni yüksek olan sporcuların bilişsel ve fiziksel anlamda stresle başa çıkabilme düzeylerinin de yüksek olduğu yorumu yapılabilir. Jones ve Swain'in (1995) çalışması bu bulguları destekler niteliktedir. Ayrıca öz-yeterlik inancı yüksek olan sporcuların stresle baş edebilme becerilerinin de daha iyi olduğu yönünde bir yorum getirilebilir. Özbay ve arkadaşlarının (2012) çalışması da bu bulguları destekler niteliktedir.

The Evaluation Of Coping With Stress, Self-Efficacy And Self Confidence Levels In Woman Basketball Players

Introduction: For sportive achievement, athletes should have coping strength with stress, self-confidence and self-efficacy beside athletic components. Vealey (1986) describes self-confidence in the sport as athletes' beliefs on their capacity and abilities. Bandura (1997) stresses self-efficacy which is individual's believing in their capacity to organize required activities for success and exhibiting great performance. Baltas and Baltas (2002) identify coping with stress as an attempt to overcome and dealing process with stressful situations of individuals. This research aims evaluating stress coping, self-efficacy and self-confidence levels in women basketball players.

Method: Research, carried out with 8 teams including 56 women athletes who their ages between 17 to 39 years ($M:24$, $S:5.11$) in Turkish Women Basketball Second League Play-Off games. In this research, Inventory of Stress Coping Strategies in Sport, Self-Efficacy Scale and Self-Confidence Inventory were used to data collection. Descriptive statistic values and two-way correlation analysis were used for analyzing data. Findings: There is a significant positive correlation between the levels of Cognitive and Physical Coping (CPC) with Trait Sport Confidence ($F=,447$; $P<0.01$). Likewise, there is a significant positive correlation between the levels of CPC with State Sport Confidence ($F=,506$; $P<0.01$). Also a significant positive correlation was observed between the levels of CPC with Self-Efficacy ($F=, 499$; $P<0.01$).

Conclusion: According to the observed results, some interpretations made on the athletes have a high level of self-confidence in sport, also they have higher levels of CPC. Jonas and Swain's (1995) study supports these findings. Besides, we may put an interpretation towards athletes are more successful on coping with stress if they have a high level of self-efficacy. Also, Ozbay et. al. (2012) support these findings.

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Bilişötesi Öğrenme Stratejileri ile Yükseköğrenime Geçiş Sınavı Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

1Bülent Ağbuğa

1Pamukkale Üniversitesi, Denizli

Email : bakboga@pau.edu.tr,

Üniversitelerin çeşitli bölümlerinde okumak isteyen öğrenciler için bir yarış niteliği taşıyan sınavlardan birinci basamağı “Yüksek Öğretime Geçiş (YGS)” sınavıdır. Bu sınavdan yüksek not almak hedefe ulaşmak için en temel basamaktır. Ancak bu puanın yüksek olması öğrencilerin bilinçli ya da bilinçsiz uyguladıkları çeşitli öğrenim stratejilerine bağlıdır. Bilişötesi öğrenme stratejileri de bunlardan biridir. Bu tür öğrenme stratejilerini uygulayan öğrencilerin daha yüksek puan almaları beklenir. Ancak bu durumun böyle olup olmadığı sorgulanmalıdır. Bu yüzden yapılan bu araştırmada üniversite öğrencilerinin YGS puanları ile bilişötesi öğrenme stratejilerinin arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Pamukkale Üniversitesi’nin Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim görmekte olan toplam 224 (98 kadın ve 126 erkek) öğrenci katılmıştır. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin bilişötesi öğrenme stratejilerinin belirlenmesinde Namlu (2004) tarafından geliştirilen Bilişötesi Öğrenme Stratejileri Ölçeği kullanılmıştır. Bilişötesi Öğrenme Stratejileri Ölçeği dörtlü Likert türünde bir ölçek olup, Ölçekte bulunan maddeler 4 puandan 1 puana doğru “her zaman” “sık sık”, “bazen” ve “hiçbir zaman” biçiminde tasarlanmıştır. Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları sonunda ölçek “planlama stratejileri” “örgütlenme stratejileri”, “denetleme stratejileri” ve “değerlendirme stratejileri” olarak adlandırılan 4 faktörden ve 21 maddeden meydana gelmiştir. Bu araştırmanın sonuçlarından biri katılımcıların orta düzeyde bilişötesi öğrenme stratejilerini kullandıklarının tespit edilmesi olmuştur. Korelasyon analizi sonucunda, öğrencilerin YGS puanları ile bilişötesi öğrenme stratejileri (planlama alt boyutu için $r = .193$; örgütlenme alt boyutu için $r = .223$; denetleme alt boyutu için $r = .270$ ve bilişötesi toplam puanı için $r = .281$) arasında 0,01düzeyinde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuşken, sadece YGS puanları ile “değerlendirme” arasında ise istatistiki olarak anlamlı olmayan bir ilişki tespit edilmiştir. Bu bulgu öğrencilerinin farklı bilişötesi öğrenme stratejilerini YGS puanlarının yüksek tutulmasında kullandıklarını göstermektedir. Gelecekte yapılacak araştırmalar farklı fakültelerdeki, üniversitelerdeki ve hatta farklı sosyo-ekonomik seviyede farklı fakültelerdeki, üniversitelerdeki ve hatta farklı sosyo-ekonomik seviyede olan öğrencilerin bilişötesi öğrenme stratejilerini incelemelidir.

Examination of the Relationship between School of Sport Sciences' Students' Metacognitive Learning Strategies and Their Higher Education Transfer Examination Scores

For those students who want to study in various departments of universities, the first step is the "Higher Education Transition (YGS)" exam. However, the high score is depends on the various learning strategies that the students apply consciously or unconsciously. Metacognitive learning strategies are also one of them. Students who implement such learning strategies are expected to score higher. However, it should be questioned whether this is the case. Therefore, it is aimed to investigate the relationship between YGS scores of university students and metacognitive learning strategies in this research. The study group included a total of 224 Sport Science Faculty students (98 female and 126 male) in Pamukkale University. For determination of metacognitive learning strategies of university students, Metacognitive Learning Strategies Scale developing by Namlu (2004) was used. The Metacognitive Learning Strategies Scale is a four-likert type scale, in which items on the scale are scored as "always", "often", "sometimes" and "never" .

At the end of the validity and reliability studies of the scale, the scale consists of 4 factors "planning strategies" , "organization strategies" , "managing strategies" and "evaluation strategies" and 21 items. It has been found that university students used metacognitive learning strategies at medium level. As a result of the correlation analysis, it was found that there was a meaningful relationship at .01 significant level between the YGS scores and the metacognitive learning strategies ($r = .193$ for the planning sub-dimension, $r = .223$ for the organization sub-dimension, $r = .270$ for the managing sub-dimension and $r = .281$ for the total metecognitive dimension). However, a statistically insignificant relationship was found only between YGS scores and "evaluation sub-dimension". This finding suggests that students use different cognitive learning strategies to keep YGS scores high. Future research should explore these strategies of students in different faculties.

Farkındalık Temelli Beceri Geliştirme Programının Elit Okçuların Mental Becerileri Ve Farkındalık Düzeyleri Üzerindeki Etkililiğinin İncelenmesi

¹Zeynep Ayça Terzioğlu, ²s. Gülfem Çakır

¹Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya

²Akdeniz Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Antalya

Email : aycaterzioglu@gmail.com, glfmcakir@gmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, farkındalık temelli hazırlanan beceri geliştirme programının elit okçuların mental becerileri ve farkındalık seviyeleri üzerindeki etkisini incelemektir. Araştırmaya Rio 2016 Hazırlık Kampında yer alan yaşları 16 ile 25 arasında değişen 11 elit okçu katılmıştır. Okçuların %45.5'i kadın ve %54.5'i erkektir.

Yöntem: Tek grup öntest-sontest kontrol grupsuz deney deseninin kullanıldığı çalışmada veriler, Wilcoxon işaretli sıralar testi ile analiz edilmiştir. Elit okçuların mental yeteneklerini değerlendirmek amacıyla Ottawa Mental Yetenek Değerlendirme Ölçeği – 3, farkındalık düzeylerini belirlemek amacıyla ise Beş Boyutlu Bilinçli Farkındalık Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmada, elit okçulara 8 oturumdan oluşan ve her biri 90 dakika süren Farkındalık Temelli Beceri geliştirme programı uygulanmıştır.

Bulgular: Yapılan analizler sonucunda, elit okçuların Ottawa Mental Yetenek Değerlendirme Ölçeği'nin alt boyutları olan rahatlama-gevşeme, canlandırma-enerji, mücadele planı ve yeniden odaklanma puanlarının anlamlı düzeyde arttığı bulunmuştur. Araştırmanın bulguları, farkındalığın beş alt boyutu arasında gözlemlene, tanımlama, farkındalıkla davranma ve içsel deneyimlere tepkisizlik puanlarında da anlamlı düzeyde bir artma olduğunu göstermiştir.

Tartışma ve Sonuç: Bu sonuçlar Farkındalık Temelli Beceri geliştirme programının sporcuların gevşemelerine, enerji düzeylerinin artmasına, mücadele planı hazırlamaya ve yeniden odaklanmaya pozitif yönde etki eden bir program olabildiğini göstermektedir.

Anahtar kelimeler: Farkındalık, farkındalık temelli beceri geliştirme programı, mental beceriler, spor psikolojisi

Effectiveness Of Mindfulness Based Skills Training Program On Mental Skills And Mindfulness Levels Of Elite Archers

Introduction and aim: The aim of this study is to examine the effectiveness of mindfulness based skills training program on mental skills and mindfulness levels of elite archers. This study included 11 elite archers from Rio Preparation Camp 2016. Their ages ranged from 16 to 25 years and 45.5% of them were female and 54.5% of them were male.

Method: In this study, one group pretest-posttest design was used and the data was analyzed by using Wilcoxon signed rank test. The Ottawa Mental Skills Assessment Tool-3 was used to measure the mental abilities of the elite archers.

The Five Facets Mindfulness Questionnaire was also used to measure the mindfulness levels of the elite archers. The program was 8-week mindfulness based skills training program and each session lasted for 90 minutes.

Findings: The study results revealed that, subscales, refocusing, competition planning, activation, and relaxation scores of elite archers was significantly increased among Ottawa Mental Skills Assessment Tool. Findings also showed that there was a significant increase in the scores of observation, describing, acting with awareness and nonreactivity to inner experience subscales of mindfulness.

Discussion and conclusion: These results suggest that an 8-week mindfulness based skills training program has a positive effect on relaxation of athletes, increase in energy level, competition planning and refocusing.

Keywords: Mindfulness, Mindfulness Based Skills Training Program, Mental Skills, Sport Psychology

Atatürk Üniversitesi Öğrencilerinin Spora Karşı Tutumları İle Yaşam Kaliteleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Hasan Hüseyin Yılmaz, ¹Levent Önal, ¹Fatih Ağduman, ¹Murat Kaldırımçı

¹Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

Email : hasanh.yilmaz@atauni.edu.tr, leven.onal@atauni.edu.tr, f.agduman@atauni.edu.tr, m.kaldirimci@atauni.edu.tr

Bu çalışmada Atatürk Üniversitesinde öğrenim gören lisans öğrencilerinin spora karşı tutumları ile yaşam kaliteleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırmada üç bölümden oluşan anket tekniği kullanılmıştır. Birinci bölümde katılımcılara demografik özelliklerinin sorulduğu sorular; ikinci bölümde Dünya Sağlık Örgütü tarafından geliştirilen; Eser, Fidaner, Fidaner, Eser, Elbi ve Göker (1999) tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan “Yaşam Kalitesi Ölçeği – Kısa Formu” (WHOQOL-BREF), üçüncü bölümde ise Koçak (2014) tarafından geliştirilen ve geçerlik-güvenirlik çalışması yine Koçak tarafından yapılan Spora Yönelik Tutum ölçekleri kullanılmıştır. Anketler 2016-2017 eğitim-öğretim yılında Atatürk Üniversitesinde öğrenim gören 141 erkek, 259 kadın olmak üzere toplam 400 lisans öğrencisine uygulanmıştır.

Yapılan analizler sonucunda katılımcıların spora karşı tutumları ile yaşam kaliteleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Araştırmanın sonucunda katılımcıların spora yönelik tutumların ile yaşam kaliteleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu, ayrıca spora yönelik tutumları yüksek olan bireylerin yaşam kalitelerinin de yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<0.01$).

Anahtar Kelimeler: Tutum, Spor, Yaşam Kalitesi

Investigation Of The Relationship Between The Attitudes To The Sport And Their Quality Of Life in Ataturk University Students

The aim of this study is to examine the relationship between quality of life and attitudes to sport of the students studying at Ataturk University.

A three-part questionnaire was used in the study. In the first part, the demographic characteristics of the participants were used. In the second part “WHOQOL-BREF” Scale was used developed by World Health Organization and has been made reliability and validity by Eser, Fidaner, Fidaner, Eser, Elbi ve Göker (1999) in Turkish. In the third part “Attitudes Towards Sport” was used which is developed and has been made reliability and validity by Koçak (2014) in Turkish. The questionnaires were applied to a total of 400 undergraduate students, 141 males and 259 females attending Atatürk University in the 2016-2017 academic year. As a result of the analysis, it is found that there was a significant relationship between Attitudes Towards Sport scale and WHOQOL- BREF Scale.

As a result of the research, it is determined that there is a significant positive relationship between quality of life and attitude towards sport of the participants and also it was found that higher point attitude toward sport shows higher quality of life ($p<0.01$).

Keywords: Attitude, Sport, Life's Quality

KSB166

Aerobik Antrenman Programının12-14 Yaş Erkek Hokeycilerin Atılganlık Düzeyine Etkisi

¹Uğur Abakay, ¹Mürsel BİÇER, ¹Mustafa ÖZDAL, ²Ali Yıldırım

¹Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu

²Gaziantep İl Milli Eğitim Müdürlüğü

Email : uabakay@gantep.edu.tr, uabakay@gantep.edu.tr, mbicer@gantep.edu.tr, ozdalm@hotmail.com.tr, aliyildirim2784@gmail.com

Bu çalışma, 12-14 yaş grubu erkek hokeycilerle uygulanan 12 haftalık aerobik (koş-yürü) egzersiz programının atılganlık üzerine etkisini incelemek amacı ile yapılmıştır. Çalışmaya 30 erkek (15 deney, 15 kontrol) katılmıştır. Deney gruplarına 12 hafta süre ile haftada 3 gün 45- 50 dakika süreli aerobik egzersiz programı uygulandı. Kontrol grubundaki 15 öğrenci herhangi bir antrenman programına katılmamıştır. Belirlenen deney ve kontrol grubuna kişisel bilgi formu ve Topukçu (1982) tarafından geliştirilen "atılganlık ölçeği" ön test ve son test olarak uygulanmıştır. Verilerin istatistiksel analizleri paired sample ve independent sample testleri ile yapıldı. Çalışma sonunda, kontrol grubunun ön-son testleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamış iken ($p>0.05$). Deney grubunun ön-son testleri karşılaştırıldığında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Ayrıca deney grubu ile kontrol grubu öntest son test puan farklılıkları karşılaştırıldığında gruplar arasında deney grubu lehine anlamlı farklılığa rastlanmıştır ($p<0.05$). Sonuç olarak, on iki hafta boyunca uygulanan düzenli aerobik egzersizin, 12-14 yaş grubu erkek hokeycilerin atılganlık düzeylerine olumlu etkileri olduğu tespit edilmiştir. Anahtar Kelimeler: Hokey, Atılganlık, Egzersiz

Effect Of Aerobic Training Program On Assertiveness Level Of 12-14 Years Old Male Hockey Players

This study was made to examine the effect of twelve-week aerobic (run-walk) exercise program on assertiveness level of 12-14 years old male hockey players. Thirty male hockey players (15 experimental, 15 control) attended to the study. Three days per week and 45- 50 minutes per day aerobic exercise training was applied to experimental group during twelve-week period. The control group did not participate in any training program. For determining assertiveness level of experimental and control groups, "assertiveness scale" developed by "Topukçu" (1982) and personal information form were applied at before and after 12-week period as pre-test and post-test. Statistical analysis of data were made with paired samples and independent samples t tests. At the end of the study, there were significant difference between pre- and post-tests of experimental group ($p<0.05$), while meaningful differences weren't found between pre- and post- tests of control group ($p>0.05$). When compared pre-test post-test differences between the experimental and control groups meaningful differences were found in favor of experimental group ($p<0.05$). Consequently, regular aerobic exercise applied during twelve weeks was positive effects on assertiveness level of male hockey players of 12-14 year-old.

Keywords: Hockey, Assertiveness, Exercise

Futbol Hakemleri Arasındaki Zihinsel Dayanıklılık Düzeylerinin Karşılaştırılması

¹Bülent Okan MIÇOOĞULLARI, ²Hayrettin Gümüşdağ, ¹Uğur Ödek, ¹Özkan Beyaz

¹Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Nevşehir

²Bozok Üniversitesi, Yozgat

Email : omicoogullari@nevsehir.edu.tr, omicoogullari@nevsehir.edu.tr, hgumusdag06@hotmail.com, ugurodek@nevsehir.edu.tr, ozkanbeyaz@nevsehir.edu.tr

Giriş: Gucciardi et al. (2009), zihinsel dayanıklılığın performansın düzenlenmesi, süreçleri ve zorluklarının olduğu her ortamda önemli olduğunu ve zihinsel dayanıklılığın bir boyuttan çok sportif çevrenin bir işlevi olduğunu savunur. Sporda hakemlik bilgi, tecrübe, yetki, iyi kişilik, optimum performans ve konsantrasyon gerektirir. Ayrıca hakemlik, bir oyunun sonucunu önemli derecede etkileyecek olan ve sıklıkla yoğun baskı altındayken hızlı ve doğru bir şekilde karar verme zorunluluğu anlamına gelmektedir.

Amaç: Spor ortamında ve özellikle de futbolda zihinsel dayanıklılığın çok önemli olmasından dolayı bu bildirinin amacı futbol hakemlerinin zihinsel dayanıklılık seviyelerini yaş gruplarına, eğitim seviyelerine, hakemlik kategorilerine ve kıdem yıllarına göre karşılaştırarak incelemektir. Metot: Zihinsel dayanıklılığın ölçümünde "Sporda Zihinsel Dayanıklılık Anketi" kullanıldı. Çalışmada kullanılan bu anket, Türk Futbol Federasyonu'na bağlı toplam 159 lisanslı futbol hakemine uygulandı. 146 erkek futbol hakeminin yaş ortalamaları 29.10 (SD = 7.54, yaş aralığı= 19-54) ve 13 bayan futbol hakeminin yaş ortalamaları da 22.82 bulunmuştur (SD = 4.71, yaş aralığı= 19-27). Futbol hakemlerinin zihinsel dayanıklılık seviyeleri arasındaki farklılığı belirlemek için tek yönlü varyans analizi (one way ANOVA) ve gruplar arası farklılığı ortaya koymak için de Scheffé testi SPSS 21.0 paket programı kullanılarak uygulanmıştır.

Sonuç ve Tartışma: Çalışma sonuçlarına göre, katılımcıların hakemlik mesleğini yapma sürelerine göre zihinsel dayanıklılıklarında anlamlı farklılıklar olduğu saptanmıştır. 15 yıl ve üzeri hakemlik yapan katılımcıların 0-5 ve 6-10 yıl arası hakemlik yapan katılımcılara göre zihinsel olarak daha dayanıklı oldukları belirlenmiştir. Çalışma içerisinde kullanılan diğer bağımsız değişkenler ile zihinsel dayanıklılık seviyeleri arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Comparative Study Of Sport Mental Toughness Between Soccer Officials

Introduction: Gucciardi et al. (2009) suggest that mental toughness is more a function of environment than domains, and as such, mental toughness is potentially important in any environment that requires performance setting, challenges, and adversities. Officiating requires knowledge, experience, competence, good personality, optimum performance, and concentration. Also it requires quick and accurate response which means referees often have to make decisions under intense time pressure that may have a substantial impact on the outcome of a game.

Aim: Due to vital importance of mental toughness in sports and particularly in soccer, this paper focused on the comparison of sport mental toughness levels of soccer officials with their age group, education level, refereeing category and sports experience years. Method: Mental toughness was checked by Sports Mental Toughness Questionnaire. In the present study, a questionnaire was applied to all the soccer officials (total 159 licensed referees) who belonged to the Turkish Football Federation (TFF).

The sample consisted of 146 male subjects, mean age was 29.10 years (SD = 7.54, range = 19–54) and 13 female subjects mean age was 22.82 years (SD = 4.71, range = 19–27). To determine the difference of Sport Mental Toughness level among soccer referees One-Way ANOVA was used for normal distribution and Scheffé Test was used for determining the differences across groups with through SPSS Package 21.0.

Results & Conclusion: The findings of this research paper showed that there were significant differences between soccer officials' three sub-factors of mental toughness and their officiating experience years. This could be attributed to the fact that 15 and above years experienced referees were mentally tough than the 0-5 years and 6 – 10 years soccer referees. There were not any significant differences between other variables (refereeing categories, education levels and age groups) of soccer officials and their mental toughness levels.

Gelişim Ligi Futbolcularının Ahlaki Karar Alma Tutumlarının İncelenmesi

1Ahmet Haktan Sivrikaya

¹Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Balıkesir

Email : haktan35@hotmail.com

Giriş:Sportif eylemler doğrudan doğruya ahlakla ilgilidir.Çünkü sporda özellikle takım oyunlarında başka insanlarla ilişki söz konusudur. Ahlak, severek ve isteyerek iyi davranışları yapma, kötü davranışlardan sakınma alışkanlığıdır(1,2).

Amaç:Futbolcuların ahlaki karar alma tutumlarının incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem:Tanımlayıcı tipteki araştırmanın evrenini Balıkesirspor alt yapısı oluşturmuştur.Örneklem seçimine gidilmeyip 2016-2017 yılında araştırmaya katılmayı kabul eden 104 futbolcu üzerinde yapılmıştır.Araştırmada Lee. ve ark.(2007) tarafından geliştirilen, Gürpınar tarafından(2014) Türkçe'ye uyarlanan Altyapı Sporlarında Ahlaki Karar Alma Tutumları Ölçeği ile araştırmacı tarafından oluşturulan"Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır(3).Ölçeğin alt boyutları hileyi benimsemek, yarışma severliği benimsemek, adilce kazanmayı korumaktır.Ölçekten alınan yüksek puanlar,sporcuların ahlaki karar alma tutumlarının olumlu;düşük puanlar ise olumsuz olduğunu göstermektedir.Ölçeğin Alpha değeri .76 bulunmuştur.Yapılan normalite testinde(Shapiro Wilk Testi) veriler normal dağılım göstermediği için non-parametrik analizlerle(Mann Whitney-U ve Kruskal Wallis testleri) incelenmiştir.Anlamlılık düzeyi olarak $p<0.05$ değeri kabul edilmiştir(4).

Bulgular:Futbolcuların yaş ortalaması 15.11 ± 2.15 'tir.%42,3'ü 7 yıl ve üzeri futbol oynamaktadır.Ölçekte en yüksek ortalama değer adilce kazanmayı korumak boyutundadır($13,31\pm 2.06$).En düşük ortalama değer ise yarışma severliği benimsemek boyutundadır($8,48\pm 2.64$).Yaşa göre hileyi benimsemek boyutu ile yarışma severliği benimsemek boyutunda en yüksek değer 13 yaş grubunda (70.94),(75.09), en düşük değer 15 yaş grubunda olduğu(23.21),(31.88) görülmektedir.Adilce kazanmayı korumak boyutunda en yüksek değer 19 yaş grubunda(69.17), en düşük değer 14 yaş grubunda olduğu(35.00) görülmektedir.

Sonuç:13 yaş grubundaki futbolcuların hileyi ve yarışma severliği benimsemedikleri, 15 yaş grubundakilerin ise hileyi ve yarışma severliği benimsedikleri tespit edilmiştir.19 yaş grubu futbolcuların ise adilce kazanmayı korumayı tercih ettikleri tespit edilmiştir.

Kaynaklar: 1.Akandere M, Baştuğ G, Güler E.D.(2009).Orta Öğretim Kurumlarında Spora Katılımın Çocuğun Ahlaki Gelişimine Etkisi.Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi 3(1):59-68. 2.Tel M.(2014).Türk Toplum Yaşantısında Fair Play. International Journal of Science Culture and Sport.2(1):694-704. 3.Gürpınar B.(2014).Altyapı Sporlarında Ahlaki Karar Alma Tutumları Ölçeğinin Türk Kültürüne Uyarlanması:Bir Türk Örneğinde Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. 39(176):405-412. 4.Aksayan S, Bahar Z,Bayık A,Emiroğlu ve ark(2002).Verilerin Çözümlemesinde İstatistiksel Yöntemler.Hemşirelikte Araştırma İlke, Süreç ve Yöntemleri.(Erefe İ,Editör)8.Bölüm. 1.Baskı.İstanbul:Odak Ofset;211-49.

Investigation of Attitudes to Moral Decision-Making of Development League Footballers

Introduction:Sporting actions are directly related to morality. Because in sport team games there is a relationship with other people. Morality is a habit of loving and willingly doing good, avoiding bad behavior.

Objective:It is aimed to examine the attitudes to moral decision-making of footballers.

Method: The universe of the researcher was Balıkesirspor substructure. It is a descriptive type of research. Sample selection has not been made. It was held on 104 football players who agreed to participate in the investigation in 2016-2017. In the research, "Moral Decision Making Attitudes Scale in Infrastructure Sports" developed by Le et al(2007) and adapted to Turkish by Gürpınar(2014) was used. Also the 'Personal Information Form' created by the researcher was used. The sub-dimensions of scale are to adopt deception, to love competition, to maintain fair gains. The high scores on the scale mean that the moral decision-making attitudes of the athletes are positive and the low scores are negative. Scale's Alpha value is .76. The data were analyzed by non-parametric analysis because the data were not normal in the normality test. The significance level of the statistical tests was accepted as $p < 0.05$.

Finding: The average age of footballers is 15.11 ± 2.15 . The highest average value in the scale is to fair gains sub-dimension(13.31 ± 2.06). The lowest average value in the scale is to love racing(8.48 ± 2.64). It is seen that the highest value is in the group of 13 (70.94),(75.09) years old and the lowest value is in the group of 15 years old(23.21),(31.88). The highest value in terms of protecting fair play is in the 19 age group(69.17). The lowest value is in the 14-year-old group(35.00).

Result: Soccer players that aged 13 years had not to adopted to tricking and love competition. The 15-year-old group had accepted trick and competition. 19-year-old footballers have been found to prefer to win fairly.

Sporcu Gözüyle Antrenörlerin Kullandıkları Öğretim Stilleri Ölçeğinin Psikometrik Özellikleri

¹Koray Kılıç, ²Mustafa Levent İnce

¹Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara; Ahi Evran Üniversitesi, Kırşehir

²Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara

Email : kkilic@metu.edu.tr, mince@metu.edu.tr

Antrenörlük niteliği, antrenörlerin hazırladığı öğrenme/antrenman ortamlarının sporcuların gelişimine ne düzeyde katkı yaptığı ile doğrudan ilişkilidir. Spor alanyazınında antrenörlük niteliği ile ilgili unsurlar sporda yetkinlik, kendine güven, bağ, ve karakter (Cote & Gilbert, 2009) olarak kavramsallaştırılmıştır. Bunlar, bilişsel, sosyal-duygusal ve psikomotor alanlarda üst düzey öğrenme becerileri gerektirmektedir. Üst düzey öğrenme çıktılarına ulaşmada öğrenen merkezli yaklaşımın daha etkili olduğu eğitim bilimleri çalışmalarında vurgulanmaktadır. Bu durum antrenörlerin sporcu merkezli öğretim stratejilerini etkili olarak kullanabilmelerini gerektirmektedir (Cassidy, Jones & Potrac, 2009). Fakat antrenörlük ortamlarında hangi öğretim stratejilerinin ne düzeyde kullanıldığını inceleyen herhangi bir ölçeğe alanyazında rastlanılamamıştır. Bu çalışmanın amacı antrenörlerin kullandıkları öğretim stratejilerini sporcu bakış açısından incelemek amacıyla, Kulinna ve Cothran (2003) tarafından geliştirilen ve İnce ve Hünük (2010) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış "Beden Eğitimi Öğretmenleri Öğretim Stilleri Değer Algıları" ölçeğini antrenörlük ortamı için güncelleyerek psikometrik özelliklerini sınamaktır. Bu amaçla, Türkçe ölçek antrenörlük ortamı için güncellendikten sonra 15 branştan 349 yarışmacı sporcuya (X_{yaş}= 15.53, SS = 2.61) uygulanmıştır. Veriler Varimaks Dönüştürmesi kullanılmış Temel Bileşen Faktör Analizi ile incelenmiştir. KMO Testi .76 ve Bartlett Testi ($\chi^2(55) = 847.842, p < .05$) değeri anlamlı bulunmuştur. Veri setinde üç faktörlü bir yapı bulunmuştur. Bunlar, sırasıyla % 29.81, % 14.60 ve % 11.43 olmak üzere toplam % 55.84'lük varyans açıklamaktadır. Ölçek maddelerinin faktör yükleri 0.51 ile 0.85 arasındadır. Faktörlerin iç tutarlık katsayıları sırasıyla 0.66, 0.73 ve 0.70'tir. Faktörler ölçek maddelerinin niteliğine uygun olarak sırasıyla "Antrenör Merkezli yaklaşım", "Problem Çözme Yaklaşımı" ve "Sporcunun Tasarladığı/Başlattığı Yaklaşım" olarak adlandırılmıştır. Çalışma bulguları veri setinin ölçeğin teorik yapısını açıkladığını ve faktörlerin yeterli güvenirlik katsayılarına sahip olduğunu göstermektedir. Ölçek, antrenörlerin kullandıkları öğretim stratejilerini sporcuların bakış açısından ve öğrenen merkezli öğretim stillerinin kullanım düzeyi açısından anlaşılmasını sağlayacaktır. Bu da antrenörlerin mesleki gelişim ihtiyaçlarının saptanmasına ve buna ilişkin stratejilerin geliştirilmesine katkıda bulunacaktır.

Anahtar Kelimeler: Antrenörlerin Kullandıkları Öğretim Stilleri, Ölçek Geliştirme, Gençlik Sporları

Psychometric Properties of Athletes' Views of The Use of Teaching Styles Questionnaire

Coaching effectiveness is linked to the extent that coach-created learning/training environment contributes to athletes' development. In coaching literature, outcomes of coaching effectiveness were conceptualized as competence, confidence, connection, and character (Cote & Gilbert, 2009). They entail high order learning skills in cognitive, social-affective, and psychomotor domains. It is highlighted in educational sciences that "learner-centered" approach is more effective in reaching high order learning outcomes. Therefore, coaches need to adequately use athlete-centered teaching strategies (Cassidy, Jones & Potrac, 2009). However, no measure has been found in the literature, which examines type and extent of the use of teaching strategies in coaching settings. The purpose of this study was to examine psychometric properties of Turkish version (Ince and Hunuk, 2010) of Kulinna and Cothran's (2003) "Physical Education Teachers' Use of Teaching Styles and Perceptions of Styles Questionnaire" to examine coaches' use of teaching strategies from

athletes' views. The questionnaire was updated and applied to 349 athletes from 15 sports (Mage = 15.53, SD = 2.61). Data were examined using Principal Component Analysis with Varimax Rotation. KMO Test was found 0.76, and Bartlett's Test was found significant ($\chi^2 (55) = 847.842$, $p < .05$). A three-factor solution explained 29.81%, 14.60%, and 11.43% of the variance, and 55.84 of the total variance. The items' factor loadings were between 0.51 and 0.85. The factors' alpha values were 0.66, 0.73, and 0.70. Compatible with the characteristics of their items, they were labeled as "Reproductive Approach," "Problem Solving Approach," and "Athlete-designed/initiated Approach." The dataset explains the theoretical structure of questionnaire with adequate internal consistency. The questionnaire will help understand coaches' use of teaching strategies from athletes' perspective and extent of their use of athlete-centered strategies. This will contribute to determining coaches' professional needs, and develop strategies accordingly.

Keywords: Coaches' use of teaching styles, instrument development, youth sport

Genç Kadınlarda 12 Haftalık Taebo-Pilates Egzersizinin Saldırganlık Düzeylerine Etkisi

¹Ebru Doğan, ¹Selma Karacan, ²Tekin Çolakoğlu

¹Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : ebru.dogan.akademi@gmail.com, selmakaracan@gmail.com, tcolakoglu@gmail.com

Giriş ve Amaç: Toplumumuzda, şiddet ve saldırganlık içeren davranışların son zamanlarda giderek arttığı görülmektedir. Toplamların temel amaçlarından en önemlisi fiziksel, zihinsel ve ruhsal açıdan sağlıklı bireyler yetiştirmektir. Egzersizin kişilerin fiziksel, zihinsel ve ruhsal açıdan sağlıklı olmaları ile yakından ilişkili olduğu belirtilmektedir. Bu çalışmanın amacı; 12 hafta düzenli olarak yapılan taebo-pilates egzersizinin genç kadınlarda saldırganlık düzeylerine etkilerini araştırmaktır.

Yöntem: Bu araştırma, 18-25 yaş arası düzenli egzersiz yapmamış toplam 34 sedanter ve sağlıklı kadının gönüllü katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara 12 hafta süresince haftada 3 gün 60 dakikalık taebo-pilates egzersiz programı uygulanmıştır. Araştırmada kişisel bilgi formu ve katılımcıların saldırganlık puanlarını belirlemek için Kiper (1984) tarafından geliştirilmiş 30 maddeden oluşan "Saldırganlık Envanteri" kullanılmıştır. Katılımcıların saldırganlık puanlarının egzersiz ile etkileşimini belirlemek için envanter egzersiz öncesi ve sonrası uygulandı. Envanter, yıkıcı saldırganlık, atılmalık ve edilgen saldırganlık için üç alt test içermektedir. Yıkıcı, atılmalık ve edilgenlik puanlarının ön-son test analizi için paired t test, yaş faktörüne göre saldırganlık puanlarının karşılaştırılmasın da ise ilişkisiz örneklem için One Way ANOVA analizi kullanılmıştır. Analizden çıkan farkın kaynağını belirlemek amacıyla da Scheffe testi yapılmıştır.

Sonuçlar: Çalışma sonunda atılmalık puanlarında anlamlı artış tespit edilirken ($p<0.05$) yıkıcı ve edilgen saldırganlık puanlarında düşüş görülmesine rağmen bu fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunamamıştır ($p>0.05$) Egzersiz öncesi yaş faktörüne göre saldırganlık puanları arasında anlamlı bir değişim gözlenmezken ($p>0.05$), egzersiz sonrası 18-19 yaş grubunun yıkıcı ve edilgen saldırganlık puanları diğer yaş gruplarından daha düşük, atılmalık puanları ise daha yüksek bulunmuştur ($p<0.05$).

Tartışma: Taebo-pilates egzersizlerinin genç kadınlarda saldırganlık anında ortaya çıkan kızgınlık, öfke, kin, nefret gibi duyguların giderilmesinde etkili olduğu bunun yanında özgüven duygusu ve kendini daha rahat ifade edebilme ile ilgili davranış özelliklerini ise geliştirdiği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Saldırganlık, Taebo, Pilates, Genç Kadın

Impact Of 12-Week Long Taebo- Pilates Exercising On Levels Of Aggression In Young Women

This study aims to investigate the impact of 12-week-long taebo-pilates exercising on aggression levels in young women.

This study was conducted with the voluntary participation of 34 sedentary and healthy women who had not exercised regularly between 18 and 25. A 60-minute taebo-pilates training program for 3 days a week was applied to the participants during 12 weeks.

In the study, personal information forms and the "Aggressiveness Inventory" consisting of 30 items developed by Kiper (1984) were used to determine the aggression scores of the participants. To determine the relation between the participants' aggression scores' and exercise, the inventory was implemented before and after exercise. The inventory includes three sub-tests: destructive aggression, assertiveness, and passive aggression. One-way ANOVA analysis was used for unrelated samples in the comparison of aggression scores according to the age factor, while paired t test was used for pre-post test analysis of destructive aggressiveness, assertiveness, and passive aggression scores. The Scheffe test was also carried out to determine the source of the difference from the analysis.

At the end of the study, a significant increase in assertiveness scores was detected ($p < 0.05$). Even though there was a decrease in destructive and passive aggression scores, this difference was found to be statistically insignificant ($p > 0.05$). While there was no remarkable difference in aggression scores before exercise according to the age factor, the destructive and passive aggression scores of the 18-19 age groups after exercise were found lower than the other age groups while their assertiveness scores were higher.

It can be said that Taebo-Pilates exercises are efficient in eliminating emotions such as anger and hatred that emerge at the moment of aggression in young women and that these exercises led to young women improving their self-esteem and self-expression skills.

Keywords: Aggressiveness, Taebo, Pilates, Young Women

SUNULMADI

Genç Kadınlarda 12 Hafta Düzenli Olarak Yapılan Taebo-Pilates Egzersiz Faaliyetlerine İlişkin Motivasyon Düzeylerini Belirlemek

¹Ebru Doğan, ²Tekin Çolakoğlu, ¹Selma Karacan

¹Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : ebru.dogan.akademi@gmail.com, tcolakoglu@gmail.com, selmakaracan@gmail.com

Giriş ve Amaç: Egzersizin mental sağlığı olumlu etkilediği, hafif-orta dereceli egzersizin depresyonu, anksiyete ve stres belirtilerini azalttığı ve hormonal düzeyde meydana getirdiği olumlu değişiklikler ile kendini iyi hissetme hali ve spora devam dürtüsü yarattığı belirtilmektedir. Bu çalışmanın amacı; genç kadınlarda 12 hafta düzenli olarak yapılan taebo-pilates egzersiz faaliyetlerine ilişkin motivasyon düzeylerini araştırmaktır.

Yöntem: Araştırma, 18-25 yaş arası düzenli egzersiz yapmamış toplam 34 sedanter ve sağlıklı kadının gönüllü katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara 12 hafta süresince haftada 3 gün 60 dakikalık taebo-pilates antrenman programı uygulanmıştır. Araştırmada kişisel bilgi formu ve katılımcılara Pelletier ve arkadaşları tarafından geliştirilen Sporda Motivasyon Ölçeği (SMÖ) esas alınarak, Kazak tarafından, egzersiz yapma nedenlerini sorgulamak üzere uyumlaştırılmış 28 soruluk anket soruları yeniden düzenlenmiş ve yanıtlarda kullanılan yedili likert yerine beşli likert tipi kullanılarak, yanıtlar 1-5 arasında değişen puanlarla değerlendirilmiştir. Ayrıca, ankete katılanların, egzersiz yapmalarında en önemli motivasyon kaynağı ile egzersizden vazgeçmelerinde en önemli etkenin hangisi olduğu sorgulanmıştır. Verilerin ön-son test analizi için paired t test analizi kullanılmıştır. Egzersiz yapma ve vazgeçme nedenleri belirlemek için yüzde frekans dağılımlarına bakılmıştır.

Sonuçlar: Çalışma sonunda katılımcıları egzersiz yapmaya yöneltten temel sebebin estetik (%50) ve sağlık olduğu (%35,3); genel olarak en belirgin egzersizden vazgeçme sebebi olarak da motivasyon kaybı (%50) ve vakit bulamama (%32,4) olduğu tespit edilmiştir. Program öncesi ve sonrası egzersiz yapmaya motive eden nedenler sorgulandığında en yüksek ortalama değerleri “Fiziksel kondisyonumu artırmak için” yanıtı, en düşük ise “Sportif performansımı artırarak maddi kazanç elde etmek için” yanıtı oluşturmuş ve ortalamalar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$).

Tartışma: Bireylerin yaşam kalitelerini artırmada çok önemli bir etken olan egzersiz ancak düzenli yapıldığında beklenen yararları sağlar. Dolayısıyla bireyleri egzersiz yapmaya teşvik edecek motivasyon kaynaklarının çok iyi analiz edilerek bu sonuçlara göre spor politikalarının oluşturulması gerektiği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Motivasyon, Taebo, Pilates, Genç Kadın

Determining The Levels of Motivation For Young Women Related To Taebo-Pilates Exercises Performed Regularly For 12 Weeks

This study aims to investigate the motivation levels of young women related to taebo-pilates exercises performed regularly for 12 weeks.

This study was conducted with the voluntary participation of 34 sedentary and healthy women who had not exercised regularly between 18 and 25. A 60-minute taebo-pilates training program for 3 days a week was applied to the participants during 12 weeks. This research was based on Motivation Scale in Sport (MSS) developed by Pelletier et al. The 28-question survey adapted by Kazak was rearranged to ask the participants the reasons for exercising, and the five-point Likert type was used in the responses instead of the seven-point Likert. The responses were rated with scores ranging from 1 to 5. Paired t test analysis was used for the pre-post test analysis of the data. In order to determine the reasons for doing exercising and giving up exercising, the percentage distribution of frequencies was studied.

The study concluded that aesthetic(50%) and health(35.3%) were the main reasons for exercising whereas lack of motivation (50%) and time(32.4%) were the main reasons for giving up exercising. When the motivations to exercise before and after the program were asked, the answer "to increase my physical fitness" received the highest average value while "to earn money by increasing my sportive performance" received the lowest average value. Also, there was a significant difference between these averages ($p < 0.05$).

Exercise is very important in increasing the quality of life of individuals and provides positive effects that are expected when performed regularly. Therefore, the sources of motivation that encourage individuals to exercise should be analyzed very well, and sports policies should be formed according to these results.

Keywords: Motivation, Taebo, Pilates, Young Women

Basketbol Seyircilerinin Sportmenlik Düzeylerinin İncelenmesi

¹Alperen Kurnaz, ¹Tanıl Memiş, ¹Meriç Ödemis

¹İstanbul Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : meric.odemis@gmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı basketbol seyircilerinin sportmenlik düzeyleri ve bazı sosyo-demografik özelliklerle ilişkisini araştırmaktır.

Yöntem: Araştırmanın örneklemi 2016-2017 yılında İstanbul ilinde bulunan 201 (147 Erkek, 54 Kadın) basketbol seyircisi oluşturmaktadır. 201 kişi rastgele seçilmiş olup, kişilere Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Sezen (2010) tarafından gerçekleştirilen Çok Boyutlu Sportmenlik Yönelimleri ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen verilerin tanımlayıcı istatistikleri, basit frekans dağılımları ve yüzdeleri alınmış, analiz sonucunda veriler normal dağılmadığından Man Whitney U testi ve Kruskal Wallis testi yapılmıştır.

Bulgular: Yapılan analiz sonucunda kadın ve erkek basketbol seyircilerinin sportmenlik puanları arasında bir ilişki tespit edilmiştir. Basketbol seyircilerinin sportmenlik puanları ile yaş değişkeni ilişkisi incelendiğinde ise anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Bunun yanı sıra eğitim düzeyi ilişkisi incelendiğinde anlamlı bir fark tespit edilememiştir.

Sonuç: Basketbol seyircilerinin sportmenlik seviyesi incelenmiş ve yüksek seviye sportmenliğe sahip oldukları bulunmuştur.

Anahtar Sözcükler: Sportmenlik, Basketbol, Basketbol Seyircisi.

Kaynaklar: 1- Balçıklı, G. S. (2010). Çok Boyutlu Sportmenlik Yönelimi Ölçeği' nin Türkçe Uyarlaması: Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması: Gazi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, Xv(1), 1-10.

Examination Of Sportsmanship Levels Of Basketball Audiences

Introduction and Purpose: In this research, it is aimed to examine sportsmanship levels of basketball audiences.

Method: The sample of the research is composed of 201 (147 male, 54 female) basketball audiences in the province of İstanbul in 2016- 2017. 201 persons were randomly selected and the scale of the Multi-Dimensional Sportsmanship Orientations scale was applied by Sezen (2010) in the Turkish validity and reliability study. Simple frequency distributions and percentages of the obtained data were taken and Man Whitney U test and Kruskal Wallis test were performed since the data were not distributed normally.

Result: A significant difference was found between sportsmanship orientations scores of male and female basketball audiences are examined. A significant difference was found when the relationship between sportsmanship orientations 's scores and age variable relations were examined. Whereas no relation between sportsmanship orientations 's scores was found in terms of education variable.

Conclusion: As a result of the research, basketball audiences were examined for their level of sportsmanship orientations and found to have a high level of sportsmanship levels.

Keywords: Sportsmanship, Basketball, Basketball audiences.

References: 1- Balçıklanl, G. S. (2010). Çok Boyutlu Sportmenlik Yönelimi Ölçeği' nin Türkçe Uyarlaması: Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması. Gazi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, Xv(1), 1-10.

Sporcularda Zihinsel Dayanıklılık ve Öz Yeterlik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Aydiner Birsin Yıldız, ¹Baki Yılmaz

¹Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Spor Bilimleri Bölümü, Ankara

Email : abyildiz@ybu.edu.tr, bakiyilmaz14@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın temel amacı; sporcularda zihinsel dayanıklılık ve öz yeterlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Yöntem: Çalışmaya 71 kadın, 244 erkek; toplam 315 sporcu (yaş = 24.93 ± 3.41) gönüllü olarak katılmıştır. Bu araştırmada sosyo- demografik değişkenler ile ilgili bilgiler, araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu ile toplanmıştır. Araştırmanın amacına ulaşmak için; Sheard, Golby ve Van Wersch (2009) tarafından geliştirilen, Türkçeye uyarlaması Altıntaş (2015) tarafından yapılan “Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri” ile birlikte Riggs, Warka, Babasa, Betancourt ve Hooker (1994) tarafından geliştirilen, Türkçeye uyarlaması Öcel (2002) tarafından yapılan “Öz Yeterlik Ölçeği” kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde verilerin dağılımları ve grupların dengeli olup olmamasına bağlı olarak ikili grup karşılaştırmalarında bağımsız gruplar t-testi veya Mann Whitney-U testi, ikiden fazla grupların karşılaştırılmasında ise tek yönlü varyans analizi (Anova) veya Kruskal Wallis H testi kullanılmıştır. Kruskal Wallis H testi sonuçları dikkate alınarak, gerek görüldüğünde Bonferroni düzeltmeli Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır. Zihinsel dayanıklılık ve öz yeterlik toplam puanları arasındaki ilişki ise Spearman’s Rho katsayısı ile değerlendirilmiştir. İstatistikler SPSS 22 paket programıyla yapılmış ve yapılan tüm değerlendirmelerde istatistiksel anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Spor yaşı değişkeni açısından sporcuların zihinsel dayanıklılık ve öz yeterlik düzeylerinin farklılaştığı saptanmıştır. Aynı zamanda yaş ve eğitim düzeyi değişkeni açısından sporcuların zihinsel dayanıklılık düzeylerinin farklılaştığı gözlenmiştir. Sonuç ve Kaynaklar: Bu araştırmanın sonucunda, sporcularda zihinsel dayanıklılık ile öz yeterlik düzeyleri arasında orta düzeyli ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır. Altıntaş, A. Sporcuların Zihinsel Dayanıklılıklarının Belirlenmesinde Optimal Performans Duygu Durumu, Güdülenme Düzeyi ve Hedef Yöneliminin Rolü, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Bilimleri Anabilim Dalı, Doktora tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi, 2015. Öcel, H. Takım Sporü Yapan Oyuncularda Kollektif Yeterlik Öz-Yeterlik ve Sargınlık ile Başarı Algı ve Beklentileri Arasındaki İlişkiler, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Yüksek Lisans tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi, 2002.

Determination of Relation Between The Mental Toughness and of The Self-Efficacy Levels of Athletes’

Introduction and Purpose: The purpose of study is investigating the relationship between athletes’ mental toughness levels and self-efficacy levels. Method: 315 athletes (71 women, 244 men) participated in this study voluntarily (Age = 24.93 ± 3.41). In this research, information about socio-demographic variables was collected by the Personal Information Chart which was created by the researcher. To achieve the purpose of the study, Sport Mental Toughness Questionnaire which was developed by Sheard, Golby and Van Wersch (2009) and adapted to Turkish language by Altıntaş (2015); and Self-Efficacy Scale, which was developed by Riggs, Warka, Babasa, Betancourt and Hooker (1994) and adapted to Turkish language by Öcel (2002) were used.

In analysis of the data about the comparison of two groups independent samples t-test and Mann Whitney-U test is used, which is determined by whether distribution of data or the groups are balanced. Comparison of the groups which consists of more than two groups are conducted by One way Analysis of variance (Anova) or Kruskall Wallis H Test. According to the results of Kruskall Wallis H Test, Mann Whitney-U test with the Bonferroni-correction is used, when needed. The relation between total points of both mental toughness and self- efficacy were assessed by the Rho factor of Spearman. Statistics are generated by SPSS Pack 22 and $p < 0.05$ is used as the significance level.

Findings: Mental toughness and self-efficacy levels are differentiated by the sport age. Also, mental toughness levels vary according to age and education level. Results and Resources: As a result of this research; there detected an moderate positive correlation between mental toughness and self- efficacy levels of athletes.

Güzel Sanatlar Eğitimi Alan Bireylerde Vücut İmajı, Benlik Tasarımı ve Stres Düzeyi

²Gülten İmamoğlu, ¹Özlem Demirtaş

¹Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum

²Ondokuz Mayıs Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi, Samsun

Güzel Sanatlar Eğitimi Alan Bireylerde Vücut İmajı, Benlik Tasarımı Ve Stres Düzeyi

Güzel Sanatlar eğitimi alan bireylerde; vücut imajı algısı, benlik tasarımı ve stres düzeylerinin araştırılarak tespit edilmesi amaçlanmıştır. Güzel sanatlar eğitimi alan 165'i erkek ve 169'u kadın, toplam 334 kişiye stres düzeyi ölçeği, vücut imajı ölçeği ve benlik tasarımı envanteri uygulanmıştır. İstatistiksel işlemlerde t-testi, tek yönlü varyans analizi ve LSD testi kullanılmıştır. Erkeklerin kadınlara göre Vücut İmajı Ölçeği ve Benlik Tasarım puanlarının daha yüksek, Algılanan Stres Ölçeği puanlarının ise daha düşük bulunması anlamlıdır ($p<0,05$). Güzel sanatlar eğitimi alan bireylerin yaş gruplarına göre stres düzeyleri ve vücut imajı puanlarında anlamlı bir farklılık görülürken ($p<0,05$), benlik tasarım puanları arasındaki fark anlamsız bulunmuştur ($p>0,05$). Güzel sanatlar eğitimi alma iyi bir vücut imajına ve kendini iyi olarak algılamaya katkı sağlayarak bireylerin stres durumlarının düşmesine etki edebilir. Güzel sanatlar eğitimi almanın yanında vücut imajını düzeltici ve benlik tasarımı yükseltici faaliyetlerde bulunarak bireylerin stres düzeyleri azaltılabilir.

Anahtar Kelimeler: Vücut imajı, Benlik tasarımı, Stres, Güzel Sanatlar Eğitimi.

Body image, Self-Esteem and Stress Levels in Individuals With Fine Arts Education

Body Image, Self-Esteem And Stress Levels In Individuals With Fine Arts Education

The purpose of this study is to research and determine body image, self-esteem and stress levels in individuals with fine arts education. 165 male and 169 female, total of 334, fine arts students were participated in the study. Stress level scale, body-image scale and self-representation inventory techniques were used. T-test, one way ANOVA and Least Significant Difference Test (LSD) were performed for the research. Men have higher body-image and self-esteem points than women whereas men have lower stress levels than women at 5% significance level ($p<0.05$). Even though the stress levels and body image points were different for different age groups at 5% significance level ($p<0.05$), self-esteem points were not statistically different ($p>0.05$). Getting fine art education could contribute to a positive body image and self-esteem and reduce stress levels. In addition to fine arts education, individuals could participate in activities that could decrease their stress levels.

Keywords: Body Image, Self-esteem (Self-concept), Stress, Fine Arts Education.

KSB287

Davranış Değişim Basamakları ve Cinsiyete Göre Üniversiteli Seyircilerin Tükenmişlik ve Umutsuzluk Düzeyleri

²Alperen Erkin, ¹Özlem Demirtaş, ²Osman İmamoğlu, ¹Faruk Yamaner

¹Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum

²Ondokuz Mayıs Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Samsu

Davranış Değişim Basamakları Ve Cinsiyete Göre Üniversiteli Seyircilerin Tükenmişlik Ve Umutsuzluk Düzeyleri

Bu çalışmanın amacı, davranış değişim basamakları ve cinsiyete göre üniversitede okuyan futbol seyircilerinin tükenmişlik ve umutsuzluk düzeylerinin araştırılmasıdır. 2017 Futbol sezonunda üniversite öğrencisi 700 futbol seyircisine Maslach tükenmişlik ölçeği, Beck umutsuzluk ölçeği ve davranış değişim basamakları anketi doldurtulmuştur. İstatistiksel işlemlerde t-testi, tek yönlü varyans analizi ve LSD testleri uygulanmıştır. Çalışmada duygusal tükenme kadınlarda 14,6 ve erkeklerde 16,6 ve duyarsızlaşma kadınlarda 4,6 puan erkeklerde 7 puan bulunurken kişisel başarı puanı kadınlarda 11 ve erkeklerde 15,8 bulunmuştur. Cinsiyete göre duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı puanlarındaki kadın ve erkekler arasındaki puan farklılıkları anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$ ve $p<0,001$). Umutsuzluk ölçek puanları kadın seyircilerde 4,5 iken erkekler seyircilerde 7,3 bulunmuştur. Kadın seyircilerin umutsuzluk düzeyleri erkek seyircilere göre daha düşük olması anlamlıdır ($p<0,001$). Duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı puanları alt ölçeklerinde ve umutsuzluk düzeylerinde davranış değişim basamaklarına göre anlamlı farklılıklar görülmüştür ($p<0,001$). Davranış basamaklarında duygusal tükenmede ve duyarsızlaşma en yüksek puanı eğilim öncesinde olanlar ve en düşük puanı ise devamlılık aşamasında olanlar almıştır. Umutsuzluk puanları eğilim öncesinden devamlılık aşamasına doğru azalmaktadır. Üniversite öğrencisi futbol seyircilerinde tükenmişlik ve umutsuzluk seviyesi düşük bulunmuştur. Davranış değişim basamaklarına göre spor yapmaya eğilimi olmayanlar ve niyetlenenlere göre sporu yapanların daha düşük tükenmişlik ve umutsuzluk düzeyi yaşadıkları sonucuna varılmıştır. Seyircilerin de geleceğe umutla bakabilmeleri, tükenmişlik durumlarından uzak kalabilmeleri için spor yapma oranları artırılmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Davranış, Seyirci, Tükenmişlik, Umutsuzluk.

Burn-Out And Hopelessness Levels Of University Student Spectators in Terms Of Stages Of Behavior Change And Gender

Burn-Out And Hopelessness Levels Of University Student Spectators In Terms Of Stages Of Behavior Change And Gender

The objective of this study is to examine the levels of burn-out and hopelessness in football spectators attending university in terms of stages of behavior change and gender. 700 spectators who were university students in 2017 Football Season filled in the Maslach Burn-out inventory, Beck Hopelessness Scale and stages of behavior change questionnaire. t-test, one way variance analysis and LSD tests were conducted for statistical analysis. The results of the study showed that emotional burn-out scores were 14,6 in women and 16,6 in men; desensitization scores were 4,6 in women and 7 in men and personal achievement score was 11 in women and 15,8 in men. Differences in the emotional burn-out, desensitization and personal achievement scores of men and women spectators were found to be significant ($p<0,05$ and $p<0,001$). Hopelessness scale scores were found to be 4,5 in women while it was found to be 7,3 in men. The fact that women spectators had lower hopelessness levels when compared with men was significant ($p<0,001$). Significant differences were found in emotional burn-out, desensitization and personal achievement scores sub-scales and hopelessness levels in terms of the stages of behavior change ($p<0,001$). The highest scores in emotional burn-out and desensitization were found in those within the pre-contemplative stage, while the lowest averages were found in those within the maintenance stage.

Hopelessness scores were found to decrease from pre-contemplative stage to maintenance stage. Burn-out and hopelessness levels of university students were found to be low. The rates of doing sport should be increased in spectators also so that they can have hopes about the future and stay away from burn-out states.

Keywords: Behavior, Spectator, Burn-out, Hopelessness

KSB305

Aktif Spor Yapan Ve Yapmayan İşitme Engellilerde Sürekli Dikkat Becerilerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi

¹Mustafa BaŞ, ²Elif Aydın,

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Trabzon

²Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Gümüşhane

³Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Trabzon

Email : mustafaabat@hotmail.com, aydinelif_61@hotmail.com, mustafaabat@hotmail.com

Bu araştırmanın amacı; Aktif spor yapan ve yapmayan işitme engelli bireylerde sürekli dikkat becerilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırmaya Trabzon'da yaşayan, 12-17 yaş aralığında, düzenli olarak spor yapma alışkanlığı bulunan 43 ve spor yapmayan 58 olmak üzere toplam 101 işitme engelli katılmıştır. Araştırmada araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu ile katılımcıların dikkat becerilerinin belirlenmesinde Burdon Dikkat Testi kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizlerinde SPSS 21 programında Kruskal Wallis H testi ve Mann Whitney U testleri kullanılmış, istatistiksel açıdan anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak belirlenmiştir. Araştırma sonucunda, spor yapmayan işitme engellilerin dikkat düzeylerinin yaş gruplarına, işitme cihazı kullanma durumlarına göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($p<0.05$). Buna karşılık, spor yapmayan işitme engellilerin dikkat düzeylerinin cinsiyetlerine, işitme engelinin ortaya çıkma nedenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>0.05$). Spor yapan işitme engelli bireylerde, dikkat düzeyinin cinsiyetlerine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($p<0.05$). Buna karşılık, spor yapan işitme engelli çocukların dikkat düzeylerinin yaş gruplarına, işitme engelinin ortaya çıkış nedenlerine, işitme cihazı kullanma durumlarına göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılık göstermediği tespit edilmiştir ($p>0.05$). Sonuç olarak, spor yapan işitme engellilerin spor yapmayan işitme engellilere göre dikkat düzeyleri daha yüksek olduğu söylenebilir. Anahtar kelimeler: Engelli, Spor, Dikkat

Investigation On Some Variabilities Of Continuous Attention Skills In Hearing Implements With And Without Active Sports

The purpose of this research; It is the study of constant attention skills in hearing impaired individuals who do and do not actively play sports in terms of some variables.

Spor Bilimleri Ve Turizm Fakültelerindeki Rekreasyon Bölümü Öğrencilerinin Öz Yeterlilikleri Ve Mesleklerine Karşı Tutumlarının İncelenmesi

¹İlhan Şen, ¹Fatih Bedir, ¹Deniz Bedir, ¹S.Erim Erhan

¹Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

Email : ilhansen@hotmail.com, f-bedir@hotmail.com, deniz.bedir@atauni.edu.tr, erim.erhan@atauni.edu.tr

Giriş ve Amaç Bu çalışmanın amacı; Spor Bilimleri ve Turizm Fakültelerinin Rekreasyon Bölümlerinde öğrenim görmekte olan öğrencilerin öz yeterlilikleri ve rekreasyon uzmanlığı mesleğine yönelik tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. YÖNTEM Çalışmada Mehmet ÜSTÜNER (2006) tarafından geliştirilen “Mesleki Tutum Ölçeği” ve Magaletta ve Oliver (1999) tarafında geliştirilen ve F.YILDIRIM ve İ. İLHAN (2010) tarafından Türkçeye uyarlanan “Genel Öz-Yeterlik Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini Gazi Üniversitesi Turizm Fakültesi ve Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Rekreasyon Bölümü öğrencileri oluştururken örneklemini ise bu bölümlerde öğrenim gören 79 kadın, 101 erkek toplam 180 öğrenci oluşturmaktadır. Verilerin Skewness-Kurtosis değerlerine bakılarak normallik varsayımlarını sağladığı tespit edilmiştir. Bu doğrultuda parametrik testler olan T Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. Ayrıca öz yeterlik ve mesleki tutum arasındaki ilişkiyi analiz etmek için Pearson Korelasyon Testi yapılmıştır. BULGULAR VE SONUÇ Verilerin analizi sonucu, katılımcıların öz yeterlilikleri ve mesleki tutumları açısından spor bilimleri fakültesi öğrencileri lehine ($p=.000$) anlamlı farklılık olduğu gözlenmiştir. Ayrıca mesleki tutum ile öz yeterlilik arasında pozitif yönde yüksek bir ilişki bulunmuştur ($r=.306$).

Kaynaklar Yıldırım, F. ve İlhan, İ. Ö. (2010). Genel Özyeterlilik Ölçeği Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması. Türk Psikiyatri Dergisi, 21 (4), 301-308. Üstüner, M. (2006). Öğretmenlik mesleğine yönelik tutum ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi, 45(45), 109-127. Üstüner, M., Demirtaş, H. ve Cömert, M. (2009). The attitudes of prospective teachers towards the profession of teaching (The case of İnönü University, Faculty of Education). Education and Science, 34(151), 140-155. Magaletta, P. R., & Oliver, J. M. (1999). The hope construct, will, and ways: Their relations with self-efficacy, optimism, and general well-being. Journal of clinical psychology, 55(5), 539-551.

Investigation Of The Self-Efficacy And Occupational Attitude Of The Recreation Department Students In Sport Sciences And Tourism Faculty

Purpose The purpose of this study is to the study of the relationship between the self-efficacy and the attitudes towards the profession of recreation specialty of the students studying in the Recreation Departments of Sports Sciences and Tourism Faculties.

Method The "Occupational Attitude Scale" developed by Mehmet ÜSTÜNER in the study and The "General Self-Efficacy Scale" developed by Magaletta ve Oliver (1999) and adapted to Turkish by F. YILDIRIM and İ.İLHAN (2010) was used. While the universe of the research is Gazi University Tourism Faculty and Atatürk University Sports Sciences Faculty Recreation Department students, the sample group consists of 79 female and 101 male students in these departments in total 180 students. It has been found that the data provide normality assumptions by looking at the Skewness-Kurtosis values. In this direction, parametric tests such as T Test and One

Way Vayrans Analysis (ANOVA) were performed. Pearson Correlation Test was also performed to analyze the relationship between self-efficacy and professional attitude.

Findings The results of the analysis of the data showed that there was a significant difference in favor of sports science faculty students ($p = .000$) in terms of participants' self-efficacy and occupational attitudes. Furthermore, there was a high correlation between occupational attitude and self-efficacy ($r = .306$). REFERENCES Yıldırım, F. ve İlhan, İ. Ö. (2010). Genel Özyeterlilik Ölçeği Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 21 (4), 301-308. Üstüner, M. (2006). Öğretmenlik mesleğine yönelik tutum ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 45(45), 109-127. Üstüner, M., Demirtaş, H. ve Cömert, M. (2009). The attitudes of prospective teachers towards the profession of teaching (The case of İnönü University, Faculty of Education). *Education and Science*, 34(151), 140-155. Magaletta, P. R., & Oliver, J. M. (1999). The hope construct, will, and ways: Their relations with self-efficacy, optimism, and general

Sporcuların Sosyalleşme Düzeyinin İncelenmesi

¹Sehmus Aslan, ¹Ersin Ateş

¹Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

Email : sehmus1@hotmail.com,

Giriş: Spor etkinlikleri, toplumdaki insanların ilişkilerinde önemli bir yere sahiptir. Toplumsal ilişkilerde etkili bir rol oynamaktadır. Amaç: Bu araştırmanın amacı sporcularda sosyalleşme düzeyinin incelenmesidir.

Metod: Çalışmanın örneklemini 18 ve 32 yaşları arasında değişen toplam 250 sporcu oluşturdu. Sporcuların sosyalleşme durumunu değerlendirmek için Şahan (2007) tarafından geliştirilen Spor ve Sosyalleşme Ölçeğinin (SSÖ) alt ölçeği kullanıldı. Alt ölçek 35 maddeden oluşmaktadır. Ölçek "5"li likert tipinde hazırlanmıştır. Ölçeğin Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı 0,84"dür. İstatistiksel analiz olarak t- test ve One Way ANOVA testi kullanıldı. Bulgular: Katılımcıların 132'si (%52.8) takım sporcusu ve 118'si (%47.2) bireysel sporcudur. Katılımcıların 146'sı (%58,4) erkek, 104'ü (%41,6) kadındır. Katılımcıların yaş ortalaması 20.36±2.89 yıldır. Takım sporcularının sosyalleşme puanları (140,15±14,85), bireysel sporcuların (136,26±14,20) daha yüksektir. Takım ve bireysel sporcuların SSÖ puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur (p<0.05). Araştırmada kadın ve erkek sporcularının SSÖ puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır (p>0.05).

Sonuç ve Tartışma: Çalışmamızdan elde edilen sonuç takım sporcularının bireysel sporculara göre sosyalleşme düzeyinin daha yüksek olduğunu düşündürmüştür. Diğer taraftan kadın ve erkek sporcuların sosyalleşme düzeylerinin benzer olduğu görülmüştür.

Anahtar kelimeler: Sosyalleşme, Takım, Bireysel, Spor, Cinsiyet

Investigation Of The Socialization Levels Of Athletes

Abstract Introduction: Sporting events have an important place in people's relationships within society. It is an effective role to play in social relations. Purpose: The purpose of this study was to evaluate socialization status of athletes.

Method: The sample was consisted 250 athletes aged between 16 to 32 years. Socialization of a athletes were assessed by using sports socialization subscale of Sports and Socialization Questionnaire (SSQ) which was developed by Şahan (2007). The subscale of SSQ consisted 35 items. Scale prepared as "5" likert type. The Cronbach Alpha reliability co-efficient was 0,84. t-test and One Way ANOVA Test was used for statistically analysis. Results: 132 (%52.8) participants were team sport athletes and 118 (%47.2) participants were individual sport athletes. 146 (%58,4) participants were male and 104 (%41,6) participants were female. The mean age of athletes were 20.36±2.89 year. The socialization scores of team sport athletes (140,15±14,85) are higher than individual sport athletes (136,26±14,20). The SSQ scores of the team and individual sport athletes was statistically significant different (p<0.05). In the study, there was no statistically significant difference in SSQ scores between male and female athletes (p>0.05).

Discussion and Conclusion: The results of our study suggested that team sport athletes have higher levels of socialization compared with individual sport athletes. However, there was no difference between the levels of socialization in male and female athletes.

Keywords: Socialization, Team, Individual, Sports, Gender

Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Depresyon, Anksiyete ve Stres Düzeylerinin İncelenmesi

¹Yunus Berk, ¹Abdurrahim Kaplan, ²Enes Beltekin

¹Ondokuz Mayıs Üniv., Yaşar Doğu SBF., Antrenörlük Eğitimi, Samsun

²Bingöl Üniv., Beden Eğitimi SYO., Yöneticilik Bölümü, Bingöl

Email : yunberk@gmail.com, selcukbesyo85@gmail.com, ens_bltkn@hotmail.com

Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Depresyon, Anksiyete ve Stres Düzeylerinin İncelenmesi

Giriş: Depresyon, anksiyete ve stres konusu birçok araştırmacı tarafından farklı örneklem grupları üzerinde çalışılmakta olan konulardan biridir. Depresyon; üzüntülü bir duygudurum içinde düşünce, konuşma ve hareketlerde yavaşlama ve durgunluk, değersizlik, küçüklük, güçsüzlük, isteksizlik, karamsarlık içeren bir sendromdur. Stres dıştan ya da içten kaynaklanan, alışılmış olmayan uyarıcıların yarattığı psikolojik tepkilerin ortaya çıkmasına neden olan durumlardır. Kişinin günlük yaşamını bozan subjektif bir beklenti hissi ise anksiyetenin varlığını gösterir. Dünya sağlık örgütü (WHO), "sağlığı sadece hastalıklardan ve mikroplardan koruma değil, bir bütün olarak fiziki, ruhi ve sosyal açıdan iyi olma hali " olarak tanımlanmaktadır. Bu yönüyle sporun, bireyin ruhsal ve sosyal yapısına etkisi merak konusudur.

Amaç: Bu çalışma bireyin fiziksel yapısına sağlık açısından olumlu katkısı olduğunu bildiğimiz sporun psikolojik ve ruhsal açıdan etkisini anlamak amacıyla yapılmıştır. Çalışmanın neticesinde yapılan sporun depresyon, anksiyete ve stres düzeylerine yaptığı olumlu ya da olumsuz katkı ortaya çıkacaktır.

Yöntem: Ondokuz Mayıs Üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerin spor yapma ve yapmama durumlarına ilişkin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinde meydana gelen farklılık araştırılmıştır. Bu amaç doğrultusunda Lovibond ve Lovibond tarafından 1995 yılında geliştirilen Depresyon, Anksiyete, Stres Ölçeği ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Çalışmanın analizleri SPSS.22 paket programında yapılmıştır.

Bulgular: Çalışmamıza Ondokuz Mayıs Üniversitesinde öğrenim gören 400 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Spor durumuna ilişkin depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri incelenmiştir. Buna göre spor yapan ve yapmayan bireylerin depresyon düzeylerinde ($p=001$) ve anksiyete düzeylerinde ($p=004$) anlamlı fark bulunurken Stres düzeyinde ($p=058$) anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$).

Sonuç: Ortaya çıkan sonuçlar neticesinde spor yapmayan bireylerin depresyon ve anksiyete düzeylerinin spor yapanlara kıyasla daha yüksek olduğu, stres düzeyinde ise anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Bu sonuçlar neticesinde sporun depresyon ve anksiyete düzeylerini azaltmada yardımcı bir unsur olduğu, anksiyete düzeyinde ise anlamlı bir farka yol açmadığı anlaşılmıştır.

Anahtar Kelime: Spor, Depresyon, Anksiyete, Stres

An Analysis of Depression, Anxiety and Stress Levels of University Students Who Do Sports and Do Not

An Analysis of Depression, Anxiety and Stress Levels of University Students Who Do Sports and Do Not

Introduction and Purpose: Depression is a syndrome which contain slowness and stagnation in thinking, smallness, pessimism. Stress is the condition that causes psychological reactions that are caused by external stimuli. A subjective sense of expectancy that disrupts the daily life of the person shows the presence of anxiety. The WHO defines health as "being healthy not only from diseases and microorganisms but also from physical, spiritual and social aspects as a whole". It is a curiosity about the effect of sports on the psychological and social structure.

Purpose: This study was carried out to understand the psychological and psychological effects of the sport we know to be positively contributing to the physical structure of the individual. Contribution to the level of depression, anxiety and stress of the sport will result from the result of the work.

Method: Differences in the levels of depression, anxiety and stress related to sports and nonsports of the students studying at Ondokuz Mayıs University were investigated. For this purpose, Depression, Anxiety, Stress Scale and personal information form were used. The analysis was done in the SPSS.22 package program.

Results: 400 volunteers participated in this study from Ondokuz Mayıs University. Depression, anxiety and stress levels related to sport status were examined. According to this result, there was a significant difference between depression level ($p = 0.001$) and anxiety level ($p = 0.004$) of the individuals who did and did not perform sports ($p = 0.05$). There was no significant difference in stress level ($p = 0.058$), ($p > 0.05$). **Conclusion:** The results showed that depression and anxiety levels of individuals who did not exercise were higher than those who did sports, and there was no significant difference in stress level.

Keywords: Sports, Depression, Anxiety, Stress

Üniversiteler Arası Basketbol Şampiyonasına Katılan Sporcuların Yaşam Doyumları ile Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Selman Çutuk, ²Zeynep Akkuş Çutuk, ³Umut Davut Başoğlu, ⁴Kürşad Sertbaş, ⁵Erdil Durukan

¹Nişantaşı Üniversitesi Spor Yönetimi Bölümü İstanbul

²Milli Savunma Üniversitesi İstanbul

³Nişantaşı Üniversitesi Besyo İstanbul

⁴Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Kocaeli

⁵Balıkesir Üniversitesi Besyo Balıkesir

Email : selman.cutuk@nisantasi.edu.tr, zeynepdr1001@hotmail.com, umut.basoglu@nisantasi.edu.tr, k.sertbas@gmail.com, erdurukan@hotmail.com

Giriş: Yaşam doyumu bir bireyin beklentileriyle elde edebildiklerini karşılaştırması ve bu beklentilere ne kadar ulaştığını bilişsel olarak değerlendirmesi, diğer bir ifadeyle, bireyin arzuladığı şeyler ile sahip olduklarını karşılaştırması sonucu ortaya çıkan durum ya da sonuçtur. Tükenmişlik yaşam doyumunun azaldığı durumlarda ortaya çıkmaktadır. Maslach ve Jackson (1981, 99) tükenmişliği, "iş gereği yoğun duygusal taleplere maruz kalan ve sürekli diğer insanlarla yüz yüze çalışmak durumunda olan kişilerde görülen fiziksel bitkinlik, uzun süreli yorgunluk, çaresizlik ve umutsuzluk duygularının, yapılan işe, hayata ve diğer insanlara karşı olumsuz tutumlarla yansması ile oluşan bir sendrom olarak tanımlamışlardır. İlgili yazın incelendiğinde, takım sporları ile uğraşan sporcularda bu konuyla ilgili bir çalışma yapılmadığı görülmektedir. Bu araştırmayla, yaşam doyumu ile tükenmişlik arasındaki ilişkinin incelenerek alan yazına katkı sağlanması hedeflenmektedir.

Amaç: Bu araştırmada, Balıkesir ilinde yapılan üniversiteler arası basketbol şampiyonasına katılan sporcuların yaşam doyumları ile tükenmişlik arasındaki ilişki incelenmiştir.

Yöntem: Araştırmanın çalışma grubunu, Balıkesir ilinde yapılan üniversiteler arası basketbol şampiyonasında yer alan 127 sporcu oluşturmaktadır. Araştırmada, Kişisel Bilgi Formu, Yaşam Doyum Ölçeği ve Tükenmişlik Ölçeği kullanılmıştır. Verileri analizinde ikili karşılaştırmalar için Mann-Whitney U Testi, çoklu karşılaştırmalar için Kruskal-Wallis Analizi ile Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way ANOVA) ilişkinin yönü ve düzeyini belirlemek amacıyla da Pearson Korelasyon Katsayısı ile Spearman Brown Sıra Farkları Korelasyon Katsayısı kullanılmıştır.

Sonuç: Araştırmanın sonucunda, basketbol sporcularının yaşam doyumları ile cinsiyet, yaş, doğum sırası ve basketbol sporuyla uğraştıkları yıl arasında ilişki bulunamazken, gelir düzeyi arasında ilişki olduğu bulunmuştur. Tükenmişlik ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık olduğu, erkeklerin tükenmişlik düzeylerinin kızlara göre daha yüksek olduğu, yaş, doğum sırası ve basketbol sporuyla uğraştıkları yıl arasında ilişki olmadığı bulunmuştur. Ayrıca yaşam doyumları ile tükenmişlik düzeyleri arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Tartışma: Öznel iyi oluş kavramının bilişsel boyutunu oluşturan yaşam doyumunun geliştirilmesi ve tükenmişliğin azaltılması özellikle sporcuların hem ruh sağlığına hem de performanslarına önemli katkıları olacaktır.

Analysis of the Relationship Between Life Satisfaction and Burnout Levels of Athletes Attending Intercollegiate Basketball Championships

Introduction: Life satisfaction compares what an individual can achieve with their expectations and cognitively assesses how they meet these expectations, in other words the situation or result that results when the individual compares what they have with what they have. The exhaustion of Maslach and Jackson (1981, 99), "pyshical exhaustion, long fatigue, helplessness and hopelessness in people exposed to intense emotional demands for work and constantly face to face with other people, negative feelings towards work as a syndrome that is formed by reflection with attitudes.

Purpose:The relationship between life satisfaction and burnout levels of the athletes attending intercollegiate basketball championship in Balıkesir province was analysed

Method:The study group consisted of 127 athletes who attended attending intercollegiate basketball championship in Balıkesir province. Personal Information Form, Life Satisfaction Scale and Burnout Scale were used in the research. As a result, Pearson Correlation Coefficient and Spearman Brown Row Differences Correlation Coefficient were used to determine the direction and level of the Mann- Whitney U Test for binary comparisons, Kruskal-Wallis Analysis and One Way ANOVA for multiple comparisons.

Conclusion: It was found that there is a relationship between the life satisfaction of basketball athletes and the level of income while there is no relation between sex, age, birth order and basketball sporting year. It was found that there is a significant difference between burnout and gender that the burnout levels of males are higher than females, there was no relation between age, birth order and basketball sporting year. There is also no significant relationship between life satisfaction and burnout levels.

Discussion:The development of life satisfaction and the reduction of exhaustion, which constitute the cognitive dimension of the concept of subjective well being, will have a significant impact on both the mental health and performance of the athletes.

Spor Psikologları İçin Çözüm Odaklı Kısa Süreli Psikolojik Danışma

1Mustafa Şahin

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon

Email : mustafa61@ktu.edu.tr

Kariyer ve okul danışmanlığında başarılı bir şekilde uygulanan çözüm odaklı kısa süreli danışma yaklaşımının, spor ve egzersiz psikolojisi alan yazında yeterince yer bulmaması ya da spor psikologlarının/psikolojik performans danışmanlarının ilgi alanına yeterince girmemesi çok şaşırtıcı olduğunu vurgulamak gerekir. Özellikle sporcularla çalışırken, değişim için hızlı ve basit ancak etkili stratejilere ihtiyacımız vardır. Çözüm odaklı danışmanlığın ana odağı, sorunun olası nedenlerini bulmak için zaman ve çaba harcamak değil, o soruna çözüm bulmak ve danışanı güçlendirmektir. Bu yaklaşım özellikle gelişim ve ilerleme için sürece odaklanan sporcular ve takım arkadaşları/takım kültürü yaratmak isteyen spor takımları için uygun bulunmaktadır. Çözüm odaklı kısa süreli psikolojik danışma ile, sporcuların ya da takımların yetersizlikleri ve problemleri yerine güçlü ve potansiyeli yüksek alanlarını merkeze alarak kısa sürede (birkaç seans) sorunlarının çözümlerine katkı sağlanabilir. Kısaca çözüm odaklı kısa süreli danışma ile sporcuların sorunlarının nedenlerine odaklanmaktansa, doğrudan çözümlere odaklanarak gelişimlerini sağlamak hedeflenmelidir. Bu çalışmada hem sporcuların hem de spor takımlarının problemlerine yaratıcı çözümler bulmaları için spor psikolojisi alanında çalışan profesyonellere (spor psikoloğu, psikolojik performans danışmanı) çözüm odaklı kısa süreli danışma yaklaşımının temel felsefesine/varsayımlarına göre bazı bilgiler sunulmuştur. Bu bağlamda, yardım sürecini yapılandırırken temel prensiplerin nasıl değerlendirileceği, sporcu (danışan)-danışman ilişkisi, danışman özellikleri ve danışma sürecinin nasıl yapılandırılacağı konularında kısa ve somut bilgiler verilerek, uygulama sürecine ilişkin örnek yaşantılar sunulmuştur.

A Solution-Focused Short-Term Counseling Approach for Sport Psychologists

It is necessary to emphasize that it is confusing that solution focused short term counseling approach that is applied successfully in career and school counseling does not have a place in sport and exercise psychology literature or is not interesting for sport psychologists/ psychological performance counselors. Especially when working with athletes, we need quick and easy but effective strategies for change. The main focus of solution focused approach is to find a solution for problem and strengthen the client, not to spend time and power to find the possible causes of the problem. This approach is found proper especially for athletes focusing on process for development and improvement and for sport teams that want to create team culture. By using solution focused short term counseling, contribution to problem solving can be made in a short time (a few sessions) by placing powerful and potentially high fields into the center instead of athletes' or team's incompetencies or problems. Shortyl, with solution focused short term approach, their development should be aimed by focusing on solutions directly instead of focusing on the reasons of athletes' problems. In this study, some information based on solution focused short term counseling approach's main philosophy/ hypothesis is presented to professionals working sport psychology field (sport psychologist, psychological performance counselor) in order to find creative solutions for either athletes' or teams' problems In this context, sample experiences related to practice process are presented by giving short and concrete informations about main principles for structring helping process, athletes (client)-counselor relationship, counselor characteristics and how to structure counseling process.

KSB425

Profesyonel Basketbol Oyuncularında Zihinsel Dayanıklılık ve Duygusal Zekanın Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi

¹Atakan Yazıcı, ¹Mehmet Güçlü

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : atakan.yazici@gazi.edu.tr, mguclu@gazi.edu.tr

Giriş ve Amaç Performans sporu günümüzde multi kültürel bir yapı almıştır. Özellikle basketbolda profesyonel oyuncuların lig kadrolarında Türk sporcular kadar Amerikan vatandaşı sporcularla birlikte kurulmaktadır. Bu çalışmada Türkiye liglerinde oynayan profesyonel basketbol oyuncularında zihinsel dayanıklılıkları ile duygusal zekâları arasındaki ilişkinin belirlenmesi, zihinsel dayanıklılık ve duygusal zekânın çeşitli demografik değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem Araştırmanın evrenini, 2015-2016 sezonunda Türkiye Basketbol Federasyonuna ligleri takımlarındaki profesyonel basketbol oyuncuları oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise bu liglerdeki 17 takımdan 63'ü kadın ($\bar{X}$ yaş= 23,58 $\pm$ 4,64), 135'i erkek ($\bar{X}$ yaş= 25,74 $\pm$ 5,39) toplam 198 profesyonel basketbol oyuncusudur. Ayrıca bu katılımcıların, 156'sı ($\bar{X}$ yaş= 24,35 $\pm$ 5,48) Türk vatandaşı iken 42'si ($\bar{X}$ yaş= 27,69 $\pm$ 3,15) ise Amerikan vatandaşıdır. Araştırma verileri toplanmasında, zihinsel dayanıklılık için Sheard ve arkadaşları (2009) tarafından geliştirilen "Sports Mental Toughness Questionnaire" ve Türkçe'ye uyarlayarak geçerlik, güvenirliği Altıntaş (2015) tarafından "Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri" ile duygusal zekâ için Lane ve arkadaşları (2009) tarafından geliştirilen geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılan "Emotional Intelligence Scale for use in Sport", envanterin Türkçe'ye uyarlanarak geçerlik ve güvenirliği Adiloğulları ve Görgülü (2015) tarafından yapılan "Sporda Duygusal Zekâ Envanteri" kullanılmıştır. Verilerin analizinde, bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenlere olan etkilerini incelemek için tek yönlü varyans analizi (One-Way ANOVA) kullanılmıştır. Zihinsel Dayanıklılık (ZD) ve Duygusal Zekâ (DZ) arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon tekniği kullanılmıştır.

Bulgular Araştırmanın bulgularına göre bağımsız değişkenler (cinsiyet, vatandaşlık, medeni hâl, lig kategorisi, takımların başarı sıralaması) arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. ZD ve DZ arasında ise düşük düzeyli pozitif korelasyona ulaşılmıştır. Sonuç ZD ve DZ alt boyutları arasındaki ilişkiler incelendiğinde, DZ sosyal beceriler alt boyutu ile ZD değerlendirme alt boyutu arasında doğrusal yönlü, pozitif korelasyon bulunmuştur.

Bu çalışmanın sonucunda; Vatandaşlık değişkeni açısından incelediğimizde DZ için sosyal beceriler alt boyutunda Türk vatandaşı olan sporcuların ortalamaları yüksek iken başkalarının duygularını değerlendirme alt boyutunda Amerikan vatandaşı olan sporcuların ortalamalarının yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca ZD devamlılık ve kontrol alt boyutları açısından Amerikan vatandaşı olan sporcuların Türk vatandaşı olan sporculara göre yüksek ortalamaya sahip oldukları görülmüştür. Bu sonuçlara ek olarak, ZD devamlılık alt boyutu puanlarındaki artış DZ sosyal beceri alt boyutunda artışa sebep olduğu bulunmuştur.

Mental Toughness and Emotional Intelligence Professional Basketball Players in Terms of Different Variables

The purpose of this study was to investigate the relation between mental toughness and emotional intelligence of professional basketball players playing in Turkish leagues and to examine mental toughness and emotional intelligence in terms of different demographic variables. Target population of the study consists of the professional athletes playing in leagues related to Turkish Basketball Federation. The research sample comprises 63 women ($\bar{X}_{age}=23,58\pm4,64$), 135 men ($\bar{X}_{age}=25,74\pm5,39$), totally 198 professional basketball players from 17 teams. In addition, 156 participants ($\bar{X}_{age}=24,35\pm5,48$) are Turkish citizen and 42 participants ($\bar{X}_{age}=27,69\pm3,15$) are citizen of the USA. "SMTQ" developed by Scheard et al (2009), "SZDE" adapted with validity and reliability for Turkish population by Altıntaş (2015) and "EISS" developed by Lane et al (2009) as well as "SDZE" adapted with validity and reliability for Turkish population by Adiloğulları and Görgülü (2015) collecting data for emotional intelligence were used during the research. The One-Way ANOVA test was utilized in order to examine the influence of independent variables on dependent variables. The relation between emotional intelligence (EI) and mental toughness (MT) was analyzed through Pearson Product-Moment Correlation Coefficient technic. The significance level of the data as $p < 0.05$. According to the results, significant differences between EI and MT were observed in terms of such variables as gender, citizenship, success ranking variable in terms of MT, as well as in terms of only marital status and league category variables. In addition, a linear positive correlation was found while examining the relationship between the EI and MT subscales, EI social skills subscales and the MT assessment subscales. As a result of research, in terms of citizenship variables Turkish athletes proved to have a higher level of social skills subscale, while American players have better appraisal of others emotions. In addition, in terms of constancy and control subscales American citizens showed higher mean. The results also showed that the increase in MT constancy subscale score causes the increase in EI social skills subscale.

Elit Atletizm Sporcularının Duygusal Zekâ Düzeylerinin İncelenmesi

¹Yusuf Soylu, ³Melih Nuri Salman, ³Ai Kilisli

¹Sakarya Üniversitesi, Sakarya

²Sakarya Üniversitesi, Sakarya

³Aksaray Üniversitesi, Aksaray

Email : yusufnumanefendioglu@gmail.com, yusufnumanefendioglu@gmail.com, melihsalman@windowslive.com, ali_9_94@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışma, elit düzeyde farklı atletizm branşlarında lisanslı ve halen aktif olarak milli takımlarda görev alan 176 atletizm sporcusu (99 erkek ve 77 kadın) üzerinde yapılmıştır. Araştırmanın amacı olarak, farklı branşlarda elit düzeyde olan milli atletizm sporcularının cinsiyet, yaş, uluslararası derece olup/olmama, spora başlama yaşı, ilk resmi müsabakaya katılma yaşı ve atletizm branşı gibi değişkenlere göre duygusal zekâ düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma Yöntemi: Araştırma yöntemi olarak, Schutte ve ark. (1998) yılında geliştirilmiş olan Duygusal Zekâ ölçeğini, Lane ve ark. (2009) yılında 19 madde ve 5 alt boyut olarak sporcular için uyarlanmış olan Türkçe uyarlaması ise, Adiloğulları ve Görgülü (2015) tarafından gerçekleştirilen 18 soru ve 5 alt boyuttan oluşan Sporda Duygusal Zekâ Envanteri kullanılmıştır. Adiloğulları ve Görgülü (2015) tarafından kullanılan bu ölçeğin Cronbach Alpha değeri tüm ölçek için .92 olarak saptanmıştır. Bu çalışmada ise, ölçeğin Cronbach Alpha değeri tüm ölçek için .85 olarak saptanmıştır. SPSS 21 istatistik programı kullanılmıştır.

Sonuç: Araştırmada, 176 atletizm sporcusunun aktif olarak milli takımlarda görev aldığı belirlenmiştir. Araştırma sonucunda, cinsiyet ve yaş değişkenlerine bağlı olarak atletizm sporcularının duygusal zekâ düzeyleri arasında istatistiksel olarak herhangi bir fark görülmemiştir ($p>0.05$). Atletizm sporcularının, uluslararası derece olup/olmama değişkenine göre duyguları düzenleme alt boyutunda, spora başlama yaşı değişkenine göre başkalarının duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler, duyguların kullanımı ve genel ortalamada, ilk resmi müsabakaya katılma yaşı değişkenine göre başkalarının duygularını değerlendirme ve atletizm branşı durumuna göre ise tüm alt boyutlarda ve genel ortalamada duygusal zekâ düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($p<0.05$).

Investigation Of Emotional Intelligence Levels Of Elite Athletic Athletes

Introduction: This study was conducted on 176 athletic athletes (99 men and 77 women) licensed and currently actively involved in national teams in different athletic branches at the elite level. The aim of the study was to examine the levels of emotional intelligence according to variables such as gender, age, international degree, age at start of spore, age at first official competition, and athletics branch of elite national athletic athletes in different branches.

Method: As a research method, Schutte et al. Emotional Intelligence scale developed in 1998 (Lane et al. (2009), Sporda Emotional Intelligence Inventory, which is composed of 18 questions and 5 sub-dimensions, was adapted for athletes as 19 items and 5 sub-dimensions and Turkish adaptation was performed by Adiloğulları and Görgülü (2015). The Cronbach Alpha value of this scale used by Adiloğulları and Görgülü (2015) was found to be .92 for the whole scale. In this study, the Cronbach Alpha value of the scale was .85 for the whole scale. SPSS 21 statistical program was used.

Conclusion: In the survey, 176 athletic athletes were actively involved in national teams. As a result of the study, no statistically significant difference was found between the athletic athletes emotional intelligence levels according to gender and age variables ($p > 0.05$). The athletic athletes evaluate the emotions of others according to the age of participation in the first official competition in terms of emotion regulation, social skills, use of emotions and overall average, according to the variable of emotion according to the international degree, ($p < 0.05$). There was a statistically significant difference between the levels of emotional intelligence in all sub-dimensions and general average.

SUNULMADI

KSB456

Sporcularda Başarı Hedefleri, Mükemmeliyetçilik ve Kazanma-Kaybetme Algısının Ahlaktan Uzaklaşmayı Belirlemedeki Rolü

¹Ferhat Çifçi, ¹Ferhat Çifci, ²Fatma Çepikkurt, ²Zeka Pehlevan, ¹Ersin Ballıkaya

¹ME. Ü. Eğitim Bil. Enst. Beden Eğitimi ve Spor ABD

²ME. Ü. Beden Eğitimi ve Spor YO

Email : cifciferhat@hotmail.com, cifciferhat@hotmail.com, fceppikkurt@hotmail.com, zpehlivan_59@hotmail.com, ersinballıkaya@msn.com

Giriş ve Amaç: Bandura (2002) tarafından ortaya atılan ahlaki uzaklaşma kavramı, ahlak dışı davranan bireyin bu davranışlarını meşrulaştırmak için sosyal-bilişsel olarak kendini-düzenleme (self-regulation) sürecini anlatmaktadır. Ahlaki uzaklaşma, bireyin kabul edilemeyen davranışının ortaya çıkarılabileceği, psikolojik olarak rahatsız edici duygulardan (örn. utanç ve suçluluk) ve düşüncelerden (örn. bilişsel çelişki) kurtulmasını sağlayan bir kendini-düzenlemedir. Buradan hareketle; bu araştırmanın amacı, sporcularda ahlaktan uzaklaşma ile başarı hedefleri, mükemmeliyetçi eğilimler ve kazanmaya yönelik algılar arasındaki ilişkiyi incelemektir.

Yöntem: Araştırma, ilişkisel tarama türü bir çalışmadır. Araştırmaya 110 kadın (yaş = 19.97±3.83) ve 69 erkek (yaş =19.90 ±4.17) olmak üzere toplam 179 sporcu katılmıştır. Veriler, “Sporculara Yönelik Kazanma Algısı Ölçeği”, “Sporda 2X2 Başarı Hedefleri Envanteri”, “Spora Özgü Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği” ve “Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği” ile toplanmıştır. Verilerin analizinde Pearson Korelasyon Analizi ve Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Sporcuların “ahlaktan uzaklaşma” puanları ile “ustalık yaklaşma ($r=-.276$)”, “ustalık kaçınma ($r=-.343$)”, “performans yaklaşma ($r=-.225$)” ve “kişisel standartlar” boyutları ($r=-.148$) arasında negatif yönde; sporcuların “ahlaktan uzaklaşma” puanları ile “algılanan aile baskısı ($r=.183$)” ve “hatalarla aşırı ilgilenme ($r=.228$)” boyutları arasında da pozitif yönde ilişki olduğu bulunmuştur. Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları; hatalarla ilgilenme ($\beta = .317$), ustalık kaçınma ($\beta = -.297$) ve kişisel standartlar ($\beta = -.269$) boyutlarının ahlaktan uzaklaşma değişkeninin anlamlı yordayıcıları olduğunu ortaya koymuştur ($R^2= 0.22$; $p<.05$). Bu bulgu; ahlaktan uzaklaşma değişkenine ait puanların % 22’sinin ustalık kaçınma, kişisel standartlar ve hatalarla ilgilenme değişkenleri ile açıklanabileceğine ve modeldeki en önemli değişkenin hatalarla ilgilenme boyutu ($\beta = .317$) olduğuna işaret etmektedir.

Sonuç: Bulgular dikkate alındığında; yüksek kişisel standartlara sahip olan, hata yapmamaya ve önceki performansından düşük performans göstermemeye çabalayan, yaptıkları hatalar üzerinde aşırı yoğunlaşan sporcuların ahlaktan uzaklaşma davranışını daha fazla göstermesi beklenmektedir. Anahtar Kelimeler: Ahlaktan Uzaklaşma, Başarı Hedefleri, Mükemmeliyetçilik, Kazanma Algısı

Role of Achievement Goals, Perfectionism and Win-Loss Perception in Determining the Moral Disengagement in Athletes

Introduction-Purpose: The concept of moral disengagement introduced by Bandura (2002) describes as social-cognitively self-regulation process to legitimize these behaviors of individual acting immoral. Moral disengagement is a self-regulation process that provides to get rid of psychologically disturbing emotions (shame,guilt) and thoughts (cognitive contradiction),

which emerge the unacceptable behavior of an individual. The purpose of this research is to examine the relationship between the moral disengagement, and achievement goals, perfectionist tendencies and perceptions of winning in athletes.

Method: This research is relational survey. 110 female (age = 19.97 ± 3.83) and 69 male (age = 19.90 ± 4.17), totally 179 athletes participated in the research. Data were collected by using "Winning Perception Scale for Athletes", "2X2 Achievement Goals Inventory for Sport", "Multidimensional Perfectionism Scale for Athletes" and "Moral Disengagement Scale in Sport". Pearson Correlation and Multiple Linear Regression Analysis were used in the analysis.

Findings: Negative correlation was found between "moral engagement", and "mastery approach ($r = -.276$)", "mastery avoidance ($r = -.343$)", "performance approach ($r = -.225$)" and "personal standards ($r = -.148$)" dimensions. Also positive correlation was found between the "moral engagement" and "perceived parental pressure ($r = .183$)", "concern over mistakes ($r = .228$)". Regression Analysis revealed that concern over mistakes ($\beta = .317$), mastery avoidance ($\beta = -.297$) and personal standards ($\beta = -.269$) dimensions are significant predictors of moral disengagement ($R^2 = 0.22$; $p < .05$). This finding suggests that 22% of the scores of moral disengagement variable can be explained by the variables of mastery avoidance, personal standards and concern over mistakes.

Result: According to findings; it is expected that athletes who have high personal standards, and who strive not to make mistakes and not to perform lower performance than their previous performance, and concern and concentrate over mistakes will show further moral disengagement.

Keywords: Moral Disengagement, Achievement Goals, Perfectionism, Winning Perception

KSB462

Egzersiz Katılımcılarında Egzersiz Bağımlılığı Ve Sosyal Görünüm Kaygısı

¹Ersin Ballıkaya, ¹Ferhat Çifçi, ²Fatma Çepikkurt

¹Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin

²Mersin Üniversitesi Besyo, Mersin

Email : ersinballikaya@msn.com, cifciferhat@hotmail.com, fcepikkurt@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Egzersiz bağımlılığı, egzersizden daha fazla verim almak için egzersizin süresini ve şiddetini sürekli artırması, egzersiz yapmak için ailesine, arkadaşlarına ve sosyal yaşama zaman ayırmaması ve tüm yaşantısını egzersiz alışkanlığı çerçevesinde yeniden düzenlemesi olarak tanımlanmaktadır (Adams & Kirkby, 2002; Hausenblas & Downs, 2002). Buradan hareketle, araştırmanın amacı egzersiz katılımcılarında egzersiz bağımlılığı semptomunun incelenmesi ve egzersiz bağımlılığı ile sosyal görünüş kaygısı ve beden kitle indeksi arasındaki ilişkinin belirlenmesidir.

Yöntem: Araştırma tarama türündedir. Araştırmaya haftada 3-4 gün ve üzeri egzersiz yapan 86 kadın (yaş = 29.87 ±10.98) ve 66 erkek (yaş = 27.06 ±8.37) olmak üzere toplam 155 kişi katılmıştır. Veriler Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği-21 (Yeltepe ve İkizler, 2007) ve Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (Doğan, 2010) ile toplanmıştır.

Bulgular: Katılanların egzersiz bağımlılığı kriterlerine verdikleri puanlar incelendiğinde % 47.1 'inin (n=73) bağımlı olmayan asemptomatik olduğu, % 41.9 'inin (n=65) bağımlı olmayan semptomatik olduğu ve % 11.0'ının (n=17) ise egzersiz bağımlısı olduğu görülmüştür. Analizi sonuçları, sosyal görünüm kaygısı puanlarının egzersiz bağımlılığı grupları açısından farklılaştığını; bağımlı olmayan semptomatik grubun sosyal görünüm kaygı puanlarının diğer gruplara göre daha yüksek olduğunu (F= 7.18; p<.001); egzersiz bağımlısı olanlar ile bağımlı olmayan asemptomatik grubun sosyal görünüm kaygısı puanları açısından aralarında anlamlı fark olmadığını göstermiştir. Yapılan korelasyon analizi sonuçları ise egzersiz bağımlılığı, sosyal görünüm kaygısı ve BKM puanları arasında anlamlı ilişki olmadığını ortaya koymuştur (p>.05).

Sonuçlar: Bulgular dikkate alındığında, egzersiz bağımlısı olmaya eğilimli olan katılımcılarının sosyal görünüm kaygısını daha yoğun yaşayan bireyler oldukları söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz bağımlılığı, sosyal görünüm kaygısı, beden kitle indeksi Seçilmiş Kaynaklar: Hausenblas , H.A., Downs, S.D., (2002). Psychology of Sport And Exercise. H. Yeltepe, H. C. İkizler, (2007). Journal of Dependence, Vol: 8, N.: 1, pp.29-35

Exercise Dependence And Social Appearance Anxiety In Exercise Participants

Introduction and Objective: Exercise dependence is defined increasing the duration and the intensity of the exercise constantly in order to benefit from it more, not sparing time to family, friends, even to social life for doing exercise and shaping your life in the context of exercising habit (Adams & Kirkby, 2002; Hausenblas & Downs, 2002). So the objective of the study is examining exercise dependence symptoms in the exercise participants, social appearance anxiety, and body mass.

Method: The research is a survey type. A total of 155 participants (86 female, 29.87 ± 10.98) and 66 male (age: 27.06 ± 8.37) who exercise 3 or 4 days or more in a week ,participated in the study. Data were collected by Exercise Addiction Scale-21 (Yeltepe and İkizler, 2007) and Social Appearance Anxiety Scale (Doğan, 2010).

Findings: When the scores on the exercise addiction criteria of the participants were examined, it was found that 47.1% (n = 73) were asymptomatic as independent, 41.9% were independent symptomatic and 11.0% (n = 17)were exercise dependent. The results of the analysis showed that the social appearance anxiety scores differed in terms of exercise addiction groups; the social appearance anxiety scores of the independent symptomatic group were higher than the other groups ($F = 7.18$; $p < .001$); showed that there was no significant difference between the exercise addicts and the asymptomatic group in terms of social appearance anxiety scores. The results of the correlation analysis revealed that there was no significant relationship between exercise dependency, social appearance anxiety and BMI scores ($p > .05$).

Conclusion: Considering the findings, it can be said that participants who are inclined to become addicted to exercise are more intensely concerned about the social appearance anxiety.

Keywords: Exercise Dependence, Anxiety Of Social Appearance, Body Mass Index

KSB494

Spor Merkezlerine Devam Eden Vücut Geliştirme Sporcularının Egzersiz Bağımlılığı Düzeylerinin Değerlendirilmesi

¹Fatih Murathan, ¹Aykut Dündar, ²Fatih Mehmet Uğurlu, ²Yonca Süreyya Sezer, ²Gamze Murathan

¹Adıyaman Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Adıyaman

²Fırat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

Email : fmurathan@adiyaman.edu.tr, adundar@adiyaman.edu.tr, fmugurlu@hotmail.com, ysezer@firat.edu.tr, gmurathan@gmail.com

Egzersiz bağımlılığı bireyin sıklıkla egzersiz uyguladığı, bunun sonucunda fiziksel ve psikolojik olarak zarara uğradığı ve bireyin sağlığının olumsuz etkilendiği bir durumdur. Egzersiz rutininin bireyin kontrolünden çıkması, egzersizden istenen etkinin sağlanması için egzersiz süresinin, sıklığının ve şiddetinin sürekli olarak artırılması, egzersiz bağımlılığından dolayı aile ve arkadaşlara vakit ayıramama, sosyal aktivitelere katılmak yerine egzersiz yapma ve bireyin hayatını egzersiz alışkanlığı çerçevesinde yeniden düzenlemesi egzersiz bağımlılığının en önemli belirtileridir. Bu bağlamda araştırmada spor merkezlerine düzenli devam eden Vücut Geliştirme sporcularının egzersiz bağımlılık düzeylerini çeşitli değişkenler açısından inceleyerek egzersiz türüne, egzersiz yaşına ve yüklenme dinamiklerine göre farklılıklarını tespit etmek amaçlanmıştır. Araştırmanın evrenini Adıyaman ilindeki spor merkezlerine devam eden vücut geliştirme sporcuları oluştururken, örneklem grubunu ise 2016-2017 sezonunda spor merkezlerine kayıtlı 87 bay sporcu oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak uzman görüşü alınarak oluşturulan kişisel bilgi formu ile birlikte Housenblas ve Downs, (2002) tarafından geliştirilen ve Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Yeltepe ve İkizer (2007) tarafından yapılmış "Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği (EBÖ-21)" kullanılmıştır. Araştırma sonucunda egzersiz bağımlılığı ile egzersiz türü, egzersiz yaşı, egzersiz sıklığı ve egzersiz süresi arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Bununla beraber araştırmaya katılan sporcuların serbest zaman ve sosyal durumları göz önünde bulundurularak egzersiz bağımlılığı durumlarının arttığı sonucuna varılabilir. Araştırma sonucunda egzersiz bağımlısı tanısı alan vücut geliştirme sporcularının araştırma grubu içinde %14,7 oranında olması, ilgili literatür incelenmesi sonucunda da mevcut durum sınırının % 10-40 arasında kabul edilmesi egzersiz bağımlılığının giderek artan bir sağlık sorunu olduğu düşünülmektedir. Bunun yanında sadece egzersizin organizmada bağımlılık oluşturduğu ve birinci dereceden etkilediği sonucuna varılabilir. Ancak bağımlı grubun egzersiz türü, egzersiz süresi, sıklığı ve egzersiz yaşı diğer gruplarla karşılaştırıldığında anlamlı derecede etkilediği sonucuna varılabilir.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz Bağımlılığı, Sporcu, Vücut Geliştirme

Evaluation Of Exercise Dependence Levels Of Bodybuilders Who Regularly Attending To The Sports Centers

Exercise dependence is a condition in which the individual frequently exercises, resulting in physical and psychological harm, and the health of the individual being adversely affected. The most important indications of exercise dependence are that the exercise routine is getting out of control by the individual, the exercise duration, frequency and severity are continuously increased in order to achieve the desired effect from the exercise, because of the exercise dependency individual unable to spare time for family and friends, exercising instead of participating in social activities and reorganizing the individual's life within the framework of exercise habits.

In this context, it was aimed to investigate the exercise dependency levels of Bodybuilding athletes regularly attending sport centers in terms of various variables and to determine their differences according to exercise type, age of exercise and loading dynamics. While the universe of the research consisted from the bodybuilding athletes going on to sports centers in Adıyaman province, the sampling group constituted from 87 athletes registered to sports centers in the 2016-2017 season. The "Exercise Addiction Scale (EBÖ-21)" developed by Housenblas and Downs (2002) and Turkish validity and reliability study conducted by Yeltepe and İkizer (2007) was used. As a result of the study, it was found that there was a significant relationship between exercise dependence and exercise type, exercise age, exercise frequency and duration of exercise ($p < 0.05$). However, considering the free time and social situations of the athletes participating in the study, it can be concluded that the exercise addiction situations increase. However, it can be concluded that the type of exercise, duration of exercise, frequency of exercise and age of exercise are significantly affects the dependent group compared to other groups.

Keywords: Exercise Dependence, Athlete, Bodybuilding

KSB497

Spor Yapan Ve Yapmayan Öğrencilerin Temel Psikolojik İhtiyaçlarının Karşılanmasının İncelenmesi (Ağrı Ve Konya İli Örneği)

¹Muhammed Fatih Çırak, ²Muhammed Fatih Çırak, ³Serdar Uslu, ³Murat Kul

¹Milli Eğitim Müdürlüğü- 100.Yıl Ahmet Haşhaş İHO Selçuklu/Konya

²Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı/Yüksek Lisans Öğrencisi

³Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı/Bartın Üniversitesi

Email : crkmhmd@gmail.com, crkmhmd@gmail.com, usluserdar77@gmail.com, muratkul61@gmail.com

Bu çalışmanın amacı; spor yapan ve yapmayan öğrencilerin temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasının çeşitli değişkenlere göre incelenmesidir.

Araştırmanın yürütülmesinde nicel verilere dayalı genel tarama ve ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Tabakalı örnekleme alma ve basit tesadüfi örnekleme alma yöntemiyle seçilmiştir. Araştırmanın örneklemini Konya ve Ağrı illerinde öğrenim gören 767 gönüllü öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma grubunu oluşturan toplam 767 katılımcının 395'i erkek, 372'si kadından oluşmaktadır. Çalışmada Deci ve Ryan (2000) tarafından geliştirilen, Türkçeye uyarlaması Kesici, Bozgeyikli ve ark. (2003) tarafından yapılan formunda 21 ifade bulunan, üç alt boyuttan oluşmuş, 5'li likert tipi "Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmanın değişkenleri ile ilgili bilgi elde etmek için örneklem grubu "Kişisel Bilgi Formu" doldurmuşlardır.

Araştırma genelinde spor yapan öğrencilerin, spor yapmayan öğrencilere oranla temel psikolojik ihtiyaçlarının daha fazla karşılandığı sonucu elde edilmiştir. Konya ve Ağrı illerinde ilköğretim ve ortaöğretim öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Konya'daki öğrencilerin temel psikolojik ihtiyaçlarının orta ve yüksek düzeyde karşılandığı, Ağrı ilinde ise öğrencilerin temel psikolojik ihtiyaçlarının düşük düzeyde karşılandığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Temel Psikolojik İhtiyaç, Spor, Öğrenci, Özerklik, Yeterlik, İlişkili olma

The Analysis of Satisfying the Basic Psychological Needs of the Students who Exercise and don't Exercise (An Example of Konya and Ağrı)

The objective of this study is to analyze the satisfaction of the basic psychological needs of the students who take exercises and don't take in accordance with various variances.

While conducting the research, the universal screening model and relational screening model which are based on quantitative data were employed. The sampling of the research consists of 767 voluntary students who study in the provinces of Konya and Ağrı. Of the 767 participants who constitute the research group, 395 of them are males while 372 of them are females. In the study, "The Scale of Basic Psychological Needs" developed by Deci and Ryan (2000) and adapted into Turkish by Kesici, Bozgeyikli et al., (2003). It has 21 expressions, three sub-dimensions and five point likert scale. The sampling group filled "the Form of Personal Info" in order to obtain the data related to the variants of the research.

In general, it was concluded that the basic psychological needs of the students who take exercises were satisfied more than those who don't take exercises. A significant difference was obtained between the students of primary and secondary schools in the provinces of Konya and Ağrı. It was found that the basic psychological needs of the students in Konya were satisfied at the moderate and high levels while the students of Ağrı had lower levels of satisfaction.

Keywords: Basic Psychological Needs, Sports, Students, Autonomy, Efficiency, Being Related

SUNULMADI

KSB503

Genç Sporcularda Hedef Yönelimi, GÜdülenme Ve Algılanan Antrenör Davranışının Grup Sargınlığını Belirlemedeki Rolü

¹Safter Elmas, ¹Ali Yıldız, ²Atahan Altıntaş, ¹F. Hülya Aşçı

¹Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

²Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : safter.elmas@gmail.com, yildizali7@gmail.com, ,

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı genç sporcularda hedef yönelimi, güdülenme ve algılanan antrenör davranışının grup sargınlığını belirlemedeki rolünü incelemektir.

Yöntem: Araştırmaya 76 kız (Xyaş= 14.43±1.69 yıl) 200 erkek (Xyaş= 14.58±1.62 yıl) toplam 276 genç sporcu (Xyaş= 14.54±1.62 yıl) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılara Kişisel Bilgi Formu, Başarı Algısı Envanteri-Çocuk Formu, Sporda GÜdülenme Ölçeği-Çocuk Formu, Sporcular için Antrenör Davranışlarını Değerlendirme Ölçeği ve Genç Spor Çevre Envanteri uygulanmıştır. Verilerin analizinde hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır. Dört adımda gerçekleştirilen hiyerarşik regresyon analizinde; birinci adımda cinsiyet ve branş, ikinci adımda olumlu ve olumsuz antrenör davranışları, üçüncü adımda hedef yönelimi boyutları (ego yönelimi ve görev yönelimi) ve dördüncü adımda güdülenme ölçeği alt boyutları (özdeşimle, içsel, dışsal ve güdülenmeme) modele dahil edilmiştir.

Bulgular: Yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonuçları, analize dahil edilen değişkenlerin görev sargınlığına ilişkin toplam varyansın %29'unu açıkladığı ve en güçlü yordayıcının antrenör davranışı değişkenleri (%23) olduğunu göstermiştir. Analiz sonuçları, görev sargınlığının olumlu antrenör davranışı ($\beta = .45, p < .001$) ile pozitif; olumsuz antrenör davranışı ($\beta = -.14, p < .05$) ile negatif ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Bunun yanısıra, analize dahil edilen değişkenlerin sosyal sargınlığa ilişkin toplam varyansın %27'sini açıkladığı ve en güçlü yordayıcının yine antrenör davranışı değişkenleri (%24) olduğu bulunmuştur. Sosyal sargınlık ile olumlu antrenör davranışı ($\beta = .46, p < .001$) arasında pozitif; olumsuz antrenör davranışı ($\beta = -.15, p < .05$) arasında negatif anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır.

Sonuç: Bulgular, genç sporcularda grup sargınlığının belirlenmesinde algılanan antrenör davranışının etken olduğunu göstermiştir.

The Role Of Goal Orientation, Motivation And Perceived Coaching Behavior In Predicting Group Cohesion Among Youth Athletes

Purpose: The aim of this study was to examine the role of goal orientation, motivation and perceived coaching behavior in determining group cohesion among youth athletes.

Methods: Seventy-six females (Mage= 14.43±1.69 year) and 200 males (Mage= 14.58±1.62 year) totally 276 (Mage= 14.54±1.62 year) young athletes voluntarily participated to this study. Personal Information Form, The Perception of Success Questionnaire-Child Form, Sport Motivation Scale-Child Form, Coaching Behavior Scale for Sports, and The Youth Sport Environment Questionnaire were administered to all participants.

Data was analyzed by hierarchical regression analysis. Hierarchical regression analysis was carried out four steps. At first step gender and sport type; at second step coaching behavior (personal rapport and negative personal rapport); at third step goal orientation factors (ego and task) and at final step motivation factors (identified, intrinsic, extrinsic and amotivation) scores were included.

Results: Hierarchical regression analysis indicated that the variables that are included in the analysis explained the %29 of the total variance in task cohesion and perceived coaching behavior variables were the strongest (%23) predictors. The task cohesion was significantly and positively related with personal rapport ($\beta = .45, p < .001$), and negatively correlated to negative personal rapport ($\beta = -.14, p < .05$). Furthermore, analysis showed that the variables that are included in the analysis explained %27 of the total variance in social cohesion and perceived coaching behavior variables were the strongest (%24) predictors. There was a significant positive relationship between social cohesion and personal rapport ($\beta = .46, p < .001$), and negative relationship between social cohesion and negative personal rapport ($\beta = -.15, p < .05$).

Conclusion: Results showed that perceived coaching behavior is determinant of group cohesion among youth athletes.

KSB509

Sporcu Ergenlerde Psikolojik Sağlamlık

¹Okan Burçak Çelik, ¹Gönül Tekkursun Demir, ¹Ekrem Levent İlhan, ¹Halil İbrahim Cicioğlu, ¹Oğuz Kaan Esentürk

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : okanburcakcelik@hotmail.com, gonultekkursun@hotmail.com, levent-besyo@hotmail.com, cicioğlu@gazi.edu.tr, oguz_kaan61@hotmail.com

Ergenlik dönemi, bireyler için ruhsal gelişimin en önemli aşamalarından biridir. Bu dönemde psikolojik açıdan yoğun çatışmaların yaşanması olasıdır. Bu tip ruhsal çatışmalar yetişkinlik dönemi öncesinde ve hayat boyu kalıcı izler bırakabilir. Erken yaşlarda sporun çocuk ve gençlere sağladığı psikolojik faydalar göz önüne alındığında araştırmamızın amacı bazı değişkenlere göre bireysel ve takım sporlarıyla ilgilenen, 13-16 yaş grubu sporcuların psikolojik sağlamlık düzeylerini tespit etmektir.

Bu çalışma nicel araştırma yaklaşımıyla tasarlanmıştır. Araştırmada, amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu bağlamda, ulaşılabilirlik ilkesi ve gönüllü katılım esas alınmıştır. Buna göre araştırmaya, 13-16 yaş aralığında, bireysel ve takım sporlarıyla ilgilenen 108 kız, 99 erkek olmak üzere toplam 207 sporcu ergen katılmıştır. Veri toplama aracı olarak “kişisel bilgi formu” ve “Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği” (ÇGPSÖ-12) kullanılmıştır. Verilerin analizi öncesinde Levene (varyansların eşitliği) testi ve Shapiro-Wilk değerleri incelenmiştir. Normal dağılım gösteren verilerin analizinde; frekans, aritmetik ortalama, standart sapma; t-testi, ANOVA, Post- Hoc test istatistikleri (Tukey HSD), Pearson Correlation testi kullanılmıştır.

Sporcu ergenlerin ÇGPSÖ-12’den aldıkları puan (50,50) göz önüne alındığında psikolojik sağlamlık düzeylerinin ortalamasının üzerinde olduğu görülmüştür. Bunun yanında sporcu ergenlerin yaşları arttıkça psikolojik sağlamlıklarının azaldığı ve psikolojik sağlamlık bakımından erkek sporcuların kızlardan anlamlı düzeyde daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmüştür. Ayrıca spor yaşı ile psikolojik sağlamlık düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Sporcu, Ergen, Psikolojik Sağlamlık

Psychological Resilience In Teenager Athletes

Adolescence is one of the most important stages of spiritual development for individuals. It is possible that intense conflicts occur psychologically in this period. This kind of spiritual conflicts can leave permanent traces before adulthood period and can continue lifelong. Considering psychological benefits that sports provides to children and adolescents at early ages, this research aims to determine the psychological resilience levels of athletes aged between 13-16 years old, who are interested in individual and team sports according to some variables.

This research was designed with a quantitative research approach. In research, purposeful sampling method was used. In this context, accessibility principle and voluntary participation were based on. 207 teenager athletes, aged between 13-16 years old, (99 male, 108 female) who are interested in individual and team sports participated in the research.

As data collection tools, "Personal Information Form" and "Child and Youth Resilience Measure" (CYRM-12) were used. Before the analysis of data, Levene (equality of variance) test and Shapiro-Wilk values were examined. In the analysis of normal distribution data; frequency, arithmetic mean, standard deviation; t-test, ANOVA, Post-Hoc test statistics (Tukey HSD) and Pearson Correlation test were used.

Considering the scores of teenager athletes from CYRM-12, it was seen that their psychological resilience level was above the average. In addition, it was seen that as the ages of young athletes increased, their psychological resilience decreased, and that male athletes had significantly higher average than female athletes in terms of psychological resilience. Also, it was concluded that there was no significant relationship between the age of sports and the level of psychological resilience.

Keywords: Athlete, Teenager, Psychological Resilience

KSB512

Tenis Sporcularının Branşlarına Yönelik Farkındalık Düzeylerine Etki Eden Faktörlerin İncelenmesi

¹Fatih Murathan, ¹Mehmet Kartal, ¹Aykut Dünder, ¹Ümit Yetiş, ¹Hande İnan

¹Adıyaman Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Adıyaman

Email : fmurathan@adiyaman.edu.tr, m.kartal@adiyaman.edu.tr, dunder@adiyaman.edu.tr, uyetis@adiyaman.edu.tr, hinan@adiyaman.edu.tr

Giriş ve Amaç: Spor, fiziksel etkinlikler bütünü olarak değerlendirilmesinin yanı sıra, bireye sosyal kimlik ve takım üyeliği vermesi ile bireyin sosyallik kazanmasına katkıda bulunun bir olgu olarak ele alınmaktadır. Bunun yanında spor, farkındalığı barındıran bilişsel ve duyuşsal bir faaliyettir. Birey farkında olma işlemini tamamladığında yeni zihinsel şemalar ve imgeler oluşturur. Yeni şema oluşturma organizmada bilinç alanının genişlemesine yardımcı olur. Bu bilgiler ışığında bu araştırmanın amacı, Adıyaman ilinde tenis branşı ile uğraşan lisanslı sporcuların tenis sporuna yönelik farkındalık düzeylerinin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmanın evrenini Adıyaman ilinde yer alan tenis sporcuları, örneklem grubunu ise 2016-2017 tenis sezonunda faal olarak tenis lisansı bulunan 104 sporcu oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Eski'nin (2010) yılında geliştirdiği, geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılan "Kış Sporları Farkındalık Ölçeği" nin araştırmacı tarafından tenis branşına uyarlamasının yapıldığı bir anket kullanılmıştır. Bu anketin geçerlilik testi için ankette yer alan maddelere yönelik uzman görüşü alınarak son şekli verilmiş, güvenirlik testi için ise 65 kişiden oluşan bir ön gruba uygulanarak Cronbach Alpha güvenirlik kat sayısı ,85 olarak bulunmuştur.

Sonuç ve Bulgular: Araştırma sonucunda araştırmaya katılan tenis sporcularının farkındalık ölçeğine verdiği yanıtların sosyo-ekonomik yapı değişkenine göre anlamlı bir farklılığın görülmediği tespit edilmiştir. Bunun yanında yapılan analizler sonucu sporcuların spora başlama yaşına göre tenis farkındalık düzeylerinin arttığı sonucuna varılmıştır. Anahtar Kelimeler: Tenis, Sporcu, Adıyaman, Farkındalık.

The Analysis Of The Factors Effecting Awareness Levels Of The Branches Of Tennis Athletes

Introduction and Aim: In addition to being evaluated as a whole physical activity, sport is considered as a case contributing to the socialization of an individual by giving individual social identity and team membership. Sport is also a cognitive and affective activity that carries awareness. When the individual completes the awareness process, he creates new mental schemes and images. Creating a new schema helps to expand the field of consciousness in the organism. The aim of this research in this light of information is to examine the awareness levels of licensed tennis athletes who are dealing with tennis in Adıyaman province.

Method: The universe of the research is consisted from tennis athletes in Adıyaman province and the sampling group is consisted from 104 athletes who have a tennis license in the 2016-2017 tennis season. A questionnaire was used by the researcher to adapt the tennis branch to the "Winter Sports Awareness Scale", which was developed by Eski (2010) as a means of collecting data in the study and whose validity and reliability studies were conducted. For the validity test of this questionnaire, the final form was given by taking the expert opinion on the items in the questionnaire and for the reliability test, a preliminary group consisting of 65 persons was applied and the Cronbach Alpha reliability factor was found as 85.

Results and Conclusion: As a result of the research, it was determined that the responses of the tennis athletes participating in the survey to the awareness scale were not significantly different from the socio-economic structure variable. In addition to this, the results of the analysis was that the level of awareness of tennis athletes was increased according to the age at which the athletes started the tennis branches.

Keywords: Tennis, Athlete, Adiyaman, Awareness

KSB538

Spor Eğitimi Alan ve Almayan Üniversite Öğrencilerinin Mizah Yoluyla Stresle Başa Çıkma Tarzlarının İncelenmesi

¹Ebru Aydın, ¹Mehmet Acet

¹Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

Email : marmorierung@gmail.com, mehmet.acet@dpu.edu.tr

Giriş ve Amaç Mizah duygusu, olumlu bir kişilik özelliği olarak ele alınmasının yanı sıra kimi kuramcılar tarafından da etkili bir başa çıkma stratejisi ya da savunma mekanizması olarak değerlendirilmiştir (Freud, 1928; Maslow, 1954; Allport, 1961). Bu varsayım çok yaygın bir şekilde kabul görmüşse de mizahın stresle başa çıkmada potansiyel yararlarına ilişkin ampirik çalışmalarda çelişkili birtakım sonuçlara ulaşılmıştır. Sıkıntı verici durumlarda, içinde bulunulan durumun mizahi bir yönünü görebilme ve kendini çok fazla ciddiye almama becerisi mizahın stres karşısında en etkili kullanımıdır. Bu araştırmanın amacı spor eğitimi alan ve almayan üniversite öğrencilerinin mizah yoluyla stresle başa çıkma tarzlarının incelenmesidir.

Yöntem Çalışmamızın örneklem grubunu Kütahya ve Manisa illerinde spor eğitimi alan 243 ve spor eğitimi almayan 455 olmak üzere toplam 698 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Mizah Yoluyla Başa Çıkma Ölçeği (MYBÇÖ) kullanılmıştır, toplam 7 maddeden oluşan ve mizahın stresli durumlar karşısında bir başa çıkma stratejisi olarak kullanımını ölçmek amacıyla geliştirilmiştir (Martin ve Lefcourt, 1983; Martin, 1996). Veri toplama araçlarının normal dağılım gösterip göstermediğini Shapiro-Wilk testinden faydalanılmıştır. Ölçeğin normal dağılım gösterdiği anlaşılmış ve parametrik istatistik testlerinden faydalanılmıştır.

Bulgular Katılımcıların okul türlerine göre mizah yoluyla stres ile başa çıkma puan ortalamalarında herhangi anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. ($t(696)=-0,186; p>0,05$). Okuldaki başarı durumlarına göre mizah yoluyla başa çıkma düzeylerinde ise katılımcılar arasında anlamlı bir farklılık ortaya çıkmıştır ($F(3,694)=3,046; p<0,05$). Yapılmış olan ikinci derece fark testine göre öğrencilerin başarı durumu pekiyi olan katılımcılar orta olan kişilere göre anlamlı derecede daha yüksek ortalamalar elde etmişlerdir. Katılımcıların aktif olarak spor yapıp yapmama durumlarına göre ise herhangi anlamlı bir farklılık ortaya çıkmamıştır.

Sonuç Çalışma sonucunda sporun stresle başa çıkma noktasında mizahı kullanma açısından herhangi bir etkisine rastlanmamıştır. Hem okul türü açısından hem de spor yapıp yapmama durumuna göre anlamlı bir farklılık ortaya çıkmadığı bunun göstergesidir. Mizah üniversite öğrencilerinde genel itibari ile genel not ortalamasından etkilenmektedir.

Examination Of Coping Strategies Through Humor Among University Students Who Take Or Not Take Sport Education

Introduction And Purpose In addition to being treated as a positive personality trait, humor has been considered by some theorists as an effective coping strategy or defense mechanism. The purpose of this research is to examination of coping styles through humor among university students who take or not take sport education

Method The sample group of our study consisted of a total of 698 university students, including 243 sample take sport education and 455 sample take not in Kütahya and Manisa provinces. The Humor Scale of Being Achieved was used as a data collection tool in the study and was developed to measure the use of a total of 7 items as a coping strategy against humorous stressful situations (Martin and Lefcourt, 1983, Martin, 1996). The Shapiro-Wilk test was used to determine whether data collection tools were normally distributed. It was understood that the scale had a normal distribution, and parametric statistical tests were used.

Results There was no significant difference in the average scores of the participants' cope with stress through humor according to school types. ($t(696) = -0.186$; $p > 0.05$). There was a significant difference between the participants in the levels of achievement cope with stress through humor according to the successes in the school ($F(3,694) = 3.046$, $p < 0.05$). According to the second-order difference test, the achievement of the students was significantly higher than middle-earners. There was no significant difference according to whether the participants actively do sports or not.

Result As a result of the study, the sport has no effect on the use of humor in the point of stress. This is a sign that there is no significant difference between the school type and whether or not to do sports. Humor is generally influenced by the overall grade average in university students.

KSB549

Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeyleri ile Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Araştırılması

¹Yunus Berk, ¹Egemen Ermiş, ²Necati Alp Erili, ¹Abdurrahim Kaplan, ³Erkan Konca

¹Ondokuz Mayıs Üniv., Yaşar Doğu SBF., Antrenörlük Eğitimi, Samsun

²Cumhuriyet Üniv., İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi, Ekonometri Bölümü, İstatistik Anabilim D

³Yavuz Selim Ortaokulu, Sivas

Email : yunberk@gmail.com, egedeath@hotmail.com, erkankonca@yahoo.com

Giriş ve Amaç: Sağlıklı olma ve sağlıklı kalma arzusu, insanoğlunun en temel amaç ve hedeflerinden birisini oluşturmaktadır. Dünya sağlık örgütü (WHO), "sağlığı sadece hastalıklardan ve mikroplardan koruma değil, bir bütün olarak fiziki, ruhi ve sosyal açıdan iyi olma hali " olarak tanımlamaktadır. Düzenli olarak fiziksel aktivite yapan kişilerin, aynı yaştaki sedanter kişilere göre daha yüksek fiziksel iş kapasitesi değerlerine sahip oldukları, daha hızlı sinir kas sistemi tepkileri verdikleri gözlenmiştir. Bu çalışmanın amacı yapılan fiziksel aktivitenin süresiyle psikolojik yapıda meydana gelen değişimleri tespit etmektir.

Yöntem: Öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmak için Ondokuz Mayıs Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Öğretmenliği, Antrenörlük Eğitimi ve Spor Yöneticiliği bölümü öğrencilerine uluslararası fiziksel aktivite anketi ve Beck Umutsuzluk ölçeği uygulanmıştır. Çalışmanın analizleri SPSS.22 paket programı kullanılarak yapılmıştır.

Bulgular: Araştırmaya 315 öğrenci katılmıştır. Öğrencilere şiddetli, orta ve zayıf düzeyde spor yapma sayıları haftada gün ve dakika olarak ayrı ayrı sorulmuş ve cinsiyet, öğrenim görülen bölüm ve öğrenim türü değişkenlerine göre sonuçları karşılaştırılmıştır. Buna göre, cinsiyet ile şiddetli düzeyde spor yapma durumu ($p=0,020$) ve hiçbir fiziksel aktivitede bulunmama durumu ($p=0,046$) arasında fark var iken, diğer değişkenler arasında istatistiksel olarak fark bulunmamıştır ($p>0,05$). Beck umutsuzluk puanları açısından bölümler arasında fark varken ($p=0,049$), cinsiyet ($p=0,448$) ve öğrenim türüne ($p=0,789$) göre fark bulunmamıştır. Spor yapma düzeyinin umutsuzluk puanları üzerinde etkisi bulunmamıştır ($p>0,05$).

Sonuç: Sonuç olarak, öğrencilerin spor yapma düzeylerinin Umutsuzluk seviyesini etkilemediği fakat öğrenim gördükleri bölüm veya cinsiyet değişkenlerine göre Umutsuzluk düzeylerinin değişiklik gösterdiği bulunmuştur. Bu açıdan bakıldığında spor yapma düzeyinin bireyleri mental olarak etkilemediği ve algılanan umutsuzluk düzeyine olumlu ya da olumsuz bir katkıda bulunmadığı, bunun yanı sıra bireylerin bölümlerine ve cinsiyetlerine göre hissedilen umutsuzluk düzeyinin farklılık gösterdiği sonucu ortaya çıkmıştır.

Anahtar Kelimeler: Üniversite Öğrencisi, Fiziksel Aktivite, Umutsuzluk

Analysis of the association between university students' physical activity and hopelessness levels

Introduction and Purpose: World Health Organization defines health "not only as protecting from diseases and germs, but as the state of being physically, mentally and socially good as a whole". Individuals who do sports regularly have been found to have higher physical working capacity when compared with sedentary. The purpose of this study is to find out changes in psychological structure in relation to period of physical activity performed.

Method: International Physical Activity Scale and Beck Hopelessness Scale were conducted on Physical Education Teaching, Training Education and Sports Administration department students to examine the association between physical activity and hopelessness levels of students. The analyses were performed with SPSS.22 program.

Results: 315 students were asked about number of times they did intense, moderate and mild sports a week and results were compared according to gender, department and type of education. While differences were found between gender, doing intense sport ($p=0,020$) and not doing any physical activity ($p=0,046$), no statistically significant difference was found between other variables ($p>0,05$). In terms of hopelessness, while there were differences between departments ($p=0,049$), no differences were found in terms of gender ($p=0,448$) and type of education ($p=0,789$). The level of doing sport was not found to have an influence on hopelessness ($p>0,05$).

Conclusion: It was found that students' levels of doing sport did not have an influence on their hopelessness levels while their hopelessness level was found to differ in terms of department or gender. It was concluded that levels of doing sport did not have an influence on individuals mentally and did not contribute negatively or positively to perceived levels of hopelessness, while individuals' levels of hopelessness differed in terms of their department and gender.

Keywords: University student, Physical Activity, Hopelessness

KSB594

Dönüşümsel Liderliğin Örgütsel Adanmışlık Üzerine Etkisi: Kick Boks Örneği

1Kürsat Yusuf Aytac

1Adıyaman Üniversitesi Bed. Eğt. ve Spor Yük. Ok. Adıyaman

Giriş ve Amaç: Bu çalışma, kick boks sporcularının dönüşümsel liderlik algıları ile örgütsel adanmışlıkları arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın örneklem grubu 2016 yılında Türkiye şampiyonasına katılan 48'i kadın, 109'u erkek toplam 157 sporcudan oluşmaktadır.

Yöntem: Bu çalışma da sporcuların adanmışlık düzeylerini ölçebilmek için CELEP (2000), tarafından geliştirilen çok boyutlu örgütsel adanmışlık ölçeği ve sporcuların dönüşümsel liderlik algılarını belirlemek amacıyla Bass and Avolio (1990) tarafından geliştirilen dönüşümsel liderlik ölçeği kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Sporcuların dönüşümsel liderlik algıları ile örgütsel adanmışlık arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre kick boks sporcularının dönüşümsel liderlik algıları ile örgütsel adanmışlık düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

The Impact Of Transformational Leadership On Organizational Commitment: Sample Of Kickboxing

Introduction and Aim: The aim of this study is determine the effect of Transformational leadership perceptions of kickboxing athletes on their level of organizational commitment. For this research, the data was gathered from kick box athletes who had participated in 2016 Turkey Kickboxing Championship with 48 women and 109 men.

Method: In this study, To determine the level of organizational commitment of athletes and their perceptions of transformational leadership, the organizational commitment Questionnaire which was developed by Celep (2000) and The multiple factor leadership scale (MLQ) which was developed by Bass and Avolio (1990) are used respectively.

Findings and Conclusion: The effect of transformational leadership perceptions of kickboxing athletes on their level of organizational commitment are determined by correlation analysis. The result of analysis shows that there is a positive significant relationship between Transformational leadership and organizational commitment among kickboxing athletes.

Ortaokul Öğrencilerinde Spora Katılımın Empatik Eğilim Üzerine Etkisinin İncelenmesi

¹Nalan Bilgiç, ¹Ünal Türkçapar, ¹A.Ökkeş Gençay, ¹Selçuk Gençay, ¹Hüseyin Eroğlu

¹Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kahramanmaraş

Email : nalan_02@outlook.com, turkcaparunal@hotmail.com, a.gencay@gmail.com, sgencay@ksu.edu.tr, eroglu@ksu.edu.tr

Giriş ve Amaç: Toplum içerisinde sağlıklı ilişkiler kurabilmenin temelinde kişiler arası iletişimin ve birbirini anlamaya çalışmanın önemli bir yeri vardır. Hiç kuşkusuz bunun için gerekli kişilik özelliklerinden birisi de empati yeteneğidir. Empati yeteneği gelişmiş bir insanın karşısındaki insanları daha iyi anlaması ve olumlu ilişkiler kurması daha kolay olabilecektir. Bu çalışma da, ortaokulda eğitim gören öğrencilerin empatik eğilim düzeylerinin sportif faaliyetlere katılım ve bazı değişkenlere göre nasıl şekillendiğini belirlemek amacı ile yapılmıştır.

Yöntem: Bu amaç doğrultusunda oluşturulan çalışma grubu, farklı ortaokullarda öğrenim gören yaşları 10 ile 14 arasında değişen, 400 bayan ve 500 erkek olmak üzere toplam 900 öğrenciden oluşmaktadır. Veriler Dökmen (1988) tarafından geliştirilen Empatik Eğilim Ölçeği ve araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu yardımı ile toplanmıştır.

Bulgular: Araştırma bulguları ortaokul öğrencilerinin empatik eğilim düzeylerinin yaş değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı fark oluşturmadığı ($p>0.05$), cinsiyet, spora katılım ve yapılan spor türü değişkenlerine göre ise istatistiksel olarak anlamlı fark olduğunu göstermiştir ($p<0.05$).

Tartışma ve sonuç: Sonuç olarak, ortaokul öğrencileri üzerinde yapılan bu çalışma, yaş değişkenine göre benzer empatik eğilim gösterdikleri, bayan öğrencilerin empatik eğilimlerinin daha yüksek olduğunu ve spora katılımın hem sosyalleşme hemde empatik eğilimlerine olumlu yansımalar sağladığını göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Empatik Eğilim, Spor, Eğitim, İletişim

Research for Impressions Of Empathetic Propensity to Participate Sport Activities Between Secondary School Students

Introduction and Purpose: On the basis for establishing healthy relationships within the community, interpersonal communication and understanding to each other have an important place. There is no doubt about that one of the personal qualities needed for this is the ability to empathize. It will be easier to understand better and establish positive relationships with the people for a person with advanced empathy ability. In this study, it was aimed to determine the empathic propensity levels of the students in secondary school education according to their participation in sport activities and how they are shaped according to some variables.

Method: The working group which is constituted in accordance with this purpose, was consisted from 900 students, 400 female and 500 male, aged between 10 and 14, who are studying in different secondary schools.

Data are collected with help of empathic tendency scale which is constituted by Dökmen (1988) and personal information forms constituted by researchers.

Result: Research results show that the empathic tendency levels of secondary school students did not make a statistically significant difference according to ($p > 0,05$) to the age variable and but there was statistically significant difference ($p < 0,05$) according to the variables of sex, participation to sports and sports type.

Conclusion: As results, this research shows that on the secondary school students, according to the variante of age, they behave similar empathetic propensities, empathetic propensities of the female students are higher and participate to sport activities improve not only socialising and also positive effects on empathetic propensities..

Keywords: Empathic Tendency, Sport, Education, Communication

Özel Spor Salonlarına Giden Bireylerde Vücut Benlik Algısının İncelenmesi

¹Ökkeş Alpaslan Gençay, ¹Mustafa Dağlı, ²Ertuğrul Gençay, ¹Hüseyin Eroğlu

¹Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kahramanmaraş

²Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Email : agencay@gmail.com, besyomusti@hotmail.com, senemoglu_ertugrul@hotmail.com,

Giriş: Beden algısı; bireyin bedeninin ve bedene ait tüm duyguların zihindeki tablosu olup bireyin bedeni ile ilgili duygu ve düşüncelerini, işlevini ve hareketliliğini algılamasını içermektedir. Yapılan araştırma da özel spor salonlarına giden bireylerin vücut benlik algılarının ele alınan değişkenlere bağlı olarak nasıl şekillendiğini belirlemek amacı ile yapılmıştır.

Metod: Bu amaçla özel spor salonlarına giden ve yaş ortalamaları $23,52 \pm 5,68$ olan ve farklı meslek grubunda yer alan 26 bayan, 101 erkek olmak üzere toplam 127 kişi araştırmanın çalışma grubunda yer almıştır. Araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyenler dahil edilmiştir. Araştırma grubundan veriler 1953 yılında Secord ve Jourand tarafından geliştirilmiş, 1989 yılında Hovardaoğlu tarafından geçerlik ve güvenilirliği yapılan Vücut Algısı Ölçeği (VAÖ) ile toplanmıştır. Analizler SPSS program ile yapılmış ve istatistiksel anlamlılık derecesi Alpha yanılma düzeyi $p < 0.05$ olarak değerlendirilmiştir.

Bulgular: Araştırma grubundan elde edilen verilere göre cinsiyet, medeni durum, meslek ve gelir değişkenlerine göre gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunurken ($p < 0.05$), eğitim durumu değişkenine göre fark bulunamamıştır ($p > 0.05$).

Sonuç: araştırma sonucunda özel spor salonlarına giden bayanların vücut benlik algılarının erkelere göre daha düşük olduğu, evli ya da bekar olanların boşanmış olanlara göre benlik algılarının yüksek olduğu, diğer meslek grubunda olanlara göre işçi grubunda yer alanların vücut benlik algılarının daha düşük olduğu, ekonomik durumları üst seviyede olanların alt ve orta sosyo ekonomik seviyede olanlara göre vücut algılarının düşük olduğu görülmüştür. Bunun yansıya eğitim düzeyinin vücut benlik algısına etki eden bir faktör olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Eğitim, Vücut Algısı, Fitness

Examination of body self-perception in individuals members of special sport halls

Summary Introduction: Body sensation is the pattern in the mind of the individual's body and all the feelings belonging to the body and includes the perception of the individual's feelings and thoughts, function and mobility. In the research conducted, it was aimed to determine how individuals who go to special gyms are shaped according to the variability of body self-perceptions.

Methods: A total of 127 participants, 26 female and 101 male, attending special sports halls and having a mean age of $23,52 \pm 5,68$ and participating in different professions, participated in the study group. Those who volunteered to participate in the survey were included. Data from the study group were developed by Secord and Jourand in 1953 and the Body Image Perception Scale (VAÖ), which was validated and trusted by Hovardaoğlu, was collected in 1989. Analyses were performed with SPSS program and statistical significance level Alpha error level was evaluated as $p < 0,05$.

Findings: According to the data obtained from the study group, while there were statistically significant differences between the groups according to gender, marital status, occupation and income variables ($p < 0,05$), there were no differences according to the education status. ($p < 0,05$)

Conclusion: As a result of the research, it is found out that females who go to special gymnasium have lower body self-perception than males, married or single ones have higher self-perceptions than those who are divorced, and those who are in the worker group have lower body-self-perceptions those who are at the level have lower body senses than those at the lower and middle socioeconomic level. This, in turn, is not a factor affecting perception.

Keywords: Sports, Education, Body Perception, Fitness.

Ortaokullarda Okuyan Spor Yapan ve Yapmayan Öğrencilerin Yalnızlık Düzeyinin İncelenmesi

¹Ökkeş Alpaslan Gençay, ¹Tamer Karademir, ¹Tuncay Kılınc, ¹Şeref Eroğlu

¹Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kahramanmaraş

Email : agencay@gmail.com, tamer.karademir@hotmail.com, tny_80@hotmail.com, seref_eroğlu@hotmail.com

Son yıllarda teknolojik gelişmelerin getirdiği hızlı endüstriyellemeye bağlı olarak insanlar arasındaki ilişkiler azalmaya başlamıştır. Tüm bu gelişmeler sonucunda insanlar diğer insanlarla anlamlı ilişkiler kuramaz hale gelmiştir. Günümüzdeki insanların en önemli şikayetleri yalnız olma, soyutlanmış olma ve kişiliğini yitirmedir. İnsan kendi dünyasını kaybetmiş, kendi eseri olmayan bir dünyada yurtsuz-yuvasız bir yabancı haline gelmiştir. Bu araştırma ortaokullarda okuyan spor yapan ve yapmayan öğrencilerin yalnızlık durumlarının bazı değişkenlere göre nasıl şekillendiğini belirlemek amacı ile yapılmıştır. Bu araştırmada Kahramanmaraş'ta Ortaokullarda okuyan ve araştırmaya gönüllü katılmak isteyen 200 bayan ve 250 erkek toplam 450 kişi çalışma grubu olarak ele alınmıştır. Veri toplamak amacı ile araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formunun yanı sıra yalnızlık düzeyleri ölçmek amacı için kullanılan Russell, Peplau ve Ferguson (1978) tarafından geliştirilen (University of California Los Angeles LonelinessScale) UCLA Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır. UCLA Yalnızlık Ölçeği'nin Türkçe Formu'nun Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları ülkemizde ilk olarak Yaparel (1984) tarafından yapılmıştır. Araştırma verilerine göre ortaokul öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin yaş, cinsiyet, spor türü ve sınıf değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı fark oluşturmadığı, okul takımında yer alma değişkenine göre ise istatistiksel olarak anlamlı fark oluşturduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Araştırma grubunun cinsiyet ve sınıf değişkenine göre de yalnızlık düzeyleri benzer sonuçlar göstermiştir. Ergenlik dönemi öncesi benzer yaş grubunda olmaları bunu sağlamış olabilir. Araştırma grubunun okul takımlarında yer alan ve sporun içerisinde bulunan grubun yalnızlık düzeyleri diğer gruba oranla düşük çıkmıştır. Bu sonuç sporun sosyalleşme, iyi arkadaşlık ilişkileri kurma ve olumlu benlik kazanımları sağlama özellikleri ile açıklanabilir. Sonuç olarak spora katılım her yaş grubu için olumlu sosyal ve psikolojik kazanımlar sağlamada uygun bir araç olarak düşünülebilir.

Anahtar Kelimeler: Yalnızlık, Spor, Eğitim,

The Analysis Of The Loneliness Level Of Secondary School Students Who Are Engaged in Sports And Not Engaged in Sports

Recently, due to the industrialization caused by technological developments, the relationship between people has started to decrease. As a result of all these developments, People have become unable to establish meaningful relationships. Today the major complaint of people is loneliness, isolation and depersonalization. The man has lost his own world and become a pure stranger in his own environment. In this research, It is aimed to determine how the loneliness of a student engaged in sports and not engaged in sports is shaped regarding some variables. This study has been carried out with 250 male and 200 female, total 450 voluntary secondary school students. In order to gather data, along with personal information form , in order to determine the level of loneliness, ucla loneliness scale developed by Russel, Peplau and Ferguson(1978) has been employed. The study on validity and reliability of turkish version of ucla loneliness test was first carried out by Yaparel(1984).

According to the research results, There is no significant statistical difference between loneliness and the varieties age, sex, type of sports, class and loneliness; However there is significant statistical difference between the variety of taking part in school team and loneliness. According to the variety of class and sex of research group, the loneliness level has given the similar results. Their similar and prepubescent age may have led to this result. The loneliness level of the group who take part in school team and engaged in sports seems to be less than the other group. This result can be explained as sports attribute to socialization, establishing good friendship and positive self conception. As a result, Participation in sports can be a suitable means of gaining positive social and psychological accomplishment for all age groups.

Keywords: Loneliness, Sports , Education

Sporda Zihinsel Dayanıklılık Analizi: Futbol Hakemleri Örneği

²Rıdvan Ekmekçi, ¹Bülent Okan Miçooğulları

¹Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üni., Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Nevşehir

²Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

Email : ridvanekmekci@gmail.com, omicoogullari@nevsehir.edu.tr

Özet: Son yıllarda sporda hakemlik ile ilgili psikolojik ve zihinsel faktörler ilgi çekmeye başladı. Araştırmacılar, doğru ve faydalı bilimsel data sağlamak amacıyla, sportif mücadelelerin önemli bir unsuru olan hakemlerin farklı özellikleri ile ilgili çalışmalar yapmışlardır. Hakemler, müsabakaların sonucunu etkileyecek kararları çok kısa sürelerde ve yoğun baskılar altında vermeye çalışan spor figürleridir. Modern spor kavramı içerisinde zihinsel dayanıklılık ile ilintili, hakemlerin sahip olduğu stress kaynaklarını ve stresle başa çıkabilme becerilerini anlamak değerlidir. Aynı zamanda zihinsel antrenman tekniklerini kullanarak hakemlerin zihinsel dayanıklılık düzeylerini belirlemek ve onlara geri dönütler vermekte önemli bir süreçtir.

Amaç: Futbol hakemlerinin sahip oldukları zihinsel dayanıklılık düzeylerini belirlemek ve farklı değişkenler vasıtasıyla karşılaştırma yapmak bu çalışmanın amacını teşkil etmektedir. Hakemler içinde bulundukları hakemlik kategorileri ve sahip oldukları spor deneyim yaşlarına göre gruplandırılarak, elde edilen gruplar sahip oldukları skorlara göre karşılaştırmaları yapılmıştır. Metot: Çalışmanın örneklemini, gönüllü olarak katılan 42 elit futbol hakemi (AO $\pm$ SS: 34.72 $\pm$ 3.6 yıl) ve 46 klasman hakemi (AO $\pm$ SS: 26.31 $\pm$ 2.78 yıl) toplamda 88 futbol hakemi (mean $\pm$ s: age 30.01 $\pm$ 3.18 yıl) oluşturmaktadır. Futbol hakemlerinin sahip olduğu zihinsel dayanıklılık düzeyleri arasında farklılık olup olmadığını belirlemek için, SPSS paket programı 21.0 versiyonunda, Tek Yönlü Varyans analizi kullanılmış ve farklılık var ise hangi gruplardan dolayı olduğunu belirlemek için ise LSD testi kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Çalışma sonucunda, elit hakemlerin zihinsel dayanıklılık düzeyleri klasman hakemlerinden daha üst seviyede bulunmuştur. Ek olarak, hakemlerin içinde bulundukları kategorileri ve sahip oldukları spor deneyim yaşlarına göre zihinsel dayanıklılık alt boyutlarının (kendine güven-bağlılık-kontrol) hepsinde ve toplam değerlerde anlamlı farklılıklara ulaşılmıştır. Bu sonuçların sebebi olarak, elit futbol hakemlerinin çalışmamızın datalarının toplandığı dönemin sekiz aydan öncesinden beri düzenli zihinsel antrenman eğitimi almaları ile ilişkilendirilebilir.

Sport Mental Toughness Analysis: Example of Soccer Referees

Introduction: Psychological and mental factors of sport refereeing has started to receive attention in recent years. In an attempt to provide proper and useful scientific information, researchers have begun to conduct studies with referees who are assumed to be crucial members in sports environments. Referees often have to make decisions under intense time pressure that may have a substantial impact on the outcome of a game. To understand referees' source of stress and coping style is most important issue in modern sport. Also decision making process is directly related with mental toughness. Therefore it is important to understand that referee's mental toughness condition and give them feedback to improve their ability on mental toughness especially with mental training techniques. Aim: The goal of the study was to evaluate and compare sport mental toughness of soccer referees. Sports mental toughness of soccer referees was grouped in terms of their officiating categories and sports experience years and then their scores were compared across different groups.

Method: The sample of study consisted of 42 elite soccer referees (mean $\pm$ s: 34.72 $\pm$ 3.6) and 46 classification soccer referees (mean $\pm$ s: 26.31 $\pm$ 2.78 years), in total 88 soccer referees (mean $\pm$ s: age 30.01 $\pm$ 3.18 years) volunteered to participate in the current study. One-Way ANOVA was used to determine the difference of sport mental toughness level among soccer referees and LSD Test was used for determining the differences across groups.

Results & Conclusion: Elite soccer referees' scores of mental toughness were significantly higher than the scores of classification referees. In addition, there were meaningful group differences on three sub-factors of mental toughness (confidence-constancy-control) and both their refereeing category and refereeing experience years. These results could, tentatively, be linked to the mental training that they had been taking for the past eight months.

Antrenör Kaynaklı Destekleyici ve Kısıtlayıcı Güdüsel İklım leği: Türk Adolesan Sporcuları İçin Geçerlilik ve Güvenilirlik alışması

¹Aydan Gözmen Elmas, ²Nurgl Keskin, ¹F. Hülya Aşçı

¹Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

²Ađrı İbrahim een Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Ağrı

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, Appleton ve ark. (2016) tarafından geliştirilen "Antrenör Kaynaklı Destekleyici ve Kısıtlayıcı Güdüsel İklım leği"nin adolesan sporcularda geçerliliğini ve güvenirliğini test etmektir.

Yöntem: Çalışmaya takım sporlarıyla uğraşan 101 kız (Xyaş=14.36 ±1.97) ve 133 erkek (Xyaş=14.29 ±2.09) toplam 234 (Xyaş=14.32 ±2.04) sporcu katılmıştır. Sporculara "Kişisel Bilgi Formu", "Antrenör Kaynaklı Destekleyici ve Kısıtlayıcı Güdüsel İklım leği" ve bu ölçeğin kriter geçerliliğini sınamak için "Başarı Algısı Envanteri (ocuk Formu)", "Antrenör Kaynaklı zerklik Desteği leği" ve "Spor İçin Liderlik leği" uygulanmıştır. Antrenör Kaynaklı Destekleyici ve Kısıtlayıcı Güdüsel İklım leği, 17 destekleyici ve 17 kısıtlayıcı iklim olmak üzere toplam 34 madde ve 5'li likert tipe sahiptir. Destekleyici iklim; görev yönelimi, özerklik desteği ve sosyal destek, kısıtlayıcı iklim ise ego yönelimi ve kontrol alt boyutlarından oluşmaktadır. Ölçeğin yapı geçerliliği için İkinici Düzey Doğrulamayı Faktör Analizi, kriter geçerliliği için Pearson Korelasyon Analizi ve güvenirliğini sınamak için ise Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı kullanılmıştır.

Bulgular:İkinici Düzey Doğrulamayı Faktör Analizi sonuçlarına göre ölçekte yer alan maddelerin faktör yükleri .30 ile .85 aralığında değişmektedir. Elde edilen uyum indeks değerleri 34 maddelik ölçek formu için düşük bulunmuştur. Faktör yükü düşük olan madde 29 modelden çıkarıldığında, modelin iyi uyum indeks değerlerine sahip olduğu görülmüştür (x²/df=2.62, RMSEA=0.08, NFI=0.92, NNFI=0.95, CFI=0.95, GFI=0.75, SRMR=0.08). Ölçeğin alt boyutları ait Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları .74 (sosyal destek) ve .89 (görev yönelim) arasında değişmektedir. Bunun yanı sıra, antrenör kaynaklı destekleyici ve kısıtlayıcı güdüsel iklim leği alt boyutları ile antrenör kaynaklı özerklik desteği, spor için liderlik leği ve başarı algısı envanteri alt boyutları arasında anlamlı ilişki bulunarak ölçeğin kriter geçerliliğinin sağlandığı tespit edilmiştir.

Sonuç: Elde edilen bulgular, "Antrenör Kaynaklı Destekleyici ve Kısıtlayıcı Güdüsel İklım leği"nin spor ortamında antrenör kaynaklı güdüsel iklimin değerlendirilmesi için geçerlilik ve güvenirlik koşullarını sağladığı ortaya koymaktadır.

Empowering And Disempowering Motivational Climate Questionnaire (Edmcq-C): The Validity And Reliability Evidence For Turkish Adolescents Athletes

Introduction and Purpose: The purpose of this study was to test the validity and reliability of Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire (EDMCQ-C) developed by Appleton et al. (2016) for Turkish adolescent athletes.

Method: One hundred one girls (Mage=14.36 ±1.97) and 133 boys (Mage=14.29 ±2.09), totaly 234 (Mage=14.32 ±2.04) athletes participated in this study. "Personal Information Form", "Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire" and "The Perception of Success Questionnaire (Child Version)", "Perceived Autonomy Support Scale (Coaches Form)" and "Leadership for Sport

Scale" were administered to athletes for testing the criterion validity of the scale. EDMCQ consists of 17 empowering and 17 disempowering climate with total 34 items and it is 5-point likert typed. The empowering climate items measure task-involving, autonomy-supportive and socially-supportive. The disempowering climate items measure ego-involving and controlling climate dimensions. The Second Order Confirmatory Factor Analysis and Pearson Correlation Analysis were used to test the construct and criterion validity of the scale. In addition, Cronbach Alpha internal consistency coefficient was calculated to test reliability.

Findings: Second Order Confirmatory Factor Analysis results revealed that the factor loading of items were ranged between .30 and .85. Analysis revealed low fit index values for 34 items scale. When item 29 with low factor loading was excluded from the model, the acceptable fit index values ($\chi^2/df=2.62$, RMSEA=0.08, NFI=0.92, NNFI=0.95, CFI=0.95, GFI=0.75, SRMR=0.08) were obtained. The internal consistency coefficients of EDMCQ were ranged from 0.74 (socially-supportive) to 0.89 (ego-involving). In addition, there were significant relationship between subscales of empowering and disempowering motivational climate scale and perceived autonomy support, leadership for sport and the perception of success scales.

Conclusion: It can be concluded that the Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire is a valid and reliable measure to determine the coach-created motivational climates in sport for Turkish adolescents.

Antrenör Kaynaklı Destekleyici ve Kısıtlayıcı Güdüsel İklım leği: Türk Adolesan Sporcuları İçin Geçerlilik ve Güvenilirlik alışması

¹Aydan Gözmen Elmas, ²Nurgl Keskin, ¹F. Hülya Aşçı

¹Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

²Ađrı İbrahim een Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Ağrı

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, Appleton ve ark. (2016) tarafından geliştirilen “Antrenör Kaynaklı Destekleyici ve Kısıtlayıcı Güdüsel İklım leği”nin adolesan sporcularda geçerliliğini ve güvenirliğini test etmektir.

Yöntem: Çalışmaya takım sporlarıyla uğraşan 101 kız (Xyaş=14.36 ±1.97) ve 133 erkek (Xyaş=14.29 ±2.09) toplam 234 (Xyaş=14.32 ±2.04) sporcu katılmıştır. Sporculara “Kişisel Bilgi Formu”, “Antrenör Kaynaklı Destekleyici ve Kısıtlayıcı Güdüsel İklım leği” ve bu ölçeğin kriter geçerliliğini sınamak için “Başarı Algısı Envanteri (ocuk Formu)”, “Antrenör Kaynaklı zerklik Desteği leği” ve “Spor İçin Liderlik leği” uygulanmıştır. Antrenör Kaynaklı Destekleyici ve Kısıtlayıcı Güdüsel İklım leği, 17 destekleyici ve 17 kısıtlayıcı iklim olmak üzere toplam 34 madde ve 5’li likert tipe sahiptir. Destekleyici iklim; görev yönelimi, özerklik desteği ve sosyal destek, kısıtlayıcı iklim ise ego yönelimi ve kontrol alt boyutlarından oluşmaktadır. Ölçeğin yapı geçerliliği için İkinici Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi, kriter geçerliliği için Pearson Korelasyon Analizi ve güvenirliğini sınamak için ise Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı kullanılmıştır.

Bulgular:İkinici Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi sonuçlarına göre ölçekte yer alan maddelerin faktör yükleri .30 ile .85 aralığında değişmektedir. Elde edilen uyum indeks değerleri 34 maddelik ölçek formu için düşük bulunmuştur. Faktör yükü düşük olan madde 29 modelden çıkarıldığında, modelin iyi uyum indeks değerlerine sahip olduğu görülmüştür (x²/df=2.62, RMSEA=0.08, NFI=0.92, NNFI=0.95, CFI=0.95, GFI=0.75, SRMR=0.08). Ölçeğin alt boyutları ait Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları .74 (sosyal destek) ve .89 (görev yönelim) arasında değişmektedir. Bunun yanı sıra, antrenör kaynaklı destekleyici ve kısıtlayıcı güdüsel iklim leği alt boyutları ile antrenör kaynaklı özerklik desteği, spor için liderlik leği ve başarı algısı envanteri alt boyutları arasında anlamlı ilişki bulunarak ölçeğin kriter geçerliliğinin sağlandığı tespit edilmiştir.

Sonuç: Elde edilen bulgular, “Antrenör Kaynaklı Destekleyici ve Kısıtlayıcı Güdüsel İklım leği”nin spor ortamında antrenör kaynaklı güdüsel iklimin değerlendirilmesi için geçerlilik ve güvenirlik koşullarını sağladığı ortaya koymaktadır.

Empowering And Disempowering Motivational Climate Questionnaire (Edmcq-C): The Validity And Reliability Evidence For Turkish Adolescents Athletes

Introduction and Purpose: The purpose of this study was to test the validity and reliability of Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire (EDMCQ-C) developed by Appleton et al. (2016) for Turkish adolescent athletes.

Method: One hundred one girls (Mage=14.36 ±1.97) and 133 boys (Mage=14.29 ±2.09), totaly 234 (Mage=14.32 ±2.04) athletes participated in this study. “Personal Information Form”, “Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire” and “The Perception of Success Questionnaire (Child Version)”, “Perceived Autonomy Support Scale (Coaches Form)” and “Leadership for Sport

Scale" were administered to athletes for testing the criterion validity of the scale. EDMCQ consists of 17 empowering and 17 disempowering climate with total 34 items and it is 5-point likert typed. The empowering climate items measure task-involving, autonomy-supportive and socially-supportive. The disempowering climate items measure ego-involving and controlling climate dimensions. The Second Order Confirmatory Factor Analysis and Pearson Correlation Analysis were used to test the construct and criterion validity of the scale. In addition, Cronbach Alpha internal consistency coefficient was calculated to test reliability.

Findings: Second Order Confirmatory Factor Analysis results revealed that the factor loading of items were ranged between .30 and .85. Analysis revealed low fit index values for 34 items scale. When item 29 with low factor loading was excluded from the model, the acceptable fit index values ($\chi^2/df=2.62$, RMSEA=0.08, NFI=0.92, NNFI=0.95, CFI=0.95, GFI=0.75, SRMR=0.08) were obtained. The internal consistency coefficients of EDMCQ were ranged from 0.74 (socially-supportive) to 0.89 (ego-involving). In addition, there were significant relationship between subscales of empowering and disempowering motivational climate scale and perceived autonomy support, leadership for sport and the perception of success scales.

Conclusion: It can be concluded that the Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire is a valid and reliable measure to determine the coach-created motivational climates in sport for Turkish adolescents.

Cinsiyet Değişkeni Açısından Adölesanların Beden İmaj Beden Algısı ve Akademik Erteleme Düzeyleri

¹Erdi Kaya, ²Yunus Yıldırım, ³Ramazan Şeker

¹Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Besyo

²Mersin Üniversitesi Besyo

³Mustafa Kemal Üni.Besyo

Email : kaerdikaya@gmail.com, ,

Çalışmanın genel amacı adölesan dönemi öğrencilerin beden algısı ve beden imajlarının eğitim sürecinde akademik ertelemeye etkisinin olup olmadığının ortaya konmasıdır. Çalışmanın evren örneklemini Hatay İli merkez ve altı ilçesinde öğrenim gören tesadüfi örneklem yöntemi ile seçilen 869 (14-19 yaş grubu) lise öğrencisi oluşturmaktadır. Verilerin toplanmasında beden imajı, beden algısı ve akademik erteleme ölçekleri kullanılmıştır. Verilerin analizinde ise dağılımın normallik göstermemesinden dolayı non-parametrik test bataryaları kullanılmıştır. Sonuç olarak; Adölesan dönemi öğrencilerinden erkeklerin kadınlara oranla beden algısı, akademik erteleme düzeyleri ve beden imajı alt boyutlarından kaçınma stratejisini kullanma düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öğrencilerin yaş gruplarına bakıldığında ise yaşın beden algısı bakımından anlamlı farklılaşmaya neden olmadığı sonucuna ulaşılır iken, akademik erteleme ve beden imajı açısından ise anlamlı farklılık olduğu sonucu ulaşılmıştır. Anahtar Kelime: Beden, Benlik, Adölesan, Akademik Düzey, Beden İmajı

Body Image Body Perception Of Adolescents And Academic Retardation Levels in Terms Of Gender Variable

General purpose of the research is to find out that whether body perception and body images of the students in adolescence period impact the academic retardation in period study or not. Population sample of the research is composed of 869 high school students (14-19 age bracket) who are educating in the province center of Hatay and six districts who have been selected by the random sampling system. Body image, body perception and academic retardation scales are used in data collection. In data analysis non-parametric test batteries are used due to distribution is not in normality. As a conclusion it is found out that the body perception of males in adolescent period as well as their levels to use avoidance strategy which are the sub-dimensions of academic retardation and body image are higher than that of females. When the age groups are considered it is found out that age does not cause a significant differentiation in terms of body perception but there is a significant differentiation in terms of academic retardation and body image.

Keywords: Body, Ego, Adolescent, Academic Level, Body Image

KSB655

Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Becerilerinin İncelenmesi

²Cansel Arslanoğlu, ²Erkal Arslanoğlu, ¹Erol Doğan, ²Ahmet Mor, ²Gökhan İpekoğlu, ²Kürşat Acar, ²Kadir Baynaz

¹Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun

²Sinop Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Email : canseloglu@sinop.edu.tr, erkaloglu@sinop.edu.tr, erol.dogan@omu.edu.tr, amor@sinop.edu.tr, gokhanipekoglu@sinop.edu.tr, kursatacar@sinop.edu.tr, kbaynaz@sinop.edu.tr

Amaç: Bu araştırmada, farklı bölümlerde öğrenim gören Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin iletişim becerileri, yaş, sınıf, bölüm ve cinsiyet değişkenlerine göre incelenmiştir.

Metot: Araştırmanın örneklemini 2015-2016 Eğitim Öğretim yılında Kafkas Üniversitesi Sarıkamış Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu Beden Eğitimi Öğretmenliği, Antrenörlük Eğitimi ve Spor Yöneticiliği bölümlerinde öğrenim gören 1.,2.,3. ve 4. Sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışmaya 176'sı kadın, 250'si erkek toplam 426 (138 Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, 115 Antrenörlük Eğitimi, 173 Spor Yöneticiliği Bölümü) öğrenci katılmıştır. Araştırmada öğrencilerin iletişim becerilerini ölçmek için Korkut (1996) tarafından geliştirilen ve geçerlik ve güvenirliği yapılmış "İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği" (İBDÖ) ve araştırmacı tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Verilerin istatistiksel değerlendirilmesinde t-testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılarak anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak alınmıştır.

Bulgular: Öğrencilerin iletişim becerisi algıları açısından yaş, cinsiyet ve bölüm değişkenlerine göre anlamlı ilişki bulunmamıştır $p>0.05$. Sınıf değişkenine göre ise anlamlı fark vardır. $p<0.05$. Sınıf seviyesi arttıkça iletişim becerilerin arttığı ve 4. Sınıf öğrencilerinin iletişim becerileri algılarının diğer sınıftaki öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Sonuç: Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu öğrencilerinin iletişim beceri algı düzeylerinin yaş, cinsiyet ve bölüm değişkenine göre farklılık göstermemesini, öğrencilerin sportif aktivitelerle sınıf veya dış ortamda sürekli olarak etkileşim halinde olmalarına bağlayabiliriz. Sınıf seviyesinin artmasıyla iletişim becerilerinin artmasını, eğitim sürecindeki psikososyal gelişimin bir sonucu olarak değerlendirebiliriz.

Research On Communication Skills Of Students In School Of Physical Education And Sport

Aim: The aim of this study is to examine communication skills of students according to age, grade, department and gender variable in School of Physical Education Sport.

Method: The research group of this study consist of first, second, third and fourth grade students from Training Education, Teaching Education and Sport Management department in Kafkas University School of Physical Education and Sport in 2015-2016 academic year. 426 students including 176 females and 250 males participated to study (138 of teaching education, 115 of training education and 173 of sport management). "Communication Skills Scale" developed by Korkut was used to collect data in the research. T-test and ANOVA were used in order to analysis and significance level has been accepted as $p<0.05$.

Findings: There were no significant relationship according to age, gender and department variables $p>0,05$. In grade variable the relation was significant $p<0,05$. It was found that the communication skills of the students increased in the upper grades and the communication skills perceptions of the 4th grade students were higher than other grades.

Conclusion: We can say that age, department and gender variable are not significant because of students are always engaged with sport activities in class or outdoors. The increase in grade level and communication skills can be considered as a general outcome of the psychosocial educational process.

KSB694

Bireysel Sporcular ve Takım Sporcularında Duygusal Zekâ ve Zihinsel Dayanıklılık İlişkisi

¹Selman Orhan, ¹Cengiz Karagözoğlu

¹Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : pskselman@gmail.com, cengiiz@gmail.com

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı, bireysel sporcular ve takım sporcularında duygusal zekâ ve zihinsel dayanıklılık ilişkisini incelemektir. **YÖNTEM:**Araştırma ilişkisel tarama modelinde olup; Yapısal Eşitlik Modellemesi (YEM) tekniği, verilerin analizinde de "Amos Graphics" paket programı kullanılmıştır.

Araştırma örneklemine; 18-40 yaş arasında bireysel sporlar (N=208) ve takım sporları (N=288) ile uğraşan amatör ve profesyonel toplam 496 (x_{yaş}=22.496±5,08) sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak; "Kişisel Bilgi Formu", "Gözden Geçirilmiş Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği" (GGSDZÖ) ve "Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri" (SZDE) kullanılmıştır. **BULGULAR:**Veri analizi sonuçlarına göre; duygusal zekâ ile zihinsel dayanıklılık arasındaki regresyon katsayısı 0.52, (p<0.01) olarak saptanmıştır. Uyum iyiliği indeks değerleri $\chi^2/df=4,877$, GFI=,974, AGFI=,932, CFI=,931, RMR=,939, RMSEA=,089, IFI=,932, TLI=,871 olarak bulunmuştur.

Sonuç:Duygusal zekâ, toplam varyansın % 27'sini açıklayarak, zihinsel dayanıklılığı anlamlı, pozitif etkileyen bir faktör olarak, doğrulamaktadır. **ANAHTAR KELİMELER:** Duygusal Zekâ, Zihinsel Dayanıklılık, Bireysel Sporcu, Takım Sporcusu

The Relationship Of Emotional Intelligence And Mental Toughness in Individual And Team Athletes

Introduction:The purpose of this research is to investigate the relationship of emotional intelligence and mental toughness in individual and team athletes.

Method:While the research is in the relational screening model; Structural Equation Modeling (SEM) technique, and in the analysis of the data "Amos Graphics" package program was used. For the research sample; 496 (x_{age}=22.496±5,08) amateur and professional athletes who participated in individual (N=208) and team sports (N=288) between the ages of 18-40 joined voluntarily. As the data collecting tool; "Personal Information Form", "Revised Schutte Emotional Intelligence Scale" and "The Mental Toughness Questionnaire" in sports were used.

Results:According to the data analyzed results; the regression factor between emotional intelligence and mental toughness is determined as 0.52 (p<0.01). The goodness of fit index values are found as $\chi^2/df=4,877$, GFI=,974, AGFI=,932, CFI=,931, RMR=,939, RMSEA=,089, IFI=,932, TLI=,871. Emotional intelligence, by accounting for the %27 of the total variation, confirms that mental toughness is a meaningful, positive influencing factor.

Keywords: Emotional Intelligence, Mental Toughness, Individual And Team Athletes

Futbolcu Üniversite Öğrencilerinin Duygularını İfade Etme ve Saldırganlık Algılarının İncelenmesi

¹Recep Cengiz, ²Veli Ozan Çakır

¹Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

²İstanbul Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Email : rcengiz1965@gmail.com,

Giriş ve Amaç Bu çalışmanın amacı, futbolcu üniversite öğrencilerinin duygularını ifade etme ve saldırganlık algılarını incelenmektir.

Yöntem Araştırmanın örneklemini 20-24 Aralık 2016 tarihleri arasında, Antalya'da oynanan üniversiteler arası 2.lig futbol turnuvasına katılan 18 takım futbolcusu toplam 319 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmada, veri toplama aracı olarak "Kişisel bilgi formu", Tuzgöl (1998) tarafından geliştirilen "Saldırganlık Ölçeği" ve King ve Emmons (1994) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması, Kuzucu (2006) tarafından yapılan "Duyguları İfade Etme" ölçeği kullanılmıştır.

Bulgular Katılımcıların kişisel veri analizine göre %71,8'inin "18-21" yaş aralığında, %65,2'inin "Amatör" sporcu, %53,8'inin ise "BESYO" da öğrenim gördüğü saptanmıştır. MANOVA sonuçları, yaş değişkeninin Saldırganlık ile Duyguları İfade Etme üzerindeki temel etkisinin anlamlı, aktif sporculuk değişkeninin ise anlamlı olmadığını göstermektedir. 26 yaş ve üstü ve Meslek yüksekokulu öğrencilerinin saldırganlık ve duygularını ifade etme puanları diğer yaş grupları ve fakültelerde öğrenim gören öğrencilerin puanlarından daha yüksektir($P<0.05$).

Sonuç Sonuç olarak, üniversiteli futbolcu öğrencilerin duyguları ifade etme ve saldırganlık algılarının birbirlerinden uzak veya ayrı bir yapıda olmadıkları, birbirlerini etkileyici oldukları, duyguları ifade etme becerisinin saldırganlığı kontrol edici, önleyici veya azaltıcı bir etkiye sahip olduğu söylenebilir.

An Examination About Expression of Emotions and Perception of Aggression of University Soccer Players

The aim of this study is to express the feelings of soccer player university students and to investigate the perceptions of aggression. The sample of the research is composed of 319 students who participated in the 2nd international football tournament played between 20-24 December 2016 in Antalya, 18 team footballers. "Aggression Scale" developed by Tuzgöl (1998) and "Expressing Emotions" developed by King and Emmons (1994), Turkish version and Kuzucu (2006) scale were used as data collection tool. According to personal data analysis of the participants, 71.8% of the participants were in the age range "18-21", 65.2% were "amateur" athletes and 53.8% were in "BESYO". MANOVA results show that the main effect of aging on Aggression and Expressing Emotions is meaningful and active sports variable is not significant. The scores of aged 26 and over and expressing aggression and feelings of vocational high school students were higher than the scores of the students of other age groups and faculties ($P < 0.05$). As a result, it can be said that university student footballers' feelings of emotion and aggression are not distant or separate from each other, they are impressive, their ability to express feelings has an aggressive controlling, preventing or reducing effect.

KSB730

Farklı Fakültelerde Okuyan Öğrencilerin Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi

¹Hakan Kolayış, ¹Nurullah Çelik

¹Sakarya Üniversitesi, Sakarya

Email : hkolayis@sakarya.edu.tr, nurullahc@sakarya.edu.tr

Giriş ve Amaç: Saldırganlık bir hedefe yönelik olarak gerçekleştirilen, sonucunda hasar, yaralanma ya da ölüme neden olan şiddet içeren, bireylerin ve toplumun güvenliğini tehdit eden eylemler olarak tanımlanabilir (Yıldız, 2004). Bu çalışmanın amacı, farklı fakültelerde okuyan öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin karşılaştırılmasıdır.

Gereç ve Yöntem: Araştırmaya Sakarya Üniversitesi'nin iktisadi ve idari bilimler, mühendislik, teknoloji, fen edebiyat ve spor bilimleri fakültesinde okuyan ve yaşları 20 ile 26 arasındaki 124'ü kız, 125'i erkek olmak üzere toplam 249 öğrenci katılmıştır. Araştırmada öğrencilerin yaş ortalamaları $X_{yaş} : 21,78 \pm 1,02$ olarak tespit edilmiştir. Araştırmada ölçüm aracı olarak Buss - Perry (1992) tarafından geliştirilip Can (2002) tarafından Türkçeye uyarlanan, 29 maddeden ve dört alt boyuttan (fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık) oluşan saldırganlık envanteri kullanılmıştır. Verilerin analizinde frekans ve yüzde dağılımı hesaplamaları, cinsiyetler arası farkın tespiti için bağımsız gruplar t-testi ve fakülteler arasındaki farklılıkların tespiti için One Way ANOVA testi yapılmıştır.

Bulgular: Araştırmadaki bulgulara göre, farklı fakültelerde okuyan öğrencilerin fiziksel saldırganlık $F(4,046)$, ($p=0,003$) düşmanlık $F(3,751)$, ($p=0,006$) ve öfke $F(3,987)$, ($p=0,004$) boyutlarında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Cinsiyete göre saldırganlık düzeyleri bakımından da fiziksel saldırganlık, düşmanlık ve öfke boyutlarında kızlar ile erkekler arasında anlamlı farklılıklar tespit edilirken ($p<0,05$); sözel saldırganlık boyutunda ise anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Sonuç: Araştırmada elde edilen bulgular incelendiğinde, hem fakülte bazında hem de cinsiyet bakımından saldırganlık düzeylerinde öğrencilerin farklılık sergilediği sonucu ortaya çıkmıştır. Yapılan analizlere göre, fiziksel saldırganlık alt boyutunda çıkan anlamlı farklılığın, teknoloji ve iktisadi idari bilimler fakültesi öğrencilerine ait yüksek puan ortalamalarından; düşmanlık ve öfke boyutlarında çıkan anlamlı farklılığın ise mühendislik fakültesi öğrencilerine ait düşük puan ortalamalarından kaynaklandığı görülmüştür. Sonuç olarak, teknoloji ve idari bilimler fakültesi öğrencilerinin yüksek fiziksel saldırganlık düzeyine; mühendislik fakültesi öğrencilerinin ise en düşük düzeyde öfke ve düşmanlık içeren saldırganlık düzeyine sahip olduğu sonucu ortaya çıkmıştır.

Anahtar Kelimeler: Saldırganlık, öğrenci, fakülte

Investigation Of The Aggressiveness Levels Of Students Who Study in Different Faculties

Introduction and Purpose: Aggression can be defined as a targeted violence that threatens the safety of individuals and the community, resulting in damage, injury or death (Yıldız, 2004). The purpose of this study was to compare the aggressiveness of students who study in different faculties.

Materials and Methods: A total of 249 students aged between 20 and 26 years (124 female and 125 male), who study at the faculties of economics and administrative sciences, engineering, technology, literature and sports sciences of Sakarya University participated in

the study. The average age of the students was determined to be $21,78 \pm 1,02$. Aggression Questionnaire (Buss and Perry, 1992) consisting of 29 items and four sub-dimensions (physical aggression, hostility, anger and verbal aggression) was used as a measurement tool in the study. For analysis, descriptive statistics, independent samples t-test and ANOVA tests were used.

Findings: According to the findings in the study, significant differences were found in the physical aggression $F(4,046)$, ($p=0,003$) hostility $F(3,751)$, ($p=0,006$) and anger $F(3,987)$, ($p=0,004$) dimensions regarding faculty-based differences. Similarly, while no significant difference was found in verbal aggression ($p>0,05$); significant differences were found also between female and male students in physical aggression, hostility and anger dimensions ($p<0,05$).

Conclusion: Examining the findings, students showed differences in the aggression levels both regarding faculties and gender. As for analysis, the significant difference in the physical aggression sub-dimension is due to the high average scores of the students of the technology and economic administrative science faculties; the significant differences in hostility and anger dimensions were found to be due to the low average scores of engineering faculty students. As a result, students of technology and economics and administrative sciences have higher levels of physical aggression; and engineering students had the lowest level of aggression with hostility and anger.

Keywords: Aggression, student, faculty

KSB736

Fitness Salonuna Giden Bireylerin Özgüven Düzeylerinin Cinsiyet ve Beden Kitle İndeksi Değişkeni Açısından İncelenmesi

¹İlimdar Yalçın, ¹Milaim Berisha, ¹Cihan Ayhan, ²Atalay Gacar, ¹Fikret Ramazanoğlu

¹Sakarya Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

²Fırat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

Email : ilimdaryalcin@gmail.com, milaimberisha3@gmail.com, chanayhan@gmail.com, agacar@firat.edu.tr, framazanoglu@sakarya.edu.tr

Giriş ve Amaç: Bu araştırma, fitness salonuna giden bireylerin özgüven düzeylerinin cinsiyet ve beden kitle indeksi değişkeni açısından incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırma grubunu, Sakarya ilinde 2017 yılı yaz ayında aktif olarak bir fitness salonuna giden 102 (32 kadın, 70 erkek) gönüllü birey oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak Akın (2007) tarafından geliştirilen "Özgüven" ölçeği kullanılmıştır. Araştırma için elde edilen veriler öncelikle bilgisayar ortamına aktarılıp daha sonra SPSS 22 paket programı aracılığıyla analiz edilmiştir. Analizlerde t testi ve varyans (ANOVA) analizi kullanılmıştır. Araştırmada hata payı düzeyi $p < 0.05$ olarak alınmıştır. Çalışmanın cronbach alpha sayısı ise 0,83 olarak bulunmuştur.

Bulgular ve Sonuç: Araştırmaya katılan bireylerin özgüven alt boyutları ile cinsiyet ve beden kitle indeksi değişkeni incelendiğinde, cinsiyet değişkeni ile iç özgüven ($p=0,00$) ve dış özgüven ($p=0,03$) alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Kadınların iç ve dış özgüven düzeyi erkeklere göre daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Aynı zamanda bireylerin beden kitle indeksi değişkeni ile iç özgüven ($p=0,01$) ve dış özgüven ($p=0,03$) alt boyutu arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Kilo oranı arttıkça bireylerin iç ve dış özgüven düzeylerinde orantılı olarak bir düşüş olduğu gözlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Fitness, Özgüven, Cinsiyet, Beden Kitle İndeksi

Investigation Of Self-Confidence Levels Of Individuals Who Go To The Fitness Center in Terms Of Gender And Body Mass Index Variable

Introduction and Purpose: This study was conducted to examine the self-confidence levels of the individuals who go to the fitness center in terms of gender and body mass index variable.

Method: The research group was created by 102 volunteers (32 female, 70 male) who went to a fitness center actively in the summer of 2017 in the province of Sakarya. In the research, "Self-Confidence" scale which is developed by Akın (2007) is used as data collection tool. The data which was obtained for the study was first transferred to the computer and then analyzed by using the SPSS 22 program packet. T-test and variance (ANOVA) analysis were used for the analyzes. The margin of error in the study was taken as $p < 0.05$. The Cronbach's alpha value of the study was found as 0,83.

Findings and Conclusion: A statistically significant difference was found between gender variables, internal self-confidence ($p=0.00$) and external self-confidence sub- dimensions ($p=0.03$) when self-confidence subscales were examined with gender and body mass index variables of individuals participating in the study. Women's internal and external self-esteem level was higher than that of men's. At the same time, there was a statistically significant difference between body mass index variables, internal self-confidence ($p=0,01$) and external self-confidence sub- dimension($p=0,03$) . As the weight rate increased, it was observed that there was a proportional decrease in the level of internal and external self-confidence of the individuals.

Keywords: Fitness; Self-confidence; Gender; Body Mass Index

KSB772

Bedensel Engelli Sporcuların Beden Algılarının Sosyal Kaygı Düzeyine Etkisi Açısından Bir Model Çalışması

¹Merve Karaman, ²Dilek Tufan, ¹Tekin Çolakoğlu, ¹Filiz Çolakoğlu, ¹Metin Yaman

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

²Kastamonu Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Email : mervekaraman_@hotmail.com.tr, dilektufan@hotmail.com, tcolakoglu@gmail.com, ffiliz@gazi.edu.tr, metinyaman@gazi.edu.tr

Giriş ve Amaç: Olumsuz beden algısına sahip olan kişilerin bedensel görünüşleri nedeniyle sosyal ortamlara girmekten kaçındıkları, kendilerini göstermek istemedikleri bilinmektedir. Bu bağlamda bedensel engelli olan sporcular için performans açısından önemli bir konudur. Bu çalışmanın amacı, bedensel engelli sporcuların beden algılarının sosyal kaygı düzeylerine etkisini ortaya koymaktır.

Yöntem: Bu çalışma nicel bir çalışma olup, çalışmaya yaş ortalamaları 27.84 ± 5.66 olan 185 engelli sporcu katılmıştır. Araştırmada verilerin toplanmasında Secord ve Jourard(1953)'ün geliştirdiği Hovardaoğlu(1993)'nün Türkçeye uyarladığı "Vücut Algısı Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek 40 madde ve iç tutarlılık katsayısı.91'dir. Ayrıca sosyal kaygı düzeyini belirlemek için ise Özbay ve Palancı(2001)'nin geliştirdiği 30 madde ve üç alt boyuttan oluşan iç tutarlılık katsayısı.89 olan "Sosyal Kaygı Ölçeği" kullanılmıştır. Bu araştırmada iç tutarlılık katsayıları her iki ölçek için.95'tir. Araştırmada, model sınaması işlemi Yapısal Eşitlik Modeli/Amos/Path Diyagram ile gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: Yapısal Eşitlik Modeli analizi sonucunda hipotez modele ilişkin genel uyum katsayıları $\chi^2(16)=4,579$; $P=0.01$; $\chi^2/sd = 1.145$; $GFI=0.99$; $CFI=0.99$; ve $RMSEA=0.28$ 'tir. Bu sonuçlar modelin çok iyi uyum katsayılarına sahip olduğunu göstermektedir(Hu, Bentler, 1999). Regresyon modeli engelli erkek sporcuların beden algılarının sosyal kaygı düzeylerini negatif anlamlı etkisinin ($\beta = -0.20$, $t = -2.126$, $p=.034$) olduğunu kadın sporcularda ise herhangi bir etkisinin olmadığını göstermektedir ($\beta = -0.03$, $t = -.266$, $p=.790$). Sonuç

Araştırma sonuçları engelli sporcularda sosyal kaygı düzeyine beden algısının etkisinin cinsiyete göre değiştiğini göstermektedir. Engelli kadın sporcularda beden algısı sosyal kaygıyı değiştirmezken erkek sporcularda beden algısında pozitif imaj sosyal kaygıyı düşürmektedir.

Anahtar Kelimeler: Engelli sporcu, Beden Algısı, Sosyal Kaygı

Kaynaklar: Hovardaoğlu, S.(1993). Vücut algısı ölçeği. Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji Dergisi, Testler Özel Eki.1(1),26-27.

Özbay,Y, Palancı, M.(2011)."Sosyal Kaygı Ölçeği: Geçerlik Güvenirlik Çalışması", VI Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, Ankara, ODTÜ,5-7 Eylül.

Hu, L., Bentler,P.M.(1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal,6(1),1-55.

A Model Study in Terms Of Effect Of The Body Perception Of The Handicapped Athletes On Level Of Social Anxiety

Introduction and Purpose: It is known that the persons perceiving their bodies negatively avoid entering social environments and do not want to show themselves. In this context, it is an essential issue for performance of the handicapped athletes. The purpose of this study is to reveal effect of the body perceptions of the handicapped athletes on the level of social anxiety.

Method: This study is a quantitative study, including 185 handicapped athletes with the average age of 27.84 ± 5.66 . In collection of the data of the study, "Body Perception Scale" developed by Secord and Jourard (1953) and adopted in Turkish by Hovardaoglu (1993) and "Social Anxiety Scale" developed by Ozbay and Palanci (2001) is used. In this study, the internal consistency coefficients are .95 for both two scales. In the research, model examination process was realized with Structural Equation Model/Amos/Path Diagram.

Findings: The general compliance coefficients related to hypothesis model as a result of the structural equation model analysis is $\chi^2(16)=4,579$; $P=0.01$; $\chi^2/sd = 1.145$; $GFI=0.99$; $CFI=0.99$; and $RMSEA=0.28$. These results reveal that the model has conformance coefficients (Hu, Bentler, 1999). The regression model reveal that the body perception of the male handicapped athletes have negative significant effect on the social anxiety levels ($\beta = -0.20$, $t = -2.126$, $p=.034$), as it has no effect on the female athletes ($\beta = -0.03$, $t = -.266$, $p=.790$). Conclusion

The research results show that the effect of the body perception of the handicapped athletes on the level of social anxiety change by gender. As the body perception does not trigger any change on social anxiety for the female handicapped athletes, the positive image in body perception reduces the level of social anxiety in male athletes.

Keyword(s): Handicapped Athlete, Body Perception, Social Anxiety

References Hu, L., Bentler, P.M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new

KSB776

Sporcuların Sosyal Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi

²Merve Karaman, ¹Dilek Tufan, ²Metin Yaman, ²Tekin Çolakoğlu, ²Filiz Çolakoğlu

¹Kastamonu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kastamonu

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : mervekaraman_@hotmail.com.tr, dilek.tufan@hotmail.com, metinyaman@gazi.edu.tr, tcolakoglu@gmail.com, fcolakoglu@gmail.com

Giriş ve Amaç: Sosyal kaygı kişinin tanımadık insanlarla karşılaştığı ya da başkalarının gözünün üzerinde olabileceği, bir ya da birden fazla toplumsal ya da bir eylemi gerçekleştirdiği durumdan belirgin ve sürekli bir korku duyma, kişinin küçük duruma düşeceği ya da utanç duyacağı biçimde davranacağından korkması durumudur(APA, 2001). Sporcunun performansı açısından bakıldığında ise optimal performansı sağlamadaki bileşenlerden olan psikolojik hazırlık için önemli bir faktördür. Bu çalışmanın amacı, sporcuların sosyal kaygı düzeylerinin ortaya konulması ve çeşitli değişkenlere göre incelenmesidir.

Yöntem: Genel tarama modelindeki bu çalışmaya 1078 sporcu katılmıştır. Araştırmada verilerin toplanmasında Özbay ve Palancı (2001) tarafından geliştirilmiş “Sosyal Kaygı Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek alt boyutları “Sosyal Kaçınma”, “Kritize Edilme Kaygısı” ve “Bireysel Değersizlik Duygusu”dur. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı.83’tür(Özbay ve Palancı, 2001). Bu araştırmada iç tutarlılık katsayısı.95’dir. Verilerin analizinde bağımsız tek örneklem testi, tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır.

Bulgular:Analizlere bakıldığında sporcuların sosyal kaygı ve tüm alt boyut puanları yaptığı spordan maddi kazanç elde etme durumuna göre değişmezken cinsiyete, yaş gruplarına eğitim seviyesine, sporculuk yılına, ve branş türüne göre sosyal kaygı ve tüm alt boyutlarda, algılanan gelir seviyesine göre sadece sosyal kaçınma alt boyutunda ve sporculuk düzeyinde ise kritize edilme kaygısı alt boyutu dışındaki boyutlar ve toplam puanlarında anlamlı fark bulunmuştur. Bununla birlikte sporcuların en yüksek puanı sosyal kaçınma alt boyutunda aldığı ve sosyal kaygılarının orta düzeyde olduğu görülmektedir.

Sonuç: Araştırma sonuçlarına göre sporcuların sosyal kaygılarının orta düzeyde olduğu, erkeklerin kadınlardan, takım sporu yapanların bireysel sporları yapanlardan daha çok sosyal kaygıya sahip olduğu ayrıca yaş, eğitim seviyesi, gelir seviyesi, sporculuk yılı, sporculuk düzeyi yükseldikçe sosyal kaygı düzeyi azalmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Sporcu, Sosyal Kaygı

Kaynaklar APA (2001). DSM IV Tanı Ölçütleri Başvuru Kitabı, Çev: Ertuğrul KÖRÜKOĞLU, Hekimler Yayın Birliği, Ankara.

Özbay, Y, Palancı, M. (2011).“Sosyal Kaygı Ölçeği: Geçerlik Güvenirlik Çalışması”, VI Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, Ankara, ODTÜ, 5-7 Eylül.

An Investigation Of Social Anxiety Levels Of Athletes

Introduction and Purpose: Social anxiety is distinct and constant fear from facing strangers or one or more social activities and humiliation (APA, 2001). Athlete performance is the most important factor for psychologic readiness. The aim of this study is to reveal and investigate social anxiety levels of athletes based on some variables.

Method: 1078 athletes participated in this study of general scanning model. "Social Anxiety Scale", developed by Özbay and Palancı (2001) and consisting of the sub-dimensions of "social avoidance", "anxiety for criticism", and "personal insignificance sensation" was used for data collection. The internal consistency coefficient of the scale is 0.83 (Özbay and Palancı, 2001) and it was 0.95 in this study. Independent one sample test and one-way variance analysis was used for data analysis.

Results: Social anxiety and all sub-dimension scores of the athletes did not vary based on their monetary gain from sports, there was a difference in the social avoidance and all sub-dimensions based on gender, age groups, education level, sports year and branch, and there was a difference only in social avoidance sub-dimension based on income level, and there was significant difference in the dimensions and total scores other than the sub-dimension of criticism anxiety. The highest score was in the social-avoidance sub-dimension and their social anxiety was intermediate.

Conclusion: Social anxiety of the athletes was mediocre, men and athletes doing team sports had higher social anxiety, and as the age, education and income level, sports year and level increased, their social anxiety level dropped.

Keywords: Athletes, Social Anxiety

References: Apa (2001). Dsm IV, Diagnosis Criterion Application Book, Translation: Ertuğrul Körükoğlu, Association of Physicians Publication, Ankara.

Özbay, Y, Palancı, M. (2011). "Social Anxiety Scale: Validity, Reliability Study", 6th National Psychological Consultation and Guidance Congress, Ankara, METU, September, 5-7.

KSB794

Taekwondo Sporcularında Örtük Öğrenme ve Görsel Reaksiyon Süresi

¹Ezgi Aypar, ²Gökhan Deliceoğlu, ³Erkan Tortu, ³Tuğba Kocahan

¹Türkiye Atıcılık Ve Avcılık Federasyonu, Ankara

²Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

³Spor Genel Müdürlüğü Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı, Ankar

Email : aypar.ezgi@gmail.com, deliceoglugokhan@hotmail.com, tortuerkan@gmail.com, kocahantu@gmail.com

Amaç: Elit düzey sporda, başarı için önemli faktörlerden biri olarak kabul edilen örtük öğrenme, kurallar ve yönerge olmadan bilinçdışı öğrenmeyi içerir (Rendell, Farrow, Masters & Plummer, 2011; Verburch, Scherder, Lange & Oosterlaan, 2016). Bu nedenle, bu çalışmanın amacı örtük öğrenmeyi ve basit, seçili ve seri olarak üç farklı görsel tepki zamanı testi arasındaki reaksiyon zamanı farkını incelemektir.

Yöntem: Örneklemi 12-14 yaş arası (AO=13.85, SS = 0.60 yıl) 47 milli tekvando sporcusu (erkek = 21; kadın=26) oluşturmaktadır. Görsel reaksiyon zamanı için, sabit bir pano üzerinde 8 adet lamba bulunan bir cihaz kullanılmıştır. Çalışma, öğrenme ve ana olmak üzere iki aşamadan oluşmaktadır. Öğrenme aşamasında, her biri 30 dokunuş olan üç basit reaksiyon zamanı testi tamamlanmıştır. Rengin, ana çalışmanın reaksiyon süresindeki etkisini ortadan kaldırmak için testler üç farklı renkte (mavi, yeşil ve kırmızı) tamamlanmıştır. Ana çalışma için sadece kırmızı renk kullanıldı (bulgular kısmında açıklandı). Ana çalışmada, her sporcu 30 dokunuştan oluşan basit, seçili ve önceden tanımlanmış yerlerde tekrar eden 6 bloktan oluşan 5 dokunuş (bir blok) seri reaksiyon testi olarak üç farklı reaksiyon zamanı testi yaptı.

Bulgular: Karma desenli ANOVA (3 (renk; kırmızı, mavi, yeşil) X 2 (cinsiyet; erkek, kadın)) bulgularına göre, öğrenme aşamasında farklı rengin ($F(2, 98) = 1.267, p = .27$) ve cinsiyetin ($F(1, 49) = .306, p = .59$) basit reaksiyon süresi üzerine etkisi bulunmamıştır ($P > 0.05$). Ana çalışmada, üç reaksiyon testi arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark saptanmıştır ($F(1.61, 72.41) = 377.527, p < .001$). Seri reaksiyon süresi (AO=16.02; SS=1.76), hem basit (AO=19.13; SS=1.74) hem de seçili reaksiyon süresi testlerinden (AO=25.25; SS=2.35) anlamlı derecede düşüktür. Aynı zamanda seri reaksiyon testinde, bloklar arasında anlamlı fark saptanmıştır ($F(3.98, 179.11) = 24.120, p < .001$).

Sonuç Sonuç olarak Seri testte tekrarlanan blokların tepki süresinin azalması örtük öğrenmeyi gösterdiği sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelime: Örtük öğrenme, görsel reaksiyon süresi, taekwondo

Implicit Learning and Visual Reaction Time in Taekwondo Athletes

Aim: Implicit learning, which is accepted as one of the important factors for success in elite level sport, includes unconscious learning without rules and instructions (Rendell, Farrow, Masters & Plummer, 2011; Vanbrugh, Scherder, Lange & Oosterlaan, 2016). Therefore, the aim of this study is to discover the implicit learning and difference among three different visual reaction time tests; basic, choice and serial.

Method: Forty seven taekwondo athletes (male=21; female=26) aged 12 to 14 ($M=13.85$, $SD=0.60$ year) were recruited from national team. For visual reaction time, a device comprised of a fixed panel with 8 lamps was used. The study consisted of learning and main phases. The learning phase included three basic reaction time tests with 30 touches on each. The athletes completed each test on different color (blue, green and red) to eliminate the color effect on reaction time for the main study. Only red color was utilized for the main study (explained in result part). Each athlete completed three different reaction time tests consisting of 30 touches on each again; basic, choice and serial reaction time with 6 blocks of repeating pre-defined positions of 5 touch (one block).

Results: The result of 3 (red, blue, green) X 2 (male, female) mixed design ANOVA revealed that there was no significant main effect of different color ($F(2, 98)=1.267$, $p=.27$) and gender ($F(1, 49)=.306$, $p=.59$) on basic reaction time for the learning phase. All three reaction tests were found significantly different from each other ($F(1.61, 72.41)= 377,527$ $p< .001$). Serial reaction time ($M=16.02$; $SD=1.76$) was significantly less than both basic ($M=19.13$; $SD=1.74$) and choice reaction time tests ($M=25.25$; $SD=2.35$). In addition, main effect was found for 6 blocks of serial reaction time test ($F(3.98, 179.11)= 24,120$ $p< .001$).

Decrement in reaction time of repeated blocks in serial test displayed implicit learning.

Keywords: Implicit learning, visual reaction time, taekwondo

KSB810

Tohm Projesi Kapsamındaki Üst Düzey Güreşçilerin Sporda İmgeleme Biçimlerinin İncelenmesi

²Yeliz Şirin, ²Enver Döşyılmaz, ¹Günseli Öz

¹Kipaş Eğitim Kurumları, Kahramanmaraş

²Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, Kahramanmaraş

Email : yelizsirin75@gmail.com, dosyilmaz@ksu.edu.tr, ozgunseli@yahoo.com

Giriş: Bu araştırmanın amacı Türkiye olimpiyat hazırlık merkezi (Tohm Projesi) kapsamındaki üst düzey güreşçilerin sporda imgeleme kullanım türlerini ortaya çıkararak demografik değişkenlere göre nasıl şekillendiğini belirlemektir. Türkiye'nin çeşitli illerinden seçilen ve olimpiyat hazırlık merkezinde eğitim gören 40 güreşçiden veri toplanmıştır.

Yöntem: Araştırmada veri toplama aracı olarak Hall (1998) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlanması Kızıldağ ve Tiryaki (2012) tarafından yapılan "Sporda İmgeleme Envanteri" kullanılmıştır. Sporcuların sporda imgeleme kullanım türlerini bazı demografik değişkenlere göre nasıl şekillendiğini belirlemek için T-testi ve Anova analizi yapılmıştır.

Bulgular ve Sonuç : Elde edilen sonuçlara göre sporcuların yaşları ve antrenörleri ile çalışma süresi değişkenleri ile imgeleme boyutları arasında ilişki incelendiğinde; yaş ve antrenörüyle çalışma süresi ile motivasyonel özel imgeleme ve motivasyonel genel ustalık alt boyutları arasında anlamlı ilişki olduğu saptandı. Ayrıca spor geçmişleri 6 ve üzeri yıl arasında değişen güreşçilerin 1-3 yıl arasında değişenlere oranla bilişsel imgelemeyi anlamlı olarak daha fazla kullandıkları belirlendi. Sporcuların elde ettikleri derecelere göre genel uyarılmışlık alt boyutunda anlamlı farklılık bulundu. **Anahtar Kelimeler:** İmgeleme, güreş, olimpiyat

Determination Of Sport Imagery Types Of Wrestlers Registered To Tohm Project

Introduction: The aim of this study is to identify use of sport imagery types of wrestlers registered to Turkey Olympics Preparation Center (TOPC Project) and understand how it is affected by demographic variables. Data collected from 40 wrestlers selected from various cities of Turkey and already being trained in Olympics preparation center.

Method: During the collection of research data; "Sport Imagery Questionnaire (SIQ)" developed by Hall (1998), and translated into Turkish by Kızıldağ and Tiryaki (2012) were used. Subsequently, t-test and Anova analysis used to understand how use of sport imagery types these sportsmen changes according to some demographic variables.

Findings and Conclusion: In summary; the relationship between of wrestlers' age and working time with coaches sport imagery sub dimensions were investigated. As working time with coaches and age increased, a significant correlation between "Motivational General- Mastery" and "Motivational Specific Imagery" sub dimensions emerged. Furthermore, six years and over sports experience used "Cognitive Imagery" dimension higher than 1-3 years' experienced players. Also statistically significant difference found between the achievements of sportsmen and "Motivational General-Arousal". **Keywords:** Imagery, Wrestling, Olympic

Dağcıların Yüksek İrtifa Tırmanışı Öncesi ve Sırasında Kaygı ve Heyecan Arama Puanlarının Karşılaştırılması

¹Dicle Aras, ¹Fırat Akça, ¹Özkan Güler, ¹Göktuğ Ertetik

¹Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : diclearasx@gmail.com, firatakca@gmail.com, ozkanguler@msn.com, goktugertetik77@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Yüksek riskli spor branşlarından biri olarak kabul edilen yüksek irtifa dağcılığında sporcuların psikolojik durumları başarıyı önemli ölçüde etkilemektedir. Bu araştırmanın amacı dağcıların şehir ortamında ve yüksek irtifada ölçülen kaygı ve heyecan arama düzeylerinin karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Araştırmaya Türkiye Dağcılık Federasyonu sporcusu olan 7 erkek dağcı (ortalama yaş 40,14 $\pm$ 9,51 yıl, boy uzunluğu 176,42 $\pm$ 6,75 cm, vücut ağırlığı 74,27 $\pm$ 10,99 kg, yüzde yağ oranı 19,10 $\pm$ 5,34 % ve beden kütle indeksleri 23,80 $\pm$ 2,79) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar Zuckerman Heyecan Arama Ölçeği (ZHAÖ, 1978) ile Spielberger'in Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanterini (DSKE, 1983) ilk olarak şehir ortamında ikinci kez ise 7105 ve 7134 m'lik iki zirveden birinin son kampında 6400 m'de doldurdu. ZHAÖ'ye ait dört farklı alt ölçek olan sıkıntıya hassasiyet (SH), disinhibisyon (D), deneyim arama (DA) ile heyecan ve macera arama (HMA) puanları da değerlendirildi.

Bulgular: Bulgulara göre sürekli ve durumluk kaygı puanları arasında anlamlı fark bulundu (sırasıyla; 36,00 $\pm$ 3,79, 42,86 $\pm$ 5,46, $p=0,004$). Sporcuların şehir ve yüksek irtifa koşullarında toplam ZHAÖ puanları 16,71 $\pm$ 3,55 ve 14,57 $\pm$ 3,74, SH puanları 3,14 $\pm$ 1,46 ve 2,43 $\pm$ 1,40, D puanları 3,43 $\pm$ 0,79 ve 3,43 $\pm$ 1,27, DA puanları 3,14 $\pm$ 1,57 ve 2,71 $\pm$ 1,50 ve HMA puanları ise 7,00 $\pm$ 0,82 ve 5,71 $\pm$ 1,89 olarak kaydedildi. Hiçbir ZHAÖ parametresinde yüksek irtifaya bağlı olarak anlamlı bir fark bulunmadı. Sonuç: Sonuçlar incelendiğinde yüksek irtifa tırmanışının dağcıların kaygı düzeylerinde anlamlı olarak artışa neden olduğu görülmektedir. Bununla birlikte dağcıların yüksek irtifada tüm heyecan arama puanları da azalmış ancak bu değişiklik istatistiksel olarak anlamlı olmamıştır. Anahtar kelimeler: Yüksek irtifa, durumluk-sürekli kaygı, heyecan arama

The Comparison of the Anxiety and Sensation Seeking Scores before and during High Altitude Climbing of the Mountaineers

Introduction and Purpose: In high altitude mountaineering, considered one of the high-risk sports branches, psychological conditions of athletes significantly affect success. The aim of the study was to compare the anxiety and sensation seeking levels of the mountaineers in the urban environment and at the high altitude.

Method: A total of seven male mountaineers (mean age 40.14 $\pm$ 9.51 years, body height 176.42 $\pm$ 6.75 cm, body weight 74.27 $\pm$ 10.99 kg, percent body fat 19.10 $\pm$ 5.34 %), who are the athletes of Turkish Mountaineering Federation, participated in the study voluntarily. The participants filled out the Zuckerman's Sensation Seeking Scale (SSS, 1978) and Spielberger's State and Trait Anxiety Inventory (STAI, 1983) for the first time in the urban condition and for the second time at the last camp at 6400m of the two summits of 7105m

and 7134m. The scores of four different sub-scales of the SSS, which are boredom susceptibility (BS), disinhibition (D), experience seeking (ES), and thrill and adventure seeking (TAS), were also evaluated.

Findings: Results showed no significant difference between trait and state anxiety scores (36.00 ± 3.79 , 42.86 ± 5.46 respectively, $p=0.004$). The total SSS scores of the athletes in the urban and high altitude conditions were recorded as 16.71 ± 3.55 and 14.57 ± 3.74 , the BS scores as 3.14 ± 1.46 and 2.43 ± 1.40 , the D scores as 3.43 ± 0.79 and 3.43 ± 1.27 , the ES scores as 3.14 ± 1.57 and 2.71 ± 1.50 , and the TAS scores as 7.00 ± 0.82 and 5.71 ± 1.89 respectively. There was no significant difference in the SSS parameters. Conclusion: When the results examined it can be seen that the high altitude climbing leads to increase in anxiety level of the mountaineers. Furthermore, all the SSS scores of the mountaineers decreased in the high altitude but these changes were not statistically significant.

Keywords: High Altitude, State-Trait Anxiety, Sensation Seeking

Ünilig'de Mücadele Eden Voleybolcuların Yaklaşma - Uzaklaşma Tepkilerinin İncelenmesi

1Gamze Yıldırım Araz, 1Oktay Kızar

1Bingöl Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Bingöl

Email : ezmag88@hotmail.com, oktaykizar@mynet.com

Giriş ve Amaç Bu çalışmanın amacı, ÜNİLİG (Üniversiteler Spor Ligi) Voleybol Ligi'nde mücadele eden sporcuların yaklaşma – uzaklaşma tepkilerinin incelenmesidir. Dokuz farklı devlet üniversitesi adına müsabakalara katılan 68 kadın ve 82 erkek olmak üzere toplam 150 sporcu çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Yöntem Yaş ortalaması 21.15, standart sapması 2.08 olan katılımcıların yaşları 17 ile 28 arasında değişmektedir. Veri toplama aracı olarak Sporcu Değerlendirme Formu ile Davranışsal İnhibisyon Sistemi ve Davranışsal Aktivasyon Sistemi (DİS-DAS) Ölçeği kullanılmıştır. Sporcu değerlendirme formunda katılımcıların demografik özelliklerine, spor geçmişlerine, spor faaliyetlerine katılma sürelerine ve ruhsal – fiziksel sağlık durumlarına ilişkin genel sorular bulunmaktadır. DİS-DAS ölçeği, davranışsal inhibisyon ve davranışsal aktivasyon olmak üzere iki alt ölçekten oluşmaktadır. Davranışsal aktivasyon ölçeği, ödüle duyarlılık, eğlence arayışı ve dürtü olmak üzere üç alt boyut içermektedir. Verilerin istatistiksel analizi aşamasında SPSS 17.0 paket programından yararlanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç Spora başlama yaş ortalaması 12.07 olan katılımcıların spor yapma seviyeleri incelendiğinde 55 sporcu profesyonel olarak, 95 sporcu amatör olarak spor yapmaktadır. DİS – DAS ölçeği sonuçları cinsiyet değişkeni açısından karşılaştırıldığında, kadınların davranışsal inhibisyon ve dürtü skorlarının erkeklerin bu alt boyutlardan elde ettikleri skorlardan istatistiksel açıdan anlamlı seviyede yüksek olduğu bulunmuştur. Buna ek olarak, profesyonel sporcuların ödüle duyarlılık, dürtü ve eğlence arayışı alt boyutlarından elde ettikleri skorlar, amatör sporcuların elde ettiği skorlardan daha yüksektir.

The Investigation Of Approach And Avoidance Responses Of Volleyball Players in Unilig

Introduction and Purpose The aim of this study is to examine the approach - avoidance responses of the athletes fighting in the UNILIG (Universities Sport League) Volleyball League. A total of 150 athletes, 68 women and 82 men, attended to the competition on behalf of nine different state universities voluntarily participated in this study.

Method The age of participants range from 17 to 28 and mean age is 21.15 and standard deviation of age is 2.08. Sportsman Evaluation Form, Behavioral Inhibition System and Behavioral Activation System (BİS-BAS) Scale were used as a data collection tool. In the sportsman evaluation form there are general questions about the demographics of the participants, their sports backgrounds, their participation in sports activities and their mental - physical health status. The BİS-BAS scale consists of two subscales: behavioral inhibition and behavioral activation. Behavioral activation scales include three sub-dimensions: the sensitivity to reward, recreational quest and impulse. For the statistical analysis of the data SPSS 17.0 package program was used.

Findings and Conclusion When the athletic performance levels of participants who has mean of age is 12.07 are examined, 55 athletes perform sport professionally and 95 athletes perform sport as an amateur.

When the results of the BIS-BAS scale were compared in terms of gender, it was found that women's behavioral inhibition and impulse scores were significantly higher than the scores obtained by men from these subscales. Moreover, the sensitivity to reward, impulse and recreational request sub-dimensions scores are obtained by the professional athletes are higher than the scores obtained by amateur athletes.

Problemlİ İnternet Kullanımının Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi

¹Süleyman Erim Erhan, ¹Deniz Bedir

¹Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

Email : erimerhan@hotmail.com, denizbedir@hotmail.com

Giriş ve Amaç: İnternet, günlük yaşamda insan hayatı için sayısız olanak sağlar. Bunun yanında internetin kontrolsüz kullanımı "internet bağımlılığı" veya "problemlİ internet kullanımına" sebep olmuştur. Bireylerin problemlİ internet kullanım davranışı göstermesinin çeşitli sebepleri vardır. Kişilik tiplerinin problemlİ internet kullanımıyla alakalı bileşenleri etkileyen temel faktörlerden olduğu düşünülmektedir. Diğer bir deyişle kişisel özellikler internet kullanıcılarının davranışlarını önemli ölçüde etkileyebilir. Bu bağlamda çalışmanın amacı, bireylerin kişilik özelliklerinin problemlİ internet kullanımı ile ilişkisini ortaya koymak ve hangi kişilik özelliklerine sahip bireylerin problemlİ internet kullanımına meyilli olduğunu ortaya koymaktır.

Yöntem: Araştırmaya Erzurum ilinde yer alan bazı lise düzeyinde ve Atatürk Üniversitesinde çeşitli fakültelerde öğrenim görmekte olan ve rastgele yöntemle belirlenmiş 204'ü (%47.7) erkek, 224'ü (%52.3) kadın toplam 428 öğrenci katıldı. Katılımcıların, problemlİ internet kullanım durumlarını tespit edebilmek için Hahn ve Jerusalem (2001) tarafından geliştirilen, daha sonra Şahin ve Korkmaz (2011) tarafından Türkçe geçerlik güvenirliği yapılan "İnternet Bağımlılığı Ölçeği", kişilik özelliklerini belirlemek için Balcanlı ve ark. (2009) tarafından geliştirilen "Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi (SDKT)" kullanılmıştır. Bağımsız değişkenlerden hangilerinin problemlİ internet kullanımını yordamada anlamlı bir katkı sağladığını belirlemek amacıyla aşamalı regresyon (stepwise) yöntemi uygulanmıştır.

Bulgular: Yapılan analizler sonucu, dışa dönüklük, yumuşak başlılık, sorumluluk, duygusal dengesizlik ve deneyimlere açıklık değişkenlerinin problemlİ internet kullanımını ne ölçüde yordadığı belirlenmiş ve bu işlemin sonucunda $R=.776$, $R^2=.602$ olarak bulunmuştur. Sonuç: Sonuç olarak problemlİ internet kullanımındaki toplam varyansın %60.2'sinin bu değişkenlerce açıklandığı görülmüştür. Anahtar Kelimeler: Problemlİ İnternet Kullanımı, Kişilik, Dışadönüklük, Bağımlılık.

An Analysis On Problematic Internet Usage In Respect Of Personality Trait

Introduction and Aim: The Internet provides innumerable facilities for human life in everyday life. Besides the uncontrolled use of the internet has caused "internet addiction" or "problem internet usage". There are various reasons why individuals have problematic internet usage behavior. It is thought that personality types are the main factors affecting components related to problematic internet use. In other words, personality traits can significantly affect the behavior of internet users. In this context, the aim of the study, individuals with problematic Internet use reveals the relationship of personality traits and reveal which is prone to problematic Internet use by individuals with personality traits.

Method: In the study, subjects are randomly chosen as 204 male and 224 female totally 428 students attending at several high schools in Erzurum and from faculties of Atatürk University. In order to detect the situation of internet usage of the subjects, "Internet Addiction Scale" developed by Hahn and Jerusalem and later done the Turkish reliability by Şahin and Korkmaz. In order to detect personal traits, "Personality test based on Adjectives" developed by Balcanlı et all. Progressive stepwise method is used in order to determine which self- reliant factors have significant contribution on problematic internet usage.

Findings: According to results of analysis, it has been found out the level of influence of being outgoing, good-tempered, emotional instability and being open to experiences on problematic internet usage and the result is set as $R=.776$, $R^2=.602$.

Conclusion: As a consequence, it has been observed that 60.2 percent of the total variance of problematic internet usage can be explained by these factors.

Türkiye’de Bayan Eskrim Sporcularının Beden İmaj Algıları Ve Vücut Hoşnutluk Özelliklerinin İncelenmesi

¹Gülşah Sekban, ²Hakan Akdeniz, ¹Yeşim Körmükçü, ¹Nevin Bayram

¹Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

²Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Eğitim Bilimleri Ens. Beden Eğitimi Ve Spor ABD.

Email : gsekban@yahoo.com, hakanakdeniz@gmail.com, ysmkormukcu@gmail.com, nevinbayram@outlook.com

Türkiye’de Bayan Eskrim Sporcularının Beden İmaj Algıları Ve Vücut Hoşnutluk Özelliklerinin İncelenmesi

Bu çalışma, Türkiye Eskrim Federasyonuna bağlı lisanslı kadın eskrim sporcularının beden imaj algıları ve vücut hoşnutluk özelliklerini incelemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmaya 16-30 yaş Aralığındaki 40 kadın eskrim sporcusu dahil edilmiştir. Araştırmanın veri toplama yöntemi Berscheid, Bohrtedt ve Walster(1973) tarafından hazırlanmış, F. GÖKDOĞAN(1988) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Beden bölgelerinden ve özelliklerinden hoşnut olma ölçeğini kapsayan ankettir. Ankette sosyo- demografik bilgiler ve beden bölgelerinden hoşnut olmayı belirlemeye yönelik 25 soru bulunmaktadır. Buradan elde edilen veriler üzerinde çoklu değişkenler arasındaki farkı belirlemek için SPSS 20.0 paket programında tek yönlü varyans analizi(ANOVA ve T- testi) kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi 0.05 olarak kabul edilmiştir.

Eskrimcilerin Amatör sporcu ve Profesyonel sporcu olma durumlarına göre, beden imajı alt boyutlarında memnuniyetlerinde anlamlı farklılık tespit edilmemiştir($p>0.05$). Çalışmaya Eskrim Sporcularının vücut kitle indeksine göre beden imajı algıları ve vücut hoşnutlukları ile alt boyutlardan, bedeninin genel görünümü ve gövde alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir($p<0.05$). Ancak yüz ve beden üyeleri alt boyutlarında anlamlı farklılaşmaya rastlanmamıştır($p>0.05$). Yaş değişkenine göre, beden imaj alt ölçeklerinin memnuniyetine göre beden genel görünümünde; 21-25 yaş ve 26 yaş üstü kadın sporcularda istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilirken ($p<0.05$), yüz, beden üyeleri ve gövde bölümlerinde fark bulunmamıştır($p>0.05$). Sonuç olarak kadınların spor aktivitelerini planlı bir şekilde gerçekleştirmesinin hem bireylerin özgüvenli olmalarında hem de duygusal yapısında olumlu etkiler yarattığından söz edilebilir..

Anahtar Kelimeler: Kadın, beden, sporcu, beden imajı,

Analyzing The Body Image Perception and Body Satisfaction Characteristics Of Female Fencing Athletes in Turkey

Abstract The purpose of this research is to analyze the body image perceptions and body satisfaction characteristics of the registered female athletes of Turkish Fencing Federation. 40 female fencing athletes in 16-30 age range are counted in the research. The data collection method of the research is the survey has the scale of being satisfied with the body parts and characteristics that was firstly developed by Berscheid, Bohrtedt, and Walster(1973) and secondly by Figen GÖKDOĞAN(1988). There are 25 questions in the survey to determine the socio-demographic conditions and the status of being satisfied with the body parts. One-way variance analysis (ANOVA and T-test) is utilized to specify the difference between the multiple variables on the data obtained. The significance level is accepted as 0.05. Any significant difference is not found in the sub-dimensions of body image satisfaction of the fencing sporters up to being Amateur athlete and Professional sporter ($p>0.05$). On the other hand, a significant difference is determined in the body image perception's sub-dimensions as the general appearance of the body and the body ($p<0.05$). However, any meaningful differentiation is not specified in the sub-dimensions of the face and body members ($p>0.05$).

A statistically significant difference ($p < 0.05$) is found about the general body appearance of the female athletes between 21 and 25 ages and over 26 while any difference is found in the parts of face, body members and the body ($p > 0.05$) In conclusion, playing sports in a planned way by the females creates positive effects in terms of the emotional structures and being poised.

Keywords: Female, body, athlete, body image

Amerikan Futbolu Sporcularının Yalnızlık Düzeyleri ve Sporda Mental Dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki İlişki

²Armağan Yardımcı, ¹Reşat Sadık, ¹Nurgül Tezcan

¹Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri, Düzce

²Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Düzce

Email : yadimciarmagan@hotmail.com, resatsadik@duzce.edu.tr, nurgultezean@duzce.edu.tr

Giriş Amerikan futbolu, Amerika'da en çok ilgi gören spor dallarından biridir. Dünyanın birçok ülkesinde oynanan bu oyun, ülkemizde özellikle üniversiteler düzeyinde gittikçe yaygınlaşan bir spor dalı olarak ilgi görmektedir. Amerikan futbolu: dayanıklılık, kuvvet, sürat ve çabukluk gibi birçok fiziksel özelliklerin öne çıkmasının yanı sıra, kask, omuzluklar gibi çeşitli koruma ekipmanlarının kullanıldığı kompleks bir spordur. Bu çalışmada sporcuların sporda mental dayanıklılık ve yalnızlık düzeyleri incelenmiştir.

Amaç Bu çalışmanın amacı, Amerikan futbolu sporcularının (Korumalı Futbol) yalnızlık düzeyleri ile sporda mental dayanıklılık düzeylerinin bazı değişkenlere göre, istatistiksel işlemler uygulanarak karşılaştırılması ve incelenmesidir. Yöntem Bu çalışmada 2016-2017 sezonunda Türkiye Beysbol, Softbol, Korumalı Futbol ve Ragbi Federasyonu (TBSF)' na bağlı liglerde oynayan ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden, dört ayrı üniversite ve 6 ayrı fakülteden 93 Amerikan futbolu oyuncusuna, takım liderleri aracılığı ile ulaşılmıştır. Araştırma için takım antrenörlerinin onayı alınarak, Yalnızlık Ölçeği (UCLA), Sporda Mental Dayanıklılık (STMÖ) Ölçeği, yaş, kilo, boy, bölüm gibi değişkenlerden oluşan 37 soruluk bir form hazırlanarak, mail olarak gönderilmiştir. Cevaplar mail olarak alınıp Microsoft Excell programına aktarılmıştır. Verilerin analizi için SPSS istatistik paket programı uygulanmış olup, elde edilen verilerin değerlendirilmesinde, istatistiksel yöntem olarak frekans ve ortalama dağılımları kullanılmıştır. Amerikan futbolu sporcularının çeşitli değişkenlere göre, sporda mental dayanıklılık düzeylerinin ve yalnızlık düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için Kruskal Wallis-H Testi, sporda mental dayanıklılık ve yalnızlık düzeyi verilerin arasındaki ilişkiyi belirlemek için Sperman Korelasyon Testi kullanılmıştır. Bulgular Amerikan futbolu sporcularında, sporda mental dayanıklılık düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasında ($r=-0,461$, $p<.01$) negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Sonuç Araştırma bulgularına baktığımızda sonuç olarak; yalnızlık ve sporda mental dayanıklılık gibi psikolojik faktörlerin, oyuncu seçimlerinde, fizyolojik, teknik, taktik yapı olarak aynı seviyelerde olan profesyonellerin aralarındaki farkı belirleyen etkenlerden olduğunu söyleyebiliriz. Özellikle takımdaki yaş gruplarının ve fiziksel farklılıkların değerlendirilerek yalnızlık düzeylerinin iyileştirilmesi ve mental dayanıklılık düzeylerinin takım sosyal yapısı ile geliştirilebilmesi ön görülebilir.

Relationship Between The Levels of American Football Sports And The Level of Sport Mental Resistance

The aim of this study is to compare and examine the levels of loneliness and spore mental endurance of American football athletes (Protected Football) by applying statistical procedures according to some variables. The working group consists of 93 male athletes from 4 different universities, who are based in Turkish Baseball, Softball, Protected Soccer and Rugby Federation (TBSF) and are in league teams and voluntarily participating in the research. The UCLA Loneliness Scale developed by Demir (1989) and developed by

Sheard, Golby, Wersch (2009) developed by Russel, Peplau and Ferguson (1978), translated by Yaparel (1984) into Turkish and developed by Pehlivan In addition to the "Sporda Mental Resilience Scale" adapted to Turkish by the Turkish Ministry of Health (2014), an information form consisting of 37 questions about the university department, age, height and weight of the individuals was used. At the end of the study, it was seen that the level of spore mental endurance of the athletes was inversely proportional to the level of loneliness according to the age, height and weight variables of the American football athletes (Protected Soccer) and the sporda mental endurance levels of the athletes increased in proportion to the age and height variables. In sports, there was a negative and significant relationship between sporda mental endurance levels and loneliness levels, with the result that loneliness levels decreased as sporda mental endurance levels increased.

SUNULMADI

Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulunda Öğrenim Gören Öğrencilerin Yaratıcılık Düzeylerinin İncelenmesi

¹Selahattin Akpınar, ²A.Azmi Yetim, ³Murat Bay, ⁴Öznur Akpınar, ⁴Kazım Nas

¹Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Karaman

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

³Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Karaman

⁴Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Karaman

Email : sakpınar@kmu.edu.tr, aayetim@gazi.edu.tr, muratbay@kmu.edu.tr, oznurakpınar@gmail.com, kazimnas@kmu.edu.tr

Amaç: Bu araştırma; beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin yaratıcılık düzeylerinin tespit ederek, yaratıcılık düzeylerinin demografik özelliklere göre farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koymak amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırmanın amacına ulaşabilmesi için Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören 200 öğrenciye, Kirton (1999) tarafından geliştirilen yaratıcılık ölçeği kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Yapılan araştırma sonucunda, araştırmaya katılan öğrencilerin yaratıcılık düzeyleri =118,8650 olarak bulunmuş ve ölçekten alınabilecek en düşük ve en yüksek değer göz önüne alınarak öğrencilerin orta seviyenin üzerinde yaratıcılık düzeylerine sahip oldukları tespit edilmiştir. Anahtar Kelimeler: Yaratıcılık Öğrenci, Yüksekokul

A Scrutiny On The Creativity Levels Of The Students Studying At The Physical Education And Sports School Of Higher Education

Aim: This study has been conducted for the purpose of determining the creativity levels of the students studying at the Physical Education and Sports School of Higher Education and of revealing whether their creativity levels vary in line with demographic aspects.

Method: The Creativity Scale developed by Kirton (1999) was applied to 200 students studying at Karamanoğlu Mehmetbey University Physical Education and Sports School of Higher Education, for the purpose of attaining the objective of the study. Results: In consequence of the study conducted, the creativity levels of the students taking part in the study were found as =118,8650 and it was determined that the students had moderate creativity levels.

Keywords: Creativity Student, School of Higher Education

KSB920

Atletizim Sporcularının İnternet Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi

¹Öznur Akpınar, ²Tekin Çolakoğlu, ³Abduselam Karharman, ¹Selahattin Akpınar, ¹Kazım Nas

¹Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Karaman

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

³Milli Eğitim Müdürlüğü, Karaman

Email : oznurvarolakpinar@gmail.com, ctekin@gazi.edu.tr, males70@hotmail.com, sakpinar@kmu.edu.tr, kazimnas@kmu.edu.tr

Amaç: Bu araştırma; atletizm sporcularının internet bağımlılık düzeylerini tespit ederek, internet bağımlılık düzeylerinin demografik özelliklere göre farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koymak amacıyla yapılmıştır. Yöntem: Araştırmada, Atletizm Federasyonunca 13 Mayıs 2017 tarihinde, Artvin ilinde gerçekleştirilen Gençler ve Büyükler dağ koşusu balkan milli takım seçmelerine katılan sporculardan 120'sine Kimberly Young (1996) tarafından geliştirilen, Bayraktar (2001) tarafından Türkçeye uyarlanan İnternet Bağımlılığı Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen verilerin istatistiki değerlendirilmesinde parametrik dağılım göstermesinden dolayı t ve anova testleri uygulanmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Yapılan araştırma sonucunda, araştırmaya katılan sporcuların internet bağımlılık düzeyleri = 29,9583 olarak tespit edilmiş ve ölçekten alınabilecek en düşük ve en yüksek değer göz önüne alınarak (ölçekten en düşük 0 – en yüksek 100 puan alınabilmektedir.), sporcuların düşük düzeyde internet bağımlısı oldukları diğer bir ifade ile yaşamında internet kullanımına bağlı herhangi bir sorun yaşamayan “ortalama internet kullanıcısı” olarak tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: İnternet Bağımlılığı, Atletizm, Spor

A Scrutiny On The Internet Addiction Levels Of The Athletics Sportspeople

Aim: This study has been conducted for the purpose of determining the internet addiction levels of the athletics sportspeople and of revealing whether their internet addiction levels vary in line with demographic aspects.

Method: Internet Addiction Scale developed by Kimberly Young (1996) and adapted to Turkish by Bayraktar (2001) was applied to 120 of the sportspeople taking part in the Balkan National Team selections for Youth and Adults in the field of mountain running held by the Athletics Federation in the province of Artvin on May 13, 2017, in the study. In the statistical assessment of the data obtained, Anova and t tests were used as they exhibited a parametric distribution.

Results: In consequence of the study conducted, the internet addiction levels of the sportspeople taking part in it were found as = 29,9583 and it was determined that in consideration of the lowest and highest value (the lowest point in the scale is 0 and the highest one is 100) that can be received from the scale, the sportspeople were internet addicts at low level; in other words, they were “moderate internet users” experiencing no problem in terms of internet use in life.

Keywords: Internet Addiction, Athletics, Sports

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Problem Çözme Becerilerinin Tespiti

¹Vedat Doğan, ²İbrahim Bülent Fişekcioğlu

¹Karaman Alparslan Orta Okulu, Karaman

²Selçuk Üniversitesi Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, Konya

Email : vedatdogan70@hotmail.com, bfisekcioglu@selcuk.edu.tr

Giriş ve Amaç Bu araştırma, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin problem çözme beceri düzeylerini tespit ederek, problem çözme beceri düzeylerinin demografik özelliklere göre de farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koymak amacıyla yapılmıştır.

Yöntem Araştırmada 2015-2016 Eğitim-Öğretim döneminde Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören toplam 336 öğrenciye anket uygulanmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak P.P Heppner ve Petersen (1982) tarafından geliştirilen Şahin ve arkadaşları tarafından Türkçeye uyarlanan "Problem Çözme Envanteri" kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç Araştırmasonucunda araştırmaya katılan öğrencilerin orta düzeye yakın problem çözme becerisine sahip oldukları tespit edilmiştir. Demografik özelliklere göre problem çözme beceri düzeylerinin bazılarında anlamlı bir fark bulunamazken, bazı değişkenlerde ise anlamlı bir fark bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi ve Spor, Problem Çözme Becerisi

Determining The Problem Solving Skills Of The School Of Physical Education And Sports' Students

Aim This research was carried out to present whether the problem solving skills of the school of physical education and sports' students differentiate demographically by valuating their levels of problem solving skills.

Methods In this research, a questionnaire was conducted on a total of 336 students who were studying at The School of Physical Education and Sports of Karamanoğlu Mehmetbey University in the 2015-2016 education season. As the data collection tool "Problem Solving Inventory" which was developed by P.P Heppner ve Petersen (1982) and adopted into Turkish by Şahin and his colleagues was used in the research.

Results and Conclusions The results of the research show that the students who participated in the research have medium level problem solving skills. While no meaning full differences were found in some of the levels of problem solving skills according to the demographic properties, some meaning full differences were found in some variables.

Keywords: Physical Education and sports, Problem Solving Skill

KSB946

Ortaokul Öğrencilerinin Oyunsallık, Dijital Oyun Bağımlılığı ve Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi

²Zekihan Hazar, ³Kürşat Hazar, ⁴Belgin Gökyürek, ⁴Muhsin Hazar, ³Sinan Çelikkalek

¹Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Niğde

²Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Niğde

³Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla

⁴Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : zekihanhazar84@gmail.com, zekihanhazar84@gmail.com, kursathazar@hotmail.com, inanb@gazi.edu.tr, muhsin@gazi.edu.tr, sinanc38@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Gelişen teknolojinin çocukların yaşamına getirdiği en temel olumsuzluklar arasında fiziksel aktivite içerikli oyunların giderek azalması, dijital oyun bağımlılığının hızlı bir biçimde artması ve bununla bağlantılı olarak özellikle şiddet içerikli oyunların bireyleri saldırganlık davranışına itmesi gibi önemli sorunlar olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu araştırma, yaşanan problemin çözümüne ışık tutması açısından önem taşımaktadır. Araştırmamızın amacı; ortaokul öğrencilerinin oyunsallık, dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir. Yöntem: İlişkisel tarama modelinin benimsendiği bu çalışmada, amaçsal örnekleme yöntemlerinden benzeşik örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu doğrultuda araştırmanın çalışma grubunu, 2016-2017 eğitim öğretim döneminde öğrenim görmekte olan Muğla İl Milli Eğitim müdürlüğüne bağlı Türdü 100. Yıl Ortaokulu öğrencileri ile Ankara İl Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı Maltepe Ortaokulu öğrencileri oluşturmaktadır. Katılımcıların % 55,6'sı kadın (n=213), % 44,4'ü erkektir (n=170). Türdü 100.Yıl Ortaokulunda öğrenim görmekte olan katılımcıların oranı % 49,6 iken (n=190), Maltepe Ortaokulunda öğrenim görmekte olan katılımcı oranı % 50,4'tür (n=193). Katılımcıların % 42'si 12 yaş (n=161), % 27,7'si 13 yaş (n=106), %30,3' ü 14 yaş (n=116) grubundadır. Araştırmada veri toplamak amacıyla Oyunsallık ölçeği, Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı ölçeği ve Saldırganlık ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 24.0 paket program kullanılarak çeşitli analizlere tabi tutulmuştur.

Bulgular: Araştırma bulgularına göre katılımcıların ölçeklerden almış oldukları toplam puanlarının okul türü, cinsiyet ve yaş değişkenleri arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği bulunmuştur. Aynı zamanda katılımcıların bu üç ölçekten almış oldukları toplam puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki olduğu görülmüştür.

Sonuç ve Tartışma: Sonuç olarak; ortaokul öğrencilerinin oyunsallık, dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık düzeylerinin birbirleri ile ilişkili olduğu dolayısıyla bu problemin tespit ve çözümüne yönelik yapılacak olan araştırmaların bu üç durumu göz önünde bulundurarak ele alınmasının mevcut problemin çözümünde önemli olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Oyunsallık, dijital oyun bağımlılığı, saldırganlık, çocuk, oyun

Investigation Of The Relationship Between Playfulness, Digital Game Addiction And Aggression Levels Of Secondary School Students in Terms Of Various Variables

Introduction and Aim: The most basic problems that the developing technology brings to the life of children are the increasingly decreased physical games, the rapid increase of the digital game addiction and the violent games are pushing the aggressive behavior of the individuals. This research is important for the solution of the problem. Purpose of the research; The relationship between playfulness, digital game addiction and aggressiveness of middle school students in terms of various variables.

Method: In this research, which adopts the relational screening model, similar sampling method is used as the objective sampling method. In this direction, the study group is composed of the students from the 2016-2017 education period, the Türdü 100. Year Middle School students affiliated to the Muğla Provincial Directorate of National Education and Maltepe Secondary School students affiliated to the Ankara Provincial Directorate of National Education. 55.6% of the participants were female (n = 213) and 44.4% were male (n = 170). 49.6% (n = 190) of participants attending Türdü 100.Yıl Secondary School, 50.4% of students attending Maltepe Secondary School (n = 193). Of the participants, 42% were 12 years (n = 161), 27.7% were 13 years (n = 106) and 30.3% were 14 years old (n = 116). In order to collect data in the study, Playfulness Scale, Digital Game Addiction Scale for Children, and Aggression Scale were used. The obtained data were subjected to various analyzes using the SPSS 24.0 packet program.

Findings: According to research findings, participants' total scores on the scales were statistically significantly different between school type, sex and age variables. At the same time, it was found that the participants had a statistically significant relationship between the total scores of these three scales.

Conclusion and Discussion: As a result; Playability, digital game dependency and aggressiveness of middle school students are

Motor Gelişim

Motor Development

Okul Öncesi Çocuklarda Kardeşin Motor Gelişime Etkisinin İncelenmesi

¹Meryem Gülaç, ²Arslan Kalkavan

¹Dumlupınar Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kütahya

²Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Rize

Email : meryem.gulac@dpu.edu.tr, arslan.kalkavan@erdogan.edu.tr

Bu çalışmanın amacı, okul öncesi çocuklarda kardeşin motor gelişime etkisi olup olmadığının araştırılmasıdır. Doğum sırasının gelişime etkisi sıklıkla araştırılmaktadır. Doğum sırasında ilk doğan çocuğun ,ikinci doğan çocuklar, büyük kardeşin aktivitesi izler ve taklit eder. Özellikle lokomotor becerilerde abi/ablası olan kardeşlerin daha avantajlı olduğunu tahmin etmek mümkündür. Çalışmaya 3 yaşında 309 tek çocuk ve 243 abi/ablası olan toplam 552 çocuktan ölçüm alındı. Çocukların motor gelişimlerini araştırmak için TGMD-II testi kullanıldı. Kardeş sayıları okul da bulunan bilgi formlarından alındı. İstatistik yöntem olarak öncelikle verilerin normal bir dağılıma sahip olup olmadığını belirlemek için Shapiro-Wilk testi uygulandı. Gruplar arasında önemli bir fark olup olmadığını belirlemek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Bağımsız iki örnek T-testi (Independent-Samples T-Test) uygulandı. Test sonuçlarına göre kardeş sayısına göre, Locomotor beceriler ve TGMD-II toplam puanları arasında anlamlı bir fark bulunurken ($p<0.05$), Obje kontrol puanları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0.05$). Sonuç olarak, kardeşi olmayan çocukların abi/ablası olan çocuklara göre lokomotor ve toplam TGMD-II puanları daha düşük bulunmuştur. Bu çalışmamızda da lokomotor becerilerde anlamlı bir fark çıkması abi/ablasını taklit ederek geliştirdiklerini,abi/ablası olmayan çocuklarında bu etkileşimi sağlayamadıkları için düşük puanlar aldıkları düşünülmektedir. Obje kontrol test sonuçlarında ise abi/ablası olan çocuklarla abi/ablası olmayan çocuklar arasında anlamlı bir fark görülmemiş olması obje kontrol testi için kullanılan malzemelerin her evde bulunamayacağı gibi çevresel faktörlerden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Study Of The Effect Of Having Sibling On The Motor Development For Preschool Children

The objective of this study is to examine whether having sibling has an effect on the motor development for preschool children. 309 3 years old singletons and 243 3 years old children having elder siblings have been included in the study. In order to evaluate the motor development of the children, the TGMD-II test has been used. The number of siblings has been determined using the information forms distributed in the classes. Primarily, in order to ensure that the data is normally distributed, the Shapiro-Wilk test has been applied as the statistical method. Two Independent-Samples T-Test with a significance level of $\alpha=0.05$ have been utilized to determine whether there is a significant difference between the Groups. According to the results, a significant difference ($p<0.05$) has been observed between the Locomotor skills and total TGMD-II scores on the basis of the sibling number, whereas no significant difference has been noted ($p>0.05$) in terms of the Object control scores. As a result, the locomotor and total TGMD-II scores of the children without sibling are lower compared to those who have elder siblings. Consequently, the obtained results have shown that the children having elder siblings scored better than the singletons in terms of the Locomotor skills. It is thought that the children with elder siblings develop these skills by imitating their siblings and since the singletons do not have the opportunity to establish such an interaction, they have scored less. As far as the Object Control skill is no significant total score difference has been observed between the singletons and the children with siblings. It is thought that this may arise from the environmental factors as well as from the fact that the materials used for object control skills are not available for each house.

KSB791

Türkiye Ve Slovenya'daki Okul Öncesi Çocukların Motor Yeterliliklerinin Kültürler Arası Karşılaştırması

¹Özgür Mülazımoğlu-Ballı, ²Miha Marinsek

¹Pamukkale University, Faculty Of Sport Science, Denizli, Turkey

²University Of Maribor, Faculty Of Education, Maribor, Slovenia

Email : omballi@pau.edu.tr, miha.marinsek@gmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, Türk ve Sloven okul öncesi çocukların motor yeterlilik farklarını araştırmaktır. Çalışma da aynı zamanda yaş ve cinsiyet değişkenlerine göre motor yeterlilik farklılıkları incelemiştir.

Yöntem: Araştırmaya ortalama 5.26 yaşlarında (SS = 0.78) 163 Türk çocuk (79 kız ve 84 erkek) ile ortalama 5.00 yaşlarında (SS = 0.66) 200 Sloven çocuk (95 kız ve 105 erkek) katılmıştır. Çocukların motor yeterlilik düzeylerini ölçmek için Bruininks-Oseretsky Motor Yeterlilik Testi kısa versiyonu kullanılmıştır (Bruininks & Bruininks, 2005). Ölçümler sonucunda, verilerin analizinde ülke, yaş ve cinsiyetin katılımcıların motor yeterlilik düzeylerini yordama durumunu test etmek için çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Sonuçlar anlamlı bir model ortaya koymuştur: $F(3,359) = 113.495$, $p < .001$, $R^2 = .487$. Ülke, yaş ve cinsiyet, regresyon analizi sonuçları da anlamlı yordayıcılardır (tüm $p < .001$). Yaş ve cinsiyet değişkenleri kontrol edildiğinde, Sloven çocukların motor yeterlilik düzeyi tahminleri, Türk çocuklarına göre 7.255 puan daha yüksektir. Ülke ve cinsiyete değişkenleri kontrol edildiğinde, tahmin edilen motor yeterlilik seviyeleri, her bir 1 yıllık artış için 11.667 birim artmaktadır. Eğer yaş ve ülke değişkenleri kontrol edilirse, erkekler için tahmin edilen motor yeterlilik seviyeleri, kızlara göre 3.345 puan daha düşüktür.

Sonuç: Sloven okul öncesi çocukların motor yeterlik puanlarının neden daha yüksek olduğu tartışılmıştır. Slovenya'da öğrenciler için mevcut olan çok çeşitli ders dışı programlar, takip edilen okul öncesi eğitim müfredatının tipi, bu bulguya katkıda bulunabilecek potansiyel faktörler olabileceği düşünülmektedir. Bu açıklamaların geçerli olup olmadığını veya bu çalışmada gözlenen bulguların alternatif bir nedeni olup olmadığını belirlemek için gelecekte yeni çalışmalara ihtiyaç vardır.

A Cross-Cultural Comparison Of Motor Proficiency in Pre-School Children From Turkey And Slovenia

Introduction and Purpose: The purpose of this study was to investigate the differences in motor proficiency of Turkish and Slovenian pre-school children. The study also examined age and gender differences in motor proficiency.

Method: The participants included 163 Turkish children (79 girls & 84 boys) who had an average of 5.26 years (SD = 0.78) of age, and 200 Slovenian children (95 girls & 105 boys) who had an average of 5.00 years (SD = 0.66) of age. A short form of the Bruininks-Oseretsky Test of Motor Proficiency (Bruininks & Bruininks, 2005) was used to measure the motor proficiency levels of the children. A multiple linear regression was conducted to test whether the participants' country, age and gender predicted the participants' motor proficiency levels.

Results: The results revealed a significant model, $F(3, 359) = 113.495$, $p < .001$, $R^2 = .487$. Country, age and gender were significant predictors in the regression analysis (all $p < .001$). After controlling for age and gender, the predicted motor proficiency levels of the Slovenians children were 7.255 points higher than the Turkish children. After controlling for country and gender, the predicted motor proficiency levels increased by 11.667 units for each 1-year increase in age. After controlling for age and country, the predicted motor proficiency levels for boys were 3.345 points lower than for girls.

Conclusion: Possible explanations for why the Slovenian pre-school children scored higher in motor proficiency were discussed. A wide range of extracurricular programs available to the Slovenian students and the type of preschool curriculum pursued in Slovenia have been pointed out as potential factors that may contribute to this finding. Future studies are needed to determine whether these explanations are valid or if there is an alternative cause for the observed findings in this study.

Spor Felsefesi **Sports Philosophy**

Türk Güreş Hakemlerinin Müsabaka Performanslarında Etkili Demografik Değişkenlerin Lojistik Regresyon Analizi Aracılığıyla İncelenmesi

¹Özkan Işık, ²Hüseyin Gümüş

¹Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Afyonkarahisar

²Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Mersin

Email : ozkanisik86@hotmail.com,

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, Türk Güreş Hakemlerinin müsabaka performanslarında etkili demografik değişkenlerin lojistik regresyon analizi aracılığıyla incelenmesidir.

Metot: Araştırmaya 125 güreş hakemi katıldı. Hakemlere araştırmanın amacı anlatıldı ve gönüllü katılım sağlandı. Araştırma verileri, demografik değişkenlerden oluşan sorular ile Türkiye Güreş Federasyonu Merkez Hakem Kurulu tarafından hesaplanan 2016 yılı hakem değerlendirme raporlarından oluşmaktadır. Hakemler performans puanlarına göre başarılı ve başarısız olarak sınıflandırıldı. Hakemlerin performansına etki eden faktörleri değerlendirmek için lojistik regresyon analizi kullanıldı. Lojistik regresyon analizinde kurulan modelin uyum iyiliğinin değerlendirilmesinde Hosmer and Lemeshow testi kullanıldı ve doğru sınıflandırma yüzdesi %84 olarak tespit edildi.

Bulgular: Başarılı hakemin belirlenebilmesi için kurulan modele göre; bir müsabakada uluslararası hakemin, ulusal hakeme göre 49 kat; >6 yıl deneyimi olan hakemlerin, ≤6 yıl deneyimi olan hakemlere göre 9 kat; uluslararası seviyede güreş yapan hakemlerin, güreş yapmayan ve ulusal seviyede güreş yapan hakemlere göre 6 kat; sosyal kimlik kazanmak için hakemlik yapanlar, hobi amaçlı hakemlik yapanlar ve diğer nedenlerden dolayı hakemlik yapanlar sosyal statü kazanmak için hakemlik yapanlara göre sırasıyla 6, 39 ve 22 kat; 31-40 yaş arası hakemler ve ≥41 yaş hakemler ≤30 yaş hakemlere göre sırasıyla 7.9 ve 24.9 kat daha yüksek başarılı olma olasılığı olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak, iyi bir hakem performansı ortaya koyulmak isteniyor ise; geçmişte uluslararası düzeyde güreş yapmış, 41 yaş ve üzeri, 6 yıldan fazla hakemlik deneyimi olan uluslararası hakemler içerisinde hobi ya da diğer (sense of belonging to wrestling community) amaçlı hakemlik yapan hakemler seçilmelidir. Böylece müsabakalarda daha başarılı bir hakem performansı ortaya koyulabilir.

Anahtar Kelimeler: Güreş Hakemleri, Resmi Güreş Müsabakası, Hakem Performansı

Evaluation Of Effective Demographic Variables in Competition Performances Of Turkish Wrestling Referees Using The Logistic Regression Analysis

Introduction and Purpose; The aim of this study was to evaluate the effective demographic variables in their competition performances of Turkish wrestling referees through the logistic regression analysis.

Method; The research data consist of demographic variables and the referee evaluation reports of the year 2016. The referees were classified as successful and unsuccessful according to their competition performance scores. Logistic regression analysis was used to assess the factors affecting the performance of the referees.

Results; In order to determine the successful referees according to established model, it was determined that the international referees were 49 times more successful than the national referees in a competition. The referees who had >6 years of experience were 9 times more successful than the referees who had ≤ 6 years of experience and the referees who wrestled at the international level were 6 times more successful than the referees who wrestled at the national level and who did not wrestle. Referees whose ages 31-40 and ≥ 41 were 7.9 and 24.9 times more successful than ≤ 30 age respectively. Moreover, it was determined that those who were refereeing for social identity, a hobby, and other reasons in a competition were, respectively, 6, 39 and 22 times more possible to be successful than those who were refereeing for social status.

Conclusion; As a result, if a successful referee performance was desired, the ones should be selected as referees who wrestled at the international level, who were over 41 years of age, who had more than 6 years of refereeing experience, and who were refereeing as a hobby or for other reasons.

Keywords: Official Wrestling Competition, United World Wrestling, Wrestling Referee Committee

Bernard Suits'in Oyun Teorisinde Gönüllülük Kavramına Farklı Bir Bakış

'Neslihan Filiz

¹İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : neslihan.filiz@istanbul.edu.tr

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı; hem genelde Spor Bilimleri alanında hem özelde Spor Felsefesi alanında 'oyun (game)' ve 'oyun oynama (game playing)' tanımları yapılırken sıklıkla başvurulanan Bernard Suits'in oyun oynama tanımındaki gönüllülük kavramını ele almaktır.

Yöntem: Literatür Tarama

Bulgular ve Sonuç: Bernard Suits' oyun oynamayı (game playing) şöyle tanımlar 'oyun oynamak, gereksiz engelleri aşmak için girişilen gönüllü bir çabadır' (Suits, 1978). O'na göre, oyun öğeleri dört tanedir: prelusorik amaç, lusorik olanaklar, kurucu kurallar ve lusorik tavır. Bu çerçevede, oyun oynamak için sahip olunması gereken özel bir tavır vardır: lusorik tavır. 'Oyun kurallarını, o etkinliği mümkün kıldığı için kabul etme tavrı' olan lusorik tavır, oyun oynayanın 'gönüllü' bir şekilde kurallara uyum sağlamasını ifade eder.

'Gönüllülük' ya da 'bir şeyi yapmaya gönüllü olma'; 'zorunlu olmama' anlamına gelir. Bu durum, o şeyin 'isteyerek/bilerek' yapıldığını ortaya çıkarır. O halde; oyun oynamaya girişen birey, oyundaki engelleri aşmak için belirlenen kurallara uymak için 'gönüllü'dür, çünkü ancak o kurallar sayesinde, o oyun mümkün olur. Bunun yanında, 'gönüllülük', 'hiçbir çıkarı olmama' anlamına da gelir. Bu durumda, oyun kurallarına uyma konusunda gönüllü olmak; oyun oynamak için zorunlu iken, bireyin bunu 'isteyerek/bilerek' yapması, oyun oynayan ya da oyun oynamak isteyen kişi için bu tavrın 'içsel' olduğu anlamına gelebilir. Dolayısıyla, burada bir özgürlük hissi ile karşılaşırız. Bir oyuncu; eğer oyun kurallarına "içsel olarak" uyum sağlıyorsa, o halde özgür bir eylemde bulunuyordur diyebiliriz.

Suits, B. (1978). Grasshopper: Games, Life and Utopia, Toronto: University of Toronto Press.

A Different Overview of the Concept of Volunteering in Bernard Suits' Theory of Games

Introduction and Objective: The objective of this study is to investigate the concept of 'volunteering' in Bernard Suits' Theory of Games which has been frequently referred to by the Sport Sciences in general and especially, Philosophy of Sport, when the definitions of 'game' and 'game playing' has been made.

Method: Literature Review

Findings and Conclusion: Bernard Suits defines 'game playing' as 'playing a game is the voluntarily attempt to overcome unnecessary obstacles' (Suits, 1978). According to him, there are four elements of a game: prelusory goal, lusory means, constitutive rules and lusory attitude. In this respect, there is an attitude that a game player should have: lusory attitude. Lusory attitude as 'to accept the rules that makes the activity possible' means 'to play by the rules, voluntarily'. 'Volunteering' or 'being volunteer to do something' implies 'not being obligatory'. This shows that this thing is done 'intentionally/purposively'. Therefore, the one who attempts to play a game is 'volunteer' to play by the rules to overcome the unnecessary obstacles in a game; just because these rules make the activity possible. Besides, 'being volunteer' means 'having no gain'.

In this regard, although it is obligatory to be able to play a game, being volunteer to play by the rules can imply that it is an inherent attitude of the one who wants to play or a game player because they obey the rules 'intentionally/purposively'. Hence, we see a 'sense of freedom' here. So we can say that if a game player play by the rules inherently, s/he acts freely.

Suits, B. (1978). *Grasshopper: Games, Life and Utopia*, Toronto: University of Toronto Press.

Spor Sosyolojisi **Sports Sociology**

The Role Of Sports Activities in Alleviating Violence Among Young People in Algerian Society

¹***Dodah Aldjia, Dris Naima***

¹*Faculty Of Humanities And Social Sciences University: Akli Mohand Oulhaj Bouira Country: Algeria*

Email : *naimadris89@hotmail.com, aljiadodeh@hotmail.com, naimadris89@hotmail.com*

Dr Doudah Aldjia university of Bouira Algeria / dr Dris Naima University Of Bouira Algeria The role of sports activities in alleviating violence among young people in Algerian society

Summary: The sport activity is an educational activity that promotes the education of young people in a balanced and integrated education based on the desired social criteria of the emotional, social, physical and mental aspects, as one of the educational means and thus contributes to the formation of the individual and achieve psychological and social stability and strengthen the sense of belonging and respect for collective law Self-esteem, good social relations, leisure time, avoidance of aggressive emotions and deviant behavior. Sports activities are a set of rules and activities practiced by man to build his body or to develop his skills and vary from person to person according to his goals and the need of the sport practiced by the participation of sports clubs in various games and activities that will inevitably develop the love of exercise in the hearts of Individuals. Especially as sports activities in themselves are a culture immune to behaviors contrary to our customs and society and reduce the behavior of socially undesirable and facilitate social integration, but self- realization and excellence. Sports can help young people to increase their behavior and engage in compensatory activities and satisfy their psychosocial needs. All sports activities can contribute to education and normalization with the necessary rules to respect laws, eliminate excess energy and prevent social pests and immunize young people from deviations and eliminate aggressive behavior Violence and leisure, through the use of sport as a social employment for rehabilitation and rehabilitation.

Keywords: Sports activities, violence, Algerian youth.

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Sosyal Medya Kullanım Pratikleri

²Pervin Bilir, ³Nükheth Ergenç, ¹Ali Yıldırım

¹Milli Eğitim Bakanlığı, Gaziantep

²Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Adana

³Çukurova Üniversitesi İletişim Fakültesi, Adana

Email : fatmapervinbilir@gmail.com, nergec@gmail.com, aliyildirim2784@gmail.com

Giriş; Gelişmiş iletişim teknolojilerinin yaratmış olduğu iletişim biçimlerinin, “ağ toplumu”nu yarattığı iddiasını gündeme getirmiştir. Sosyal medya bu ağın içinde yer almada temel işlev görmektedir. Farklı gruplarda ve çevresel ortamlarda sosyal medya kullanım amaçları ve gereksinimleri farklılık gösterebilmektedir. Aynı zamanda sosyal medya ortamlarının toplum, kültür ve birey üzerine etkisi de değişken olabilmektedir. Bu çalışma, Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu öğrencilerinin sosyal medya kullanımlarını, sosyal ağ teorisi kapsamında sosyal medyadaki yoğunlaşma hareketleri ve kullanım nedenlerini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem; Çalışmaya Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulundan 150 öğrenci katılmıştır. Veriler "Kişisel Bilgi Formu" ve "Sosyal Ağların Kullanım Amaçları Ölçeği" ile toplanmıştır.

Bulgular; Öğrencilerin çoğunluğunun sosyal medya ağında bir profili olduğu ve kullanılan sosyal medya ağlarının sırasıyla WhatsApp, Instagram ve Facebook olduğu belirlenmiştir.

Sonuç; Bölümler arasında "iletişimi başlatma" boyutunda anlamlı farklılık gözlemlenmiştir. Ayrıca çalışmada sosyal medya kullanım amaçları da belirlenmiştir.

Anahtar Sözcükler: Sosyal Medya, Sosyal Ağ, BESYO öğrencileri

Physical Education and Sports High School Student's Social Media Usage Practices

Introduction; It has brought up the claim that communication formats created by advanced communications created "network society". Social media serves the basic function to take part in this network. Social media usage reasons and needs may show the differences in different groups and environmental media. At the same time , the effect of social media on society ,culture and the individual may be variable. This study was made to determine Çukurova University Physical Education and Sports High School student's usage of social media, their concentration movements in social media in the context of social network theory and their usage reasons.

Method; 150 students from Physical Education and Sports High School participated in the study. The data were collected with "personal information form " and "the purpose of the usage of social networks scale".

Findings; It was determined that the majority of the students have a profile on social media network and used media networks are in order, WhatsApp, Instagram and Facebook.

Conclusion; Among the departments significant differences were observed in trait of "initialization of communication ". Also, usage social media reasons were determined in this study.

Keywords: Social Media, Social Network, PES students

Üniversitelerin Spor Eğitimi Veren Bölümlerindeki Öğrencilerin Sosyal Ağ Kullanımları Açısından İlişki Durumlarına Göre Etkileşim Kaygısı ve Sosyal Destek Algılarının İncelenmesi

¹Gülen Vural, ²Osman Göde, ³Avcı Oğuzhan

¹Adnan Menderes Üniversitesi BESYO Aydın

²Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Denizli

³Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Muğla

Email : gvural@adu.edu.tr, ogode@pau.edu.tr, oquzhan.oquzhan@gmail.com

Bu çalışma, Adnan Menderes Üniversitesi Beden Eğitimi ile Spor Yüksekokulu (ADÜ BESYO) ve Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde (MSBF) öğrenim gören öğrencilerin etkileşim kaygı ve çok boyutlu algılanan sosyal destek düzeylerinin cinsiyet ve ilişki durumlarına göre sosyal paylaşım ağlarını kullanım amaçları açısından belirlenmeye yöneliktir. Örneklemi kız-erkek toplam 359 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmada verilerin toplanması için “Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği” ile “Etkileşim Kaygı Ölçeği” kullanılmıştır. Çalışmada ADÜ BESYO ile MSBF öğrenim gören öğrencilerin cinsiyete göre ÇBASDÖ düzeyi ve EKÖ açısından istatistiksel anlamlı bir fark ($p>0.05$) belirlenmemiştir. Öğrencilerin ilişki durumlarına göre ÇBASDÖ düzeyi açısından ilişkisi olan ve olmayan öğrenciler arasında anlamlı istatistiksel ($p>0.05$) bir farklılık saptanırken EKÖ düzeylerinde istatistiksel ($p>0.05$) bir farklılık belirtilmemiştir. Etkileşim kaygı düzeyi incelendiğinde, ÇBASDÖ ile EKÖ arasında negatif yönde ($r = -0.278$) düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir. Buna göre ÇBASDÖ arttıkça EKÖ düzeyinde düşüğe olsa bir azalma olduğu söylenebilir. Cinsiyete göre sosyal ağ kullanım amaçları açısından öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark ($p>0.05$) belirlenmiştir. ÇBASDÖ göre sosyal ağ kullanım amacı açısından öğrenciler arasında anlamlı ($p = 0.022$) istatistiksel bir fark ($p< 0.05$) varken, EKÖ açısından istatistiksel bir fark belirlenmemiştir. Sosyal kullanım amaçlarına bakıldığında, ÇBASDÖ ile EKÖ arasında negatif yönde ($r = -0.278$) düşük düzeyde bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. ÇBASDÖ ile EKÖ ve ilişki durumu arasında istatistiksel negatif yönde düşük düzeyde (sırasıyla $r = -0.278$ ve $r = -0.200$) bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Verilerin istatistiksel analizi SPSS 22.0 paket programında %95 güven aralığında 0.005 ve 0.001 hata düzeylerinde incelenmiştir.

An Investigation Of Social Support Perception And Interraction Axiety Of University Students' Social Media Usage In Regards To Their Realitionship Status

In this study, Adnan Menderes University physical education and sport department and Muğla Sıtkı Koçman University faculty of sport sciences students attending genders, romantic relationship status and social networks interact according to the levels of interactional anxiety and social support perceptions in using social networking networks. The study group, women and males total 359 students studying in a different grade level constitutes. Data 'Multidimensional Scale of Perceived Social Support' and 'Interaction Anxiety Scale' and was obtained. In conclusion,by sex interaction was not significant difference in anxiety,social support is a signifacant difference to the perceptions,perceptions of social support of women is higher compared to men.As a result of the evaluation of the data, there was no statistically significant difference in terms of social support perception level and interaction anxiety according to sex, but a meaningful difference ($3.88 p<0.05$) was not determined in terms of social support perceptions according to the students' relationship status. There was a significant difference between students in terms of social

network usage according to sex (32.1 $p < 0.05$), but there was a statistically significant difference (0.022 $p < 0.05$) between students according to social support perceptions in terms of social network usage purposes. It has not been determined that there is a statistically significant ($r = -0.278$ $p < 0.05$) relationship between the interaction anxiety and social support perception on the negative side. When the level of perceived social support is considered, there is a low level of correlation between the level of perceived social support and the level of social support perceptions and relationship ($r = -0.278$ and $r = 0.200$, $p < 0.05$).

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Öğrenilmiş Güçlülük Düzeylerinin Araştırılması

¹Emre Belli, ²Dursun Katkat, ¹Orcan Mızrak, ¹Fatih Bedir

¹Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

²Mersin Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Email : emre.belli@atauni.edu.tr, , ,

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı; Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilerin öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin araştırılmasıdır.

Metot: Araştırmada öğrenilmiş güçlülük düzeyleri hakkında veriler elde etmek için; Rosenbaum (1980) tarafından geliştirilen, Dağ (1991) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Rosenbaum'un öğrenilmiş güçlülük ölçeği (RÖGÖ), 276's erkek 163'i kadın olmak üzere toplamda 439 öğrenciye uygulanmıştır. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS programında frekans, bağımsız gruplarda t-testi ve tek yönlü varyans analizi (Anova), farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını bulmak için de Tukey testi yapılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların cinsiyetler arası öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin karşılaştırılmasında kadın öğrenciler lehine anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. (p=,000).

Sonuç: Buna göre; kadın öğrencilerin erkek öğrencilere oranla öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Öğrenilmiş Güçlülük, Spor, Beden Eğitimi, Stresle Başa Çıkma

An Investigation Of Learned Resourcefulness Level Of The Students Majoring At The Faculty Of Sport Sciences

Introduction and Aim:The aim of this study is to explore learned resourcefulness levels of the students majoring at the Faculty of Sports Sciences at Ataturk University.

Method: For data collection, "Rosenbaum Learned Resourcefulness Schedule ", which was developed by Rosenbaum (1980) and adapted into Turkish by Dağ (1991), was used in the current study to examine the learned resourcefulness levels of students. This questionnaire was administered to a total of 439 students consisting of 276 male and 163 female students. For data analysis, SPSS statistical packet program was used for frequency analysis, and independent t-tests, one-way ANOVA and Tukey test were run to find out the source of the difference among different groups of participants.

Findings: The results of the study showed that there was a significant difference in terms of the comparison of the learned resourcefulness levels regarding the participants' gender (p=,000)

Result: Based on this result, female students were found to favor learned resourcefulness levels much more than male students.

Keywords: Learned Resourcefulness, Sports, Physical Education, Coping With Stress

Sokak Çocuklarını Sportif Etkinliklere Yönlendirmenin Önemi

¹Hikmet Turkey

¹Kafkas Üniversitesi Sarıkamış Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kars

Email : hikmet.turkey1@gazi.edu.tr

Giriş: Sanayileşme sürecinde olan ülkeler ve bu ülkelerin toplumsal değişimi ile ortaya çıkan sokakta çalışan ve sokakta yaşayan çocuklar sorunu, tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de, özellikle büyükşehirlerimizde, ciddi bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır.

Amaç: Bu araştırmada sokak çocuklarının sosyo-kültürel ve ekonomik özelliklerine değinilmiş ve aynı zamanda bu çocukların topluma kazandırılmalarında sporun önemi ortaya konmaya çalışılmıştır.

Yöntem: Büyük kentlerimizin sokaklarında çalışan/çalıştırılan ya da bu sokaklarda yaşamaya mecbur bırakılmış çocukların aile yapıları, niçin sokakta çalıştıkları, sokaklarda onları bekleyen riskler, toplumsal yaşama bakış açılarındaki olumlu/olumsuz durumlar ilgili literatür taranarak araştırılmış ve bu çocukların spora yönlendirilmesiyle ilgili öneriler sunulmuştur.

Bulgular: Sokak çocuklarının anne - babalarının büyük bir kısmı eğitim ve gelir düzeyi düşük kişilerdir. Kent yaşamının getirdiği ekonomik sorunları çözmeye yetersiz kalan anne-babalar çocuklarını sokaklarda gelir getirici işlerde çalıştırmaktadır. Sokak çocukları yanlış ekonomi politikaları, bilinçsiz nüfus artışı, kültürel yozlaşma ve ebeveynler arasındaki çatışmanın bir ürünüdür. Toplum tarafından birer suçlu olarak görülen bu çocukları sokakta çalışmak ve yaşamak zorunda bırakan, suça iten etmenler ele alınmalı ve çözüm odaklı çalışmalar yapılmalıdır.

Sonuç: Bu bağlamda spor aktiviteleri bireylerin topluma kazandırılmaları ve sosyalleşmeleri sürecinde vazgeçilmez bir faktördür. Bireylerin günlük yaşantılarında sporun stresten uzaklaşma, sağlıklı yaşam, mesleki bir gelecek için öneminin yadsınamaz bir gerçek olduğu bilindiği gibi bireylerin, toplumsal değerlere uyumunun sağlanmasında da önem arz etmektedir. Özellikle spor aktivitelerinin, bu çocukların topluma kazandırılması için çaba harcayan eğitim kurumlarında daha düzenli, çeşitli ve yaygın bir şekilde yer alması öngörülmektedir.

Kaynaklar:

Beazley, H. (2003). The construction and protection of individual and collective identities by street children and youth in Indonesia. Children Youth and Environments, 13(1), 105-133.

Bilgin, R. (2012). Sokakta çalışan çocukları bekleyen risk ve tehlikeler: Diyarbakır Örneği. ZKÜ Sosyal Bilimler Dergisi, 8(15).

Kızmaz, Z., & Bilgin, R. (2010). Sokakta Çalışan/Yaşayan Çocuklar Ve Suç: Diyarbakır Örneği. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 32(32).

The Importance Of Street Children Directing To Sporting Activities

Introduction: The problem of children working on the streets and in the streets arising from the industrialization process and the social change of these countries is a serious problem in our country, especially in our big cities, as it is all over the world.

Objective: In this study, the socio-cultural and economic characteristics of street children were mentioned and at the same time, they tried to put forward the importance of sports in their recruitment.

Methods: We investigated the family structures, why they worked on the streets, the risks of waiting for them in the streets, positive / negative situations about social life and investigated the literature about these children who were working / working in the streets of our big cities.

Results: A large proportion of street children have low educational and income levels. Parents who are inadequate in solving the economic problems brought about by urban life are running their children in the streets for income-generating jobs. Street children are a product of wrong economic policies, unconscious population growth, cultural corruption and conflict between parents. These children, who are regarded as criminals by the society, should be treated and forced to work on the street.

Conclusion: In this context, sport activities are an indispensable factor in the process of socialization and collecting individuals. It is also important for the individuals to be able to adapt to the social values as well as to know that the sport is a fact which can not be denied for sports for everyday life, healthy life, professional future. In particular, it is envisaged that sports activities will be more regular, diverse and widespread in educational institutions that are trying to raise these children.

KSB315

Sporcuları Beslenmeye Bağlı Destek Ürün Kullanmaya Yönelten Psiko-Sosyal Faktörler

¹Ceyda Kuloğlu, ²Elif Helvacı, ³Cihan Baykal

¹Başkent Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyoloji Bölümü, Ankara

²ODTÜ Psikoloji Bölümü, Ankara

³Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Ankara

Email : ceyda.kuloglu@gmail.com, elifkorpe@yahoo.com, cihanbaykal@gmail.com

Giriş: Spor ve beslenme, günümüzde birbirinden ayrı düşünülemez. Düzenli fiziksel aktivite içinde bulunan bireylerin sağlıklarını korurken performanslarını artırmaya yardımcı beslenme alışkanlıkları, gün geçtikçe artan ve çeşitlenen bilimsel bulgularla şekillenmektedir. Bununla birlikte, daha kısa sürede kas yoğunluğunu ve metabolizma hızını artıran destek ürünlerinin (örn., protein tozu, amino asit, glutamin, L-karnitin, kafein, kreatin) ekonomik pazarı ve reklam piyasası gün geçtikçe artmakta, spor yapan bireylerin önemli bir çoğunluğu söz konusu destek ürünlerini kullanmaya yönelmektedir. Ülkemizde de son yıllarda yapılan araştırmalar, düzenli egzersiz yapan bireylerin önemli bir çoğunluğunun, örneğin, spor salonlarında çalışan spor eğitmenlerinin %92'sinin destek ürün kullandığını göstermektedir (Bora, 2014).

Amaç: Bu çalışmanın amacı, sporcuları beslenmeye bağlı destek ürün kullanımına yönelten olası psikolojik ve sosyolojik faktörlerin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışma, 18 yaş üzeri düzenli egzersiz yapan 100 yetişkin ile anket yöntemi kullanılarak yürütülecektir. Destek ürünleri kullanan katılımcılar (N=50) ile destek ürünü kullanmayan katılımcılar (N=50), destek ürün reklamlarına maruz kalma sıklığı, destek ürün kullanım alışkanlıkları, destek ürünler ile ilgili bilgi düzeyi, beden algısı, benlik saygısı, sosyal medya kullanımı ve sosyo-demografik özellikleri açısından karşılaştırılacaktır. Veri anket tekniği ile toplanacak ve SPSS ile analizi yapılacaktır.

Bulgular: Destek ürünü kullanan katılımcıların, kullanmayanlarla karşılaştırıldığında, söz konusu ürünlerin reklamlarını içeren spor dergilerini daha sık takip ettikleri, destek ürün kullanmadan performanslarında ciddi düşüş yaşayacakları beklentilerinin daha yüksek, ve destek ürünler ile ilgili bilgi düzeylerinin daha az olacağı beklenmektedir.

Sonuç: Bununla birlikte, destek ürün kullananlarda beden algısının daha olumsuz ve benlik saygılarının ise daha düşük olacağı yine beklenen sonuçlar arasındadır.

Kaynak(lar): Bora, Z. (2014). Spor salonunda çalışan vücut geliştirme sporu yapan spor hocalarının, beslenme durumları ve beslenmeye bağlı takviye destek ürün kullanımlarının saptanması (Master's thesis, Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).

Psycho-Social Factors That Lead The Athletes To Use Nutritional Support Products (Nsps)

Introduction: Sports and nutrition can not be thought apart today. Nutritional habits that help to improve the performance of individuals in regular physical activity, while maintaining their health are shaped by increasing scientific diversity.

However, the economic market and advertising market for nutritional support products (NSPs) (eg, whey protein, amino acid, glutamine, L-carnitine, caffeine, creatine) that increase muscle density and metabolic rate in a shorter period of time are increasing day by day and a significant majority oriented NSPs. Recent studies in our country also show that a significant majority of regular exercise users, for example 92% of sports trainers working in sports halls, use NSPs (Bora, 2014)*.

Aim: The aim of this study is to examine the possible psychological and sociological factors that lead to the use of NSPs that depend on feeding the athletes. The study will be conducted using a questionnaire with 100 adults who are regularly exercising over the age of 18 years. Participants who have not use NSPs (N = 50) with participants who are using NSPs (N = 50) will be compared according to frequency of exposure to nutritional support product advertisements, nutritional support product usage habits, level of knowledge about NSPs, body image, self esteem, demographic characteristics. Data will be collected by survey technique and the analysed by SPSS.

Findings: Participants using the NSPs are expected to have a higher level of knowledge about the sponsored sports magazines, advertisements of the mentioned products, and few knowledge about the NSPs, compared to the non-users.

Result: However, the usage of NSPs is among the more anticipated findings that body image is more negative and self- esteem is lower.

Reference(s): Bora, Z. (2014). Spor salonunda çalışan vücut geliştirme sporu yapan spor hocalarının, beslenme durumları ve beslenmeye bağlı takviye destek ürün kullanımlarının saptanması (Master's thesis, Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri

KSB352

Spor Yapan ve Spor Yapmayan (Sedanter) Lise Öğrencilerinin Meraklılık Düzeylerinin Belirlenmesi

¹Bekir Barış Cihan, ¹Bekir Barış Cihan, ¹Ebru Araç Ilgar

¹Bozok Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Yozgat

Email : bekirbaris_cihan@hotmail.com, bekirbaris_cihan@hotmail.com, ebruarac@hotmail.com

Giriş: Meraklılık hayatın bütün aşamalarında olumlu veya olumsuz yönlerden insan davranışlarını sürekli etkileyen bir kavramdır ve öğrenme sürecinin de ateşleyicisi olarak kabul edilmektedir.

Amaç: Spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinin meraklılık düzeylerini belirlemek ve meraklılık düzeyinin cinsiyet, yaş, sınıf, ekonomik durum ve okul durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemektir.

Yöntem: Araştırmanın örneklemini; 2016–2017 eğitim-öğretim yılında, Yozgat ilinde öğrenim gören 132 kız ve 153 erkek (N=285) öğrenci oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak, Demirel ve Coşkun (2009) tarafından Türkçeye uyarlanan, “Meraklılık Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin normallik durumu Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilks testleri ile incelenmiştir. İkili küme karşılaştırmaları için normal olmayan testlerden Mann Whitney-U testi; üç veya daha fazla küme karşılaştırmaları için normal olmayan testlerden Kruskal Wallis-H Testi, normal testlerden Tek Yönlü Varyans Analizi kullanılmıştır. Ölçeğin güvenirliliği, $p<0,01$ düzeyinde 0.91 bulunmuştur.

Bulgular: Öğrencilerin meraklılık düzeylerinde yaşa göre; 14 yaş (13,04; $p<0,05$) lehine anlamlı farklılık çıktığı; cinsiyete göre; kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre ($U= 7148,500$; $p<0,05$) meraklılık düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca, ekonomik duruma göre meraklılık düzeylerinde; ekonomik durumu iyi olanların (8,710; $p<0,05$) lehine anlamlı farklılık tespit edilirken, spor yapan ve yapmayan öğrencilerin meraklılık düzeylerinde; anlamlı bir fark tespit edilmemiştir.

Sonuç: Bu sonuçlara göre spor yapmanın; meraklılık düzeyinde etkili bir değişken olmadığı, meraklılığın daha çok yaş, cinsiyet ve ekonomik durum gibi değişkenlerden etkilendiği söylenebilir.

Kaynaklar: 1- Berlyne, D. E. (1954). A theory of human curiosity 2- Akgül, S. ve Özdilek, Ç. (2014). Ortaöğretim Öğrencilerinin Meraklılık Düzeylerinin Araştırılması 3- Pepe, H. ve Kuru, E. (2001). Spor Yapan ve Yapmayan Bayanların Sosyo-Ekonomik Seviyelerinin Araştırılması

Determining The Curiosity Level Of High School Students Who Do Sports And Who Do Not (Sedentary)

Introduction: Curiosity is a concept that constantly affects human behavior in positive or negative ways at all stages of life and is accepted as the stimuli of learning process.

Objective: The aims of this study were to determine curiosity levels of high school students in terms of engagement in sport and to examine whether they differ according to gender, age, grade, income level and school condition.

Method: The sample of this study was comprised of from 132 girls and 153 boys (N=285) who were high school students in Yozgat during the academic year of 2016 – 2017. “Curiosity Index” which was adapted to Turkish literature by Demirel and Coşkun (2009) was used in this study as a data collection instrument. The Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilks normality tests were carried out to investigate the normalcy of the data. Mann-WhitneyU test was used to compare dual groups and Kruskal-Wallis-H and ANOVA tests were used to compare three or more groups. Reliability of the scale was found as 0.91 ($p < 0,01$).

Findings: Curiosity level score of 14 years old (13,04; $p < 0,05$) was higher and curiosity levels of females ($U = 7148,500$; $p < 0,05$) were higher than male students. Moreover, students who had better income (8,710; $p < 0,05$) were more curious than the other participants and no significant difference was found at the level of curiosity of students who do and do not take part in sports.

Conclusion: It may be concluded that doing sport was not an effective variable for curiosity level and it can be stated that curiosity level was determined by age, gender and economic income.

References: 1- Berlyne, D. E. (1954). A theory of human curiosity 2- Akgül, S. Özdilek, Ç. (2014). Ortaöğretim Öğrencilerinin Meraklılık Düzeylerinin Araştırılması 3- Pepe, H. Kuru, E. (2001). Spor Yapan ve Yapmayan Bayanların Sosyo-Ekonomik Seviyelerinin Araştırılması

KSB370

Futbol Seyircisinin Taraftarlıktan Müşteriye Dönüşümünün Tarihsel Evrimi

¹Ahmet Yıkılmaz, ¹İsmail Polatcan

¹Bitlis Eren Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Bitlis

Email : ahmetyikilmaz84@gmail.com, ipolatcan@hotmail.com

Futbol, bütün takım sporları gibi Sanayi Devrimi icadıdır. 1832'de başlayan ve Yükselen burjuvazi ile işçilerin sokaklara dökülmesini önlemek için, futbol icat edilmiştir. Futbol, eğlence ve rekabet yönünün öne çıkmasıyla beraber bir spor dalı olmaktan çıkıp bir sektör haline gelmiştir. Geçmişte futbol kulüplerinin 1 numaralı gelirleri sadık ve tutucu taraftarlarından elde ettikleri gişe gelirleriydi. Ancak futbolun, kitlelerin yoğun ilgisini çekmesi birçok sonuca yol açmıştır. Kulüpler neredeyse üretici rolünü üstlenmiş, taraftarlara da müşteri gözüyle bakılmaya başlanmıştır. Televizyonlar, şirketler, sosyal medya, büyük sponsorlar futbolun endüstriyelleşmesindeki en büyük etkenler olmuştur. Taraftardan müşteriye doğru evrilen bu dönüşüm sürecinde taraftar kulüpler için bir "velinimet" olmuştur. Futbol taraftarlığının yeni modaliteleri, yalnızca para değil, aynı zamanda yeni araçları kullanabilme, teknolojiyi takip edebilme gibi gereksinimleri de ortaya koymuştur. Çalışmanın yöntemini kütüphane, kitap, dergiler vb. literatür taraması ile yapılmıştır.

Bu araştırmanın amacı futbol taraftarının tarihsel süreç içinde müşteriye dönüşüm ve değişiminin görünümü değerlendirilecektir.

Historical Evolution Of Football Audience's Transformation From Fan To Customer

Football, like all team sports, is the invention of the Industrial Revolution. Football was invented to prevent working class to take to streets with the bourgeoisie that started and rose in 1832. Football distinguishes with entertainment and competition and also transforms into an industry as a branch of sports. In the past, the top revenue resource of the football clubs was the box office revenue they had earned from their loyal and conservative fans. However, the extensive amount of interest by the masses has paved the way for several conclusion. The clubs almost took the role of manufacturer and the fans started to be considered as a customer. Television, corporations, social media, major sponsors have the largest factor for football to have been industrialized. Fans have transformed into a "profit" for the clubs in the transformation process from a fan to a customer. The new modalities for a football fan are not only money but also they reveal the requirements such as using the new tools and following up the technology. Study method is a literature review through libraries, books, and journals.

The objective of this study is to analyze the transformation and change of football fans into a customer in a historical process.

Rekreasyonel Etkinliklere Katılan Madde Bağımlısı Gençlerin İletişim Becerilerinin İncelenmesi

¹Murat Kaldırımçı, ²Mehmet İlkım, ¹Hasan Hüseyin Yılmaz, ¹Levent Önal, ¹Cemil Tuğrulhan ŞAM, ¹Haluk Sivrikaya

¹Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

²İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Malatya

Email : murat.kaldirimci@atauni.edu.tr, mehmet.ilkim@inonu.edu.tr, hasanh.yilmaz@atauni.edu.tr, levent.onal@atauni.edu.tr, tugrul.sam@atauni.edu.tr, haluk@atauni.edu.tr

Bu çalışmanın amacı, madde bağımlısı gençlerin düzenli rekreatif etkinlikler ile iletişim beceri düzeylerinde meydana gelen değişiklikleri incelemektir.

Çalışmaya 18-21 yaş aralığında yer alan 24 madde bağımlısı genç katılmıştır. Araştırmaya katılan deneklere madde bağımlısı olmayan bireylerle birlikte haftada iki kere düzenli olarak 16 hafta boyunca futbol aktivitesi yaptırılmıştır. Araştırmada Korkut (1996) tarafından geliştirilen ve geçerlilik ve güvenilirliği yapılmış " İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği" (İBDÖ) kullanılmıştır. Ölçek ilk test ve son test olmak üzere iki defa uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS (versiyon 22) for Windows paket istatistik programında değerlendirilmiştir. İstatiksel verilerde anlamlılık $p<0.05$ olarak alınmıştır.

Çalışmanın sonucunda madde bağımlısı gençlerin rekreatif etkinlikler ile iletişim beceri düzeylerinde anlamlı düzeyde artış saptanmıştır ($p<0.05$).

Anahtar kelimeler : İletişim, Madde bağımlılığı, Rekreasyon

Investigation Of Communication Skills Of Drug Addicted Youngs Participating Recreational Activity

This study's purpose is to investigate changes of communication skills with regular recreational activities participating of drug addicted youngs.

18-21 ages 24 drug addicted youngs attended this study. experimental subject participating this study were done football activity with people who haven't be drug addicted twice per weeeekend along 16 weekend. At the research " Communication Skills Assessment Scale" which has been developed and validity and reliability made by Korkut (1996) was used. The analysis of acquired datas from study is done using SPSS (version 22) for Windows Statistical Programme. Significance for statistical datas was selected being $p<0.05$.

At result of research, Communication skills of drug addicted youngs were determined significantly arise with recreational activities ($p<0.05$).

Keywords: Communication, Drug addiction, Recreation

KSB500

Basketbol Hakemlerinin Yıldırma Davranışlarına Maruz Kalma Düzeylerin İncelenmesi

¹Serkan Hacıcaferoğlu

¹Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Rize

Email : serkanhacicaferoglu@gmail.com

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı Basketbol klasman hakemlerinin çalışma ortamlarında maruz kaldıkları yıldırma davranışlarının bazı değişkenler açısından belirleyebilmektir. Yöntem: Genel tarama modeli kullanılarak yapılan araştırmanın evrenini Basketbol Federasyonunda 2016-2017 sezonunda görev yapan farklı klasmanlara sahip toplam 150 hakem oluştururken, araştırmanın örneklemini; evrenden tesadüfî yöntemle seçilmiş gönüllü 70 klasman hakem oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak "Salon Sporları Hakemlerine Yönelik Mobbing Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen verilerin analizi istatistik paket programı yardımıyla yapılmış ve hesaplamalarda frekans, yüzde, standart sapma, aritmetik ortalama ve tekyönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. İstatistiki anlamlılık derecesi Alpha (α) yanılma düzeyi ise $p < .05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Basketbol hakemlerinin ölçeğe verdikleri yanıtlardan hareketle, hakemlerin yıldırma davranışlarına istatistiki açıdan genel aritmetik puan bakımından 1.80 puan ile orta altı düzeyde maruz kaldıkları belirlenmiştir. Yine evli basketbol hakemlerinin bekar hakemlere göre, ortaöğretim düzeyinde eğitim alanların diğer gruplardaki basketbol hakemlerine göre, 32 ile 42 yaş gurubunda olan hakemlerin diğer yaş guruplarında bulunan hakemlere göre ve 17 ile 20 yıl arasında basketbol hakemliği yapan hakemlerin diğer çalışma yılı guruplarında bulunan hakemlere göre istatistiki açıdan daha fazla puanla yıldırma davranışlarına maruz kaldıkları belirlenmiştir. Ayrıca basketbol hakemlerinin medeni durum, eğitim, yaş ve görev süresi değişkenlerine göre yıldırma davranışları arasında istatistiki açıdan anlamlı bir farkın olmadığı saptanmıştır.

Sonuç: Basketbol hakemlerinin ölçeğe sorularına verdikleri cevapların genel aritmetik puanlarına göre az da olsa eleştirilme, uyarılma ve küçümsenme gibi yıldırma davranışlarına maruz kaldıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Surveying The Exposure Level Of Mobbing Behaviours Of The Basketball Referees

Introduction and Purpose: The aim of this research is to determine the basketball class referees' behavioral intimidation behavior in terms of some variables.

Method: The researcher's universe using the general screening model is composed of 150 referees who have different classifications in the Basketball Federation during the 2016-2017 season. The volunteer who is selected by coincidental method constitutes 70 classical referees. "Mobbing Scale Towards Salon Sports Referees" was used as data collection tool in the research. Analysis of the data obtained from the research was made with the help of statistical package program and frequency, percentage, standard deviation, arithmetic mean and one way variance analysis (ANOVA) were used in the calculations. The level of statistical significance Alpha (α) was accepted as $p < .05$.

Findings: It was determined that the referees' mobbing behaviors were exposed to the middleman level with a general arithmetic score of 1.80 points on the statistical basis from the responses given by the basketball referees to the scale.

According to the single referees of the married basketball referees, according to the basketball referees in the other groups, the referees who are in the age groups 32 to 42 and the referees in the other age groups of the referees who are basketball referees between 17 and 20 years they were exposed to more intimidation behaviors. Moreover, it was determined that there was no statistically significant difference between the behavior of the basketball referees according to the marital status, education, age and duration variables.

Conclusion: The answers given by the basketball referees to the questions about the scale were reached as a result of being exposed to intimidation behaviors such as criticism, arousal and underestimation, even if they were less than the general arithmetic scores.

KSB542

2017-2018 Sezonu Türkiye Futbol Süper Liginde Yer Alan Kulüplerin Simgelerinin İncelenmesi

¹Ünal Saki, ²Serkan Tevabil Aka, ³Öner Gülbahçe

¹Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum

²Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Ağrı

³Atatürk Üniversitesi, Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi, Erzurum

Email : sakaoglu_05@hotmail.com, aka_serkan@hotmail.com, onergulbahce@hotmail.com

Giriş; Simge, insanların yaşamış duygu ve düşüncelerini, anlamlı deneyimlerini yeniden hatırlamaya ve canlandırmaya olanak sağlayan, kendisine belli bir anlam yüklenen somut nesne ya da işarettir. Her alanda kullanılan yoğun bir anlam ve temsil gücüne sahip olan simgeler, futbol kulüpleri tarafından da tercih edilmektedirler.

Amaç; Bu Araştırmanın amacı; 2017-2018 sezonu Türkiye Futbol Süper Liginde yer alan kulüplerin simgelerinin çeşitli yönleriyle ele alınması ve bu simgelere yüklenen anlamların neler olduğunun incelenmesidir. Yöntem; Araştırmada tarama modellerinden, örnek olay tarama modeli benimsenmiştir. Araştırma kapsamında incelenen konuyla ilgili olgu ve olaylar hakkındaki bilgi, yazılı belgelerin analiz edilmesiyle sağlanırken verilerin toplanmasında ise doküman incelemesi yöntemi kullanılmıştır. Araştırma 2017-2018 sezonu Türkiye Futbol Süper Liginde yer alan 18 futbol kulübünü kapsamaktadır.

Bulgular; Araştırma kapsamında ele alınan tüm kulüplerin bir simge kullandıkları ve kullanılan bu simgelerin kulüplerin kendilerine has birçok özelliği üzerinde taşıdığı görülmüştür.

Sonuç; Araştırmadan elde edilen verilere göre, futbol kulüpleri tarafından benimsenen renklerin 2 kulüpte üç renk diğer 16 kulüpte iki renk olmak üzere kulüplerin simgelerinde de kullanıldığı, Simgelerde genel olarak harflerin, rakamların, hilal ve yıldız gibi sembollerin tercih edildiği, tarih, coğrafya, kültür, bitki örtüsü, hayvan, sanayi ve iş kolları gibi özellikle kulüplerin bulundukları illerin özelliklerine vurgu yapan resim, şekil ve sembollerin kullanıldığı ve kullanılan bütün içeriklere önemli anlamlar yüklendiği sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Türkiye Futbol Süper Ligi, Simge

Investigating The Symbols Of Football Clubs in Turkish Premier League in 2017-2018 Season

Abstract Introduction; A symbol is a concrete object or sign that has a certain meaning attached to it which allows people to recall and animate their emotions and thoughts as well as their meaningful experiences. The symbols, which have an intense meaning and representation power that are used in every field, are also preferred by football clubs Purpose; The main object of the present study is to investigate the symbols of football clubs in Turkish premier league in 2017-2018 season from different aspects and analyse the meaning attached to these symbols.

Method; In the study case study technique was employed among the survey models. The information about the cases and events related to the subject examined within the scope of the research was obtained from the analysis of the written documents while document review technique was used for collecting the data.

The study includes 18 football clubs from Turkish premier league in 2017-2018 season. finding; It has been seen that all the clubs covered in the research use an icon and that these symbols are used on their own properties.

Result; According to the data obtained from the research it has been concluded that three different colors are adopted by two football clubs while two different colors are adopted by the other 16 clubs, it has also been seen that in the symbols mostly letters, numbers, crescents and stars are preferred and paintings, forms and symbols that emphasize the characteristics of the particular locations of the clubs, such as historical, geographical, cultural, vegetation, animals, industry, and business sectors are used and it has been seen that significant meanings have been attached to the contents used.

Keywords: football, turkish premier league, symbols.

KSB590

Türkiye’de Öğrenim Gören Yabancı Uyruklu Öğrencilerin Serbest Zaman Faaliyetlerinin Yaşam Doyum Düzeyleri Üzerine Etkisinin İncelenmesi (Erciyes Üniversitesi Örneği)

²Hakkı Ulucan, ¹Enes Beltekin, ²İhsan Kuyulu

¹Bingöl Üniversitesi Besyo, Bingöl

²Erciyes Üniversitesi Besyo, Kayseri

Email : hakkiulucan@gmail.com, ens_bltkn@hotmail.com, ihsankuyulu444@hotmail.com

Çalışmanın amacı Erciyes üniversitesinde okuyan yabancı uyruklu öğrencilerin serbest zaman tatmin düzeyleri ile yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırma grubunu, Erciyes Üniversitesinde öğrenim gören 147 erkek ve 73 bayan olmak üzere toplam 220 yabancı uyruklu öğrenci oluşturmaktadır. Serbest zaman tatmini düzeyi verilerini elde etmek için Karlı ve arkadaşları tarafından 2008 yılında geliştirilmiş olan “Serbest Zaman Tatmini Ölçeği”, yaşam doyumu düzeyi verilerini elde etmek için ise Diener ve arkadaşları tarafından 1985 yılında geliştirilen Yetim tarafından 1993 yılında Türkçeye uyarlanan “Yaşam Doyumu Ölçeği” kullanılmıştır. Çalışmaya katılan öğrencilerin serbest zaman tatmini düzeyleri değerlendirmelerinde spor yapma durumu ve katıldıkları etkinlik türü durumuna göre gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmuşken, cinsiyet değişkenine gruplar arasında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Yaşam doyumu düzeyleri değerlendirmelerinde ise cinsiyetlerine, spor yapma durumlarına ve katıldıkları etkinlik türlerine göre gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Çalışmaya katılan yabancı uyruklu öğrencilerin serbest zaman tatmini düzeyleri ile yaşam doyumu düzeyleri arasında pozitif yönlü korelasyon tespit edilmiştir. Sonuç olarak bakıldığında Erciyes Üniversitesinde okuyan yabancı uyruklu öğrencilerin serbest zaman tatmini düzeyleri arttıkça, yaşam doyumu düzeylerinin arttığı anlamına gelmektedir.

Examination of the Effect of Foreign Students’ Leisure Time Activities on the Life Satisfaction Levels (Erciyes University Sample)

The aim of the study is to examine the relationship between the level of life satisfaction and the level of leisure time for foreign students studying at Erciyes University. The research group totally consists of 220 foreign students, 147 male and 73 female students studying at Erciyes University. The "Leisure Time Satisfaction Scale" developed by Karli et al. In 2008 and the "Life Satisfaction Scale" developed in 1985 by Diener et al. While there was a meaningful difference between the groups according to the sporting status and the type of activity type they attended in the evaluation of the leisure time satisfaction levels of the students who attended in the study, no meaningful difference was found between the groups in the gender variance. In life satisfaction levels, there was a meaningful difference between the groups according to gender, sport situation and type of activity they attended. A positive relationship was found between leisure time satisfaction levels and life satisfaction levels of foreign nationals participating in the study. As a result while the leisure time satisfaction levels of foreign students increase then it means their life satisfaction levels increase as well.

Spor Medyasından Kamusal Entelektüele Bir Örnek: Socrates

¹Arda Umut Saygın, ²Nefise Bulgu

¹Gazi Üniversitesi İletişim Fakültesi, Ankara

²Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : ardaumutsaygin@gmail.com, nbulgu@hacettepe.edu.tr

Bu çalışmada aylık spor dergisi Socrates incelenmiş ve 30. sayısına ulaşmış bulunan derginin alandaki diğer tüm süreli yayınlardan entelektüel anlamda farklılaşarak sporda kamusal entelektüel olarak konumlandığı iddia edilmiştir. Çalışmanın amacı, sporda kamusal entelektüel kavramının ne anlama geldiğine dair tartışma yürütüp, Socrates'in sporda kamusal entelektüel pozisyonunun durum tespiti yöntemiyle ortaya konulmasıdır.

Bulgular ve Sonuç: Buna göre, Socrates'in kamusal entelektüel tavrını çeşitli spor dallarındaki insanların hikâyelerini anlatarak; sporda bugünün dışında geçmişi ve geleceği de irdeleyerek; her sayısını toplumsal bir karşılığı olan temalar bağlamında şekillendirerek; mizanpaj ve tasarımıyla görsel olarak da alternatif olarak; sporu kısır çekişmeler, popülist söylemler ve ticari gayeler ekseninde değil sanat, bilgi ve kültürle ele alarak; anaakım medyanın dar bir nicelikte gördüğü alternatif spor dalları hakkında yazarak; dünyadaki diğer spor dergilerinden çeşitli alanlara dair çevirileri dolaşıma sokarak; anlattığı hikâyelerle okuyucusunu farklı kültürel alanların çıktılarına (film, kitap, albüm) yönlendirerek; okuyucusunu spor tarihi gezintisine çıkararak; nostaljik ve güncel röportajlarında doğru soruları sorarak; sporu popülizme ve magazine teslim etmeyerek; kısacası ürettiği alternatif ve entelektüel bilgi ile spor medyasına entelektüel ve sanatsal bir müdahale gerçekleştirerek ve dolayısıyla kamusal hayatın spor alanında toplumsal bir etki alanı oluşturarak gerçekleştirdiği belirlenmiştir.

A Public Intellectual Example in Sport Media: Socrates

Introduction, Aim and Method: In this study, the monthly sports magazine Socrates was examined and it has been claimed that the magazine which reached its 30th issue is positioned as a public intellectual due to its differentiate in intellectual sense from all other periodicals in the field. The purpose of the study is to discuss the meaning of the public intellectual concept and to reveal the Socrates' public intellectual position through status analysis.

Findings and Result: Our findings show that Socrates achieved its public intellectual attitude and position by telling the stories of people in various sports; by examining not only today but also past and future in sports; by shaping its issues with the themes of social reality; by being an alternative in terms of visualization with layout and design; by discussing the sports in the context of art, knowledge and culture but not of populist rhetoric and commercial activities; by writing about the alternative sports branches that is seen by mainstream media poorly; by publishing several translations from other sports magazines around the world; by directing readers to the output of different cultural fields (film, book, album); by taking the reader to the sports history tour; by asking the right questions in their nostalgic and current reportages; by not bringing sports to populism and magazine; by its intellectual and artistic intervention to the sports media with its alternative and intellectual knowledge and thus by forming a social domain of influence in the sport of public life.

KSB633

Spor Bilimleri Öğrencilerinin İletişim Doyumları ve Örgütsel Özdeşleşmeleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Özden Tepeköylü Öztürk, ²Mümine Soytürk, ¹Yeliz İlgar

¹Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

²Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü

Email : otepekoylu@pau.edu.tr, soyturkmumine@gmail.com, yilgar@pau.edu.tr

Amaç: Çalışmanın amacı Spor Bilimleri öğrencilerinin öğretim elemanlarıyla iletişimlerinden sağladıkları doyum ile örgütsel özdeşleşmeleri arasında bir ilişkinin olup olmadığını ve iletişim doyumunun (İD) örgütsel özdeşleşmenin (ÖÖ) anlamlı bir yordayıcısı olup olmadığını belirlemektir. Çalışmada ayrıca cinsiyet, sınıf, bölümü sevme durumu ve değiştirme isteği, öğretim elemanlarıyla ders dışı ve ders içi aktif iletişimde olma durumlarına göre her iki bağımlı değişkende fark olup olmadığı da tespit edilmeye çalışılmıştır.

Materyal-Yöntem: Araştırmada nicel korelasyon teknikleri kullanılmıştır. Çalışmaya Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 127'si kadın 125'i erkek toplam 252 öğrenci katılmıştır. Veri toplama araçları olarak Akın ve Ark. (2015) tarafından geliştirilen "Öğrenci İletişim Doyumu Ölçeği" ve Mael ve Ashfort (1992) tarafından geliştirilen Tak Meydan (2009) tarafından Türkçeye uyarlanan "Örgütsel Özdeşleşme Ölçeği" kullanılmıştır. Veriler frekans, aritmetik ortalama, standart sapma, basıklık ve çarpıklık değerleri, pearson korelasyon analizi, basit doğrusal regresyon analizi, çoklu, 2x2 MANOVA, İki Yönlü ANOVA, Bonferroni düzeltmesi yapılarak Kruskal-Wallis ve cronbach alpha istatistiki test teknikleri kullanılarak değerlendirilmiştir. Bulgular: Araştırmada öğrencilerin İD'leriyle ÖÖ'leri arasında pozitif yönlü, kuvvetli bir ilişki olduğu, iletişim doyumunun örgütsel özdeşleşmenin anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur. İD ve özdeşleşme düzeyleri cinsiyet faktörüne göre incelendiğinde kadınlarda daha yüksek olduğu görülmüş, sınıf faktörü anlamlı bir farklılık yaratmamıştır. Öğrenim gördüğü bölümü sevenlerin, bölümünü değiştirmek istemeyenlerin, öğretim elemanlarıyla ders dışında ve ders içinde aktif iletişim kurduğunu belirtenlerin daha yüksek İD'ye sahip oldukları görülmüştür. Aynı bağımsız değişkenler özdeşleşmeye göre değerlendirildiğinde bölümünü sevenlerin, öğretim elemanlarıyla ders dışında ve ders içinde her zaman aktif iletişim kurduğunu belirtenlerin özdeşleşme düzeylerinin daha yüksek olduğu, bölüm değiştirme isteğine göre anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir.

Sonuç: Öğretim elemanı ile öğrenci arasındaki iletişim sürecinde öğrenci tarafından algılanan doyum, öğrencilerin öğrenim gördükleri kuruma yönelik özdeşleşmelerini etkilemektedir. İletişimden aldıkları doyum arttıkça örgütsel özdeşleşmeleri de artmaktadır. Öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümü sevme durumları ve öğretim elemanlarıyla kurdukları iletişimin niteliği ve şekli de her iki bağımlı değişkende fark yaratmaktadır.

Investigation of the Relationship Between Communication Satisfaction and Organizational Identification of the Sport Sciences Students

Purpose: The purposes of this study are; to determine the relationship between the Sports Sciences students' satisfaction from their communication with the instructors and their organizational identification levels; and whether communication satisfaction (CS) is a

significant predictor of organizational identification (OI); and to determine whether there is difference between these two dependent variables according to gender, class level, attitude towards the department, desire for changing the department, and being in active communication with the instructors.

Material-Method: 127 female and 125 male students participated in the study, where quantitative correlation techniques were used. "Student Communication Satisfaction Scale" and "Organizational Identity Scale" were used as data collection tools. The data were evaluated utilizing the analyses of frequency, arithmetic average, standard deviation, kurtosis and skewness values, Pearson correlation, simple linear regression, 2x2 MANOVA, two-way ANOVA, Kruskal-Wallis and Cronbach alpha statistical test techniques. Findings: It was found that there was a strong positive relationship between CS and OI of the students, and CS was a significant predictor of OI. CS and identity levels were found to be higher in female students according to the gender. Those, who had a positive attitude towards their department, who didn't want to change their departments and who actively communicated with the instructors, had higher CSs. The identification levels of those, who have a positive attitude towards the department they study, and who indicated that they had always actively communicated with the instructors were higher.

Conclusion: As the satisfaction experienced by the students in the communication process increases, the organizational identification also increases. The attitude of the students towards their department, and quality and form of the communication they establish with instructors create difference in both of the dependent variables.

KSB932

Spor ve Ahlak Arasında Nasıl Bir İlişki Vardır?

²Nazmi Avcı, ³Gökhan Çobanoğlu, ¹Ersin Afacan

¹Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi

²İsparta Süleyman Demirel Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi

³Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : nazmiavci@sdu.edu.tr, mgcobanoglu@hotmail.com, mentorsin@hotmail.com

Spor ve ahlak arasında nasıl bir ilişki vardır? Ahlak; insan topluluklarınca benimsenmiş olan davranış kurallarıdır. Ahlaki eylemler, dürüst olmak, doğru hareket etmek, yalan söylememek, saygılı olmak, başkalarının hakkını almamak ve yardım etmek gibi eylemlerdir. Bu gibi eylemlerde bulunan kişiler ise ahlaklı, namuslu ve erdemli kişiler olarak nitelenir.

Peki, karakter temaları açısından spor insanlarına kanuna itaat, ahlakilik ve sportmenlik gibi değerler nasıl kazandırılır? Bu soru, spor ve ahlak arasında bir ilişki kurulmasını zorunlu hale getirmektedir. Bazı düşünürler, bu ilişkiyi Ahlak Felsefesi (Etik) içinde ele almıştır. Bazı düşünürler de bu ilişkiyi İnsan Felsefesi içinde ele alınmayı doğru bulmuşlardır. Daha çok Kıta Avrupa'sında karşılaştığımız düşünürler ise Toplum Felsefesi içinde ele almayı yeğlemektedir. Spor ve ahlak ilişkisini Yaşama Felsefesi içinde ele alan düşünürler de bulunmaktadır.

Sporda ahlak dışı yollara sapmak, özellikle profesyonel olarak isimlendirilen endüstriyel sporların baş ağrısı olmuştur. Sert bir rekabet ortamı içerisinde kazanma arzusu, dış baskıların etkisi ve özellikle de yöneticiler ve antrenörlerin sporculardan aşırı performans beklentileri sporda kural dışı davranışların önde gelen nedenleridir.

Spor ve ahlak arasındaki ilişkiyi ele alırken Kant'ın ödev ahlak anlayışından da bahsetmemiz gerekir. 18.yüzyılın ünlü Alman filozofu I.Kant, ödev ahlak felsefesinin de kurucusudur. Ödev ahlakında "ahlaki bir davranış nedir ve ne olmalıdır?" sorularını araştırır. Ahlaki bir davranışın, insanın isteklerinin, arzularının, çıkarlarının ve eyleminin sonucunu düşünerek yapılmadığını; buna karşılık, niyete ve ilkeye bağlı olarak yapıldığını ileri süren Kant, yararcı ve hazcı ahlak felsefelerini reddeder.

What Kind Of A Relationship Is There Between Sports And Morals?

What kind of a relationship is there between sports and morals? Ethics is the behaviour rules adopted by the human societies. Ethical actions are the actions such as being honest, acting right, not lying, being respectful, not grasping the right of someone else and helping. People who realize these actions are defined as ethical, honourable and virtuous.

Then, how can make sportsmen acquire the values such as obedience to the laws, ethicalness and sportsmanship in the perspective of character themes? This question obligates to establish the relation between sports and ethics. Some thinkers dealt with this relation within the Philosophy of Ethics. Some other thinkers decided to approach this relation within the Philosophy of Human. The thinkers mostly seen in the Continental Europe prefer to handle it within the Philosophy of Society. There are also thinkers who discuss the relation between sports and ethics within the Philosophy of Life.

Applying to the non-ethical ways in the sports has turned out to be a headache of the industrial sports called professional in particular. The desire to win in the context of severe competitiveness, the effect of exterior pressure and especially the over-expectations of the managers and trainers on the athletes are the leading reasons for the illegal behaviours in the sports.

Dealing with the relation between sports and ethics, we also need to mention Kant's Ethics of Duty. The famous German philosopher in the 18th century, I. Kant is also the founder of Ethics of Duty. The questions such as "What is an ethical behaviour and what should it be?" are discussed in the ethics of duty. Suggesting that an ethical behaviour is not realized considering the results of the wishes, desires, benefits and action of a human; on the contrary, it is realized on the intention and principle, Kant rejects the philosophies of ethics based.

KSB882

Pedagojik Formasyon Eğitimi Alan Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Adaylarının Mutlulukları, Psikolojik Dayanıklılıkları ve Mizah Tarzları

¹Pınar Yaprak Kemaloğlu, ¹Mehmet Güçlü, ¹Tebessüm Ayyıldız, ¹Metin Yaman, ²Volkan Özcan

¹Gazi University, Ankara

²Bilkent University, Ankara

Email : pinaryaprak@gmail.com, mguclun@gmail.com, tebessumayyildiz@gmail.com, metinyaman@gazi.edu.tr, vlknozcan@gmail.com

“Mutluluk, psikolojik dayanıklılık ve mizah tarzları (MDM)”nın baş etme mekanizmalarına ve profesyonel görevlerin başarılmasına eşlik ettiğine sıklıkla işaret edilmektedir. Bu çalışmada (a) katılımcıların MDM düzeyleri ve (b) bu düzeyler ile belirli değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek amaçlanmıştır.

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (PDÖ), Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Form (OHQ-SF) ve Mizah Tarzları Ölçeği kullanılmıştır. Bu çalışmaya 2016-2017 güz döneminde pedagojik formasyon eğitimindeki öğrenciler (N:211) katılmıştır.

Katılımcıların MDM düzeyleri yüksek bulunmuştur. Katılımcıların (a) cinsiyet, spor türü ve bu sporlara katılım süresine göre psikolojik dayanıklılık ve mutluluk düzeylerinde ve (b) cinsiyet, yaş, yaşadığı yer, algılanan gelir düzeyi ve spor türüne göre mizah türlerinde anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Örneğin, kadın katılımcılar “meydan okuma” ve “kendini adama” PDÖ alt-ölçeklerinde, “katılımcı toplumsal mizah” ve OHQ-SF’de erkek katılımcılardan daha yüksek puan almışlardır. Şehirde yaşayan katılımcıların “saldırgan mizah” puanı kasabada yaşayanlara göre daha yüksektir. Bireysel sporlara katılanlar en yüksek “meydan okuma”, “kendini adama” alt-ölçek ve toplam PDÖ puanına sahipken hem bireysel sporlara hem takım sporlarına katılanlar sadece takım sporlarına katılanlardan daha yüksek puan almışlardır. Üç ölçek arasında anlamlı ve pozitif ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca, “kendini geliştirici mizah” ile PDÖ’nün “meydan okuma” ve “kendini adama” alt ölçekleri arasında negatif ilişki bulunurken “kendini geliştirici mizah” ile OHQ-SF arasında ve “katılımcı toplumsal mizah” ile PDÖ ve OHQ-SF arasında pozitif ilişki bulunmuştur.

Bu çalışma MDM konularını birleştirerek literatürdeki olumlu sosyo-psikolojik açıklamaların gelişimine katkı sağlamaktadır. Sonuçlar, benzer ve eşsiz karşılaştırmalı boyutlarıyla, literatürle görece uyumludur. Anlamlı farklılıklar, ilişkiler ve yüksek düzeylerdeki MDM, uzmanlara ve bireylere, birilerinin veya kendilerinin hayatlarını geliştirmelerine yardım edebilecek birtakım özelliklere ilişkin bilgiler sunmaktadır.

The Happiness, Psychological Hardiness And Humor Styles Of Physical Education And Sport Teacher Candidates In Pedagogical Formation Training

The “happiness, psychological hardiness and humor styles (3H)” are often pointed as accompaniments of coping mechanisms and achieving professional tasks. This study aims to analyze the (a) participants’ 3H levels and (b) relationships between those

levels and specific variables.

The Psychological Hardiness Scale (PDO), Oxford Happiness Questionnaire-Short Form (OHQ-SF) and Humor Styles Questionnaire (HSQ) were used. The students (N:211) in pedagogical formation training during 2016-2017 fall semester participated in the study.

The levels of 3H of participants were found high. The significant differences were found in the (a) levels of hardiness and happiness regarding the sex, type of sports and length of years participated in these sports and (b) humor types regarding the sex, age, residence, perceived income and type of sport. For instance, female participants scored higher than male participants in "challenge" and "self-commitment" sub-dimensions in PDO and OHQ-SF and in "participatory social humor". The participants living in city scored higher in "offensive humor" than the participants living in town. The participants engaged in individual sports scored highest in PDO in total and in "challenge" and "self-commitment" sub-dimensions while the participants engaged in both individual and team sports scored higher than the participants engaged in team sports only. Significant positive relationships were found between the three questionnaires. The negative relationships were found between "self-improving humor" and "challenge" and "self-commitment" sub- dimensions of PDO while the relationships were positive between "self-improving humor" and OHQ-SF, and between "participatory social humor" style and PDO and OHQ-SF.

This study enhances the positive socio-psychological account in literature by incorporating the issues of 3H. The results, revealing similar and unique comparative aspects, were relatively in line with the literature. The significant differences, relationships and high degrees of 3H provide understanding of particularities for experts and individuals that may relatively help them improving one's or own life.

KSB884

Futbol Antrenörlerinin Çocuklarla Çalışma Yaklaşımları, Pratikleri ve Eylemliliği Üzerine Bir Nitel Çalışma

¹Volkan Sayın, ¹Pınar Yaprak Kemaloğlu, ¹İlyas Okan

¹Gazi University, Ankara

Email : pinaryaprak@gmail.com,

Her organizasyon çocukların korunması ve güvenliği politikalarını, bunlarla iyi örtüşen uygulamalarını, ve tüm bunları eleştirel biçimde izleyecek/denetleyecek ve gerekli adımları atacak stratejilerini ve araştırma eylemliliğini geliştirmelidir. Ancak, günümüzün dünyasında bazı özel durumlar dışında durum böyle değildir. Futbol, bu yönde bazı politik ve tatbiki adımlarını ileriye taşıyan ilk spor konfigürasyonlarından birisidir; bu görece Türkiye’de de geçerlidir. Bununla birlikte, çalışmalar tüm dünyada futbolda veya sporda çeşitli sömürü (exploitation) kanıtlarını ortaya koymuştur; bu tür sorunları çözebilmek için böyle araştırmalara olan ihtiyacın hala sürdüğüne işaret etmektedirler.

Bu çalışma, futbol antrenörlerinin çocuklarla çalışma yaklaşımlarını, pratiklerini ve eylemliliğini araştırarak bu tür kritik sorgulamalara katkı sunmayı amaçlamaktadır. Nitel araştırma yöntemlerinden doküman incelemesi, gözlemler ve futbol antrenörleriyle çocuklarla ilgili yeterlilikleri, gözlemleri ve görüşleri hakkında yarı-yapılandırılmış görüşmeler yapılmıştır. Çalışmaya 2016-2017 sezonunda Ankara’da aktif çalışan U11, U12, U13, U14 ve U15 altyapı antrenörleri (N:9, all male) katılmıştır.

Üniversite (n:7) ve lise (n:2) mezunu, çocuklarla çalışmak için özel bir eğitime sahip (n:3) ve sahip olmayan (n:6) görüşmecilerin “İki yıldan daha az” (n:2), “2 yıl” (n:4) ve “3 ve daha fazla yıl” (n:3) mevcut çocuklarla çalışma deneyimleri bulunmaktadır. Genel olarak antrenörlük deneyimleri ise 3,5 ile 16 yıl arasında değişmektedir. Görüşmeciler futbol alanlarında çocuğa karşı, çeşitli sosyo-psikolojik işaretlerle sonuçlanan sömürü eylemlerini gözlemlemişlerdir. Gözlemledikleri duygusal istismarlar (saldırganca konuşma, bağırma gibi) ve diğerlerini genellikle iletişim, yönetim ve antrenörlük becerilerindeki yetersizlikleriyle ilişkili olduğu düşünülmüştür. Ayrıca, yaptırımlar, (beklenilmeyen durumlar dahil) zamanında olmaması ve gizli durumlarda ise hiç olmaması açısından eleştirilmiştir.

Bu araştırma, spor alanlarında çocukların esenliği ve korunmasına ilişkin zorlukların kritik biçimde sürdüğü görüşünü desteklemektedir. Literatür, çevreleyen (çocuk korumaya ilişkin diğer alanlardaki) sorunlara da işaret etmektedir.

A Qualitative Research On Football Coaches’ Agency, Approaches And Practices in Working With Children

Every organization should develop their safeguarding and child protection policy, fully engaged implementations and, strategies and research agency to critically monitor and take necessary actions. However, this is not the case in today’s world with some exceptions. Football is one of the first sporting configurations that adapted some of these political and practical steps forward; this is relatively evident in Turkey as well. However, studies have revealed various evidences on exploitations in football or sport worldwide; still address the continuing need of such research to tackle those problems.

This study, in search of the football coaches' agency, perspectives and practices in working with children, aims to contribute to such critical inquire. The qualitative methods were used including document analyses, observations and semi-structured interviews with football coaches about their child related qualifications, observations and views. The U11, U12, U13, U14 and U15 grassroots coaches (N:9, all male) who actively works in 2016-2017 season in Ankara, Turkey participated in this study.

The interviewees were graduates of university (n:7) and high school (n:2), with (n:3) and without (n:6) specific education to work with children. They were with "less than 2 years" (n:2), "2 years" (n:4) and "3 or more years" (n:3) experience of working with the current children while their overall coaching experience differed from 3,5 to 16 years. The interviewees observed exploitative practices in football fields against children resulting in several socio-psychological signs. The observed emotional abuses (e.g. offensive talks, yelling) and others were usually thought to be associated with lack of communication, managing and coaching competencies. Moreover, sanctions were criticized for not being timely (including in unforeseen cases) or taken at all for latent practices.

This study supports the notion that the challenges regarding child's welfare and protection within the sports fields remain critical. Literature addresses surrounding issues as well.

Spor Tarihi **Sport History**

1954 ve 2002 Dünya Kupalarının Hürriyet Gazetesi Üzerinden Milliyetçilik Bağlamında Analizi

1Arda Umut Saygın

¹Gazi Üniversitesi İletişim Fakültesi, Ankara

Email : ardaumutsaygin@gmail.com

Giriş: Bu çalışma, Türkiye milli futbol takımının katılma hakkı elde ettiği 1954 ve 2002 Dünya Kupalarını Hürriyet gazetesi üzerinden incelemektedir.

Amaç: Çalışmanın amacı, Hürriyet'in 1954 ve 2002 Dünya Kupalarında milli takım haberlerinin sunumundaki milliyetçi söylemini çözümlemek ve Türkiye'de futbol üzerinden gerçekleştirilen milliyetçi söylemlerin üretilmesinde basının yadsınamaz rolü vurgulamaktır. Çalışmanın bir diğer amacı ise, iki dönem arasındaki futbol haberlerinin sunumunda ve milliyetçi söylemde dönüşümler olup olmadığını belirlemektir.

Yöntem: Van Dijk'in medya ve milliyetçilik üzerine geliştirdiği eleştirel söylem çözümlemesi modelinin kullanıldığı bu çalışmada, 1954 ve 2002'deki haber ve söylemlerde çeşitli benzerlikler ve farklılıklar gözlemlenmiştir.

Bulgular ve Sonuç: Kazanılan maçlar sonrasında Türklüğü ön plana çıkarmak ve kaybedilen maçlardan sonra başta hakem olmak üzere çeşitli etkenleri mağlubiyetin sorumlusu olarak göstermek benzerlikleri oluştururken; haberlerin dili, sunuş biçimleri ve üslup gibi gazeteciliğe dair unsurlar bakımından iki dönemin farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, medyanın yaydığı milliyetçilik ideolojisinin giderek saldırgan olduğu gözlemlenmiştir.

Analysis Of 1954 And 2002 World Cups In The Context Of Nationalism Over Hurriyet

Introduction: This study examines the 1954 and 2002 World Cups in which the Turkish national football team obtained the right to participate through the Hürriyet newspaper.

Aim: The aim of the study is to analyze the nationalist discourse of the national team news in the 1954 and 2002 World Cups and to emphasize the undeniable role of the press in the production of nationalist discourses on football in Turkey. Another aim of the study is to determine whether there are transformations in nationalist discourse and the presentation of football news between two periods.

Method: In this study where Van Dijk's model of critical discourse analysis was used, various similarities and differences were observed in the news and discourses in 1954 and 2002.

Findings and Results: While bringing Turkishness into the forefront after winning matches and showing various factors, especially the referee, as responsible of the defeat after losing matches are similarities; it is found that two periods differs in terms of journalistic elements such as language, presentation style and genre. It has also been observed that the ideology of nationalism, which the media has been spread, is increasingly aggressive.

KSB771

Erken Cumhuriyet Döneminde Uzun Süreli(5,5 Aylık) İlk Antrenör Kursu

¹Sevda Korkmaz, ²Tanju Bağırhan

¹Marmara Üniversitesi, İstanbul

³Ankara

Email : svdkrmz0@gmail.com, svdkrmz0@gmail.com, bagirhan@yahoo.com

Giriş ve Amaç Erken Cumhuriyet öncesinde beden eğitimi dışında futbol ile özdeşleşmiş Türk sporu Türkiye İdman Cemiyetleri İttifakı'nın kurulması ile birlikte artan kulüp sayısına bağlı olarak - İlk olarak 1924 Olimpiyatları'na hazırlık için getirilmiş- yabancı antrenör sayısında belirgin bir artış yaşanmıştır. Özellikle de ulusal spor sistemini oluşturma yolunda ilk adımların atıldığı 30'lu yıllar- öncelikle futbolda ve diğer spor dallarında- nitelikli yerli 'antrenör/eğitmen'lerin eksikliğinin belirgin olarak ortaya çıktığı bir dönemi oluşturmuştur. Bu açıdan Türk Spor Kurumu tarafından 1938 yılında bir antrenörlük kursu düzenlenmiştir. Bu kurs önce futbolda antrenör yetiştirmek düşüncesi ile tasarlanmış olmasına karşın, - diğer spor dallarının ihtiyaçlardan dolayı- tüm spor dallarında antrenör yetiştirmeye yönelik bir kursa dönüştürülmüştür. Çalışmamızda, 5.5 ay süren ve kurstan başarılı olanların ücretli olarak değişik illere antrenör olarak atandığı, -içerik ve yönetim boyutları ile günümüz antrenör eğitimi içinde örnek oluşturabilecek bir düzeyde olan-spor tarihimizin bu ilk resmi antrenör kursunun günümüz spor kültürüne sunulması amaçlanmaktadır.

Yöntem Bu çalışmada konuya ilişkin çok sayıda belgenin incelenmesini ve çözümlenmesini olanaklı kılan doküman incelemesi yöntemi kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç Türk spor tarihinin 5,5 ay gibi uzun süreli bu ilk antrenör kursu- günümüz antrenörlük kurslarından- daha uzun süreli ve ayrıntılı bir uygulamayı ortaya koymaktadır. Bu ilk antrenörlük eğitimi uygulamasının kuramsal ve uygulama temelleri ile kurs içerikleri çok ince ayrıntılarına kadar önceden belirlenmiştir. Kurs eğiticileri de konusunda uzman olan yabancı ve yerli eğitmenlerden oluşturulmuştur. Ayrıca başvuran 68 adayın 19 kişiye indirilmesi ve başarılı kursiyerlerin spor yönetimi tarafından ücretli olarak değişik görev yerlerine atanmış olması ideal bir antrenör kursu (içerik) ve yönetim süreci bütünlüğünü ortaya koymaktadır. Dolayısıyla bu ilk antrenör kursunun irdelenmesi spor tarihimizdeki önemli bir olguyu belirlemesinin yanı sıra, günümüz spor insanlarının bakış açılarına katkı sağlayıcı yaklaşımları içermesinden dolayı önemli görülmektedir.

Long-Term (5.5 Months) First Coach Training in The Early Republican Period

Introduction Prior to the early Republican Period, Turkish sports identified with football outside physical education had a significant increase in the number of foreign coaches depending on the number of clubs that were increasing with the establishment of Turkey Training Community Alliance. In particular, the 30's created a period in which the lack of qualified native 'coaches / trainers. In this respect, a coaching course was organized by the Turkish Sports Association in 1938. Although this course was originally designed to train coaches on the football, it was transformed into a course for raising coaches in all sports - due to the needs of other sports. In our study, it was aimed to present this first official trainer course of our sports history to today's sporting culture, which is 5.5 months long and those who succeeded in course were appointed as coaches for a fee to different cities –which is at a level that can set an example in content and management dimensions for today's coach training.

Method In this study, a document review method was used to examine and analyze numerous documents related to the subject.

Findings and results This first coaching course of the Turkish sports history, presents longer and more detailed implementation than the current coaching courses. Course trainers are also made up of foreign and local trainers who are experts in the field. In addition, ideal trainer course (content) and management process completeness is provided by the fact that the 68 applicants were reduced to 19 and the successful trainees were assigned to different positions by the sport management. Therefore, the examination of this first coaching course is important not only because it determines an important fact in our sport history, but also because it includes the approaches that contribute to the perspectives of today's sports people.

Toplumsal Cinsiyet ve Spor **Society- Gender and Sport**

Şampiyonluk Ve Yenilgi Arasında Bir Kimlik: Wushu'da Üretilen Erkeklik Formları

İrem Kavasoglu, Aydın Yıkılmaz, Cem Yoksuler Yılmaz

¹Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Adana

Email : kavasogluiirem@gmail.com, aydinyikilmaz@gmail.com, yoksuler2012@gmail.com

Giriş ve Amaç: Toplumsal cinsiyet ilişkileri, kadınlık ve erkekliğe dair kültürel normlar üretir. Bu normlar genellikle kadınları ikincil konuma taşısa da, erkekler arasında da farklı ezilme ve dışlama pratiklerini bünyesinde barındırır. Hegemonik erkeklik değerleri ideal bir erkeklik oluşturma yolunda ilerlerken aynı zamanda yeni karşıtlıklar oluşturur. Egemen değerlere uyan ve bunların dışında kalan erkeklikler arasında oluşan bu asimetriyi ya da farklı erkeklikler arasındaki iktidar örüntülerini incelemek toplumsal cinsiyet rejimini çözümlemeye faydalı bir analiz sunar. Bu çalışmada, kültürel olarak erkeklikle ilişkilendirilen bir spor dalı olan wushu'da, erkeklik kimliğinin nasıl kurulduğu, hangi erkeklikleri onaylayıp hangilerini dışladığını incelemek amaçlanmıştır.

Yöntem: Nitel araştırma yöntemlerinden fenomenoloji yönteminin kullanıldığı bu çalışmada, 6 erkek wushucu ile bireysel görüşmeler (yarı yapılandırılmış) yapılmış, veriler içerik analizi tekniği ile analiz edilmiştir. Bulgular: Araştırmanın bulgularına göre, ideal bir erkek wushucu sert olmalı, karı gibi dövüşmemeli, ringte ağlamamalı, düşük siklet olmamalıdır. Bu bağlamda bu değerlerin dışındaki sporcular, özellikle düşük siklet (48, 52, 56, 60 kg) ve şampiyon olamayan sporcular marjinalleştirilmektedir. Ayrıca alanın erkek egemen yapısı, farklı cinsiyetçi pratiklerle kadın sporcuları ötekileştirmektedir.

Sonuç ve Kaynaklar: Sonuç olarak wushu, toplumsal cinsiyetlendirilmiş bir alan olarak hem hegemonik erkeklik değerlerine uymayan erkeklerin hem de kadın sporcuların dışlanmasına yol açmaktadır. Atay, T. (2004). "Erkeklik" en çok erkeği ezer! Toplum ve Bilim, 101, 11-30. Bozok, M (2011). Soru ve cevaplarla erkeklikler. İstanbul: Altan Basım. Connell, R.W. (1998). Toplumsal cinsiyet ve iktidar. C. Soydemir (Çev.). İstanbul: Ayrıntı. Sancar, S. (2013). Erkeklik: İmkânsız iktidar. (3. Baskı). İstanbul: Metis. Anahtar kelimeler: Toplumsal cinsiyet, hegemonik erkeklik, spor, wushu.

An Identity Between Championship and Defeat: Masculinity Forms Built In Wushu

Introduction and Aim: Gender relations producing cultural norms about femininity and masculinity. Even though these norms usually carry any women into secondary statute, they contain different crushing and exclusion practices among men. While hegemonic masculinity values are progressing towards creating an ideal masculinity, they create new contrasts at the same time. To examine this asymmetry occurring among the masculinities that fit and staying out of dominant values or the patterns of power among different masculinities, provides a useful analysis in analyzing the gender regime. In this study, it was aimed to examine how the identity of masculinity was established, which masculinities were approved and which were excluded in wushu, which is a sports branch culturally associated with masculinity. **Methods:** Datas were collected by semi-structured interviews using phemonology which is one of research methods of qualitative research method. The participants were constituted by 6 male wushu athletes. Data were analyzed by the content analysis method.

Findings:According to the findings of the research, an ideal male wushu athletes must be hard, not fight like a wife, should not be crying in the ring, should not be a low weight. In this context, the athletes off site these values are marginalized, especially the low weight (48, 52, 56, 60 kg) and non-champion athletes. Also male dominant structure of the field alienates female athletes with different sexist practices.

Conclusion and References:As a result, wushu as a gendered field leads to the exclusion of both male athletes who are not complying with hegemonic masculinity values and female athletes. Atay, T. (2004). "Erkeklik" en çok erkeği ezer! Toplum ve Bilim, 101, 11- 30. Bozok, M (2011). Soru ve cevaplarla erkeklikler. İstanbul: Altan Basım. Connell, R.W. (1998). Toplumsal cinsiyet ve iktidar. C. Soydemir (Çev.). İstanbul: Ayrıntı. Sancar, S. (2013). Erkeklik: İmkânsız iktidar. (3. Baskı). İstanbul: Metis. Key Words: Gender, hegemonic masculinity, sports, wushu.

Türkiye’deki Spor Bilimleri Fakülteleri ve Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulları Bölüm Kontenjanlarının Hak Temelli Değerlendirilmesi

¹Pınar Öztürk, ¹Canan Koca

¹Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : pinarpsy@gmail.com, canankoca2002@yahoo.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı Türkiye’deki üniversitelerin Spor Bilimleri Fakülteleri (SBF) ve Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulları (BESYO) bölümlerinin kadın ve erkek kontenjanlarının hak temelli değerlendirilmesidir. Hak temelli değerlendirme, insan haklarının teşvik edilmesi, saygı gösterilmesi korunması veya hayata geçirilmesi kapsamında veri ve bilgi toplamak, toplanan verileri doğrulamak ve toplanan doğrulanmış veriyi yaygınlaştırmaktır (CEID, 2015). İnsan hakları normlarından biri toplumsal cinsiyet eşitliğidir (UN, 2017) ve uluslararası sözleşmelerle güvence altına alınmaktadır. Türkiye’nin taraf olduğu sözleşmeler temelinde SBF/BESYO bölümlerindeki cinsiyet kontenjanlarının analizi, sporda toplumsal cinsiyet eşitliğinin mevcut durumunun ortaya konulması açısından kritik önemdedir.

Yöntem: Bu çalışma nicel yöntemle yürütülmüş olup 84 üniversitenin SBF/BESYO 2017-2018 eğitim-öğretim dönemi Özel Yetenek Kılavuzunda belirtilen kontenjan sayılarına ve 36 üniversitenin SBF/BESYO sınavlarına yapılan başvuru sayılarına betimsel analiz uygulanmıştır. Elde edilen bulgular, spor alanındaki ulusal/uluslararası politika belgelerince kabul edilmiş normlar ve standartlar temelinde yorumlamacı analizle incelenmiştir.

Bulgular: SBF/BESYO bölümleri için cinsiyeti belirtilmiş toplam 11,661 kontenjanın %38,44’ü kadın, %61,56’sı erkek öğrenciler içindir. Beş üniversite dışındaki tüm üniversitelerde erkek öğrencilere daha fazla kontenjan ayrılmaktadır. 36 üniversite temelinde başvuru sayıları incelendiğinde sınavlara başvuran adayların %21,9’unun kadın, %78,1’inin erkek adaylar olduğu görülmektedir. Bununla birlikte kadın adayların en fazla başvuru yaptığı ilk üç üniversite arasında kadın ve erkek kontenjanlarını eşit bildiren iki üniversite yer almaktadır. Erkeklerle kadınlardan daha fazla kontenjan ayrılması eşitlik, ayrımcılık yasağı, toplumsal cinsiyet eşitliği gibi normların bulunduğu İnsan Hakları Evrensel Beyannamesinin 26. Maddesine, CEDAW’ın 10. Maddesine ve Pekin Deklarasyonunun 69. ve 76. Maddelerine ve Yükseköğretim Kurumları Toplumsal Cinsiyet Tutum Belgesine aykırı bir uygulamadır.

Sonuç: SBF/BESYO bölümlerinde erkeklere, kadınlardan daha fazla kontenjan ayrılması, kadınların eğitime eşit şartlarda ulaşmalarının önündeki temel engellerden biridir. CEDAW uyarınca eğitimde toplumsal cinsiyet eşitliğinin sağlanmasını hedefleyen geçici özel tedbirlerin alınması gerekmektedir.

Kaynaklar: CEID (2015). Hak temelli izleme ve değerlendirme ve toplumsal cinsiyet anaakımlaştırılması. Ankara: Şen Matbaa. United Nations (2017). Women’s human rights and gender equality.

Erişim:<http://www.ohchr.org/EN/Issues/Women/WRGS/Pages/WRGSIndex.aspx>

A Right-Oriented Evaluation of The Departmental Placement Quotas in Faculties of Sports Sciences And Schools Of Physical Education And Sports in Turkey

Introduction and Purpose: The purpose of this study is the right-oriented evaluation of gender placement quotas of the departments of Faculties of Sports Sciences (FSS) and Schools of Physical Education and Sports (SPES) in the universities of Turkey. Right-oriented evaluation is to gather data and information, verify the data collected and to extend the gathered and verified data in line with the purposes of encouraging, respecting, protecting or adopting the human rights (CEID, 2015).

Method: This study has been conducted adopting the quantitative method, and descriptive analysis is applied to the placement quota numbers specified in 2017-2018 Special Talent Guidelines for FSS/SPES of 84 universities and the application numbers of 36 universities. The findings gathered were analyzed adopting an interpretative analysis based on the norms and standards accepted in the national/international policy documents in sports.

Findings: Out of the 11,611 placements 38.44% is for women and 21.9% of the applicants are women. Men are granted more placement quotas than women in all universities except for five. However, among the top three universities to which women apply the most, there are two universities reporting an equal placement quota for women and men. Less quota for women is in violation of the Universal Declaration of Human Rights (Article 26) containing the norms such as equality, prohibition of discrimination, and gender mainstreaming, CEDAW (Article 10), Beijing Declaration (Articles 69-76) and the Document of Gender Mainstreaming in Higher Education Institutions.

Conclusion: Less quota for women in FSS/SPES departments is one of the basic obstacles for women to get an education under equal terms. CEDAW stipulates that interim special measures aiming to ensure gender mainstreaming in education must be adopted.

Reference: CEID (2015). Hak temelli izleme ve değerlendirme ve toplumsal cinsiyet anaakımlaştırılması. Ankara: Şen Matbaa. United Nations (2017). Women's human rights and gender equality.

Access:<http://www.ohchr.org/EN/Issues/Women/WRGS/Pages/WRGSIndex.aspx>

Birleşmiş Milletler Binyıl Kalkınma Hedefleri: Kadınların Spor Yoluyla Güçlendirilmesi

¹Meltem Kızılyalı, ¹Gülfem Ersöz, ²Canan Koca

¹Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

²Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : eren@ankara.edu.tr, Gulfem.Ersoz@ankara.edu.tr, canankoca@hacettepe.edu.tr

Giriş: Tarih sahnesinde ayrımcılığa ve eşitsizliğe uğrayan kadının kamusal alandaki konumunun güçlendirilmesi, toplumsal cinsiyet eşitliğinin sağlanması, üretim faaliyetlerine eşit ölçüde katılması ve kalkınma olanaklarından eşit faydalanması konusu, ikinci dalga feminizm hareketiyle birlikte ulusal, uluslararası ve uluslar üstü birçok kuruluşun gündeminde önem kazanmaya başlamıştır. Toplumsal cinsiyet eşitliği ve kadına yönelik ayrımcılığın önlenmesi Birleşmiş Milletler (BM) için önemli bir politik strateji alanıdır. Diğer taraftan spor da BM'nin politika ürettiği önemli bir stratejik alan olmakla birlikte diğer stratejik alanlar için de kullanılan işlevsel bir araçtır. BM 2003 yılında düşük maliyetli, pratik ve etkili bir araç olması sebebiyle sporu, birçoğu doğrudan kadınları ve kız çocuklarını ilgilendiren Binyıl Kalkınma Hedeflerinin başarılmasında ve kadınların ve kız çocuklarının güçlendirilmesinde bir araç olarak kullanma kararı almış ve bu doğrultuda politikalar belirlemiştir.

Amaç: Bu araştırmanın amacı, düşük ve orta gelirli ülkelerde yaşayan kadın ve kız çocuklarının bireysel, grup ve toplumsal düzeyde güçlendirilmesini amaçlayan BM Binyıl Kalkınma Hedeflerinin başarılmasında sporun yeri ve işlevinin toplumsal cinsiyet perspektifinden incelenmesidir.

Yöntem: Nitel araştırma yöntemlerinden doküman analizi tekniğinin kullanıldığı çalışmada, BM Binyıl Kalkınma Hedefleri, ilgili BM raporları ve politika belgeleri toplumsal cinsiyet ve güçlenme perspektifiyle içerik analizi yöntemi kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular: Veri analizi sonucunda, BM politikalarında kadın ve kız çocuklarının güçlendirilmesi, toplumsal cinsiyet eşitliğinin sağlanması, liderlik becerilerinin geliştirilmesi, eğitim hayatlarına devam etmeleri ve toplumda kabul görmeleri, iş imkanı ve spor programları yoluyla destek bulma, kadınların ve kız çocuklarının üreme sağlığı ve HIV/AIDS gibi hastalıklarla ilgili bilgi ve hizmetlere erişimi gibi konularda sporun önemli bir işlevi olduğu bulunmuştur.

Sonuç: Sonuç olarak spor, BM'de özellikle toplumsal cinsiyet eşitliğinin sağlanması ve kadınların güçlendirilmesinde önemli bir stratejik araç olarak kullanılmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Binyıl Kalkınma Hedefleri, Güçlendirme, Kadın, Spor, Toplumsal Cinsiyet

United Nations Millennium Development Goals: Empowerment Of Women Through Sport

Introduction: The issues of empowerment of the status of women in the public sphere experiencing discrimination and inequality throughout history, promoting gender equality, equal participation in production activities and equitable use of development facilities have gained prominence on the agendas of many national, international and supra-national organizations with the second wave of feminism movement.

Preventing gender inequality and discrimination against women are important political strategy areas for the United Nations (UN). Moreover, sport is not only an important strategic area for the UN but also a functional tool used in other strategic areas. Being a low-cost, practical and effective tool, UN in 2003 recognized sport as a tool to achieve the Millennium Development Goals (MDGs), many of which directly address women and girls and their empowerment and to this end, it has developed policies to achieve these goals.

Aim: The aim of this research is to examine the role and function of sport through gender perspective in achieving the UN MDGs aimed for empowering women and girls living in low and middle-income countries at individual, group and societal levels.

Method: Document analysis technique was used; UN MDGs, relevant UN reports and policy documents were analyzed using content analysis methodology through the perspectives of gender and empowerment.

Results: Findings suggest that sport has an important function in the empowerment of women and girls, promoting gender equality, leadership skills development, school attendance and enrollment, to be accepted in the society, employability opportunities and support through sport programs, access information and services about reproductive health and diseases such as HIV / AIDS.

Discussion: All in all, sport is being used as an important strategic tool in the UN policy, particularly in the promoting gender equality and empowerment of women.

Keywords: millennium development goals, empowerment, women, sport, gender

ENGELLİLERDE SPOR SPORT IN DISABLED

KSB90

Otistik Bireyler Spor Eğitim Projesi(OSEP)'nin Otistik Bireylerin ve Ailelerinin Gündelik Yaşamlarına Olan Etkisi

¹Beyza Merve Akgül, ¹Zeynep Fırat, ¹Suat Karaküçük

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : beyzakulgazi@gmail.com, katade_237@hotmail.com, ksuat@gazi.edu.tr

Otistik Bireyler Spor Eğitim Projesi(OSEP)'nin Otistik Bireylerin ve Ailelerinin Gündelik Yaşamlarına Olan Etkisi

Beyza Merve Akgül, Zeynep Fırat, Suat Karaküçük

Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Giriş ve Amaç: Otistik bireylerin yaşam kalitesini artıran, daha bağımsız yaşama yeteneğini geliştiren, etkili bir sosyalleşme sağlayan, stresini kontrol edebilen ve fiziksel yeteneklerini daha fonksiyonel kullanabilmek için güç elde ederek birçok soruna çözüm oluşturan rekreasyonel spor etkinliklerinin alternatif bir tedavi şekli olabileceği kabul görmektedir. Bu araştırmanın temel amacı otistik çocuklara yönelik hazırlanan spor eğitim projesinin(OSEP)'in çocukların ve velilerinin gündelik yaşamlarına olan etkilerinin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmada olgubilim deseni kullanılmıştır. Veriler nitel araştırma yönteminin bir tekniği olan odak grup görüşmesi tekniği ile toplanmıştır. Amaçlı örnekleme tekniklerinden “benzeşik (homojen) örnekleme” tekniği kullanılarak OSEP projesine 4 aydır kesintisiz devam eden 14 veli ile odak grup görüşmesi yapılmıştır. Odak grup görüşmesi video kameraya kaydedilmiş, daha sonra da çözümlenmiştir. Analizlerde betimsel analiz teknikleri kullanılmıştır.

Bulgular: Katılımcılar genel olarak, OSEP'in gündelik yaşamlarına olan etkisini olumlu bularak; veliler açısından; sorunların diğer velilerle paylaşımı ve dayanışmanın artmasına dolayısıyla kendi sosyalleşmelerine olanak verdiğini, aile etkileşimlerine olumlu katkı sağladığını ve kendilerini daha mutlu hissettiklerini belirtmişlerdir.

Sonuç: Çocukları açısından ise fiziksel ve sosyal gelişimlerine olumlu katkı sağladıklarını ve bu durumun da çocuklarının gündelik yaşamlarını kolaylaştırdığını belirtmişlerdir.

Anahtar kelimeler: Otizm, Odak Grup Görüşmesi, Spor Eğitimi

Effects Of The Autistic Children Sportive Education Project(OSEP in Turkish) To The Parents' And Autistic Children's Daily Routine Lives

Introduction: Recreational sportive activities are widely recognized as an alternative form of therapy for autism, as these activities increase the autistic individuals' quality of life, improve their ability to live more independently, ensure effective socialization, help them control their stress and gain more power to use their physical skills more functionally, and thus offer solution for many problems.

Aim: This study primarily aims to examine the effects of the sportive education project designed for autistic children (OSEP in Turkish) on the daily lives of children and of their parents.

Method: It employs the phenomenological pattern. Data were collected by the technique of focus group discussion, which is part of the qualitative research method. Using “homogeneous sampling” technique, which is among the purposive sampling techniques, focus group discussions were held with 14 parents who had continuously attended the OSEP for 4 years. Discussions were recorded on camera and then analyzed by descriptive analysis techniques.

Findings: Participants generally find the OSEP as contributing to their daily lives positively. They stated that the project enables them as parents to share their problems with other parents, enhances solidarity among them, and thus help them become more socialized. It also contributes to their family interactions and makes them feel happier.

Result: As for children, the project contributes to their physical and social developments in positive ways and makes their daily lives easier.

Keywords: Autism, Focus Group Discussion, Sport Education

KSB100

Fiziksel Aktivitenin Yaşlı Bireylerin Performans Düzeyleri Üzerine Etkileri

¹Ebubekir Aksay

¹TV 1846 Eberbach E.V., Mosbach/Germany

Email : dshs_sr@yahoo.de

Amaç: Bu çalışma düzenli sportif aktivitelerin yaşlıların fiziksel performans düzeyi ve fonksiyonel becerileri üzerindeki etkilerinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırmaya yaşları 60 ile 89 arasında olan, 183 deney ve 171 kontrol gurubu olmak üzere toplam 291 kişi katılmıştır. Çalışmada 30 hafta süreyle, haftada bir gün 45 dakikalık fiziksel aktivite programı uygulanmış ve kas kuvveti, aerobik dayanıklılık, dinamik denge ve beceri ölçümleri yapan ve altı farklı test parametresinden oluşan SFT kullanılmıştır. Fiziksel performans gelişimlerini değerlendirmek için ön test ve son test uygulanmıştır. Verilerin analizlerinde betimsel istatistik analizi (ortalama, standart sapma), tek yönlü Varyans Analizi (ANOVA), bağımsız guruplar için t Testi kullanılmış.

Bulgular: Elde edilen verilere göre deney gurubunun bacak ve kol kuvveti, esneklik, dayanıklılık ve beceri testlerinde, ön ve son testler arasında anlamlı fark olduğu, kontrol gurubunda ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Deney ve kontrol guruplarında ilerleyen yaş ile beraber performans düşüşü gözlenmiş ve düşüşün 65 yaş gurubunda başlayarak, özellikle 80 yaş üzeri gurupta üst seviyeye ulaştığı belirlenmiştir. Aynı zamanda erkeklerin kadınlara oranla daha kuvvetli, dayanıklı ve hızlı, kadınların ise erkeklere oranla daha esnek oldukları belirlenmiştir.

Sonuçlar: SFT diğer testlerde olmayan ve yaşlıların günlük yaşamda ihtiyaç duydukları önemli fiziksel aktivite unsurlarını içermektedir. Uygulama sonuçları bireylerin yaşlılıkta fitness değerlendirmeleri için önemli ip uçları vererek, ilerleyen yaşın fiziksel performans üzerine olumsuz etki yaptığını göstermiştir. Katılımcıların tamamının, testlerin büyük bir bölümünde normal fiziksel norm değerlerinin altında kaldığını göstermiştir. Bu nedenle fiziksel aktivitenin yaşlılıkta günlük yaşama entegre edilmesi, fiziksel performansın normal fiziksel norm değerlerine ulaşmasını olumlu yönde etkileyecektir.

The Effects Of Physical Activity In Performance Levels Of Old People

Objective: This study was carried out in order to examine the effects of regular sportive activities on performance level and functional skills of old people.

Method: In this study, totally 291 individuals (study group, n=183, control group, n=171) between the ages of 60 and 89 were involved. In our study, 45 min. physical activity program was implemented for once a week during 30 weeks, and SFT consisting of 6 different test parameters and measuring muscle power, aerobic endurance, dynamic balance, and skills was employed. In order to evaluate the physical performance improvements, pre- and post-tests were applied. In analyzing the data, descriptive statistical analyses (mean value, standard deviation) and One-Way Variance Analysis (ANOVA) was utilized, while t-Test was used for independent groups.

Findings: According to the data obtained, it was determined that there were statistically significant differences between pre- and post-tests of study group in arm and leg strength, elasticity, endurance, and skill tests, and that there was no statistically significant difference in control group. In study and control group, decreases in performance levels were observed in parallel with advancing age, and the decrease started at 65th age and peaked at 80+ ages. Moreover, men were found to be stronger, more enduring, and faster, while women were found to be more elastic than men.

Results: SFT includes important physical activity elements, which are not included by other tests but are needed in daily lives of old people. The results of implementation gave important clues for the fitness evaluation of individuals during elderliness period, and indicated that advancing age has negative effects on physical performance. All of the participants remained below the normal physical norm values in majority of the tests. For this reason, the integration of physical activity during advanced ages will contribute to physical performance in reaching normal physical norm values.

KSB116

İşitme Engelli Bireylerin Fiziksel Aktivite Ve Umutsuzluk Düzeyleri

¹Yunus Gür, ²Ökkeş Alpaslan Gençay, ²Selçuk Gençay, ³Ercan Gür, ²Ünal Türkçapar, ²Hüseyin Eroğlu, ⁴Ali Demir

¹sütçü İmam Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu/ Kahramanmaraş

²sütçü İmam Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu/Kahramanmaraş

³fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi/Elazığ

⁴İleke Avrupa Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu/Kıbrıs

Email : , yunusgur123@gmail.com, alpaslan@ksu.edu.tr, sgencay@ksu.edu.tr, egur@firat.edu.tr, uturkcapar@ksu.edu.tr, eroglu@ksu.edu.tr, besyo@eul.edu.tr

Özet Giriş ve Amaç Bu araştırmada, işitme engelli bireylerin fiziksel aktivite ve umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması amaçlanmıştır.

Yöntem ve Bulgular Araştırmaya, 154 işitme engelli birey katılmıştır. Araştırmada, Beck Umutsuzluk ölçeği ve Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi kısa formu kullanılmıştır. İşitme engelli bireylerin umutsuzluk puanlarını incelemek için One Way Anova (Tek yönlü varyans analizi) testi, gruplar arasında meydana gelen farklılıkları incelemek için ise Tukey testi kullanılmıştır.

Sonuç Araştırmanın sonucunda, işitme engelli bireylerin umutsuzluk düzeylerinin, fiziksel aktivite düzeyine göre anlamlı şekilde farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($p < .05$). Sonuç olarak; fiziksel aktivitenin işitme engelli bireylerin umutsuzlukları üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler Engellilik, İşitme Engelli, Umutsuzluk, Fiziksel Aktivite

Physical Activity And Hopelessness Levels Of Hearing Impaired Individuals

Abstract In this study, it was aimed to compare the levels of physical activity and hopelessness of people with hearing impairment. A total of 154 hearing-impaired individuals participated in the survey. The Beck hopelessness scale and International Physical Activity Survey was used in the study. The One Way Anova (one way variance analysis) test was used to examine the hopelessness scores of the hearing impaired individuals, and the Tukey test was used to examine differences among groups. At the end of the study, it was found that there is a significant difference between hearing-impaired individuals' hopelessness levels and physical activity ($p < .05$). As a result, it can be said that physical activity has a positive influence on the despair of hearing-impaired individuals.

Keywords Disability, Hearing Impaired, Hopelessness, Physical Activity

Tekerlekli Sandalye Basketbol Sporcularında Üst Ekstremitte Kas Kuvvetinin Belirlenmesi

²Tuğba Kocahan, ¹Bihter Akınoğlu, ¹Özge Çoban, ¹Necmiye Ün Yıldırım

¹Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi

²Gençlik Ve Sport Bakanlığı Sağlık İşleri Daire Başkanlığı

Email : kocahantu@gmail.com, rgkardelen@yahoo.com, ozgecoban61@hotmail.com, necmiyeu@yahoo.com

Giriş ve Amaç: Günümüzde, artan spor katılımına rağmen disabilite sporlarıyla ilgilenen atletleri değerlendiren çalışmaların eksikliğini yaşamaktayız. Bu sebeple bu çalışma ile amacımız tekerlekli sandalye basketbol (TSB) sporcularının üst ekstremitte izokinetik kas kuvvetini belirlemek ve bu profili sağlıklı sedanter bireylerle ilişkilendirmektir. Yöntem: 10 TSB sporcusu ile 10 herhangi bedensel engeli bulunmayan sağlıklı sedanter bireyin omuz – el bileği fleksiyon ve ekstansiyon izokinetik kas kuvveti 60° ve 240°/sn açısal hızlarda İSOMED 2000 cihazı ile değerlendirildi. Tüm değişkenler için tanımlayıcı istatistikler ortalama±standart sapma olarak belirtildi. Değişkenlerin normal dağılıma uyup uymadığı incelendi. TSB sporcularının ve sedanter bireylerin ortalama değerleri arasındaki farkın belirlenmesi için bağımsız değişkenler için olan Mann Whitney U testi kullanıldı.

Bulgular: Her iki açısal hızda ve ekstremitede omuz fleksiyon pik torku TSB sporcularında daha düşük bulunurken, omuz ekstansiyon ve el bileği fleksiyon-ekstansiyon kas kuvvetinin daha yüksek olduğu belirlendi. Ancak hiçbir parametredeki fark anlamlılık düzeyine ulaşamadı ($p>0,05$).

Sonuç: TS kullanımı sırasındaki yoğun fiziksel işin büyük kısmı üst ekstremitteye düşmektedir. Buna ek olarak eklem stabilizasyonunun sağlanması için üst ekstremitte kaslarına daha fazla ihtiyaç duyulur. Çalışmamız sonucunda TSB sporcuları ile sedanter bireylerin üst ekstremitte kas kuvveti arasında fark olmadığını belirledik. Ancak omuz eklemi ve el bileği eklemi için sedanter bireyler ile TSB sporcuları kıyaslanırken elde edilen sonuçların TS kullanımından mı yoksa basketbol sporundan mı kaynaklandığını belirlemek güçtür. Bu nedenle sporla uğraşmayan sağlıklı TS grubunun dahil edildiği çalışmalara ihtiyaç olduğunu düşünmekteyiz.

Determining Upper Extremity Strength In Wheelchair Basketball Players

Introduction and Purpose: Despite increased participation, at present we lack researches assessing the athletes in disability sports. Therefore, in this study, it's aimed to determine wheelchair basketball player (WCB) player's isokinetic upper extremity's strength, relate this profile with healthy sedentary individuals.

Method: The isokinetic muscle strength of shoulder- wrist flexion and extension of 10 WCB athletes and 10 healthy sedentary individuals were evaluated with ISOMED 2000 device at 60 ° and 240 ° / sn angular velocities. Descriptive statistics included mean ± standard deviation for all variables. All variables are assessed whether they are normally distributed or not. The Mann-Whitney test for independent samples was used for evaluation of the differences in the mean values between the WCB players and sedentary individuals. Findings: At both angular velocity and extremities, shoulder flexion peak torque was lower in TSB athletes, while shoulder extension, wrist flexion-extensor muscle strength were found to be higher. However, the difference in any parameters didn't reach the level of significance ($p> 0.05$).

Discussion: Most of the intense physical work during TS use is performed by upper extremity. In addition, upper extremity muscles are more needed to provide joint stabilization. As a result of our study, we determined that there was no difference between WCB athletes and sedentary individuals in upper extremity muscle strength. However, when comparing sedentary individuals with TSB athletes, it's difficult to determine whether the results obtained for shoulder and wrist joints are due to WC use or basketball sport. For this reason, we think that there is a need for studies involving the healthy WC group, which doesn't do sports.

Görme Engelli Bireylerde Temel Duruş Becerilerinin Öğretimi ve Zorlaştırılmış Şartlarda Uygulanması

¹Ceren Suveren Erdoğan, ¹Sibel Suveren

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : cerensuveren86@gmail.com, suveren@gazi.edu.tr

Çalışmanın amacı; temel duruş egzersizlerinin görme engelli bireylerin temel egzersizleri içerisinde yer bulmasını sağlayarak daha zor hareketlerin öğrenimine basamak oluşturmak, kısa sürede verimli ilerleme kaydedebilmek için eğitmenlere yol göstermek ve daha çok engelli bireyin bu çalışmalardan yararlanabilmesini sağlamaktır.

Yöntem: Çalışmaya Gazi Eğitim Fakültesi Özel Eğitim Bölümünde okuyan ve Görme Engellilerde Beden Eğitimi ve Oyun Öğretimi dersi alan 15 görme engelli sedanter öğrenci katılmıştır. Öncelikle yapılacak çalışmayla ilgili sözel bilgilendirme yapılmış ve görmeyen öğrencilerden zorlaştırılmış şartlar içeren 5 hareketi denemeleri istenmiştir. Takip eden 10 hafta süresince dersin uygulama bölümünde (haftada 1 gün, 45 dk) çalışmalar devam etmiş ve eğitmenin sözel ve fiziksel yardımıyla programa alınan temel duruşların hepsi uygulanmıştır. 10 Hafta sonrasında görme engelli öğrencilerin en başta yapılması istenen 5 hareketi tekrar denemeleri istenmiştir. Çalışma derleme yöntemiyle yapılmış sonuçlar gözleme dayalı olarak kaydedilmiştir.

Sonuç: Yapılan bu çalışma sonucunda sözel bildirim ve fiziksel yardım olarak temel duruşları başarılı bir şekilde öğrenen görme engelli bireylerin zorlaştırılmış şartlar içeren hareketleri ilk başta yapılan denemeye göre daha kolay ve az hatayla-hatasız uygulayabildiği ve hareket kalitelerinin (teknik yapım)kayda değer şekilde arttığı gözlemlenmiştir. Buradan yola çıkılarak temel duruşların görme engelli bireylerin hareket eğitiminde oldukça faydalı ve ilerleyebilmeleri için gerekli olduğu sonucuna varılabilir.

Anahtar Kelimeler : Görme Engelli , Temel Duruş, Zorlaştırılmış Şartlar

Teaching Of Basic Posture Skills in Visually Impaired Individuals And Its Implementation Under Aggravated Conditions

The aim of this study is to enable basic posture exercises to be included in the basic exercises of the visually impaired individuals as a step to learn more difficult movements, to guide the instructors in order to make efficient progress in a short time and to help more numbers of disabled individuals benefit from these studies.

Method: 15 visually impaired sedentary students from the Department of Special Education, the Gazi Faculty of Education, who take the course Physical Education and Game Teaching for Visually Impaired People participated in the study. Following the verbal information about the study, the visually impaired students were asked to try 5 movements with difficult conditions. During the next 10 weeks, the course continued in the practice section (1 day, 45 minutes per week) and all the basic postures, included in the program with the help of the instructor's verbal and physical help, were applied. 10 weeks later, visually impaired students were asked to retry the 5 movements which they were asked to do at the beginning of the program. The study was

carried out with compilation method and the results were recorded on the basis of observation.

Conclusion: As a result of this study, it was observed that visually impaired individuals who have successfully learned the basic postures with verbal communication and physical help can apply movements with difficult conditions more easily and with fewer mistakes compared to the early attempts and movement qualities (technical production) have significantly increased. Based on this, it can be concluded that basic postures are of great benefit in movement training and progress of visually impaired individuals.

Keywords : Visually Impaired , Basic Posture, Aggravated Conditions

İşitme Engelli Sporcuların, Sporda Motivasyon Ölçeğinin Alt Boyutlara Göre İncelenmesi

¹Hasan Erdem Mumcu, ²Abdulkemim Çeviker, ³Mustafa Önder Şekeroğlu, ⁴Osman Kusan

¹Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

²Gençlik ve Spor Bakanlığı, Ankara Ghsim

³Muş Alpaslan Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

⁴Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Email : erdemumcu@gmail.com, kerimceviker@gmail.com, mondersekeroglu@gmail.com, osmankusan@hotmail.com

Giriş: Sporda katılım güdülerini incelemek için daha sağlam ve Crocker (1993), aynı zamanda açıkça incelenmesi gereken yapıları ve aralarındaki ilişkileri tanımlayan bir teoriye ihtiyacımız vardır (Deci ve Ryan, 1985, 1991). Engelli sporcuların rehabilite edilmelerinde, toplumla bütünleşmelerinde spor ve spora özgü aktivitelerin önemi büyüktür.

Amaç: Bu çalışma farklı sebeplerden dolayı işitme yetersizliği veya işitme kaybına uğramış sporcuların spor motivasyonlarının alt boyutlarının incelenmesini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırmamızın örneklemini elit düzeyde spor yapan 15-25 yaş aralığında müsabık olarak faaliyet gösteren milli takım sporcularından, belirlenen 54 kadın, 119 erkek toplam 173 işitme engelli sporcu oluşturmaktadır. Sporda Güdülenme Ölçeği (SGÖ) Pelletier ve ark. (1995) tarafından Deci ve Ryan (1985)'in Hür İrade Kuramına dayanarak geliştirilmiştir. Ölçeğin Türk sporcuları için geçerlik ve güvenilirlik çalışması Kazak (2004) tarafından yapılmıştır.

Bulgular: Buna göre içsel güdülenme alt boyutu ve alt ölçekleri için hesaplanan p_değerleri anlamlılık düzeyi olarak alınan $\alpha=.05$ değerinden küçük olduğu için, işitme engelli sporcuların, içsel güdülenmelerinde ve alt ölçeklerinin puan ortalamalarında branş değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmektedir. Dışsal güdülenme alt boyutu ve dışsal düzenleme, özdeşim alt ölçekleri için hesaplanan p_değerleri anlamlılık düzeyi olarak alınan $\alpha=.05$ değerinden küçük olduğu için, işitme engelli sporcuların, dışsal güdülenmelerinde ve alt ölçeklerinin puan ortalamalarında branş değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmektedir.

Sonuç: Elit düzeyde spor yapan görme engelli sporcuların spora yöneliminde bilmek, başarmak ve uyararı yaşamak ile özdeşim alt boyutlarının etkili olduğu görülmüştür. Yaş, eğitim düzeyi ve spor dalı değişkenlerinin spora yönelimi etkilediği ortaya konulmuştur. Yaşça daha genç olan sporcuların yaşça büyük sporculara göre kaygı ve utanç duygusu ile spora yönelimleri düşük; neden spor yaptıkları konusunda daha bilinçsiz olduğu söylenebilir. Fiziksel gelişime üst düzeyde katkısı bulunan judo ve halter gibi güce dayalı sporlarla uğraşan sporcuların fiziksel gelişimlerine daha fazla katkısının olduğunu düşünmeleri ve spor dallarını yaparak güçlü olduklarının diğer insanlar tarafından kabul edilmesi, beğenilmesi ve takdir edilmesinden kaynaklandığı sonucuna ulaşılmıştır.

Analysis of Sporda Motivation Scale According to Sub-Dimensions of Hearing-Impaired Sportsmen

Aim: We need a more robust and a theoretic approach to examine Sporda's participation motives, which defines Crocker (1993), as well as the structures that need to be examined explicitly and the relationships between them (Deci and Ryan, 1985, 1991). The importance of sports and spore-specific activities in the rehabilitation of disabled athletes and their integration into society is great.

Purpose: This study was conducted to determine the subscales of sports motivations of hearing impaired or hearing impaired athletes due to different reasons.

Methods: A total of 173 hearing athletes constituted 54 female and 119 male athletes from the national team athletes who acted as contestants in the age range of 15-25 who made sports in the elite level of our research. The Sporda Motivation Scale (PSS) Pelletier et al. (1995) by Deci and Ryan (1985) 'Free Will Theory'. The validity and reliability study for the Turkish athletes of the world was conducted by Kazak (2004).

Findings: Since the p_values calculated for the inner motivation subscale and subscales are smaller than the $\alpha = .05$, which is taken as the level of significance, there is a statistically significant difference between the hearing impaired athletes' internal motivation and subscales. Since the p_values calculated for the external motivation subdimension and the external regulation and identification subscales are smaller than the value of $\alpha = .05$ as the level of significance, there is a statistically significant difference according to the branch variable in the mean scores of the hearing impaired athletes in their external motivation and subscales.

Results: It has been seen that knowledge, achievement and experiencing of awareness and identification subscales are influential on the spore orientation of visually impaired athletes performing sports at the elite level. Age, educational level and sport variables were found to affect the spore orientation. Younger aged athletes have lower anxiety and

SUNULMADI

Otizmli Kardeşe Sahip Bireylerin Depresyon Düzeylerinin Belirlenmesi

¹Muhammet Eyüp Uzuner, ¹Sercan Köse, ¹Menşure Aydın, ²Betül Ateş

¹Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

²İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Email : eyup.uzuner@kocaeli.edu.tr, sercan_karakule@hotmail.com, mensure@kocaeli.edu.tr, ates.betul@windowslive.com

Araştırmanın amacı; otizmli kardeşe sahip bireylerin depresyon düzeylerinin belirlenmesidir.

Araştırmaya 29 kadın, 21 erkek olmak üzere toplam 50 otizm tanısı konulmuş kardeşe sahip birey katılmıştır. Otizmli kardeşe sahip bireylerin depresyon düzeylerinin belirlenmesinde 21 soruluk Beck Depresyon Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin puanlaması; 1 – 10 arası – normal, 11 – 16 arası – hafif ruhsal sıkıntı, 17 – 20 arası – sınırdan klinik depresyon, 21 – 30 arası – orta depresyon, 31 – 40 arası – ciddi depresyon, 41 ve üzeri – çok ciddi depresyon olarak değerlendirilmektedir. Elde edilen verilerin istatistiksel analizlerinde; demografik özellikler ve kardeş sayılarının analizlerinde yüzde ve frekans değerlerine, Beck depresyon testi analizlerinde yüzde frekans ile aritmetik ortalama ve standart sapmalarına bakılmıştır.

Otizmli kardeşe sahip bireylerin çoğunluğunun işçi ve büyük bir kısmının eğitim durumlarının lisans düzeyinde olduğu görülmüştür. Beck depresyon ölçeğine göre; bireylerin ortalama depresyon düzeyleri 23 olarak bulunmuştur. Sonuç olarak araştırmaya katılan otizmli kardeşlerin orta düzeyde depresyona sahip oldukları söylenebilir.

Aksoy, A. B., ve Berçin Yıldırım, G. (2008). Farklı Engel Grubundan Engelli Kardeşe Sahip Çocukların Kardeş İlişkileri ile Kardeşlerini Kabullemeleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi, 8(3), 751-779. American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing. Darıca, N., Tuş, Ş., Abidoğlu, Ü. Otizm ve Otistik Çocuklar, Özgür Yayınevi, 2005. Duru, E. (2008). Yalnızlığı Yordamada Sosyal Destek ve Sosyal Bağlılığın Rolü. Türk Psikoloji Dergisi, 23(61): 15-24. Duyan, V., Duyan, G., Gökçearslan Çifçi, E., ve diğ. (2008). Lisede Okuyan Öğrencilerin Yalnızlık Durumlarına Etki Eden Değişkenlerin İncelenmesi. Eğitim Ve Bilim (Education And Science), 33 (150): 28-41. Ergin, D. , Şen, N. , Eryılmaz, N. , Pekuslu, S. , Kayacı, M. , 'Engelli çocuğa sahip ebeveynlerin depresyon düzeyi ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi', Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 2007.

The Investigation Of The Depression Levels Of Individuals With Autistic Siblings

A total of 50 siblings of autistic individuals, 29 female and 21 male, were participated in this study. 21-item Beck Depression Scale was used to investigate depression levels of individuals with autistic siblings. Scoring of the scale is as followed; 1 - 10 - normal, 11 - 16 - mild mental distress, 17 - 20 - clinical depression at the border, 21 - 30 - middle depression, 31 - 40 - severe depression, 41 and over - very severe depression. In the analysis of demographic characteristics and sibling count data; percentage and frequency values and in Beck depression test analyses; percentage, frequency, arithmetic mean and standard deviation have been examined.

It has been identified that most of the workers and majority of the individuals with autistic siblings have educational status at Bachelor's Degree. According to Beck depression scale results; the mean level of depression of the individuals was found 23 points.

As a result; the depression levels of the siblings of autistic individuals have middle level of depression.

Aksoy, A. B., ve Berçin Yıldırım, G. (2008). Farklı Engel Grubundan Engelli Kardeşe Sahip Çocukların Kardeş İlişkileri ile Kardeşlerini Kabullenmeleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi, 8(3), 751-779. American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing. Darıca, N., Tuş, Ş., Abidoğlu, Ü. Otizm ve Otistik Çocuklar, Özgür Yayınevi, 2005. Duru, E. (2008). Yalnızlığı Yordamada Sosyal Destek ve Sosyal Bağlılığın Rolü. Türk Psikoloji Dergisi, 23(61): 15-24. Duyan, V., Duyan, G., Gökçearslan Çifçi, E., ve diğ. (2008). Lisede Okuyan Öğrencilerin Yalnızlık Durumlarına Etki Eden Değişkenlerin İncelenmesi. Eğitim Ve Bilim (Education And Science), 33 (150): 28-41.

Doktor Adaylarının Zihinsel Yetersizliği Olan Bireylerde Sporun Etkisine Yönelik Farkındalıkları

¹Didem Gülçin Kemec, ¹Gönül Tekkursun Demir, ²Selahattin Koç

¹Gazi Üniversitesi, Ankara

²Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep

Email : didemkemec@gmail.com, gonultekkursun@hotmail.com, skoc23@hotmail.com

Özel beden eğitimi ve spor aktiviteleri doğru planlandığında zihinsel yetersizliği olan çocuklar için yaşam kalitesini doğrudan etkileme gücüne sahip etkili bir mekanizmadır. Zihinsel yetersizlik ile ilgili olarak tıbbi ve eğitsel tanılama söz konusudur. İlk olarak tıbbi tanı konulmakta ve ailelere bu durumu doktorlar açıklamakta bunun yanında çeşitli yönlendirmeler yapabilmektedirler. Dolayısıyla aileyi yönlendirme gücüne sahip olan doktorların beden eğitimi ve sporla ilişkili olarak farkındalık düzeyleri önem arz etmektedir. Bu araştırma kapsamında, tıp fakültelerinde öğrenim görmekte olan doktor adaylarının zihinsel engelli bireylerde sporun etkilerine yönelik farkındalıkları farklı değişkenlere (cinsiyet, sınıf düzeyi, düzenli egzersiz yapma durumu, engelli bir yakını olma durumu) göre incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma grubunu 2016-2017 akademik yılı Cumhuriyet, Gaziantep ve Marmara Üniversiteleri Tıp Fakültesinde öğrenim gören gönüllülük esası ile seçilmiş 124'ü kadın, 92'si erkek toplam 216 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından geliştirilen "Kişisel Bilgi Formu", İlhan ve Esentürk (2014) tarafından geliştirilen, "Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık Ölçeği (ZEBSEYFÖ)" kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde ve hesaplanmış değerlerin bulunmasında Spss 21 for Windows paket programı kullanılmıştır. Sosyodemografik özellikler bakımından farkındalık düzeyleri arasındaki farklılığı belirlemek amacıyla normal dağılım göstermeyen veriler için nonparametrik testlerden "Mann Whitney U" ve "Kruskal-Wallis Testleri"; betimsel istatistiklerden yüzde dağılımları, aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri kullanılmış ve anlamlılık düzeyi 0,05 olarak alınmıştır. Araştırma sonucunda doktor adaylarının yüksek düzeyde bir farkındalığa sahip oldukları belirlenmiştir. Erkek ve bayan doktor adaylarının farkındalık düzeyleri birbirine yakınlık göstermektedir. Düzenli olarak fiziksel etkinlik yapan ve engelli bir yakını bulunan doktor adaylarının farkındalıkları yüksek olsa da gruplar arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Bunun yanında doktor adaylarının aldıkları lisans eğitim düzeyleri kapsamında sınıf düzeyleri arttıkça farkındalıklarının da arttığı belirlenmiştir.

Awareness Of Doctor Candidates For Impact Of Sports In Mentally Insufficient Individuals

When designed correctly, special physical education and sports activities are efficient mechanisms that have the direct impact on life quality of mentally insufficient children. With regards to mental inadequacy, there is a medical and educational diagnosis. Firstly a medical diagnosis is made and the doctors explain the situation to the families in addition to various guidance. This research aims to study the awareness of doctor candidates studying in department of medicine for the effect of sports in mentally inadequate individuals according to various factors. The research group consists of 216 students from the department of medicine in the universities of Cumhuriyet, Gaziantep and Marmara in the academic year of 2016-2017, 124 of which are women and 92 men, who have been voluntarily chosen. As a data collection tool "Personal Info Form" and "The Awareness Scale Regarding Effects of Sport on Persons with Intellectual Disabilities" that were developed by the researchers and İlhan and Esentürk in 2014 have been used. To specify the level of awareness with regards to sociodemographic features, non-parametric "Mann Whitney U" and "Kruskal-Wallis Tests" have been used for the data that doesn't show a normal breakdown. Percentage distribution of descriptive statistics, arithmetic average and standard deviation rates have been put to use and significance level has been accepted as $\alpha=0,05$.

As a result of the research, it has been found out that doctor candidates have a high level of awareness. Awareness level of male and female candidates are similar. A significant difference hasn't been detected among the groups however the doctor candidates who are exercising regularly and have a disabled relative have a higher level of awareness. Additionally, within the concept of bachelor's degree level of the candidates, it has been stated that the higher their grade is the higher the awareness they have.

İşitme Engelli Güreşçiler ile Sedanter İşitme Engelli Bireylerin Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumlarının Yaş Değişkeni Açısından İncelenmesi

²Ali Burak Toy, ¹Esin Türkmen, ³Münir Yalçın Ortakale

¹Mersin İl Milli Eğitim Müdürlüğü, Mersin

²Mersin Üniversitesi, Mersin

³Toros Üniversitesi

Email : aliburaktoy@hotmail.com, esinturkmen81@gmail.com, yalcin.ortakale@toros.edu.tr

Giriş ve Amaç Bu araştırmada İşitme Engelli Güreşçiler ile İşitme Engelli Sedanter Bireylerin benlik saygısı ve yaşam doyumları yaş değişkeni açısından incelenmiştir. Araştırmaya 46 işitme engelli güreşçi ile 46 işitme engelli sedanter birey olmak üzere toplam 92 kişi katılmıştır.

Yöntem Araştırmada yaşam doyumu düzeyini belirlemek için Diener, Emmons, Laresen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen “Yaşam Doyumu Ölçeği”, Benlik saygısı düzeyini belirlemek için Arıca (1999), tarafından geliştirilen “Benlik Saygısı Ölçeği” ve kişisel bilgiler için araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” uygulanmıştır. Verilerin analizinde t-Testi ve betimsel istatistiksel yöntemleri kullanılmıştır. Bulgular ve Sonuç İşitme engelli güreşçilerin Yaş değişkenine göre benlik saygısı alt boyutu olan Depresif duygulanım ile Yaşam doyumu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmaktadır ($p<0.05$). İşitme engelli sedanterlerin yaş değişkeni açısından benlik saygısı alt boyutları ve yaşam doyumu puanlarında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($p>0.05$).

Sonuç olarak İşitme Engelli Güreşçilerde yaş arttıkça yaşam doyumu ve depresif duygulanım puanlarında artış olduğu saptanmıştır. İşitme engelli sedanter bireylerin benlik saygısı ve yaşam doyumu düzeyleri arasında yaş değişkeni açısından anlamlı farklılıklar görülmemektedir.

The Investigation of Self-Esteem and Life Satisfaction of Hearing-Impaired Wrestlers And Hearing-Impaired Sedentary Individuals in terms of Age Variable

Introduction and purpose In this study, self-esteem and life satisfaction of hearing-impaired wrestlers and sedentar hearing impaired individuals were examined in terms of age variation. A total of ninety two subjects including forty six elite hearing-impaired wrestlers and forty six sedentar hearing-impaired individuals participated in the research.

Method "Life Satisfaction Scale" developed by Diener, Emmons, Laresen and Griffin (1985), "Self-Esteem Scale" developed by Arıca (1999) were applied to determine the life satisfaction level and self-esteem level, respectively. "Personal Information Questionnaire" we prepared were used to obtain personal information. The analysis of the data was performed by using t-Test and descriptive statistical methods.

Results There were statistically significant differences ($p < 0.05$) between life satisfaction scores and depressive affects, which were subscale of self-esteem according to age variable. There was no significant difference ($p > 0.05$) in self-esteem subscales and life satisfaction scores of hearing-impaired sedentar individuals in terms of age variable. Consequently, it was determined an increase in between scores of life satisfaction and depressive affect of hearing-impaired wrestlers depending on the age increase. There were no significant differences, however, were observed in between the levels of self esteem and life satisfaction of hearing-impaired sedentar individuals in terms of age variable.

Özel Eğitim Okullarında Görev Yapan Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Mesleki Gelişim Programına Bakışları

¹Mehmet Ata Öztürk, ¹Sibel Karagöl

¹ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Ankara

Email : mata@metu.edu.tr, sibelkaragol@gmail.com

Giriş ve Amaç: Özel eğitim okullarında görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin ihtiyaçlarına yönelik olarak ülkemizde tasarlanan ilk mesleki gelişim programı 2015 yılında uygulanmıştır. Bu çalışmanın amacı, ilgili programın öğretmenler tarafından mesleki gelişimlerine katkıda bulunan bir tasarım olarak algılanıp algılanmadığının tespit edilmesidir.

Yöntem: Çalışmanın başında araştırmacılar tarafından eğitim ihtiyaçlarının belirlenmesi için oluşturulan anket, özel eğitim okullarında görev yapan tüm beden eğitimi öğretmenlerine yollanmış; %83'lük geri dönüş sağlanmıştır (n=416). Bu analizi takiben; çok çeşitli spor branşlarının yapılabileceği konaklamalı sportif tesislerde bir haftalık uygulamalı eğitim kampı yapılmıştır. Yaz tatilinde, gönüllülük ilkesiyle, 49 öğretmen katılmıştır.

Sosyal öğrenme modeli ve yapılandırıcı perspektifin yaygın olarak kullanıldığı bu tasarımda; teorik eğitimlerin yanında, 7 kişilik gruplara ayrılan öğretmenler 8 ayrı sportif branştan yaklaşık 70 Paralimpik/Deaflympik milli sporcu ve antrenör ile teorik + pratik uygulamalara katılmışlardır. Sporcu sağlığı ve performans testi uygulamaları ve kuramsal özel eğitim derslerine ek olarak, sosyal ortamlarda diğer katılımcılarla öğrenme tecrübesini değerlendirmişlerdir.

Öğretmenler, her 5 günün sonunda doldurduğu günceleri, belirlenen toplama noktalarına bırakmışlardır. Güncelerde açık uçlu soruların yer aldığı 3 ana başlıkta toplam 7 soru mevcuttur: (1) Öğretmen tecrübesini belirlemeye yönelik 'genel bilgi' (n=4). (2) Beklentilerin karşılanıp karşılanmadığı, görüş ve duyguları belirlemeye yönelik 'eğitim programıyla ilgili görüşler' (n=2). (3) İlginç anekdotlar, ilginç tecrübeler gibi 'Paylaşılmak istenen tüm diğer konular' (n=1).

Günceler, nvivo ve klasik nitel analiz yöntemleriyle analiz edilmiştir. Olumlu/olumsuz tecrübeleri sembolize ettiği varsayılan kelimelerin, ve cümleler de nicel olarak tasnif edilmiştir. Araştırmacıların değerlendirmeleri arasındaki güvenilirliği belirlemek üzere metnin rastgele belirlenen %10'luk diliminde, minimum %85'lik ortak değerlendirme sınırı konulmuştur.

Bulgular ve Sonuç: İhtiyaç analizine katkı sağlayan 416 katılımcıdan 142'si özel eğitim alanında seminer/eğitim aldığından teorik eğitimlerin ağırlıklı kısmı bu alana yönelik tasarlanmıştır. Katılımcıların teorik uygulamalar ile pratik uygulamaların birarada yapıldığı örneklerden daha çok verim aldığı tespit edilmiştir. Yapılan toplam 17 saatlik video çekimlerin diğer öğretmenlerle paylaşılmasının yerinde olacağı ve alana katkı sağlayacağı görüşü mevcuttur.

Adapted Physical Education Teachers Views On The In-Service Training

Introduction and Goals: First professional development program designed in Turkey for adapted PE teachers working at special education schools was implemented in 2015. Aim of study is to determine whether the program is perceived by the participants as a valuable design contributing to their professional development.

Method: At the beginning of the study, a questionnaire is prepared to determine educational needs, sent to all PE teachers working in special education schools. 83% were returned (n = 416). Following analysis; one-week training camp organized During summer, 49 teachers volunteered as participants.

In this design, social learning model and constructive perspectives were widely used. In addition to theoretical training, teachers were divided into 7 groups, participated in applications, where approximately 70 Paralympic / Deaflympic athletes and coaches from 8 different sports branches took part. In addition to health/performance testing practices and theoretical courses, they discussed learning experiences with other participants in social settings.

Teachers have filled memoirs everyday and left responses to designated collection points. There were 7 open-ended questions in three main topics: (1) 'general information' (n = 4) to determine teacher experience. (2) "opinions on the training program" (n = 2) to determine the opinions and feelings whether the expectations were met. (3) 'all other points to be shared' including interesting anecdotes, experiences, etc. (n = 1).

Transcripts were analyzed by NVivo and classical qualitative methods. The presumed words and phrases that symbolize positive / negative experiences are also quantitatively classified. The reliability is set at 85% for 10% of transcript.

Findings and Conclusion: Predominant part of the theoretical trainings was designed in special education. It was found that it is more efficient if theory is blended with practical applications. Sharing of 17 hour-video clips of trainings are found useful to share with other PE teachers.

SPOR YÖNETİMİ SPORT MANAGEMENT

KSB61

Spor Yönetiminde Bilgi Sistemlerinin Kullanılması

¹Sebahattin Devecioğlu, ¹Yunus Emre Karakaya

¹Firat Üniversitesi , Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

Email : sdevecioglu@gmail.com, emrekarakaya@firat.edu.tr

Bilgi toplumu haline gelmek ve bilgi teknolojilerinden en üst düzeyde yararlanmak isteyen devletler, gelişmiş ve uygun teknolojileri çağdaş yönetim teknikleriyle birleştirerek, vatandaşa hizmeti ön plana çıkaran yeni yapılanmalara gitmektedirler. Bunun ise, en önemli aşamasını “Yönetim Bilgi Sistemleri (YBS)”nin çeşitli kurumlarda uygulanmasını oluşturmaktadır. Bilgi çağında Spor Yönetimi, kurumları ve sistemleri, yeni bilgi ve teknolojilerinin kullanımı ile birlikte farklı boyutlar kazanmıştır. Çağdaş yönetim yaklaşımlarına ilişkin bilgi ve bulgular spor yönetiminde uygulanabilecek özellikleri taşımaktadır. Gelişen teknoloji ile birlikte spor yönetimi anlayışlarının, çağdaş yönetim çerçevesinde mal ve hizmet üreten, rekabetçi, hızlı ve esnek hareket edebilen değişim ve dönüşümlere uyum sağlayan bir yapıya kavuşturulması mümkün görülmektedir. Bilgi teknolojilerinin kullanımı her alanda artacağı düşünülerek sporun tüm boyutları bu uygulamalara kısa zamanda uyum sağlamalıdır, Bilgi sistemlerine özgü spor yönetimi uygulamaları, spor kurumlarınca gözden geçirilerek, bu alanda yeni yatırımlara kısa sürede yönelmelidirler. Bu çalışmanın amacı; spor yönetiminde kullanılan “Yönetim Bilgi Sistemlerinin” ve örnekleri ve uygulama şekilleri ile birlikte incelenerek, Spor Yönetimi Bilgi Sistemlerinin, Spor Kurumlarında, Federasyonlarda, Kulüplerde ve Spor Organizasyonları ve Hizmetlerinde, uygulanabilirliğini betimsel olarak değerlendirmek olacaktır.

Keywords: Management, Sports Management, Sports Technology, Knowledge

Utilization of Information Systems in Sports Management

Governments that want to be informed societies and acquire the utmost benefit from information technologies implemented new configurations which promote services to citizens by combining the development and appropriate technologies with contemporary management techniques. The most important step in this process is the implementation of “Management Information Systems” in various facilities Sports management, facilities, and systems in information age acquired new extents with the utilization of new information and technologies. The information and findings regarding contemporary management approaches possess features which can be applied in sports management. Coupled with the developed technology, it seems possible to attain sports management understandings to a competitive structure which can produce assets and services within the scope of contemporary management, act quickly and flexibly, and adapt to changes and transformations. As it is obvious that information technology's utilization will increase in every field, every extent of sports needs to adapt to these applications at the earliest. Sports management applications which are peculiar to information systems should be reviewed by sports facilities and they should head for new investments in this field shortly. The aim of this study is to evaluate “Management Information Systems” which are used in sports management by examining the examples and application forms and assessing its applicability in sports facilities, federations, clubs and sports organizations in a descriptive manner.

Keywords: Management, Sports Management, Sports Technology, Information

Dünya ve Türkiye'de Devşirme Sporculuk (2017 Dünya Atletizm Şampiyonası Örneği)

¹Seydi Karakuş, ¹Utku Isık

¹Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, Kütahya

Email : seydi.karakus@dpu.edu.tr, utku.isik@dpu.edu.tr

Son yıllarda özellikle Atletizm dalında artış gösteren ve bir çok sebepten dolayı tartışma konusu olan devşirme sporculuğun, dünya spor ve atletizm tarihine bakıldığında aslında çok eski bir geçmişe sahip olduğu anlaşılmaktadır. Ülkeler kendi bünyelerinde yetiştirmedikleri sporcular sayesinde uluslararası organizasyonlarda ülke isminin duyulması noktasında kazanç sağlarken; sporcularda kendi ülkeleriyle gitmeyi başaramadıkları organizasyonlara katılarak kendilerine fayda sağlamaktadırlar. Bu açıdan her iki tarafta bu ilişkiden çıkar sağlamaktadır. Sporcular açısından düşünüldüğünde hangi ülkenin şartları daha iyiye o ülke adına yarışmaları doğaldır ve bu durumun milliyetçilikle de ilgisi bulunmamaktadır. Bu çalışmanın amacı en fazla devşirme sporcumuzun bulunduğu Atletizm dalında Türkiye'nin durumunu değerlendirerek; Dünya'daki diğer ülkelerle karşılaştırmaktır. Türkiye 2017 Dünya Atletizm Şampiyonasına 27 sporcu ile katılmış ve bunlardan toplam 12 tanesi devşirme sporculardan oluşmaktadır. Türkiye Atletizm şampiyonası sonucunda 2 madalya kazanmış ve bu madalyaların ikisi de devşirme sporcular sayesinde elde edilmiştir. 2017 Dünya Atletizm şampiyonasında toplam 145 madalya dağıtılmış ve bu madalyaların toplam 5 tanesi devşirme sporcular tarafından yarışmış oldukları ülkelere kazandırılmıştır. Türkiye dışında devşirme sporcuları ile madalya kazanmış olan ülkeler Hollanda, Portekiz ve Büyük Britanya'dır. Tüm ülkelerin Atletizm'deki devşirme sporcu sayıları incelendiğinde ilk beş sırasıyla Fransa (N=49) , Amerika Birleşik Devletleri (N=35), İspanya (N=31), Türkiye (N=30) ve Bahrein-İsrail (N=28) 'dir. Kendisinden sporcu devşirilen ülke sıralamasına baktığımızda ise Kenya (N=52), Etiyopya (N=39), Amerika Birleşik Devletleri (N=38), Fas (N=36) ve Büyük Britanya (N=27) ilk beş sıraya sahiptir. Dünya'da en fazla devşirme atlete sahip olan Fransa en fazla Fas'dan sporcu devşirmiştir. Son yıllarda Türkiye'deki ekonomik gelişmeler yetkililerin sporcu devşirme noktasında ellini güçlendirmiştir. Yapılan bu çalışma başka ülkelerinde sporcu devşirdiklerini ancak bu sporcuların kendi ülkelerindeki sporcuların başarılarından daha yüksek başarılar elde edemediklerini göstermektedir. Bu sporcuların kemik kadroyu destekler nitelikte olan sporculardan oluştuğu anlaşılmaktadır, ancak Türkiye'de atletizmin kemik kadrosunu devşirme sporcular oluşturmaktadır. Şu an taşıma suyla dönen değirmene gelecekte kaynak bulmak için sportif alt yapının ve kültürün oluşturulması gerekmektedir.

Nationality Sport Transfer On The World And Turkey (Examples Of World Athletics Championship 2017)

In recent years, especially in the field of athletics and the debate over the many reasons for the increase in the sport transfer between nationals, in fact, as look at world sports and athletics history ; this stiation has a very old past. The countries benefit from the recognition of the country in the international organizations thanks to the sportsmen who are not educated in their own structures; also athlets who have failed to go with their own country are benefiting from attempt sports organizations. In this respect, it is in this connection that it is in the benefit of both sides. The aim of this study is to evaluate the situation of Turkey in the field of athletics where most of our recruitment athletes are located and compare with other countries in the world.

Turkey has participated in the 2017 World Athletics Championship with 27 athletes and a total of 12 of them are made up of transferring athletes. Turkey won two medals at the end of the athletics championship and both of these medals were obtained thanks to these athletes. A total of 145 medals were distributed during the 2017 World Athletics Championships, and a total of 5 of these medals were awarded to countries where they had competed by recruitment athletes. This work demonstrates that they have launched athletes in other countries but that these athletes can not achieve higher success than the athletes in their own countries. It is understood that these athletes consist of athletes who support the bone cadre, but in Turkey the athletic bone cadre is the recruitment athlete. Currently, the mill that returns with the water which is coming other country. In the future; to find resources required form a sporting infrastructure and culture.

Ankara Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü Çalışanlarında İş Stresinin İncelenmesi

¹Mustafa Önder Şekeroğlu, ²Bengü Şekeroğlu

¹Muş Alparslan Üniversitesi Besyo/muş

²Muş

Email : mondersekeroglu@gmail.com, sahyapimuhendislik@gmail.com

Giriş: Günümüzün önemli sorunları arasında yer alan iş stresi, çalışma yaşamındaki etkileri ve sonuçları itibarıyla üzerinde durulması gereken bir konudur. Bu araştırma; Ankara Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü'nde çalışan personelin iş streslerinin incelenmesi, iş stresinin bazı demografik faktörlere göre farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi amacıyla planlanmış ve yürütülmüştür. Çalışmaya 318 personel katılmıştır.

Yöntem: Çalışanların iş stresi düzeylerini ölçmek amacıyla Theroll (1988) tarafından geliştirilen ve Demirel ve ark. (2007) tarafından Türkçe'ye uyarlanan iş stresi ölçeği kullanılmış olup; 17 soru ve 4 alt boyuttan (iş yükü, beceri kullanımı, karar verme ve sosyal destek) oluşmaktadır. Elde edilen veriler SPSS 23 paket programında değerlendirilmiştir. Sosyo-demografik verilerin çözümlenmesinde yüzde ve frekans analizi kullanılmıştır. Cinsiyet ve yöneticilik durumuna göre toplam puan ve alt faktörlerin karşılaştırılması independent t testi ile yapılmıştır. Gelir düzeyi ve meslekteki kıdem yılına göre karşılaştırmalar tek yönlü varyans analizi (Anova) ile yapılmıştır. Anova sonucunda çıkan farklılıkların karşılaştırılması için Tukey HSD testi kullanılmıştır. Değişkenler arasında herhangi bir ilişki olup olmadığını kontrol etmek için korelasyon analizi kullanılmıştır.

Sonuç: Gelir düzeyi ile iş yükü arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Bu farklılığın nedeni alt düzey ve üst düzey gelir gruplardan kaynaklanmaktadır. İş stresi toplam puanı ve beceri kullanımı, karar verme, sosyal destek alt faktörlerinde gelir düzeyine göre herhangi bir farklılığa rastlanmamıştır. Cinsiyet, medeni durum, kıdem yılı, yöneticilik, eğitim durumu, eş çalışma durumu, eş eğitim durumu ve çocuk sayısı gibi değişkenler ile iş stresi toplam puanı ve iş stresinin alt faktörleri olan iş yükü, beceri kullanımı, karar verme ve sosyal destek toplam puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki tespit edilmemiştir. Anahtar Kelimeler: İş stresi, iş yükü, beceri kullanımı, karar verme, sosyal destek

Analysis of Work Stress in Ankara Youth Services and Sports Provincial Directorate Employees

Introduction: Job stress, which is one of the important problems of today, the effects and distributions in the working life should be emphasized. This research; It has been planned and conducted that the work stresses of personnel working in the Ankara Youth Services and Sports Provincial Directorate are determined to determine whether the work stress differs according to some demographic factors. 318 people participated in the study.

Method: It was developed by Theroll (1988) to measure work stress levels of employees and Demirel et al. (2007) used a Turkish work stress scale; 17 questions and 4 sub-dimensions (work load, skill use, decision making and social support). The obtained data were evaluated in the SPSS 23 package program. Percentage and frequency analysis was used in the analysis of socio-demographic data. Comparisons of total scores and sub-factors according to gender and managerial status were made by independent t test. Comparisons according to income level and seniority year in the profession were made by one way variance analysis (Anova).

The Tukey HSD test was used to compare the differences in Anova results. Correlation analysis was used to check for any relationship between the variables.

Conclusion: Significant differences were found between income level and workload. The reason for this difference is due to lower and upper income groups. Job stress total score and skill utilization, decision making, social support sub factors did not show any difference according to income level. The variables such as gender, marital status, seniority year, managerial, educational status, co-work status, co-education status and number of children, job stress total score and subscales of work stress, work load, skill use, decision making and social support total scores no statistically significant relationship was found.

Keywords: Business stress, workload, skill use, decision making, social support

Ortaöğretim Çağındaki Çocukların (10-14 Yaş) Ailenin Spor Ürünü Satın Alma Kararındaki Rolü

¹Özlem Karaman, ¹Suzan Dal, ²S.Bora Çavuşoğlu

¹İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

²İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : okaraman@istanbul.edu.tr, suzandal@gmail.com, boracavusoglu@windowslive.com

Amaç: Yapılan bilimsel araştırmalarla, aile üyelerinin satın alma sürecinde kararı doğrudan veya dolaylı olarak etkilediği ortaya konmuştur. Çocukların kendileri için alınan ürünlerde doğrudan, diğer ürünlerde ise dolaylı etkisi bulunmaktadır. (Kaur ve Singh 2006). Çalışmamızda aileler için, çocuğun pazarlama alanında artan değerini belirlemeye yardım etmenin yanında, çocuklara yönelik spor ürünlerinin pazarlamasında önemli olan unsurları belirlemek amaçlanmaktadır.

Yöntem: Çalışmamızda İstanbul Bakırköy’de yaşayan 10-14 yaş aralığında toplam 167 öğrencinin velisine ulaşılmıştır. Veri toplamak için katılımcılara dört farklı ölçüm aracı sunulmuştur. İlk bölümde katılımcıların demografik bilgileri sorulmuştur. İkinci bölümde çocukların, ailenin satın alma kararındaki rolü sorgulanmıştır. Üçüncü bölümde çocuğun satın alma kararında etkilendiği faktörler belirlenmeye çalışılmıştır. Son bölümde ise spor ürünü satın alma aşamasında çocuğun aile içinde derece rolü olduğu tespit edilmeye çalışılmıştır. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS 20 paket programı kullanılmış, araştırma grubunun demografik özelliklerinin belirlenmesinde frekans ve yüzde, ölçekten elde edilen puanların belirlenmesinde ise ortalama ve standart sapma değerleri kullanılmıştır. Bulgular: Çalışmamızda, çocukların spor giyim ürünü alırken tv reklamları ve arkadaş çevresinden diğer faktörlere göre daha fazla etkilendiği görülmüştür. Spor alet, ekipman ve spor ayakkabı alırken ise tv reklamları ve programlarından, internetten ve arkadaş çevresinden etkilene oranında benzerlik gözlemlenmiştir.

Sonuç: Çalışmaya katılan velilerin 114’ü anne 53’ü babadır. Çocuğa ailenin satın alma kararına katılma hakkı verildiği, ailenin satın alma kararında çocuğun ihtiyaçlarına öncelik tanındığı, çocuğun ailenin satın alma kararına uyum gösterdiği ve çocukların tüketim becerilerinin geliştiği sonuçlarına ulaşılmıştır.

Anahtar kelimeler: Satın Alma Kararı, Spor Pazarlaması

Kaynakça: Kaur P ve Singh R (2006) Children in Family Purchase Decision Making in India and The West: A Review, *Academy of Marketing Science Review*, 8 <http://www.amsreview.org/article/kaur08-2006.pdf> Helvacı Kerem Aylin, The Role Of Children On Family Purchase Decision-Making Process, Yeditepe University The Institute Of Social Sciences, Tez (2013)

The Role Of Secondary School Children(Age 10-14) On Family Purchase Decision-Making Process For Sports Product

Aim: Scientific research has shown that family members are affected directly or indirectly by the decision of the purchasing process. Children have direct effects on products purchased for themselves and indirect effects on other products. (Kaur ve Singh 2006). It is aimed to determine the important elements for the marketing of sporting goods for children, as well as helping families determine the increasing value of the child in marketing.

Method: A total of 167 students parents reached in the age range of 10-14 years living in Istanbul Bakırköy. 53 of participants are father and 114 are mothers. 4 different measurement tools were offered.SPSS 20 program was used to evaluate the data. The frequency and percentage of the demographic characteristics of the research group were determined and the mean and standard deviation values were used.

Findings: It was observed that children were more affected by TV ads and friends than other factors while buying sports clothing products. When buying sports equipment and sneakers, there was a similarity in the rate of influence from TV commercials and programs, the internet and friend.

Conclusion: It was understood that the child was given the right to participate in the purchase decision. The family prioritize the child's needs in the purchase decision, the child is in compliance with the purchase decision of the family and the children's consumption skills improve.

Keywords: Purchase decision, Sports marketing

References: Kaur P ve Singh R (2006) Children in Family Purchase Decision Making in India and The West: A Review, Academy of Marketing Science Review, 8 [http://www.amsreview.org /article/kaur08-2006.pdf](http://www.amsreview.org/article/kaur08-2006.pdf) Helvacı Kerem Aylin, The Role Of Children On Family Purchase Decision-Making Process, Yeditepe University The Institute Of Social Sciences,These (2013)

Sosyal Medya Ve Spor İletişimi: Süperlig Futbol Kulüplerinin Instagram Sayfaları Üzerine Bir İnceleme

Özlem Karaman, S.Bora Çavuşoğlu

¹İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : okaraman@istanbul.edu.tr, boracavusoglu@windowslive.com

Amaç: Bu çalışmada, 2017-2018 Süper Lig İlhan Cavcav Sezonu'nda mücadele eden 18 spor kulübünün instagram sayfası incelenmiştir. Araştırma ile, Süper Lig takımlarının, sosyal medya uygulamalarından biri olan instagramı bir iletişim aracı olarak nasıl kullandıklarının ortaya konması amaçlanmıştır. Türkiye'de spor iletişimi özelinde instagram kullanımına yönelik bir araştırma yapılmamış olması çalışmanın özgünlüğünü ortaya koymaktadır.

Yöntem: Çalışmamızda, kulüplerin hesaplarının genel görünümü ve 01.08.2017-31.08.2017 tarihleri arasındaki paylaşımları analiz edilmiştir. İnceleme; genel görünüm, gönderi içerikleri, türü ve marka farkındalığı alt başlıklarını kapsamaktadır. Elde edilen veriler SPSS 20 programı ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Instagram hesaplarının genel görünümü: 18 kulüp toplam 1719 gönderi paylaşmıştır. Gönderi sayısında 278 gönderi ile Fenerbahçe ilk sırayı alırken, 190 gönderi ile Göztepe 2.sırayı almakta, 158 gönderi ile Beşiktaş kulübü 3.sırada yer almaktadır. Kulüplerin takipçileri açısından değerlendirildiğinde 3,7 milyon takipçi ile Galatasaray ilk sırayı alırken onu 2,6 milyon takipçi ile Fenerbahçe Kulübü, 1,5 milyon takipçi ile Beşiktaş kulübü izlemektedir. Gönderi içerikleri: Gönderi içerikleri incelendiğinde %39'unu futbolcu fotoğrafları oluştururken, %29'unun duyuru ve bilgilendirme niteliğinde, %13'ünün ise kutlama/teşekkür/anma niteliğinde olduğu izlenmiştir. Gönderilerin Türü: Gönderilerin %89'u fotoğraf, %11'i video türündedir. Marka Farkındalığı: Gönderilerin %51'inde hashtag kullanılmış, hashtaglerde kulüp isminin kullanılma oranı ise %82 olmuştur. Kulüplerin %55'i mention kullanırken %44'ü mention kullanmamıştır.

Sonuç: Araştırma kapsamında incelediğimiz 18 kulübün instagramı aktif olarak kullandığı izlenmiştir. Gönderi içeriklerinin çoğunlukla yıldız futbolcuların fotoğraflarından oluştuğu veya duyuru/bilgilendirme amaçlı olduğu görülmüştür. Gönderilerin altına bırakılan yorumlar taraftarın eleştiri ve beğenilerinden oluşmaktadır. Kulüpler, takipçileri tarafından yapılan bu yorumlara cevap vermemiştir.

Anahtar kelimeler: Spor İletişimi, Instagram

Kaynakça: Yeniçıkı Nagihan Tufan, Halkla İlişkiler Aracı Olarak Instagram: Sosyal Medya Kullanan 50 Şirket Üzerine Bir Araştırma, Selçuk İletişim Dergisi, Cilt 9 sayı 2(2016)

Social Media And Sports Communication: An Analysis On Turkey Super League Football Clubs Instagram Pages

Aim: In this study, the instagram page of 18 sports clubs playing in 2017-2018 Super League Ilhan Cavcav Season was examined. It is aimed to show how Super League Clubs use instagram, as a communication tool. The lack of research on the use of instagram in sports communication in Turkey, reveals the originality of the study.

Method: In our work, the general view of the accounts of the clubs and the posts between 01.08.2017-31.08.2017 were analyzed. Review includes overview, contents, type and brand awareness subtitles. Data were analyzed by SPSS 20 program.

Findings: Overview of accounts: 18 clubs have shared a total of 1719 posts. Beşiktaş club is in 3rd place with 158 shots, while taking with 190 posts Göztepe 2nd place, and Fenerbahçe first place with 278 posts. In terms of followers; Galatasaray followed with 3.7 million followers, Fenerbahçe Club followed with 2.6 million followers and Beşiktaş club with 1.5 million followers. Posts contents: 39% of posts created soccer photos, 29% of them were informative/announcement and 13% were celebrating / thankful. Sender Type: 89% of the posts are photographs and 11% are videos. Brand Awareness: 51% of the senders used hashtags, the use of club names in hashtags was 82%. 55% of the clubs use mention while 44% do not use mention.

Conclusion: It was observed that 18 clubs research actively uses the instagram. It appears that the content of the posting is mainly composed of photos of star soccer or is for announcement/information purposes. The comments left under the posts are made up of the critics and likes of the fans. The clubs did not respond to these comments made by their followers.

Keywords: Sports Communication, Instagram

References: Yeniçıkı Nagihan Tufan, Halkla İlişkiler Aracı Olarak Instagram: Sosyal Medya Kullanan 50 Şirket Üzerine Bir Araştırma, Selçuk İletişim Dergisi, Cilt 9 sayı 2(2016)

Gençlik Hizmetleri Ve Spor İl Müdürlüğü'ndeki Çalışanların Görüşlerine Göre Yöneticilerin Yöneticilik Becerilerinin Örgüt İklimine Katkısı

²Cumaali Yavuz, ¹Yunus Emre Karakaya, ³Tamer Karademir

¹Firat University, Faculty Of Sport Sciences, Elazığ

²Youth Services And Sports Provincial Directorate, Elazığ

³Sütçü İmam University, High School Of Physical Education And Sports, Kahramanmaraş

Email : cyavuz123@gmail.com, emrekarakaya@firat.edu.tr, tamer.karademir@hotmail.com

Bu araştırma, Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü'nde görev yapan personelin görüşlerine göre yöneticilerin yöneticilik becerilerinin örgüt iklimine etkisini ortaya koymak amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın örneklem grubunu rastgele yöntem ile seçilmiş beş ilde il müdürlüklerinde (Elazığ ili: 17 kişi, Diyarbakır ili: 10 kişi; Gümüşhane ili: 14 kişi, Isparta ili: 18 kişi, Kırklareli ili: 14 kişi) görev yapan toplam 73 personel oluşturmaktadır. Araştırmaya veri toplamak amacıyla Akar (2006) tarafından geliştirilen "Yöneticilerin Algılanan Yöneticilik Becerilerin Örgüt İklimine Katkısı Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek formu 4 alt boyuttan ve toplam 30 ifadeden oluşmaktadır: "İşe dönüklük", "Anlayış gösterme", "Yakından kontrol" ve "Yüksekten bakma". Verilerin analizinde, frekans, yüzdelik hesaplamalar kullanılmıştır. Ayrıca, ölçeğin puan ortalamaları açısından, tanımlayıcı istatistik, normallik analizi ve homojenlik sonuçları incelenmiştir. Verilerin normal dağılım göstermemelerinden dolayı bağımsız ikili grup karşılaştırmalarında non-parametrik testlerden Mann-Whitney U testi, çoklu grup karşılaştırmalarında ise Kruskal-Wallis H testi uygulanmıştır. İstatistiksel anlamlılık derecesi Alpha (α) yanılma düzeyi ise $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir. Söz konusu analizler sonucunda şu sonuçlara ulaşılmıştır: Örneklem grubun kurumdaki görevi, yaşı, medeni durumu, eğitim durumu değişkenlerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmemiştir. Ölçeğin, "İşe dönüklük" alt boyutunda; kadro durumu değişkeninde ($0,009 < p$), mesleki kıdem değişkeninde ($0,041 < p$) ve görev yılı değişkeninde ($0,039 < p$) anlamlı farklılıklar elde edilmiştir. "Anlayış gösterme" alt boyutunda; cinsiyet değişkeninde ($0,012 < p$) ve mesleki kıdem değişkeninde ($0,045 < p$) anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Yine, "Yüksekten bakma" alt boyutunda ise görev yeri değişkeninde anlamlı farklılık görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Spor sektöründe çalışanlar, Örgüt iklimi, Yöneticilik becerileri

Contributions Of The Management Skills Of Managers To Organizational Climate According To The Opinions Of Employees Working in Directorate Of Youth Services And Provincial Directorate Of Youth And Sports

This study was conducted in order to reveal the effects of management skills of managers to organizational climate, according to the opinions of employees working in the Directorate of Youth Services and Provincial Directorate of Youth and Sports. The sample group of the study comprises of 73 randomly chosen employees from five cities (Elazığ: 17 employees, Diyarbakır: 10 employees, Gümüşhane: 14 employees, Isparta: 18 employees and Kırklareli: 14 employees). In order to collect the data for the study, "Contributions of Perceived Management Skills of Managers to Organizational Climate Scale", which was developed by Akar (2006), was adopted. The Scale form consists of 4 sub-dimensions and a total of 30 matters. These are "Job Centeredness", "Tolerance",

“Close Control” and “Contempt”. In the data analysis, frequency and percentage calculations were used. Additionally, in terms of the mean points on the scale, determinant statistics, normality analysis, and homogeneity results were examined. Due to the inability of the data to present a normal distribution, in independent pair group comparisons, Mann-Whitney U test of non-parametric tests was adopted while Kruskal-Wallis H test was adopted in multiple group comparisons. The statistical meaningfulness degree Alpha (α) error rate was adopted as $p < 0,05$. The following results were obtained as a result of the mentioned tests: No statistically significant difference was observed according to the sample group's variables of duty in the institution, age, marital status, educational level. In the “Job Centeredness” sub-dimension of the scale, meaningful differences were observed in the variables of position status ($0,009 < p$), professional seniority ($0,041 < p$) and service time ($0,039 < p$). In the “Tolerance” sub-dimension, meaningful differences were observed in the variables of gender ($0,012 < p$) and professional seniority ($0,045 < p$). Furthermore, in the “Contempt” sub-dimension, meaningful differences were observed in the variable of the place of duty.

Keywords: Employees working in sports sector, Organisational climate, Management skills.

E-Spor Oyunlarının Tercih Edilme Nedenleri Üzerine Bir Araştırma

¹Merve Şabanoğlu, ¹Velittin Balci, ¹Övünç Erdeveciler, ¹Yeliz Daşdemir

¹Ankara Üniversitesi

Email : msbgnl95@gmail.com, vbalci2@gmail.com, ovunc.erdeveciler@gmail.com,

Elektronik spor, dünyanın dört bir yanından kişilerin internet aracılığıyla ya da belirli zamanlarda düzenlenen uluslararası büyük organizasyonlarla buluşup, oyun oynayabilecekleri bir etkinlik olarak tanımlanmaktadır. Son yıllarda popülerliği artan bu etkinliğe, ülkemizde de artan sayılarla katılım sağlandığı gözlenmektedir. Bu çalışmanın temel amacı e-spor oyunlarını serbest zamanlarında bir etkinlik olarak tercih eden kişilerin tercih nedenlerini araştırmak ve istatistiksel olarak analiz etmektir. Bu çalışmanın verileri Nisan 2017 tarihinde toplanmıştır. Tarama modellenli araştırmada çalışma grubuna haftada en az iki gün düzenli olarak e-oyun oynayan 17'si kadın 33'ü erkek 50 kişi dahil edilmiştir. Araştırmacı tarafından hazırlanmış soru formları kullanılarak veriler toplanmıştır. Cevapların, seçilen parametrelere göre istatistiksel açıdan anlamlı bir fark gösterip göstermediklerinin tespit edilmesi amacıyla Chi-Square ve Fisher's Exact testleri uygulanmış ve anlamlı çıkan farkın kaynağının tespiti için Crosstabs tabloları kullanılmıştır. Araştırmada anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak alınmıştır. Düzenli olarak e-spor oynayan katılımcılara yöneltilen sorularda cinsiyete göre branş seçiminde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Crosstabs tablosu incelendiğinde Kadın oyuncuların strateji-aksiyon kategorisindeki oyunları hiç tercih etmediği RPG kategorisinde erkeklere oranla daha fazla yönelim olduğu, erkeklerin ise Spor, FPS ve Strateji-Aksiyon kategorilerine daha fazla yönelim gösterdikleri gözlenmiştir. MOBA kategorisini kadın ve erkek katılımcılar tarafından eşit oranda tercih edildiği gözlenmiştir. Sonuç olarak; ülkemizde e-spor oyunlarına katılımı etkileyen nedenlerden eğitim durumu, oyuna ayrılan süre, oyunun nerede oynandığı ve oyunun ne kadar zamandır oynandığı parametreleri açısından değerlendirildiğinde aralarında istatistiksel olarak anlamlı farklar bulunmuştur. Cinsiyete göre oynama süresinde, oyunun nerede oynandığı ve ne sıklıkla oynandığı, oyunun oynandığı cihaza göre oynama süresi, oynama sıklığı, eğitim durumu ve cinsiyet parametreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar bulunamamıştır. Bunun alt gruplar açısından yeterli sayıda katılımcının bulunamaması nedeniyle olduğu düşünülmektedir.

A Research on the Reasons for the Preference of E-Sports Games

Electronic sports is defined as an event where people from all over the world can meet and play games with the internet or via large international organizations organized at certain times. It is observed that this activity, which has increased in popularity in recent years, has also increased in our country. The main aim of this study is to investigate and statistically analyze the reasons of preference of those who prefer e-sports games as an activity in their free time. The data of this study were collected on April 2017. In the study with the screening model, 50 men were included in the study group, 17 women and 33 men who regularly e-play at least two days a week. Data were collected using questionnaires prepared by the researcher. Chi-Square and Fisher's Exact tests were applied to determine whether the answers showed statistically significant differences according to the selected parameters, and Crosstabs tables were used to determine the significant difference source. Significance level in the study was taken as $p < 0.05$. There was no statistically significant difference in the selection of the branches according to sex in the questions directed to participant who regularly played e-sports. When the crosstabs table was examined, it was observed that female players had more tendency in the RPG category than in the men who did not prefer the games in the strategy-action category and men had more tendency in the Sports, FPS and Strategy-Action categories. It has been observed that the MOBA category is equally preferred by both male and female participants.

As a result; There were statistically significant differences between the reasons of participation in e-sports games in our country in terms of educational status, time to leave the game, where the game was played and how long the game was played. There were no statistically significant differences

Spor Ekonomisi **Sports Economy**

KSB193

Sanal Dünyada En-Şikâyet Devri: Spor Ayakkabısı Markalarına Yönelik Reel Şikâyetlerin İncelenmesi

¹Hamza Kaya Beşler, ¹Durdu Mehmet Savrun, ¹Sabiha Gizem Engin

¹Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

Email : hamzakayabesler@gmail.com, dmsavrun@anadolu.edu.tr, s.gizemengin@gmail.com

Giriş Ve Amaç Teknolojik gelişimler E-Pazarlama kavramının yanında E-Şikâyet platformlarının da oluşmasına olanak sağlamıştır (Elley ve Tilley, 2009). Tüketici memnuniyetsizliğini, satın alma sonrası ürünün durumuna göstermektedir. İnternet bu bağlamda tüketici ile üretici arasında yüz yüze gelmeden şikâyetlerini iletebilme olanağı sağlamaktadır (Argan M. T.,2014). Alanyazında yeni olan Eletronik Negatif Ağızdan Ağıza İletişim (EN-WOM) ise kişinin kötü deneyimler sonucunda ürün veya hizmetle ilgili deneyimlerini internet ortamında olumsuz görüşler beyan ederek başkaları ile paylaşması olarak tanımlanmaktadır (Liu ve Keng, 2014; Riquelne ve Roman, 2014). Bu bilgiler ışığında, çalışmanın amacı; marka spor ayakkabılarını kullanan tüketicilerin deneyimleri sonucu bu markalara yönelik şikâyetlerini EN-WOM bağlamında değerlendirmektir.

Yöntem 2001 yılında kurulmuş olup 16 yıldır hizmet veren www.sikayetvar.com sitesindeki “Adidas”, “Nike”, “Puma” marka ayakkabılarına yönelik son bir yıl içerisindeki 591 şikâyetler incelenmiştir. Bu amaç doğrultusunda nitel araştırma yöntemi tercih edilmiş olup elde edilen şikâyetler içerik analizi yöntemi ile analiz edilmiştir. Elde edilen veriler iki araştırmacı tarafından ayrı bir şekilde analiz edilerek karşılaştırılmıştır. Daha sonrasında ise iki araştırmacının da mutabık olduğu temalar altında toplanarak yorumlanmıştır.

Bulgular ve Sonuç Araştırmanın sonucuna göre Adidas, Nike ve Puma marka spor ayakkabılarına yönelik tüketici şikâyetleri “sağlık/güvenlik”, “kalite”, “konfor/rahatlık” ve “satış sonrası değerlendirme” temaları altında değerlendirilmiştir. Bu sonuca göre tüketicilerin üç markada da en çok şikâyet ettikleri konular arasında spor ayakkabılarının kalitesi ve satış sonrası hizmetlerin olduğu saptanmıştır. Bunun akabinde ise sağlık ve konfor noktasında da kayda değer şikâyetler ortaya çıkmıştır. Sonuç olarak; belirtilen marka ayakkabılar her ne kadar çok tercih edilse de, derinlemesine incelendiğinde bu marka spor ayakkabılarına yönelik ciddi şikâyetlerin olduğu tespit edilmiştir. Anahtar Kelimeler: Şikâyet, E-Şikâyet, Spor Ayakkabı Markaları

Kaynaklar Elley, B., ve Tilley, S. (2009). Online Marketing Inside Out. Collingwood, Australia: Sitepoint. Argan, M. T. (2014). E-Şikâyetle İlgili Tanımlayıcı Bir Çalışma: Şikâyet Forumu Olarak Bir Web Sitesinin Sosyal ağ Analizi. Journal of Internet Applications and Management, 5(1), 49 66.

EN-Complaint Age in Virtual World: The Examination Of Real Complaints Towards Sneakers Brands

Introduction And Purpose Technological developments has brought online complaining opportunities on different platforms. Consumers show their dissatisfactions towards products after the consuming process is completed. Internet gives the consumers to share their' complains without coming face to face with producers.

A new term electronic negative word of mouth (EN-WOM) is defined as consumers sharing their negative thoughts and complaints on social platforms. In line with this information the purpose of this study is to examine the complaints of consumers towards sneakers brands.

Method 591 complaints regarding 'Adidas', 'Nike', 'Puma' in www.sikayetvar.com was analyzed. Qualitative research method was chosen and complaints were content analyzed. Results were analyzed by two different researchers and gather under suitable themes.

Findings And Conclusion According to the results of the study complaints were considered under 'health/safety', 'quality', 'comfort' and 'after sale services' themes. When these themes are considered complaint results showed that consumers have more complains about quality and after sale services of these three brands. In addition it was determined that there are considerable complaints about health and comfort of these brands. In conclusion when these brands deeply analyzed it has been determined that there are serious complaints about even though are famous and preferable.

Keywords: Complaint, E-Complaint, Sneakers brands

KSB510

Sporda Ekonomi Yönetimi Uygulamaları

¹Sebahattin Devecioğlu

¹Fırat Üniversitesi , Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

Email : sdevecioglu@gmail.com

Bilim ve teknolojiadaki gelişmeler ile birlikte, Dünyadaki küreselleşme hareketleri ekonomik yapıyı da şekillendirdiği bilinmektedir. Toplumun diğer katmanlarında olduğu gibi, spor kurumları ve organizasyonlarını da gelişen yeni ekonomik sürece uyum sağlamalarını gerekli kılmaktadır. Spor ve unsurları ekonomik sistemler içerisinde önemli bir yere sahip olup, bu özelliği ile ekonomik gelişmelerden etkilenmekte, hatta ekonomik gelişmeleri etkilemektedir. Yeni ekonomik sistem içerisinde yer alan birçok gelişme spor kurumlarını, organizasyonlarını yakından ilgilendirmekte olup, bu gelişmelerin sporu hangi boyut da etkileyebileceği tartışma konusudur.

Dünya ekonomisindeki gelişmeler ile birlikte, önemli değişim ve dönüşüm yaşandığı bir gerçektir. Ekonomideki gelişmelerin getirdiği yenilikler spor sektöründe önemli değişimlere yol açmıştır. Dünyadaki spor kurumları ve organizasyonları ekonomideki gelişmeleri yakından takip ederek, kurumsal yapıyı, yeni ekonominin kurallarına uygun şekilde düzenlemek zorundadır.

Bu çalışmada betimsel yöntem kullanılarak ulusal ve uluslararası spor kurumları, yönetim ve organizasyonlarında ekonomi yönetimi uygulamaları örnekler ile birlikte değerlendirilecektir

Anahtar Kelimeler : Spor, Ekonomi, Yönetim, Organizasyon

Economy Administration Applications in Sports

Along with the developments in science and technology, globalization movements in the world are known to form economic structure as well. As is in other layers of the society, it also requires sports institutions and organizations to adapt into newly developing economic process. Sports and its components have an important place within economic systems, it is influenced by economic developments and even has an effect on economic developments thanks to this property. Several developments included within new economic system concern sports institutions and organizations closely, it is a matter of debate to what extent these developments will influence sports.

It is a fact that a significant change and transformation experienced with the developments in world's economy. Innovations brought by economic developments have led to significant changes in sports sector. Sports institutions and organizations in the world have to regulate institutional structure appropriately to rules of new economy by closely following economic developments.

The present study will evaluate economy administration applications with examples in national and international sports institutions, managements, and organizations by using descriptive method.

Keywords : Sports, Economy, Administration, Organization

Spor Yönetimi **Sports Management**

KSB1

Akademik Personelin Serbest Zamanlarında Sıkılma Algıları ve Boş Zaman Engelleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

‘Hüseyin Öztürk

¹Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, Gaziantep

Email : ozturkavrasya@hotmail.com

Bu araştırmanın amacı, üniversitede çalışan akademik personelin boş zamanlarında rekreatif etkinliklere katılamamalarının önündeki engelleri ve boş zamanlarda sıkılma algılarını belirlemek amacı ile hazırlanmıştır. Çalışmaya 417 akademik personel katılmıştır. Araştırmada veri toplama araçları, Türkçe uyarlamasını Kara, Gürbüz ve Öncü (2014) tarafından yapılan Serbest Zamanda Sıkılma Algısı ve Gürbüz ve diğerleri (2012) tarafından doğrulayıcı faktör analizi ile faktör yapısı yeniden test edilen Boş Zaman Engelleri Ölçekleri kullanılmıştır.

İstatistiksel analizler için SPSS 22.0 paket programı kullanılmıştır. Tanıtıcı istatistik olarak ve ortalama $\pm$ Std. Sapma değerleri verilmiştir. İki bağımsız grup karşılaştırılmasında Student t-testi, İki den fazla bağımsız grubun karşılaştırılmasında ANOVA ve Tukey çoklu karşılaştırma testleri, Kategorik değişkenler arasındaki ilişkiler ise Korelasyon analizi ile test edilmiştir.

Araştırma sonucunda; Cinsiyete göre Boş Zaman Sıkılma Algısı ($t=5.99$, $p=0.00$) ve Boş Zaman Engelleri ölçeği ($t=2.68$, $p=0.00$) ile anlamlı fark olduğu, Akademik unvan ile Boş Zaman Engelleri ölçeği alt boyutlarından Bireysel Psikoloji ($F=13.9$, $p=0.00$), Tesis ($F=3.22$, $p=0.02$) ve Zaman ($F=5.11$, $p=0.02$) alt boyutlarında anlamlı ilişki olduğu, Boş Zaman Engelleri ölçeği ile Boş Zamanlarda Sıkılma Algısı Ölçeği ($r=0.25$, $p=0.00$) ve alt boyutu sıkılma algısı ($r=0.84$, $p=0.00$) arasında anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Boş Zaman, Rekreasyon, Etkinlik, Katılım Engelleri, Sıkılma Algısı.

Investigation of Relationship between Perception of Vacancies and Leisure Time Blocks of Academic Staff

The purpose of this study was to identify the hurdles to prevent college-based academic staff from participating in recreational activities in their spare time, and to determine the perception of fretting in leisure time. 417 academic staff members participated in the study.

Data collection tools in the study, Free Time Algebra by Turkish, Kara, Gürbüz and Öncü (2014) and Leisure Time Scales with factor structure re-tested by Gürbüz et al. (2012). SPSS 22.0 package program was used for statistical analysis. Introductory statistics and mean $\pm$ Std. Deviation values are given. Student t-test was used to compare two independent groups, ANOVA and Tukey multiple comparison tests were used to compare multiple independent groups, and correlations between categorical variables were tested.

As a result of the research; There was a significant difference in terms of Leisure Time Perception ($t= 5.99$, $p =0.00$) and Leisure Time Scale ($t= 2.68$, $p= 0.00$) according to the sex, Individual Psychology ($F = 13.9$, ($R = 0.25$, $p= 0.00$) were significantly correlated with the subscales of Time ($F = 5.11$, $p = 0.02$)) And the sub-dimension was significant ($r = 0.84$, $p = 0.00$).

Keywords: Leisure, Recreation, Activity, Participation Barriers, Perception of Tightness

İç Anadolu Bölgesindeki Profesyonel Futbolcuların İş Doyum Düzeylerinin Değerlendirilmesi

¹Yalçın Uyar, ¹Hakan Sunay, ¹Ahmet Atlı

¹Ankara Üniversitesi, Ankara

Email : yalcinuyar@gmail.com, hsunay@ankara.edu.tr, atliahmett@gmail.com

Giriş ve Amaç: Futbolu bir iş kolu olarak düşündüğümüzde bu mesleği icra eden kişiler,işin profesyonelleri yani futbolcular bu iş kolunun emekçileri konumundadır.Futbolun tüm dünyada ilgiyle izlenmesi ve futbolu hayatının bir parçası haline getiren kitleler sayesinde her geçen gün katlanarak artan futbolun ekonomik gücü bu mesleğin emekçilerinin astronomik ücretler kazanmasını da beraberinde getirmiştir.Günümüz dünyasının mutluluk kaynağı olan tüketim alışkanlıkları yüzünden bugün bir çok insan para ve mutluluk kavramlarını birbirini tamamlayan unsurlar olarak görmektedir.Bu zinciri oluşturan öğelerin başında gelen mesleklerden bir tanesi de aldıkları paralarla sürekli gündemde tutulan futbolculardır.Yirmili yaşlarının başından itibaren yaşlılarının hayal dahi edemeyeceği paralar kazanan futbolcuların işlerinden elde ettikleri mutluluk ve doyumun ne düzeyde olduğu yukarıda sözü geçen nedenlerden dolayı göz ardı edilmiş ve fazla sorgulanmamıştır.Bu bağlamda çalışmanın amacı,İç Anadolu Bölgesindeki profesyonel futbol takımı oyuncularının iş doyum düzeylerinin değerlendirilmesidir.

Yöntem: Betimsel araştırma modeline uygun olarak düzenlenen araştırmanın evrenini,2016-17 sezonunda İç Anadolu Bölgesindeki profesyonel futbol takımlarında yer alan toplam 384 futbolcu oluşturmaktadır.Örneklemini ise ilgili evrende yer alan toplam 158 futbolcu oluşturmuştur.Araştırmada veri toplama aracı olarak, Balcı(1985)tarafından geliştirilmiş olan ve 34 maddeden oluşan iş doyum ölçeği kullanılmıştır.Ölçek uzman görüşleri alınarak çalışma gurubuna uyarlanmıştır.Verilerin istatistiksel analizinde, aritmetik ortalamalar,farklılıkların tespitinde varyans analizi, veri toplama aracının güvenilirliği için ise cronbach alpha katsayılarına bakılmıştır.Ölçeğin geneli için yapılan güvenirlik çalışmasında Cronbach Alpha katsayısı.934 olarak hesaplanmıştır.

Bulgular: Araştırmada, yaş, futbol sektöründeki hizmet yılı,eğitim durumu,şu an oynadığı takımdaki hizmet yılı ve oynadığı mevki değişkenlerine göre anlamlı farka rastalanmazken,bir sezonda oynadığı toplam maç sayısı değişkeninde anlamlı fark olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Sonuç:Araştırma sonucunda,profesyonel futbolcuların iş doyumlarının ölçeğin geneline en düşük doyumunu mesleğinde gelişme($X=3,62$),alt boyutundan sağladıkları,en yüksek doyumunu ise iş niteliği($X=4,11$),alt boyutundan sağladıkları görülmüştür.

Kaynaklar:Balcı,Ali(1985),Eğitim Yöneticilerinin İş Doyumu Yayınlanmamış Doktora Tezi,A.Ü.Sosyal Bilimler Enstitüsü,Ankara,1985.

Evaluation of Professional Football Players Job Satisfaction Levels in The Central Anatolian Region

Introduction and Aim: When we think of football as a line of business,those who perform this profession are the professionals of the business,footballers are the laborers of this line of business.

Thanks to the attention of football all over the world and the masses that make football a part of its life, the economicalpower of football which has been increasing day by day has brought with it the astronomical wages of this occupation's workers. The purpose of working in this context is to assess the level of job satisfaction of the players of professional soccer teams in the Central Anatolia Region.

Method:The universe of the research,organized in accordance with the descriptive research model, constitutes a total of 384 football players in the professional football teams in Central Anatolia during the 2016-17 season.A total of 158 players were included in the sample.As a means of data collection in the survey,a job satisfaction scale consisting of 34items developed by Balcı(1985)was used.In the statistical analysis of the data,arithmetic mean, variance analysis in the determination of the differences,and cronbach alpha coefficients in the reliability of the data collection tool.The Cronbach Alpha coefficient was calculated to be.934 in the reliability study for the general population.

Results: In the survey,it was found that there is a meaningful difference in the total number of matches played in a given situation,while it isnot found meaningful difference according to age,service years in the football sector,education status, service years in the team currently playing and position variables.

Conclusion: As a result of the research,it was seen that the job satisfaction of the professional footballers were generally found to be the lowest satisfaction "improvement in their profession($X = 3.62$),the lower level of satisfaction of their job satisfaction and the highest job satisfaction($X = 4.11$).

Resources: Balcı, Ali (1985),“Eğitim Yöneticilerinin İş Doyumu Yayınlanmamış Doktora Tezi, A.Ü.Sosyal Bilimler Enstitüsü,Ankara,1985.

Belediyelerin Gençlik ve Spor Politikalarının Değerlendirilmesi

¹Serkan Kurtipek, ¹İ. Fatih Yenel

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : serkankurtipek@gmail.com, fyenel@gazi.edu.tr

Bu araştırmada, ülkemizde yerel yönetimler organlarından belediyelerin görev ve sorumlulukları açısından gençlik ve spor hizmetleri ile ilgili üstlendikleri rollerin belediye yöneticilerinin görüşleri doğrultusunda değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Araştırmada, derinlemesine ve ayrıntılı bilgi sağlama yönüyle ön plana çıkan nitel araştırma yaklaşımı kullanılmıştır. Araştırmanın amacı çerçevesinde tercih edilen çalışma deseni ise, bir ya da birkaç özel durumu derinlemesine inceleyerek analiz etmek amacıyla kullanılan durum çalışması desenlerinden iç içe geçmiş durum çalışması modelidir. Araştırmanın çalışma grubunu Ankara ilindeki yerel yönetim organlarından belediyelerin farklı birimlerinde görev yapan yöneticiler (belediye başkanları, belediye başkan yardımcıları, gençlik ve spor hizmetleri dairesi başkanı ve ilgili birimlerin şube müdürleri) oluşturmaktadır. Çalışma grubunun seçiminde, amaçlı örneklem yöntemlerinden ölçüt örnekleme kullanılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmış ve elde edilen verilerin analizinde betimsel analiz tekniği uygulanmıştır. Araştırma sonucu olarak, halka en yakın kuruluşlar olan belediyelerin gençleri kötü alışkanlıklardan korumak, sağlıklı nesiller yetiştirmek ve herkesin spor yapmasını sağlamak açısından çok önemli bir role sahip olduğu ve sosyal belediyecilik anlayışı çerçevesinde çoğu belediye yöneticilerinin bu durumun farkında olduğu dolayısıyla belediyelerin gençlik ve spor hizmetlerine önem verdiği ancak uygulama aşamasında mali kaynakların yetersizliğinden ve mevzuattan kaynaklanan nedenlerden dolayı sıkıntılar yaşandığı söylenebilir. **Anahtar Kelimeler:** Gençlik, Spor, Yerel Yönetimler, Belediyeler

Evaluation Of Youth And Sports Policies Of Municipalities

In this research, the roles of the municipalities in the metropolitan areas, one of the local governing bodies in our country, about youth and sport services were aimed to evaluate in the direction of municipality administrators in terms of their duties and responsibilities. In research, qualitative research approach featured with its way of providing in-depth and detailed information was used. Study design preferred pursuant to aim of research is the interwoven case study model from the case study models used to analyse by examining deeply one or several special cases. The sample of study consists of the administrators (mayors, deputy mayors, head of department of youth and sport services and departmental manager of related relevant departments) working in different departments of municipalities from local governing bodies in the city of Ankara. Criterion sample from purposeful sampling methods was used in selection of the sample of study. In research, semi-structured interview form was used as a data collection tool and descriptive analysis technic was used for the analysis of the data obtained. As a result of research, it can be said that municipalities that are the closest institutions for public have a very important role in terms of protecting youth from bad habits, raising healthy generations and enabling everyone to play sports; and as part of the understanding of social municipal work, most of the municipality administrators are aware of this, and so municipalities attach importance to youth and sport services. But it can be argued that the implementation phase has suffered from insufficient financial resources and due to the reasons arising from the legislation. **Keywords:** Youth, Sport, Local Government, Municipalities

KSB89

Fitness Merkezi Müşterilerinin Hizmet Kalitesine Yönelik Beklenti ve Algılarının Değerlendirilmesi - Sakarya İli Örneği

¹Gökhan Çakmak, ²Sevda Çiftçi

¹Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Spor Yöneticiliği ABD, Sakarya

²Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

Email : cakmakgokhan23@gmail.com, sciftci@sakarya.edu.tr

Bu çalışmanın amacı, fitness merkezlerinden yararlanan müşterilerin hizmet kalitesine yönelik beklentileri ile algılarının değerlendirilmesidir. Çalışmaya Sakarya ilinde faaliyet gösteren 7 farklı fitness merkezinden yararlanan 175 aktif üye gönüllü olarak katılmıştır. Veri toplama aracı olarak Parasuraman ve arkadaşları (1988) tarafından geliştirilen ve 7'li likert şeklinde hazırlanmış olan SERVQUAL Hizmet Kalitesi Ölçüm Anketi kullanılmıştır. Analizlerden elde edilen bulgularda beklenen hizmet ve algılanan hizmet kalitesi cinsiyet, gelir düzeyi, tesisi kullanma sıklığı ve eğitim düzeyi değişkenleri açısından incelenmiştir. Tüm değişkenlerde beklenen hizmet kalitesi ve algılanan hizmet kalitesi boyutlarında farklılıklar bulunmuştur. Ayrıca katılımcıların müşteri hizmetlerine ilişkin görüşleri ile ilgili maddeler arasında korelasyon değerleri anlamlı olarak gözlenmiştir.

Evaluation Of Expectations And Perceptions For The Service Quality Of Fitness Center Costumers - Example Of Sakarya Province

The aim of this study is to evaluate the expectations and perceptions of the service quality of the customers who use the fitness centers. 175 active volunteers participated in the study who are the active members of 7 different fitness centers operating in the Sakarya province. As a data collection tool SERVQUAL (Service Quality Measurement Questionnaire) seven points on the likert form was used which was developed by Parasuraman et al (1988). In the findings, the expected service and perceived service quality analyzed in terms of some variables such as gender, income level, the usage frequency of facility, education level. Expected service andt perceived quality dimensions has been found significant differences in all variables. It also has been observed the participants' views on items about with customer service correlates.

Üniversiteler Arası Spor Karşılaşmalarına Katılan Üniversite Öğrencilerinin Bireysel Sorumluluk Düzeylerinin İncelenmesi

¹Yusuf Barsbuğa, ¹Abdil Arı, ²Nazlı Deniz Yılmaz

¹Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Ana Bilimdalı, Konya

²Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Ana Bilimdalı, Konya

Email : abdiları_07@hotmail.com, yusufbarsbuga, abdiları_07@hotmail.com, denizyilmaz@selcuk.edu.tr

Bireysel sorumluluk, bireyin sahip olduğu aile, arkadaşlık ilişkileri ve çevresel faktörlere göre farklılık gösteren bir değişkendir. Bu değişken, bireyin sergilediği davranışlar aracılığıyla, toplumsal boyutta saygınlık kazanmasına yada kaybetmesine etki etmektedir. Bireysel sorumluluk, yaşamın her noktasında bireyi etkilese de en önemli ayırt edici rolünü, toplumsal olarak birlikteliğin en üst seviyede yaşandığı ortamlarda göstermektedir. Sportif karşılaşma veya etkinlikler de bahsi geçen toplumsal birlikteliğin yaşandığı önemli yerlerden biridir. Bu çalışmanın amacı; Üniversite Sporları Federasyonu'nun 2017 yılı faaliyet programında yer alan ve 1-3/5/2017 tarihleri arasında Selçuk Üniversitesinde gerçekleştirilen, Koç Spor Fest Üniversiteler Arası Eskrim- Karete- Oryantiring Türkiye Şampiyonaları'na katılan öğrencilerin bireysel sorumluluk düzeylerini incelemek ve bazı değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemektir. Araştırma grubunu, belirtilen yarışmalara katılan 243 sporcu öğrenci oluşturmaktadır. Tarama (survey) modeli esas alınarak yürütülen bu çalışmada; Singg ve Ader (2001) tarafından geliştirilen, Türkçe geçerlilik ve güvenirliği Doğan (2015) tarafından yapılan Öğrenci Bireysel Sorumluluk Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde ve hesaplanmış değerlerin bulunmasında SPSS 16.0 istatistik paket programı kullanılmıştır. Veriler yüzde, ortalama ve standart sapmalar verilerek özetlenmiştir. Veriler normal dağılım gösterdiğinden dolayı ikili küme karşılaştırmaları için bağımsız grup t testi, ikiden fazla küme karşılaştırmaları için Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Bu çalışma kapsamında ölçek güvenirlik katsayısı .77 olarak hesaplanmıştır. Araştırmada anlamlılık düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Bireysel Sorumluluk, Üniversite Öğrencileri

A Scrutiny on the Individual Responsibility Levels of the University Students Participating in Intercollegiate Sports Competitions within Sports Environment

Individual responsibility is a variable that differs in line with the family of an individual, his/her friendship relations, and environmental factors. This variable affects the fact that whether the individual gains prestige in a society or not by means of his/her behaviors. Even though individual responsibility affects an individual at all points of life, it exhibits its most distinguishing role in the environments where social unity is experienced at utmost level. Sportive competitions or events constitute one of the important areas where such social unity is experienced. The objective of this study is to examine the individual responsibility levels of the students participating in the Koç Sports Fest Intercollegiate Fencing- Karate- Orienteering Turkey Championships that was available in the 2017 activity program of the University Sports Federation and that was held on 1-3/5/2017 at Seljuk University and to determine whether they differentiate according to some variables or not within sports environment. The research group is constituted by 243 sportspeople taking part in the mentioned competitions. In this study conducted on the basis of the survey model, the Student Individual Responsibility Scale, which was developed by Singg and Ader (2001) and whose validity and reliability in Turkish was testified by Doğan (2015), was used.

16.0 statistics package program was used in the evaluation of the data and in finding the calculated values. The data were summarized by providing the mean and standard deviations. As the data exhibited normal distribution, for the binary cluster comparisons, the independent group t test, and for the comparisons of multiple clusters, One Way Variance Analysis (ANOVA) were used. The scale reliability coefficient within the scope of this study was calculated as .77. The level of significance in the study was taken as 0.05.

Keywords: Sports, Individual Responsibility, University Students

Uygulayıcı Rekreatif Spor Lideri Ölçeği

¹Veli Onur Çelik, ¹Ümit Can Büyükkakul, ¹Durdu Mehmet Savrun, ¹Sabiha Gizem Engin, ¹Hamza Kaya Beşler

¹Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

Email : onurcelik@anadolu.edu.tr, uc_buyukakgul@anadolu.edu.tr, dmsavrun@anadolu.edu.tr, sabihagizemengin@anadolu.edu.tr, hamzakayabesler@anadolu.edu.tr

Giriş ve Amaç Spor, rekreasyonun en önemli alanlarından birini oluşturmaktadır. Rekreasyon ve spor kavramlarının birbiri içerisine geçtiği bir gerçek olarak kabul edilmektedir. İki kavram arasındaki bağları ve ayrıştıkları noktaları açıklamaya yönelik birçok girişim hem akademisyenler hem de araştırmacılar tarafından ortaya konulmuştur (Sawyer ve Smith, 1999; Richard, 2002). Bu birliktelikten doğan çeşitli iş fırsatları günümüzde birçok kişi için birincil gelir kaynağı olarak görülmektedir. Bu çalışma, rekreatif spor alanında çalışan uygulayıcıların liderlik özelliklerinin ortaya konması amacıyla gerçekleştirilmiştir.

Yöntem Bu amaç doğrultusunda alan yazın taraması yapılarak rekreatif spor liderlerinin özellikleri incelenmiştir. Sonrasında spor rekreasyonu alanında çalışan uygulayıcılar, rekreasyon bölümü öğrencileri ve rekreasyon bölümü öğretim üyeleri ile ayrı ayrı gerçekleştirilen odak grup görüşmeleri ile uygulayıcı rekreatif spor liderlerin özellikleri hakkında görüşleri alınmıştır. Görüşmeler sonucunda ortaya çıkarılan ifadelerden bir ölçek formu oluşturulmuştur. 304 katılımcıya uygulanan bu ölçek formundan elde edilen bulgular açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizine tabi tutulmuştur. Ayrıca; elde edilen yapıların korelasyon analizleri yapılmış ve uyum iyiliği indeksleri saptanmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Faktör analizi sonucunda ortaya 9 boyut ve 39 ifadeden oluşan bir yapı çıkmıştır. Boyutlar sırasıyla yönetim becerisi, uygulama, kişilik, bilgi, liderlik tarzı, duygusal zekâ, deneyim, uyum-koordinasyon ve iletişim becerisi olarak belirlenmiştir. Daha sonra ortaya çıkan faktör yapıları arasındaki ilişkiyi incelemek adına korelasyon analizi yapılmıştır. İncelendiğinde Pearson Korelasyon katsayılarının 0,216 ile 0,673 arasında değerler aldığı görülmektedir. Yapılan DFA sonucunda faktör yapılarına ilişkin uyum iyiliği indeksi değerlerinden bazılarının kabul edilebilir sınırlar içinde yer aldığı ancak bazılarının bu sınırlar dışında kalan değerler aldığı görülmektedir. Sonuç olarak; geliştirilen bu ölçeğin, Türkiye’de ilk ve tek olmasından dolayı, gelecekteki çalışmalara ışık tutabilecek nitelikte olduğu düşünülmektedir.

Kaynaklar Reeder, R. J., & Brown, D. M. (2005). Recreation, tourism, and rural well-being(No. 7). Washington, DC: US Department of Agriculture, Economic Research Service. Sawyer, T., & Smith, O. (1999). The management of clubs, recreation, and sport: concepts and applications. Sagamore Publishing.

Recreational Sports Practitioner Leader Scale

Introduction and Purpose: Sports is an important part of recreation. It is a fact that definition of sports and recreation can be integrated. There has been studies done by academicians and researches in purpose of separating the definition of sports and recreation (Sawyer and Smith, 1999; Richard, 2002). However the integration of sports and recreation has created different job areas and financial income opportunities for individuals. In light of this information the purpose of the study is to define the leadership skills of practitioners.

Method: According to the purpose of this study there has been literature review to understand the recreational sports leader features. After literature review there has been focus group interviews with recreation practitioners, recreation department students and recreation department university members to find out their thoughts about the teachers of recreational practitioner. After the interview, scale form was developed by researchers according to the thoughts of the participants. 304 participants attended the developed scale and the findings were analyzed by exploratory and confirmatory factor analysis. In addition structures were correlation analyzed and their goodness of fit indicators were examined.

Findings And Conclusion: After factor analysis structure with 9 dimensions and 39 items were found. The 9 dimensions determined as management skills, practice, personality, knowledge, leadership style, emotional intelligence, experience, adaption and coordination and communication skills. Subsequently correlation analyze was done to examine the relationship between factor structures. Pearson correlation coefficient was found between 0,216 and 0,673. After CFA some of the goodness of fit indicators relationship towards factor structures were found acceptable while some of them were found unacceptable. In conclusion the scale which has been developed is first in Turkey. Thus it could be guiding light for future studies.

Spor Bilimleri Fakültesinde Uygulanan Modüler Eğitim Dersinin Değerlendirilmesi: Bir Üniversite Örneği

¹Cemile Nihal Yurtseven, ¹Suzan Dal, ²Eray Yurtseven

¹*İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı*

²*İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı*

Email : cny@istanbul.edu.tr, suzanndal@gmail.com, eyurt@istanbul.edu.tr

Giriş ve Amaç: Bu çalışma " Spor Bilimleri Fakültesinde Uygulanan Modüler Eğitim Dersinin Değerlendirilmesi: Bir Üniversite Örneği", İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde Modüler Eğitim dersi alan öğrencilerin tutum ve davranışlarını değerlendirmek amacı ile yapılmıştır. **Yöntem:** Bu kesitsel çalışma, toplam 180 öğrenci için Mart 2017 ile Nisan 2017 tarihleri arasında Fakültede Modüler Eğitim dersi alan öğrencilerin eğitim tarihinde gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada kullanılan veriler, katılımcıların sosyo-demografik özellikleri, öğrencilerin bilgi, tutum ve davranışlarının modüler eğitim yaklaşımı doğru belirlemek için hazırlanan 35 maddelik bir anket yoluyla elde edilmiştir. Anket 5'li likert skala aracılığıyla oluşturulmuş olup, Modüler eğitim dersi sonunda yüz yüze anket yöntemi ile uygulanmıştır. Araştırmaya katılmayı reddeden modüler eğitim dersi seçmeyen veya anketi eksik dolduranlar çalışma kapsamı dışında bırakılmıştır. Bu açıklayıcı ve kesitsel çalışmadan elde edilen veriler ortalama $\pm$ standart sapma ve yüzdelikler şeklinde belirlenmiştir. İstatistiksel analiz için SPSS 12.0 sürümü kullanılmıştır. Ki-Kare testi cinsiyet, yaş, sınıf ve okuduğu bölüm açısından katılımcılar arasında istatistiksel açıdan herhangi bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla kullanılmış olup % 95 güven düzeyinde yapılmıştır. ($p \leq 0,05$) anlamlı fark olarak kabul edilmiştir. **Bulgular ve Sonuç:** Çalışmaya katılanların yaş ortalamaları 22.81 ± 2.69 olup, minimum 19, maximum 31 yaş ortalaması tespit edilmiştir. Çalışmaya katılan 180 öğrencinin 121'i (%67,2) erkek olup, 59'u (%32,8) kadından oluşmaktadır. Fakültede öğrencilerin eğitim aldığı bölümlere göre yapılan değerlendirmede 91 öğrenci (%50,6) Spor Yönetimi, 33 öğrenci (%18,3) Antrenörlük Eğitimi aldığı tespit edilmiştir. Yapılan değerlendirmede öğrencilerin %72,8'i (n=131) modüler eğitimde bulunan etkinlikler ile içeriklerin birbirleriyle uyum halinde olduğunu bildirmişlerdir. Çalışmaya katılanların %69,5'i (n=125) modüler eğitim amaçlarının açık, net ve anlaşılır bir şekilde ortaya konduğunu bildirmişlerdir.

The Modular Training Course Applied in The Sport Sciences Faculty is Not Evaluated: A University Example

Introduction and Objective: This study was conducted with the aim of evaluating the attitudes and behaviors of the students who took Modular Education course at the Faculty of Sport Sciences of Istanbul University. **Method:** This cross-sectional study was carried out at the training date of the students taking the Modular Training course in the Faculty between March-April 2017 for a total of 180 students. The data used in this study were obtained through a 35-item questionnaire designed to determine the socio-demographic characteristics of the participants, the knowledge, attitudes and behaviors of students, and the modular education approach. The questionnaire was formed through the likert scale of 5 and was applied by the face - to - face survey method at the end of the modular education class. Those who did not choose the modular training course or refused to participate in the survey were excluded from the study. Data obtained from this descriptive and cross-sectional study were expressed as mean $\pm$ standard deviation. SPSS 12.0 was used for statistical analysis.

Findings and Conclusion: The average age of the participants was 22.81 ± 2.69 , and a minimum of 19 and a maximum of 31 years were determined. Of the 180 students who participated in the study, 121 (67.2%) were male and 59 (32.8%) were female. 91 students (50.6%) were given Sports Management and 33 students (18.3%) were trained according to the departments where the students were educated in the faculty. 72,8% (n = 131) of the students reported that the activities in the modular education were in harmony with the contents. 69.5% (n = 125) of participants in the study reported that the purposes of modular education were clearly and clearly defined.

SUNULMADI

Spor Kulüplerinin İdari ve Sportif Açıdan İşlevselliği İle Çalışanların Bireysel Performansına ve Motivasyonuna Etkisi: Bir Kulüp Örneği

¹Suzan Dal, ¹Cemile Nihal Yurtseven, ²Eray Yurtseven, ¹Deniz Ateş

¹İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı

²İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı

Email : suzandal@gmail.com, cny@istanbul.edu.tr, eyurt@istanbul.edu.tr, atesdeniz94@gmail.com

Sporun örgütsel yapısı ve taban birlikleri olan spor kulüpleri, sporun ve sporcunun gelişimde önemli bir etkindir. Günümüzde sporun işlevselliği sadece bir oyun yada eğlence değil, sağlıklı bir yaşam için vazgeçilmez bir unsur, sosyalleşmek için bir sebep, kültürlerin tanıtımı için bir araç haline almıştır. Spor kulüpleri, kişilere çok çeşitli amaçlar için çok çeşitte faaliyet yapma imkânı sağlayarak, boş zamanların verimli olarak değerlendirilmesinde kullanılan en önemli yönlendirmelerin başında gelmektedir. Bu amaçlar doğrultusunda kurulan ve her geçen gün sayıları ve büyüklükleri hızla artan spor kulüpleri, toplumsal yapı içinde bir zorunluluk haline almıştır. Kısacası çalışanların birebir performanslarını değerlendirme sürecidir. Bu çalışma, spor kulüplerinin idari ve sportif hizmet yönünden işlevsellik sorunlarını belirleyerek, özel bir spor işletmesinde çalışan bireylerin bireysel performanslarının çalışma yaşamına etkisinin ortaya çıktığı sonuçları inceleme amacını taşımaktadır. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS istatistiksel paket programı kullanılmıştır. Araştırmamız tanımlayıcı tipte bir araştırma olup; Mart-Nisan 2017 tarihleri arasında İstanbul ilinde bulunan özel bir spor kulübünde görev yapan tüm personele uygulanması amaçlanmıştır. Verilerin toplanması amacıyla ilgili literatürler yardımı ile hazırlanan anket aracılığıyla toplanmıştır. Çalışmada herhangi bir örneklem grubu seçilmemiş olup, evrenin tamamına ulaşılması amaçlanmıştır. Veriler hazırlanan anketlerin yüz yüze uygulanması yöntemi ile toplanmıştır. Söz konusu özel kulüpte 150 idari çalışanın tamamına ulaşılması hedeflenmesine karşın, çalışmaya katılmaya uygun bulmayan izinde olan veya verilerin güvenilir olmadığı düşünülen anketler kapsam dışında bırakılmış olup, toplam çalışma grubu 127 kişi olarak gerçekleşmiştir. Araştırmaya katılan spor kulübü çalışanlarının spor yöneticisi bireysel performans göstergesi açısından değerlendirildiğinde; en yüksek ortalama puanın ücretlerin zamanında ödenmesi olduğu, en düşük ortalama puanında kulübün alt yapıya ayrılan yatırımların olduğu ortaya çıkmıştır. Diğer yandan, “mali” sorularda kulüpteki görev ve cinsiyet, “hukuki” sorularda kulüpteki görev, “kulüp yönetimi” sorularında cinsiyet, eğitim durumu, kulüpteki görev ve yaş, “sosyal” sorularda kulüpteki görev ve yaş, “tesis ve alt yapı” sorularında ise cinsiyet ve kulüpteki görev değişkenlerine göre anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p < 0.05$).

The Impact Of Sports Clubs To Individual Performance And Motivation Of Workers With Administrative And Sportive Functionality: A Cluster Examination

Sports clubs, sports organizations and sports associations, which have organizational structure and base unions, are an important influence on the development of sports. Nowadays, sports functionality is not just a game or entertainment, it is an indispensable element for a healthy life, a reason to socialize, a tool for promoting cultures. Sports clubs established in line with these aims and increasing in number and size day by day have become a necessity in the social structure. In short, it is the process of evaluating individual performance of employees. The purpose of this study is to determine the functional problems of sports clubs in terms of administrative and sportive services and examine the effects of individual performance of individuals working in a specific sport on the working life. SPSS statistical package program was used to evaluate the obtained data.

Our research is a descriptive type of research; It is aimed to apply all the personnel who work in a special sports club in Istanbul province between March and April 2017. The data were collected by means of a questionnaire prepared with the help of related literature. No sample group was selected in the study. When the sport manager of the sports club employees participating in the survey is evaluated in terms of individual performance indicator; On the other hand, in the "financial" questions, the task and gender in the club, the role in the club in the "legal" question, the gender in the "club management" questions, the educational status ($p < 0.05$) were found to be related to the task and age in the club, the duty and age in the club in the "social" questions, and the gender and the club in the "facility and infrastructure" questions.

SUNULMADI

Futbol Süperlig Takım Taraftarlarının Sporda Fanatizm ve Şiddete İlişkin Görüşleri

¹Sercan Kural, ²Oğuz Özbek

¹Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Bartın

²Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : sercankural@hotmail.com, oguz.ozbek@sports.ankara.edu.tr

Bu araştırmanın amacı, Ankara'daki Futbol Süperlig takım taraftarlarının sporda şiddet ve fanatizm eğilimlerine ilişkin görüşlerinin incelenmesidir. Araştırmada betimsel yöntem kullanılmıştır. Veriler nicel ve nitel teknikler kullanılarak elde edilmiştir. Nicel veriler için araştırmanın evrenini Ankara'daki Süper Lig takımları "Osmanlıspor" ve "Gençlerbirliği" taraftarlarından passolig/e-bilet sahibi kişiler oluşturmaktadır. Örneklem seçiminde tesadüfi olmayan örneklem yöntemlerinden Kolayda Örneklem yöntemi kullanılmıştır. Osmanlıspor'un 17.692, Gençlerbirliği'nin ise 10.464 passolig/e-bilet sahibi taraftarı bulunmaktadır (passolig.com.tr). Ural ve Kılıç'a (2006) göre 0,05 tolerans gösterilebilir hata için 20.000 kişilik evrenden alınması gereken örneklem sayısı 377 kişi, 11.000 kişilik evrenden alınması gereken örneklem sayısı büyüklüğü 375 kişidir. Buna göre Osmanlıspor'dan 377, Gençlerbirliği'nden ise 375 taraftar örneklemi oluşmuştur. Nitel veriler için görüşme yapılan çalışma grubu, 10 Osmanlıspor, 10 Gençlerbirliği olmak üzere toplamda 20 seyirciden oluşmaktadır. Nicel verilerin analizi için verilerin normal olarak dağılıp dağılmadığı incelenmiştir. Veriler normal dağılmadığı için non- parametrik testlerden ikili gruplar için Mann Whitney U testi, ikiden fazla gruplar için Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır. Kruskal-Wallis testi sonucu gruplar arasında fark bulunması durumunda, farklı olan grubu bulmak için Model Viewer testi uygulanmıştır. Nitel veriler ise betimsel analiz yöntemi ile analiz edilmiştir. Taraftarlara göre, futbolda yaşanan şiddet olaylarında üzerinde durulması en önemli konuların başında taraftarların eğitim düzeyi gelmektedir. Ayrıca taraftarlar, şiddet olaylarının önüne geçilebilmesi için verilen cezaların takibinin yapılması gerektiğini düşünmektedirler.

Anahtar Kelimeler: Fanatizm, Futbol, Şiddet

Opinions Of Football Super League Team Fans On Sports Fanaticism And Violence

The aim of this research is to examine the opinions of football supporters in Ankara regarding their tendencies toward violence and fanaticism, attitudes towards the prevention of violence, and views on violence. The descriptive method was used in the study and quantitative and qualitative data were obtained. The supporters of the Super League teams in Ankara, "Osmanlıspor" and "Gençlerbirliği," that held e-tickets were the population sampled in this study; the population was sampled non-randomly. Osmanlıspor has 17,692 and Gençlerbirliği has 10,464 e-ticket holders (passolig.com.tr). According to Ural and Kılıç (2006), the number of samples that should be taken from the 20,000 person population for the tolerable error of 0.05 is 377 people, and the number of samples that should be taken from the 11,000 person population is 375 people. In this case, 377 samples from Osmanlıspor and 375 samples from Gençlerbirliği were taken. Semi-structured interviews were used to collect the qualitative data from 20 audiences, 10 in Osmanlıspor and 10 in Youth. Seven open- ended questions were included in the qualitative interview form. For the analysis of quantitative data, it has been examined whether the data are normally distributed. Mann Whitney U test was used for non-parametric tests and Kruskal-Wallis test for more than two groups because data were not distributed normally. If there is a difference between the Kruskal-Wallis test result groups, the Model Viewer test was applied to find the different groups. Qualitative data were analyzed by descriptive analysis. Frequency and percentage values of the data are calculated.

According to supporters, the level of education of supporters is at the head of the most important issues to focus on the events of violence in football. In addition, supporters think that it is necessary to follow the sentences given in order to prevent violent incidents.

Keywords: Fanaticism, Football, Violence

Yurtdışında ve Türkiye’de Yayınlanan Spor Yönetimi Çalışmalarında Yeni Eğilimler

¹Alperen Halıcı, ¹Ali Eraslan, ¹Zafer Çimen

¹Gazi Üniversitesi, Ankara

Email : alperen_h@hotmail.com, aeraslan@gazi.edu.tr, zcimen@gazi.edu.tr

Bu çalışmanın amacı, yurtdışında ve Türkiye’de spor yönetimi alanında yayınlanan akademik çalışmaları inceleyerek, araştırma yöntem ve kategorilerindeki değişimler ve çalışmalarda seçilen konu başlıklarındaki yeni eğilimleri belirlemektir.

Çalışma verilerin toplanması ve çözümlenmesinde kullanılan teknikler bakımından nitel bir araştırmadır. Nitel veri toplama araçlarından belge tarama yöntemi kullanılan araştırmada ‘spor yönetimi’ başlığını içeren ve SSCI ve SCI indekslerinde taranan üç dergi yurtdışından, bu başlıkta dergi olmadığı için ‘spor yönetimi’ çalışmalarına yer veren, beş yıldan uzun süredir yayınlanan ve EBSCOhost indeksinde taranan iki dergi Türkiye’den amaçlı olarak seçilmiştir.

Araştırma verileri son 5 yılda yayınlanan makaleler konu başlıklarıyla anahtar kelimeleri dikkate alınarak ve okunarak, betimsel ve içerik yönünden analiz edilmiştir. Analiz sonucu çalışan konular ‘neler çalışıldı’ başlığı altında ‘pazarlama’, ‘büyük etkinlikler’, ‘insan kaynakları’ gibi 8 alt konu başlığı altında toplanmıştır. Araştırmalar ‘yöntem’ olarak nitel, nicel, her ikisi ve ‘kategori’ olarak teori-model geliştirme, teori- model testi, kavramsal çerçeve ve tanımlayıcı/değerlendirici şeklinde sınıflandırılmıştır.

Araştırma bulguları yurtdışı yayınlarda nitel, yurtiçinde nicel çalışmaların ağırlıkta olduğunu, yurtdışı yayınlarda nitel çalışmaların sayılarının giderek arttığını, araştırma kategorilerinde teori geliştirme ve test çalışmalarının ülkemizde yok denecek kadar azken, yurtdışı yayınların yarısının bu kategoride gerçekleştiğini göstermektedir. Yurtdışı yayınlarda ‘büyük etkinlikler ve ligler’, ‘tüketici davranışı’, ‘pazarlama’, ‘tesis yönetimi’, ‘sosyal medya’, ‘sporla ilgili işler’, ‘yönetim’ gibi değişik konu başlıklarının kullanıldığı, yurtiçi yayınlarda ise ‘insan kaynakları/psikoloji’, ‘yönetim’ ve az sayıda ‘medya ve pazarlama’ konu başlıklarının işlendiği belirlenmiştir.

Sonuç olarak, kullanılan yöntemde ‘nitel’ ve kategoride ‘teori ve model geliştirme’ çalışmalarında yurtdışı yayınlarının oldukça gerisinde olduğumuz ve yurtdışı çalışmalarda konu çeşitliliğinden bahsedilebilirken, ülkemizdeki çalışmaların sadece birkaç konu başlığını altında toplandığı söylenebilir.

Bu sonuçlardan hareketle yöntem olarak nitel çalışmalara ağırlık verilmesi, temel başlıklarda konu çeşitliliğinin sağlanması ve alt konu başlıklarda ‘büyük etkinliklerin sosyal ve ekonomik etkileri’, teknolojik gelişmelerin spora etkilerini inceleyen ‘sosyal medya’ ve yaşanabilir bir dünya için ‘çevreye duyarlı tesis’ konularının çalışması önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Yönetim, Dergi, Araştırma

New Trends in Turkish and Foreign Sports Management Studies

The purpose of this study was to identify the changes in research methods and categories and the new trends in selected topics in academic journals published in Turkey and abroad.

This study is a qualitative research in terms of data collection and analysis techniques. Document review method used for data collection. Three journals indexed in SSCI-SCI were selected sample from abroad including titles 'sports management' and due to absence of journal use 'sports management' title, two journals published over than five years, indexed in EBSCOhost and included 'sports management' studies were selected sample from Turkey by "purposive sampling".

Data were obtained from articles published last five years by reading the articles and taking in consideration titles and keywords. Data analyzed descriptive and content analysis methods and research subjects classified under eight headings 'marketing', 'mega events', 'human resources'. Publications grouped under 'method' qualitative, quantitative, both and under 'category' theory-model development, theory-model test, conceptual framework and descriptive/evaluation.

Findings showed that the number of qualitative publications in abroad publications, quantitative publications in national studies were high; national studies were too few, although half of foreign publications were including theory development-testing studies in research categories. It has been determined that foreign publications used various subjects such as 'mega events-leagues', 'consumer behavior', 'marketing', 'facility management', 'media', 'management'; national publications used limited subjects like "human resources-psychology", "management" and a few "media and marketing".

As a result, national studies were far behind methodologically in 'qualitative' and categorically in 'theory and model development' studies with regards to foreign studies. Despite limited subjects studied in national publications, various subjects studied in foreign publications.

Finally, focusing on qualitative research, increasing the diversity of topics and studies on sub-headings 'economic effects of mega events', effects of 'social media' on sport' and 'environment-friendly facilities' can be suggested.

Keywords: Sport, Management, Journal, Research

Türk Spor Federasyonlarında Kurumsal Sosyal Sorumluluk Projelerinin Uygulanma Düzeyleri

¹Handan Kortak, ²Murat Yalçıntaş, ¹Cem Tınaz

¹Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul

²İstanbul Ticaret Üniversitesi, İstanbul

Email : handankortak@gmail.com , myalcintas@ticaret.edu.tr, cemtinz@gmail.com

Türk Spor Federasyonlarında Kurumsal Sosyal Sorumluluk Projelerinin Uygulanma Düzeyleri

Giriş: Kurumsal sosyal sorumluluğun kabul görmüş tek bir tanımı olmasa da bu kavram, herhangi bir organizasyonun hem iç hem de dış çevresindeki tüm paydaşlara karşı “etik” ve “sorumlu” davranması, bu yönde kararlar alması ve uygulaması şeklinde tanımlanabilir (Aktan, 2007, s. 13). 1960 yıllarından bu yana toplumun değişen sosyal değerleriyle birlikte kurumsal sosyal sorumluluk kavramı da önem kazanmaya başlamıştır. Yakın bir geçmişe kadar sosyal sorumluluklar çerçevesinde "yapsak iyi olur" anlayışı günümüzde yerini "yapmak zorundayız" a bırakmaktadır (Kadıbeşegil, 2006, s. 29).

Amaç: Bu çalışma, ülkemizde spor faaliyetlerini yönetmekte geniş söz sahibi olan federasyonların kurumsal sosyal sorumluluk projelerini hangi düzeyde uyguladıklarını belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Çalışmada modern sosyal sorumluluk yaklaşımı içinde değerlendirilen Carroll'ün sosyal sorumluluk modeli temel alınmıştır (Carroll, 1991, s. 39-48). 4 basamaklı bir piramitle açıklanan bu yaklaşım doğrultusunda federasyon yetkililerine sorulmak üzere soru seti hazırlanmıştır. Veri toplama süreci federasyon yetkilileri ile yapılandırılmış mülakatlar şeklinde gerçekleşmektedir. Mülakatlar yüz yüze yapılmış kayıt cihazına kaydedilmektedir. Elde edilen bulgular betimsel analiz tekniği ile analiz edilecektir.

Bulgular: Türkiye'nin spor yönetiminde önemli rolü olan federasyonların kurumsal sosyal sorumluluk piramidindeki ekonomik, yasal ve ahlaki sorumlulukları yerine getirdikleri fakat 4. ve son sorumluluk olan hayırseverlik sorumluluğunu tam olarak yerine getirmedikleri yönünde bulgular elde edilmektedir.

Sonuç: Elde edilen bulgular neticesinde spor yönetiminde geniş söz sahibi olan federasyonların Carroll'ün 4 basamaklı sosyal sorumluluk piramidinin 3. basamağında (ahlaki sorumluluklar) yer alması beklenmektedir.

Anahtar Kelimeler: Kurumsal sosyal sorumluluk, Spor, Spor Federasyonları

Kaynaklar:Aktan, C. (2007). Kurumsal Sosyal Sorumluluk, İşletmeler ve Sosyal Sorumluluk. İstanbul: İgiad Yayınları. Carroll, A. (1991). The Pyramid of Corporate Social Responsibility Toward a Moral Management of Organisational Stakeholders. Business Horizons, 36-48. Kadıbeşegil, S. (2006). İtibar Yönetimi (2 b.). İstanbul: MediaCat Yayınları.

Defining the Degree of Corporate Social Reasonability Activations in Turkish Sport Federations

Defining the Degree of Corporate Social Reasonability Activations in Turkish Sport Federations

Introduction: However corporate social responsibility (CSR) doesn't have a well excepted definition, this concept can be defined as follows; "ethical and responsible behaviours, decisions and practices of an organisation towards its environment." (Aktan, 2007, s. 13). Since 1960, social values of the population started to change and the concept of CSR has become more important. Recently the perspective of "good to do" regarding corporate social responsibility leaves its place to "must to do" (Kadıbeşegil, 2006, s. 29).

Objectif: This research has been conducted to indicate at which level the sports federations in Turkey practice CSR projects.

Method: This research is based on Carroll's corporate social responsibility model evaluated within the modern approach of CSR (Carroll, 1991, s. 39-48). In order to prepare a set of questions to ask federations officers 4-graded pyramid of Carroll's has been used. Data collection has been realized via semi structured interviews. Interviews has been done face to face with the federation officers and recorded to a recorder. The collected data has been evaluated by using descriptive analyse technic.

Findings: Progressively in the research period, the following findings are collecting; sport federations in Turkey fulfil the first 3 responsibilities of the CSR pyramid but have difficulties to fulfil categorically the 4th and the last grade (philanthropic responsibilities) of this pyramid.

Conclusion: The sport federations in Turkey, are to be expected to take place in the 3rd grade (ethical responsibilities) of the 4-graded pyramid of Carroll.

Keywords: Corporate Social Responsibility, Sports, Sport Federations

References:

Aktan, C. (2007). Kurumsal Sosyal Sorumluluk, İşletmeler ve Sosyal Sorumluluk. İstanbul: İgiad Yayınları. Carroll, A. (1991). The Pyramid of Corporate Social Responsibility Toward a Moral Management of Organisational Stakeholders. Business Horizons, 36-48. Kadıbeşegil, S. (2006). İtibar Yönetimi İstanbul: MediaCat Yayınları.

Teknolojik Uygulamaların Egzersize Katılımı Teşvik Ediciliğinin Araştırılması

¹Övünç Erdeveciler, ¹Velittin Balcı, ²Anıl Aksoy

¹Ankara Üniversitesi

²Gençlerbirliği Spor Kulübü

Email : ovunc.erdeveciler@gmail.com, vbalcı2@gmail.com, anilaksoy92@gmail.com

Günümüzde sık görülen hareketsiz yaşam tarzı, sağlık üzerine olumsuz etkileri nedeniyle önemli bir halk sağlığı problemidir (1). Toplum için fiziksel aktivite seçilirken özellikle rahat uygulanabilir olması, ekonomik açıdan ulaşılabilirliği ve her alanda yapılacak bir egzersiz türü olması oldukça önemlidir. Bu sebepten ötürü genellikle tempolu yürüyüşler veya hafif şiddetli koşular tercih edilmektedir (2). Bu bağlamda çalışmamızın amacı telefonda ya da tablet ve benzeri günlük kullanılan teknolojik araçlardaki sağlık uygulamalarının fiziksel aktivite kullanımını teşvik ediciliğini ortaya koymaktır. Araştırmaya Ankara ilinde ikamet eden ve akıllı telefon kullanan 400 kişi katılmıştır. Katılımcılar tarafından akıllı telefon uygulamalarını aktif olarak kullanıp kullanmadığı sorularak bir ön elemeden geçirilmiştir. Akıllı telefon kullanan fakat aktif olarak uygulama kullanmayan kişiler çalışmaya dâhil edilmemiştir. Çalışmada katılımcılara yaş, cinsiyet ve eğitim durumu gibi demografik bilgilerin bulunduğu toplamda 14 sorudan oluşan anket uygulanmıştır. Anket sorularına verilen cevaplar SPSS 21 paket programında frekans, yüzde ve ki kare analizi ile test edilmiştir. Çalışmaya katılan katılımcılarda cinsiyete ve eğitim durumuna göre teşvik edicilik, paylaşma, sağlık denetimi, düzene sokma ve olumsuz görüş kategorilerinde anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir ($p>.05$). Katılımcılar akıllı telefonlardaki sağlık uygulamalarının yaşamlarını düzene soktuğunu düşünmektedirler. Bununla birlikte bu uygulamaların olumsuz yönü olmadığını düşünmelerine rağmen sağlık uygulamalarını teşvik edici bulmamaktadırlar. Cinsiyete göre yapılan chi square testi sonuçlarına göre herhangi bir anlamlılık düzeyine rastlanmamıştır. Eğitim düzeylerine göre yapılan karşılaştırmada ise benzer şekilde istatistiksel olarak belirtilen soru tiplerinde anlamlı farklılıklar gözlemlenmemiştir. Katılımcıların akıllı telefonlardaki sağlık uygulamalarını kullanma sıklıkları dikkate alındığında üçüncü sırada olduğu gözlemlenmesine karşın bu istatistiksel oran ilk iki sıranın çok çok gerisindedir. Sağlık uygulamaları bireylerin fiziksel aktivitelerini kayıt altına alma veya gözlemlene adına yararlı bulmalarının ötesine geçememiştir. Genel anlamda sosyal medya uygulamalarının kullanım sıklığının fazla olması ve akıllı telefon kullanım alışkanlıklarındaki tek yönlülük teşvik ediciliği ortadan kaldırıyord denilebilir.

Investigation of Technological Applications to Encourage Participation in Exercise

Today's frequent inactive lifestyle is an important public health problem due to its negative effects on health (1). It is very important that the physical activity for the community is particularly comfortable to implement, economically accessible, and a type of exercise to be performed on every field. For this reason, it is generally preferred to go for brisk walking or mild racing (2). In this context, the aim of our work is to promote the use of physical activity on the phone or in healthcare applications such as tablets and other daily-used technological devices. 400 people who reside in the province of Ankara and use a smartphone participated in the research. Asked by participants whether they are actively using their smartphone applications, they have been passed through the front line. Those who use smart phones but do not actively use the application were not included in the study. A total of 14 questionnaires were used in the study, including demographic information such as age, gender and educational status. The answers to the questionnaires were tested by frequency, percentage and chi square analysis in SPSS 21 package program. There was no significant difference in the incentive, sharing, health control, planning, and negative opinion categories according to sex and educational status in participants participating in the study ($p>.05$). Participants think that their health practices in smartphones have improved their lives. Nevertheless, they do not find health practices encouraging, although they feel that these practices are not negative. According to the results of chi square test made according to sex, no level of significance was found. There was no significant difference in the types of questionnaires that were statistically similar in the comparison made according to education levels. Participants are observed to be in third place when the frequency of use of healthcare.

KSB443

Antrenörlerin Umut Düzeyinin Stres Üzerine Etkisi

¹Mustafa Ertan Tabuk, ²Ali Bayram, ³Mustafa Ertan Tabuk, ⁴Doğan Doğan

¹Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum

²Hitit Üniversitesi, İİBF, Çorum

³Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum

⁴Southern University (IMBL), Rostov On Don,

Email : ertantabuk@gmail.com, alibayram@hitit.edu.tr, ertantabuk@gmail.com, dodo2214@gmail.com

Giriş Hayatın tüm aşamalarında bizlere iç motivasyon kaynağı olan umut en önemli beklenti duyusu olarak nitelemiş ve rahatlatıcı etkisi olduğu belirlenmiştir. Hedefe ulaşma yolunda olumlu beklentilerin olumsuz beklentilere hakim olduğu, çevresel şartlardan etkilenen, beklentilerin gerçekleşmesiyle memnuniyet yaratan bir duygu veya tutum olduğu tartışılan bir konudur. Snyder (2002) umudu; bireylerin kendilerini, arzu edilen hedeflere giden yolları üretme, bu yolları harekete geçirme ve sürekli kullanma yeteneğine sahip olarak gördükleri, hedefe yönelik bir düşünme türü olarak tanımlamıştır (Tarhan ve Bacanlı, 2016). Stres, bireylerin esenliği ve huzuru için tehlike işareti, bir uyarı olarak algılanan ve dolayısıyla yetersiz bir şekilde ele alınan olaylara gösterilen, belirgin olmayan fizyolojik ve psikolojik bir etki veya insanların aşırı baskıya karşı gösterdikleri bir tepki şeklinde ifade edilebilir (Soysal, 2009). Gerçek yaşamda karşılaşılan kişisel problemlerin çözümü, iç veya dış istekler ya da çağrılara uyum sağlamak amacı ile davranışsal tepkilerde bulunma gibi bilişsel ve duyuşsal işlemler de problem çözme durumu olarak ele alınmaktadır. Bu çalışmanın amacı, antrenörlerin umut düzeylerinin stresleri ile ilişkisini araştırmaktır.

Yöntem Çalışma TR72 Bölgesi'nde (Kayseri, Sivas, Yozgat) antrenörlük belgesine sahip Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı okullarda beden eğitimi öğretmenleri olarak çalışan 132 öğretmenden elde edilen verilerle gerçekleştirilmiştir. Bulgular Cronbach's Alpha Katsayısı umut için ,740, stres algısı için ,762 ve stresle baş etme için ,781 olarak hesaplanmıştır. Korelasyon analizi sonucunda umut ile stres algısı arasında -,273, umut ile stresle baş etme arasında %,475 %1 anlamlılık düzeyinde bir ilişki tespit edilmiştir.

Sonuç Yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre umudun stres algısı üzerindeki beta katsayısı -,375, umudun stresle baş etme üzerindeki etkisinde beta katsayısı ,524 olarak hesaplanmıştır. Kaynaklar Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. Psychological inquiry, 13(4), 249-275. Soysal A. (2009). İş Yaşamında Stres. Çimento İşveren, 17-40. Tarhan S. ve Bacanlı H. (2016). İlkokuldan Üniversiteye Umut Kavramının Tanımlanması Üzerine Nitel Bir Çalışma. Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi, 4(2), 86-113.

The Effect of Coaches' Hope Level on Stress

Introduction The hope which is internal motivation source for us is called the most important sense of expectation and has been determined that it has relaxing effect. It is a debated issue which positive expectations dominates on negative expectations, which is affected by environmental conditions, which is a sense that creates satisfaction with the realization of expectations. Snyder (2002) has described that the hope is type of thought for individuals to create the routes to the desired destinations, to activate that routes and using always (Tarhan and Bacanlı, 2016). Stress can be expressed as a sign of danger for individuals, an imprecise physiological and psychological effect which is perceived as a stimulus and thus shown to events that are treated inadequately or a reaction against excessive pressure (Soysal, 2009).

Cognitive and emotional processes such as solving personal problems encountered in real life, internal or external requests, or seeking adaptation and behavioral reactions are also considered as problem solving situations. Aim The purpose of this study is to investigate the relationship between the coach's hope levels and their stress. Method The study was carried out in the TR72 region (Kayseri, Sivas, Yozgat) with data obtained from 132 teachers working as physical education teachers in the schools affiliated to the Ministry of National Education with coaching document.

Findings Cronbach's Alpha Coefficient was calculated as 740 for hope, 762 for stress perception, and 781 for stress coping. As a result of the correlation analysis, a correlation was found between hope and stress perception (273), between hope and stress coping (475) at the %1 significance level.

Results According to the results of the regression analysis performed, beta coefficient on the nervous stress perception was calculated as 375, beta on the nervous stress coping, 524. References Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. Psychological inquiry, 13(4)

KSB453

Türk Spor Federasyonlarında Kurumsal Sosyal Sorumluluk Projelerinin Uygulanma Düzeyleri

¹Handan Kortak, ²Murat Yalçıntaş, ³Cem Tınaz

¹Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul

²İstanbul Ticaret Üniversitesi, İstanbul

³İstanbul Bilgi Üniversitesi, İstanbul

Email : handankortak@gmail.com , myalcintas@ticaret.edu.tr, cemtinaz@gmail.com

Giriş: Kurumsal sosyal sorumluluğun kabul görmüş tek bir tanımı olmasa da bu kavram, herhangi bir organizasyonun hem iç hem de dış çevresindeki tüm paydaşlara karşı “etik” ve “sorumlu” davranması, bu yönde kararlar alması ve uygulaması şeklinde tanımlanabilir (Aktan, 2007, s. 13). 1960 yıllarından bu yana toplumun değişen sosyal değerleriyle birlikte kurumsal sosyal sorumluluk kavramı da önem kazanmaya başlamıştır. Yakın bir geçmişe kadar sosyal sorumluluklar çerçevesinde "yapsak iyi olur" anlayışı günümüzde yerini "yapmak zorundayız"a bırakmaktadır (Kadıbeşgil, 2006, s. 29).

Amaç: Bu çalışma, ülkemizde spor faaliyetlerini yönetmekte geniş söz sahibi olan federasyonların kurumsal sosyal sorumluluk projelerini hangi düzeyde uyguladıklarını belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Çalışmada modern sosyal sorumluluk yaklaşımı içinde değerlendirilen Carroll'ün sosyal sorumluluk modeli temel alınmıştır (Carroll, 1991, s. 39-48). 4 basamaklı bir piramitle açıklanan bu yaklaşım doğrultusunda federasyon yetkililerine sorulmak üzere soru seti hazırlanmıştır. Veri toplama süreci federasyon yetkilileri ile yarı yapılandırılmış mülakatlar şeklinde gerçekleşmektedir. Mülakatlar yüz yüze yapılmış kayıt cihazına kaydedilmektedir. Elde edilen bulgular betimsel analiz tekniği ile analiz edilecektir.

Bulgular: Türkiye'nin spor yönetiminde önemli rolü olan federasyonların kurumsal sosyal sorumluluk piramidindeki ekonomik, yasal ve ahlaki sorumlulukları yerine getirdikleri fakat 4. ve son sorumluluk olan hayırseverlik sorumluluğunu tam olarak yerine getirmediği yönünde bulgular elde edilmektedir.

Sonuç: Elde edilen bulgular neticesinde spor yönetiminde geniş söz sahibi olan federasyonların Carroll'ün 4 basamaklı sosyal sorumluluk piramidinin 3. basamağında (ahlaki sorumluluklar) yer alması beklenmektedir. Anahtar Kelimeler: Kurumsal sosyal sorumluluk, Spor, Spor Federasyonları

Kaynaklar:

Aktan, C. (2007). Kurumsal Sosyal Sorumluluk, İşletmeler ve Sosyal Sorumluluk. İstanbul: İgiad Yayınları. Carroll, A. (1991). The Pyramid of Corporate Social Responsibility Toward a Moral Management of Organisational Stakeholders. Business Horizons, 36-48. Kadıbeşgil, S. (2006). İtibar Yönetimi (2 b.). İstanbul: MediaCat Yayınları.

Defining the Degree of Corporate Social Reasonability Activations in Turkish Sport Federations

Introduction: Although corporate social responsibility (CSR) doesn't have a well-accepted definition, this concept can be defined as follows; "ethical and responsible behaviors, decisions and practices of an organization towards its environment." (Aktan, 2007, s. 13). Since 1960's, social values of the population started to change, and the concept of CSR has become more important. Recently the perspective of "good to do" regarding corporate social responsibility leaves its place to "must do" (Kadıbeşegil, 2006, s. 29).

Objective: This research has been conducted to indicate at which level the sports federations in Turkey practice CSR projects.

Method: This research is based on Carroll's corporate social responsibility model evaluated within the modern approach of CSR (Carroll, 1991, s. 39-48). To prepare a set of questions to ask federations officers 4-graded pyramid of Carroll's has been used. Data collection has been realized via semi-structured interviews. Interviews have been done face to face with the federation officers and recorded to a recorder. The collected data has been evaluated by using descriptive analyze technic.

Findings: This is an ongoing study, but our preliminary findings reveal that; sports federations in Turkey fulfill the first three responsibilities of the CSR pyramid but have difficulties to fulfill the 4th and the last grade (philanthropic responsibilities) of this pyramid categorically.

Conclusion: The sports federations in Turkey, are to be expected to take place in the 3 rd grade (ethical responsibilities) of the 4-graded pyramid of Carroll.

Keywords: Corporate Social Responsibility, Sports, Sport Federations

References:

Aktan, C. (2007). Kurumsal Sosyal Sorumluluk, İşletmeler ve Sosyal Sorumluluk. İstanbul: İgiad Yayınları. Carroll, A. (1991). The Pyramid of Corporate Social Responsibility Toward a Moral Management of Organisational Stakeholders. Business Horizons, 36-48. Kadıbeşegil, S. (2006). İtibar Yönetimi İstanbul: MediaCat Yayınları.

KSB472

Çalışanların Politik Becerilerinin Örgütsel Vatandaşlık Üzerine Etkisi

²Arif Damar, ¹Fikret Soyer, ³Cihan Ayhan, ³Hamza Yerlikaya

¹Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

²Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu, Bilecik

³Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya

Email : arifdamar@yandex.com , fikretsoyer@gmail.com, chanayhan@gmail.com, hamzayerlikayatgf@gmail.com

Giriş ve Amaç: İşletmeler, amaçlarını ve hedeflerini gerçekleştirmek ve rekabet avantajı elde etmek amacıyla insan(çalışan) faktörüne ihtiyaç duymaktadır. Nitekim bazı çalışanlar sahip oldukları tüm bilgi ve becerileri kullanırken, bazıları ise sadece işleri için yeterli olacak bilgiyi kullanmaktadır. İş yerinde başkalarını en iyi şekilde anlayan, sahip oldukları bilgi ile başkalarını etkileyen ve bireysel ve örgütsel amaçlara katkı sağlayan çalışanlar, örgütte ekstra rol davranışı üstelenebilmektedir. Bu kapsamda çalışanın politik becerileri liderleri tarafından etkilenecek, dolayısıyla çalışan ve yöneticisi arasındaki etkileşim çalışanın örgütsel davranışını etkileyecektir. Bu noktadan hareketle araştırma, Gençlik ve Spor Bakanlığı'nda çalışan personelin politik becerilerinin lider-üye etkileşimi ve örgütsel vatandaşlık üzerine etkisini araştırmayı amaçlamaktadır.

Yöntem: Çalışma ampirik bir araştırma niteliğinde olup, veri toplama aracı olarak anket yöntemi kullanılmıştır. Elde edilen verilerin istatistiksel analizi SPSS-23.0 paket programı aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırma örneklemini, Gençlik ve Spor Bakanlığı'nda çalışan, kolayda örnekleme yöntemiyle belirlenen ve araştırmaya gönüllü olarak katılım göstermeyi kabul eden 492 kişiden oluşmaktadır. Verilerin toplanmasında yüz yüze anket yöntemi tercih edilmiştir. Katılımcıların kişisel bilgi dağılımları ve verilerin normal dağılıma sahip olup olmadığını belirlemek amacıyla tanımlayıcı istatistiklerden yararlanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişki ve etkiyi incelemek amacıyla Korelasyon ve Regresyon analizlerinden yararlanılmıştır.

Bulgular: Bulgular, lider üye etkileşimi alt boyutlarından katkı ve profesyonel saygı ile örgütsel vatandaşlık ve politik beceriler alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğunu göstermektedir. Regresyon analizi çıktılarına göre politik becerilerin alt boyutlarından görünür samimiyetin örgütsel vatandaşlık üzerinde herhangi bir etkiye sahip olmadığı görülmektedir.

Sonuç: Çalışmanın literatürdeki eksikliğin giderilmesine katkı sağlayacağı, alan yazına ve uygulamaya yönelik yararlı fikirler sunacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Politik Beceriler, Örgütsel Vatandaşlık, Gençlik ve Spor Bakanlığı

The Effects Of Employee's Political Skills On Organizational Citizenship

Introduction: Organizations need the human factor to achieve their goals, objectives and gain competitive advantage. While some employees use all the knowledge and skills they possess, others use only enough information for their work. Employees who understand the best to others in the workplace, influence others with their knowledge, and contribute to individual and organizational goals, can take on extra role behaviors in the organization. In this context, the political competencies of the employee will be influenced by their leaders, so the interaction between the employee and the manager will affect the organizational behavior of the employee.

From this point of view, the research aims to investigate the influence of the political skills of employees' in the Ministry of Youth and Sports on leader-member interaction and organizational citizenship.

Methodology: The study was an empirical research and the survey method was used as data collection tool. The research sample consists of 492 persons who work in the Ministry of Youth and Sports and who agree to participate voluntarily in the survey, determined by easy sampling method. Face-to-face survey method was preferred for collecting data. Descriptive statistics were used to determine the participants' personal information distributions and whether the data had normal distribution. Correlation and regression analyzes were used to examine the relationship and effect between variables.

Findings: According to results, it has been determined that there is a positive significant correlation between sub-dimensions of leader member exchange -contributing, professional respect and sub-dimensions of organizational citizenship and political skills. According to the regression analysis, apparent sincerity which is sub-dimensions of political skills does not seem to have any influence on the sub-dimensions of organizational citizenship.

Conclusion: It is considered that this study will provide useful ideas for literature and practical application by contributing to eliminating the gap in the literature.

Keywords: Political Skills, Organizational Citizenship, Ministry of Youth and Sports

KSB498

Spor Ve Kongre Organizasyonlarının Antalya İline Olan Katkısının İncelenmesi

¹Burhanettin Hacicaferoğlu

¹Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü, Antalya

Email : burhanettinhacicaferoglu@gmail.com

Giriş ve Amaç: Geçmiş yıllarda büyük spor veya kongre organizasyonları düzenlemek organizasyonu yapan ülke ve/veya şehir için maddi anlamda büyük bir mali yükümlülük getireceği endişesi taşınmaktaydı. Günümüzde bu algının değişmiş olduğunu, bu tarz organizasyonları kendi ülke veya şehirlerine almak için üst düzey yöneticilerinin bir yarış içerisinde oldukları görülmektedir. Bu bağlamda bu araştırmanın amacı, Akdeniz iklim bölgesinde bulunan, sanayileşmesinin az olduğu buna karşın konaklama tesislerinin fazla oluşu ve güneşlenme süresinin uzun oluşuyla beraber daha çok deniz turizminin geliştiği Antalya ilinde yapılan büyük spor ve kongre organizasyonlarının kente olan katkılarını belirlemektir.

Yöntem: Araştırmada betimsel araştırma yöntemlerinden biri olan genel tarama modeli ve betimsel istatistik modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini, Antalya'nın birçok bölgesinde büyük yatırım sahibi olan otel yöneticileri oluştururken, araştırmanın örneklemini; evrenden tesadüfî yöntemle seçilmiş gönüllü otel yöneticileri oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak "Mega Organizasyon Etkisi Ölçeği (Mega Event Impact Scale) kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen verilerin analizi istatistik paket programı yardımıyla yapılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Araştırmanın sonucunda örneklemdaki yöneticilerin ölçeğe vermiş oldukları cevaplardan hareketle; deniz ve doğa turizminin daha fazla geliştiği ve yapılan yatırımların bu alanlarda daha fazla olduğu, buna karşın yaz sezonu içerisinde konaklama merkezlerinin doluluk oranlarının yüksek olduğu Antalya'da; spor (Ulusal ve/veya Uluslararası spor müsabakaları, spor kampları vb.) ve kongre (Bilimsel kongreler, fuarlar vb.) organizasyonlarının kente olan olumlu veya olumsuz katkıları daha da netleşerek ve bu yönde atılacak olunan yeni projelere rehberlik edebilecektir.

Analysis of Sports and Congress Organizations' Contribution to Antalya

Introduction And Purpose: In the past years, there was concern that organizing large sports or congress organizations would bring a great financial burden for the country and / or city that organized the event. It seems that senior management is in a race to take such organizations to their own country or cities. In this context, the aim of this research is to determine the contributions of the major sports and congress organizations in the Mediterranean region, which are less industrialized, despite the fact that the number of accommodation facilities is increased and the length of the sunshine is longer and sea tourism develops.

Method: In the study, general screening model and descriptive statistical model, which are one of the descriptive research methods, have been used. While the universe of the research was formed by hotel managers who had a large investment in many regions of Antalya, voluntarily selected volunteer hotel managers at random. The "Mega Event Impact Scale" was used as data collection tool in the research. Analysis of the data obtained from the research was done with the help of statistical package program. Findings and

Conclusion: As a result of the survey, the respondents in the sample said that they had scaled them; sea and nature tourism is more developed and investments are made in these areas, whereas the occupancy rates of accommodation centers are higher during summer season in Antalya. the positive or negative contributions of sports organizations (national and / or international sporting events, sports clubs, etc.) and congress organizations (scientific conventions, fairs, etc.) to the city will be further clarified and guide new projects to be implemented in this direction.

KSB501

Kocaeli Uluslararası Gençlik Merkezinde Algılanan Hizmet Kalitesinin İncelenmesi

¹Ömer Ataç, ¹Reşat Sadık, ¹Nurgül Tezcan Kardaş, ¹Ayla Taşkiran

¹Düzce Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Düzce

Email : omeratac41@gmail.com, resatsadik@duzce.edu.tr, nurgulteazcan@duzce.edu.tr, aylataskiran@duzce.edu.tr

Bu çalışmada; Gençlik ve Spor Bakanlığına bağlı olarak faaliyetlerini yürüten Kocaeli Uluslararası Gençlik Merkezinden hizmet alan üye gençler tarafından algılanan hizmet kalitesinin ölçülmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda gençlik merkezine üye olan ve hizmet alan 247 gence, Aycan ve arkadaşları (2005) tarafından gençlik merkezlerine yönelik olarak geliştirilen Fiziksel Çevre Kalitesi, Etkileşim Kalitesi ve Çıktı Kalitesini içeren üç boyutlu “Gençlik Merkezlerinde Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği” uygulanmıştır. Araştırma kapsamında, gençlerin bazı demografik özelliklerine göre hizmet kalitesi unsurlarına bakış açıları incelenmiştir. Araştırmaya 103 erkek ve 144 kadın olmak üzere toplamda 247 kişi katılmıştır. Elde edilen veriler SPSS programına aktarılarak, mann whitney ve kruskal wallis testleri ile incelenmiştir. Yapılan analizlerin sonrasında gençler arasında gençlik merkezinde algılanan hizmetin kalitesinin faktörler bağlamında cinsiyet açısından farklılık göstermediği, yaş açısından 7-13 yaş grubu için tüm faktörlerde lehine bir fark olduğu, aile gelir düzeyi 1300 TL'nin altında olan gençlerin çıktı kalitesi faktöründe lehine fark olduğu, okul türünde ise ilkököl ve ortaokul gruplarının lehine anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Gençlik; Gençlik Merkezi; Hizmet Kalitesi

Investigation of Determined Service Quality in Kocaeli International Youth Center

The aim of this study is to measure the service quality that is perceived by the young members of Kocaeli International Youth Centre which is part of the Ministry of Youth and Sports. In accordance with this purpose the three-dimensional “Scale of perceived Service Quality in Youth Centres” that contains the physical environmental quality, interaction quality and output quality and was developed for youth centres by Aycan and her friends (2005) was applied to 247 young members of the youth centre who are benefitting from it. Within this study the perspectives of the young people on the quality of service elements according to some demographic characteristics was investigated. In this study 103 male and 144 female persons participated, all in all 247 persons. The obtained data was transferred to the SPSS program and was analysed with Mann Whitney and Kruskal Wallis tests. The analysis indicates that the perceived quality services in the youth centres shows no differences in context of the factors by gender but significant differences in context of the age (7-13 years- old), it shows also differences in context of the output quality by family income level of less than 1300 TL and by school type, such as primary and secondary school.

Keywords: Youth; Youth Centre; Quality of Services

Hakem Öz-Yeterlilik Ölçeği Türkçe Uyarlama Çalışması: Futbol Hakemleri Üzerine Bir Pilot Araştırma

¹Volkan Unutmaz, ¹R. Timuçin Genç

¹Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Email : volkanunutmaz@gmail.com, timucin.gencer@gmail.com

Amacı: Hakemlerin performansı müsabakaların sonuçları üzerinde belirleyici etkilere sahip olabilmesi nedeniyle, müsabakada yer alan her oyuncu ve takım için son derece önemlidir. Dolayısı ile hakemlerin yeterlilikleri, hem amatör hem de profesyonel sporlar için dikkat çeken bir konudur. İlgili alanda konuya yönelik çalışmalar içerisinde, Guillén ve Feltz (2011) tarafından geliştirilen ve hakem yeterliliğini belirlemeye yönelik kavramsal bir model yer almaktadır. Bu model doğrultusunda, hakemlerin müsabakadaki görevlerini yerine getirmek için gerekli yeteneğe sahip olup olmadıklarına ilişkin inançlarını ölçmek amacı ile Hakem Öz-Yeterlilik Ölçeği geliştirilmiştir (Myers ve ark., 2012). Bu çalışmanın amacı, Hakem Öz-Yeterlilik Ölçeğinin Türkçe uyarlama çalışmasını futbol hakemleri üzerinde gerçekleştirmektir.

Yöntem: Çalışma, İzmir ilinde, faal olarak futbol müsabakalarında görev alan 188 erkek futbol hakemi ile gerçekleştirilmiştir. Çalışmada veri toplama aracı olarak Myers ve ark. (2012) tarafından geliştirilen 13 madde ve 4 alt boyuttan oluşan (müsabaka bilgisi, karar verme, baskı, iletişim) Hakem Öz-Yeterlilik Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen verilere, %27'lik alt ve üst gruplar ortalama farklarına dayalı madde analizi, doğrulayıcı faktör analizi uygulanmış, ölçeğin ve alt boyutlarının iç tutarlık katsayıları hesaplanmıştır. Verilerin analizlerinde SPSS 23.0 paket programı ile Lisrel 8.51 paket programlarından yararlanılmıştır.

Bulgular: Ölçeğin madde ayırt edicilik gücünü belirlemek üzere uygulanan %27'lik alt ve üst gruplar ortalama farklarına dayalı madde analizi sonuçları, ölçekte yer alan tüm maddelerin ayırt edicilik özelliklerinin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermektedir ($p < .01$). Doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarından elde edilen değerler, verinin modele iyi uyum gösterdiğini ortaya koymuştur ($\chi^2 = 84.37$, $df = 59$, $\chi^2/df = 1.43$, $RMSEA = 0.049$, $NFI = 0.94$, $NNFI = 0.97$, $CFI = 0.98$, $IFI = 0.98$, $SRMR = 0.039$, $GFI = 0.93$, $AGFI = 0.90$). Ölçeğin alt boyutları için iç tutarlılık katsayıları. 67 ile. 91 arasında değişmektedir. Ölçeğin genel iç tutarlılık katsayısının ise. 91 olduğu belirlenmiştir.

Sonuç: Hakem Öz-Yeterlilik Ölçeğinin futbol hakemleri üzerinde kullanılabilir geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğu belirlenmiştir.

Turkish Adaptation Study for Referee Self-Efficacy Scale: A Pilot Research on Soccer Referees

Purpose: Referee's performance, due to their potential effects on game results, is important for each player and teams involved in the game. Therefore, referee efficacy is a remarkable issue for both amateur and professional sports. In the related literature, there is a conceptual model, which was developed by Guillén and Feltz (2011), to determine referee efficacy. In accordance with the model, Myers et al. (2012) has developed Referee Self-Efficacy Scale to measure referees' belief that he or she has the ability to successfully officiate in competition. The purpose of this study was to conduct the adaptation study for Referee Self-Efficacy Scale developed by Myers et al. (2012) into Turkish on soccer referees.

Method: The study was conducted with the 188 soccer referees officiating in Izmir. Referee Self-Efficacy Scale that consists of 13 items under four sub-scales (game knowledge, decision-making, pressure, communication) was used as a data collection tool. Item analysis on the mean differences between 27% upper and lower groups and confirmatory factor analysis were applied, and coefficients of internal consistency of the scale and its sub-scales were calculated.

Findings: Item analysis results showed that t-values of all items in the scale were statistically significant ($p < .01$). Results of the confirmatory factor analysis revealed that the data fits well with the model ($\chi^2 = 84.37$ and $df = 59$ and $\chi^2/df = 1.43$ and $RMSEA = 0.049$ and $NFI = 0.94$ and $NNFI = 0.97$ and $CFI = 0.98$ and $IFI = 0.98$ and $SRMR = 0.039$ and $GFI = 0.93$ and $AGFI = 0.90$). Cronbach's alpha coefficients of sub-scales varied between .67 and .91. General Cronbach's alpha coefficients of the scale was .91.

Result: It is determined that the Referee Self-Efficacy Scale is a reliable and valid measurement tool which can be used on soccer referees.

References: Guillén, F., & Feltz, D.L. (2011). A Conceptual Model of Referee Efficacy. *Frontiers in Psychology*,

Antalya Kent İmajının Spor Organizasyonları Destinasyon Pazarlaması ve Algılanan Organizasyon Memnuniyetine Etkisi

¹Erkan Faruk Şirin, ¹Ali Sevilmiş

¹Selçuk Üniversitesi, Konya

Email : erkanfaruk@yahoo.com.tr, alisevilmis.42@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, Antalya kentinin imajı ile spor organizasyonlarında destinasyon pazarlaması ve memnuniyet arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda araştırmanın çalışma grubunu Antalya'da 9-10-11 Mayıs 2016 tarihleri arasında düzenlenen Türkiye Üniversitelerarası Wushu Sanda ve Taolu Şampiyonası ve 16-20, Mart, 2017 tarihleri arasında düzenlenen 1. Uluslararası Akdeniz Wushu Şampiyonası'na katılan (nidareci/yönetici=4, antrenör=43, sporcu=315 ve hakem=68) 430 katılımcı oluşturmaktadır.

Metot ve Bulgular: Araştırmada "Algılanan Kent İmajı", "Spor Organizasyonları Destinasyon Pazarlaması" ve "Organizasyon Memnuniyeti" anketlerinden toplanan veriler sonucunda, algılanan kent imajı alt boyutlarının (halkın tutumu, esnafın tutumu, sağlık imkânları, alt yapı ve düzen, şehir içi ulaşım, tarihi ve turistik değer, sosyal imkanlar) spor organizasyonlarında destinasyon pazarlaması alt boyutlarını (rekreatif etkinlikler, organizasyonun çevresine katkısı, etkinliğin yapıldığı alan ve organizasyonun yapısı) ve genel organizasyon memnuniyetini önemli ölçüde etkilediği ortaya çıkmıştır.

Sonuç ve Tartışma: Bu çalışmayla algılanan kent imajının spor organizasyonları destinasyon pazarlamasında ve organizasyon memnuniyetinde bıraktığı etkilerin belirlenmesi ile bu tür etkinliklerin organizasyonu aşamasında oluşturulan sürdürülebilir planlara kaynak oluşturulmasına kaynak olabileceği düşünülmektedir. Anahtar Kelimeler: Kent imajı, destinasyon pazarlaması, spor organizasyonları, organizasyon memnuniyeti

Destination Marketing Of Antalya City Port For Sports Organizations And its Effect On Perceived Organizational Satisfaction

Introduction and Objective: The aim of this study is to examine the relationship between the image of Antalya City and destination marketing in sports organizations and satisfaction. In the direction of this aim, the study group consists of 430 participants (n manager=4, n trainers=43, n athletes =315 ve n referee=68) participating in Turkey Interuniversity Wushu Sanda and Taolu Championship between the dates of May 9 - 11, 2016, and the First International Mediterranean Wushu Championship between the dates of March 16 -21, 2017, held in Antalya.

Method and Results: In the study, as a result of data collected from the surveys of "Perceived Urban İmage", "Destination Marketing for Sports Organizations", and "Organizational Satisfaction", it came to exist that the sub dimensions of perceived urban image (public attitude, artisan attitude, health facilities, infrastructure and order, urban transportation, historical and touristic value, and social facilities) significantly affected the sub dimensions of destination marketing in sports organizations (recreational activities, contribution of organizations to its vicinity, the area, in which activity is carried out, and organizational structure) and general organizational

satisfaction. Conclusion and Discussion: With this study, it is considered that perceived urban image can be a resource for forming a resource in identification of the influences it exerts on destination marketing for sports organizations and organizational satisfaction, and sustainable plans formed in the stage of organizing this kind of activities

Keywords: Urban image, Destination Marketing, Sports Organizations, Organizational Satisfaction

Spor Hizmetlerinde Müşteri Sadakatının Belirleyicileri: Bir Ön Çalışma

¹Halil Sarol, ²Bülent Gürbüz, ³Zafer Çimen, ⁴Erman Öncü

¹Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

²Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

³Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

⁴Karadeniz Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Trabzon

Email : hsarol@gmail.com, bulentgurbuz@gmail.com, zcimen@gmail.com, ermanoncu@gmail.com

Bu çalışma sağlık ve zindelik kulübü müşterilerinin üyesi oldukları kulüplere sadakat düzeylerini ölçmek amacıyla yapılmıştır. Betimsel araştırma modelindeki çalışmanın örneklem grubunu 140 erkek (Ortaş = 32.56± 10.04) ve 123 kadın (Ortaş = 28.21± 8.27) sağlık ve zindelik kulübü müşterisi oluşturmuştur. Katılımcıların üyesi oldukları kulüplere olan sadakat düzeylerini belirlemek için Türkçeye uyarlaması Çimen, Sarol, Gürbüz ve Öncü (2016) tarafından yapılan “Spor Hizmetlerinde Sadakat Ölçeği (SHSÖ)” kullanılmıştır. Verilerin parametrik testlerin ön şartlarını sağlayıp sağlamadığına Çarpıklık ve Basıklık (verilerin normal dağılım durumu) değerleri, normal dağılım eğrisi ve Levene (varyansların eşitliği) testi sonuçları incelenerek karar verilmiştir. Verilerin analizinde, MANOVA, ANOVA ve değişkenler arası ilişkilerin belirlenmesinde Pearson Correlation testleri kullanılmıştır. Ölçeğin alt boyutlarının güvenilirliklerini belirlemek için Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları hesaplanmıştır. MANOVA sonuçları, cinsiyet değişkeninin SHSÖ'nin alt boyutları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olmadığını göstermektedir [$p>0.05$]. ANOVA sonuçlarına göre, cinsiyet değişkeni ana etkisi açısından SHSÖ'nin “Davranışsal Niyet”, “Değişime Direnç” ve “Genel Tatmin” [$p<0.05$] alt boyut puanlarının anlamlı olarak farklılaştığı belirlenmiştir. İstatistiksel anlamlılığın olduğu üç alt boyutta kadın katılımcıların ortalama puanları erkeklerden daha yüksektir. Katılımcıların üyesi oldukları kulüpleri kullanım sıklıklarına göre yapılan MANOVA analizi sonuçlarına göre, kullanım sıklığı değişkeninin ölçeğin alt boyutları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur [$p<0.05$]. Bu doğrultuda yapılan ANOVA analizi sonuçlarına göre “Davranışsal Niyet”, “Bilgi Düzeyi” ve “Önem- Zevk Alma” alt boyutlarında grupların ortalama puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Kulüpleri sıklıkla kullanan müşterilerin puanları diğerlerinden daha yüksektir. Bununla birlikte, katılımcıların kulüplere üyelik süreleri ile SHSÖ'nin alt boyutları arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur ($p<0.05$). Sonuç olarak, katılımcıların sağlık ve zindelik kulüplerine olan sadakat düzeylerinin belirleyicilerinden olan “Durumsal İlgilenim” ve “İfade Etme” puanlarının en düşük seviyede olduğu belirlenmiştir. Buna bağlı olarak, ilgili kulüp yöneticilerinin ve program planlayıcıların müşterilerinin sadakat düzeylerini artırmak için bu yönde çalışmalar yapmaları önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor Hizmeti, Sadakat, Sağlık ve Zindelik Kulüpleri

Determinants Of Customer Loyalty in Sport Services: A Preliminary Study

This study aimed to examine the health and fitness clubs members' level of loyalty to the clubs. A total of 263 (140 male Mage = 32.56± 10.04, 123 female Mage = 28.21± 8.27) health and fitness clubs' members participated in the study, and filled Loyalty Scale in Sport Services (LSSS) which was adapted to Turkish culture by Çimen, Sarol, Gürbüz ve Öncü (2016). For the assumptions of parametric tests, Skewness and Kurtosis values (assumption of normal distribution), normal distribution curve and homogeneity of variance were tested (Levene's Test). MANOVA, ANOVA and Pearson correlation analysis were used in the data analysis. Cronbach's alphas were also calculated to examine the scale internal consistency. MANOVA indicated no significant main effect of gender on

“LSSS” scores ($p>0.05$), in tests between subject effects by gender, ANOVA results revealed a significant differences in “Behavioral Intentions”, “Resistance to Change”, and “Overall Satisfaction” subscales of “LSSS” ($p<0.05$). In this subscales, women customers have higher mean scores than men. Analysis indicated overall significant main effect of participation frequency on the subscales of “LSSS” [$p<0.05$]. A follow-up univariate analysis revealed statistically significant differences in “Behavioral Intentions”, “Informational Complexity” and “Importance-Hedonism” subscales of “LSSS” [$p<0.05$]. As the frequency of participation increased the mean scores of participants increased. Furthermore, analysis indicated significant and positive correlation between customers’ membership year to the health and fitness clubs” and “LSSS” subscales scores ($p<0.05$). As result, customers had the lower loyalty scores in “Position Involvement” and “Sign” as the determinants of customer loyalty. In this way, it suggested that club managers and programmers may use these results to increase the level of their customers’ loyalty.

Keywords: Sport Services, Loyalty, Health and Fitness Clubs.

Niş Pazarda Hizmet Veren Spor İşletmelerinde Pazarlama Uygulamaları

¹Zafer Çimen, ¹Alperen Halıcı, ¹Ali Eraslan, ¹Burak Akpınar, ¹Mine Dilsiz, ¹Papatya Yılmaz

¹Gazi Üniversitesi, Ankara

Email : zcimen@gmail.com, alperen_h@hotmail.com, aeraslan@gazi.edu.tr, burakakpinar0660@gmail.com, minedilsiz3736@hotmail.com, papatyam.py@gmail.com

'Niş pazar' istek ve ihtiyaçları tam olarak karşılanamayan küçük müşteri gruplarının, özel istek ve ihtiyaçlarının yanı sıra farklı olma arzuları karşılamak amacıyla ortaya çıkmıştır. Bu pazarın bir örneğini de sayıları giderek artan bireysel antrenman (personal training) hizmeti veren işletmeler oluşturmaktadır. Bu küçük ölçekli işletmelerin birbirleriyle ve büyük ölçekli spor merkezleriyle girdikleri rekabette varlıklarını sürdürmeleri için yapacakları pazarlama faaliyetlerinin önemli olduğu söylenebilir. Bu noktadan hareketle, araştırmanın amacı niş pazarda hizmet veren spor merkezlerinin pazarlama uygulamalarını belirlemektir.

Araştırma verilerin toplanması ve çözümlenmesinde kullanılan yöntemler bakımından nitel bir çalışmadır. Görüşme yoluyla veri toplanan araştırmada, 12 soruluk yarı yapılandırılmış form kullanılmış ve yüz yüze yapılan görüşmeler ses kayıt cihazı ile kayıt altına alınmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu birebir egzersiz hizmeti veren ve 'amaçlı örnekleme' yoluyla seçilen altı spor merkezinin yöneticileri oluşturmuştur. Araştırma verileri betimsel ve içerik analiziyle çözümlenmiştir.

Araştırma bulgularına göre; spor merkezlerinde pazarlama faaliyetlerini genel olarak yöneticiler tarafından yapıldığı, pazarlama bütçesinin dönemsel olarak belirlendiği, yer seçiminde ekonomik geliri yüksek bireylerin bulunduğu bölgelerin tercih edildiği, programların oluşturulmasında müşteri beklentileri ve yurt dışındaki benzer hizmetlerin dikkate alındığı ve ücretlerin çoğunlukla piyasa koşullarına göre ayarlandığı belirlenmiştir. Ayrıca reklam aracı olarak tamamının sosyal medyayı kullandıkları, kişisel satışta sadece stant açma ve referans aramalarının yapıldığı, satışta özendirme çoğunlukla kurumlarla anlaşmaların gerçekleştirildiği ve sosyal sorumluluk faaliyetlerinin halkla ilişkiler çabası olarak uygulandığı tespit edilmiştir.

Sonuç olarak; niş pazarda hizmet veren spor merkezlerinin müşterilerin beklentilerini temel alan modern pazarlama anlayışını benimsemelerine rağmen kısıtlı mali yapıları ve pazarlama konusunda ayrı bir çalışanın olmaması nedeniyle pazarlama faaliyetlerinin etkin bir şekilde yapılamadığı söylenebilir. Ayrıca hedef kitleye ulaşma kolaylığı ve düşük maliyetli olması bakımından spor merkezlerinin sosyal medyayı tercih ettikleri ifade edilebilir. Anahtar Kelimeler: niş, pazarlama, spor merkezi

Marketing Practices of Sports Centers Serving in Niche Market

The niche market has emerged to meet small group customers' desires and needs. Personal training services is an example of this growing market. It can be said that the marketing activities of these small business are getting more important to survive in competition with each other and large-scale sports centers. In this context, the purpose of the research was to determine the marketing practices of the sports centers serving in the niche market.

This study is a qualitative research in terms of the data collection and analysis techniques. Interview method was used for data collection. A semi-structured form with twelve questions was used in the research and interviews recorded by voice recorder. Interviews were performed with six sports centers directors, selected by 'purposeful sampling'. Research data were analyzed by descriptive and content analysis.

According to research findings; it has been determined that the marketing activities were generally fulfilled by the managers, marketing budget was determined periodically, places that high economic income people is living were preferred for the facility placement, the customer expectations and similar services from abroad were used to create programs and the prices were mostly set according to the market conditions. In addition, social media was used as an advertising tool, only the stand and reference-based calls were used for personal sales, institutional agreements mostly used for sales promotion and some social responsibility programs were used for public relations efforts.

As a result; sports centers serving as the niche market cannot apply effective marketing activities because of the limited financial structure and the lack of employees and knowledge, although they were using some part of modern marketing. In addition, it can be said that sports centers prefer cost-effective advertising social media in terms of ease of reaching the target consumer.

Keywords: Niche, Marketing, Sport Center

Avrupa ve Türkiye’de Teknik Direktör Değişiklikleri

1Bolat Gündüz, 1Mert Kayhan

1Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kütahya

Email : bolat.gunduz@dpu.edu.tr, mert.kayhan@dpu.edu.tr

Giriş ve Amaç: Dünyadaki birçok futbol takımı, yaşadığı bir başarısızlık durumunda ilk iş olarak teknik direktör değişikliğine gitmektedir. Bu değişiklik neticesinde başarısızlığın sona ereceği ve kısa sürede başarılı sonuçların geleceği düşünülmektedir. (Egesoy, 2010). Bu çalışmanın amacı süper ligin şampiyon takımlarının Avrupa’nın büyük takımları ile teknik direktör değiştirme sayısı açısından karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmamızda İngiltere, Almanya, İtalya, İspanya, Türkiye, Fransa ve Portekiz’in en üst düzey liglerinin son 20 yıldaki veriler göz önüne alındığında şampiyonluk yaşayan tüm takımları yer almaktadır (n:38). Takımlara ait değişen teknik direktör sayıları, lig şampiyonluk sayıları ve Avrupa kupalarında oynadıkları final sayılarının verileri transfermarkt.com üzerinden elde edilmiştir. Verilerin analizi için tanımlayıcı istatistik ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Yapılan tek yönlü ANOVA testi sonucunda ülkemiz ile diğer ligler arası teknik direktör değiştirme sayıları arasında istatistiksel açıdan fark bulunmamıştır ($F = (6-31) = 1.522$; $p > 0.05$). Çalışmamızda yer alan 38 takımın son 20 yıl içinde değiştirdikleri teknik direktör sayısı 16.47 ± 5.74 olarak bulunmuştur. Ülkemizde değiştirilen teknik direktör ortalaması 20.25 ± 3.4 iken İngiltere 11.20 ± 9.33 , Almanya 15.83 ± 6.14 , İtalya 18.20 ± 4.14 , İspanya 19 ± 3.80 , Fransa 15 ± 4.89 ve Portekiz 18.25 ± 4.11 olarak bulunmuştur.

Sonuç: Bulgular incelendiğinde ülkemizde son 20 yılda şampiyon takımlarımızın değiştirdikleri teknik direktör ortalaması Avrupa ile karşılaştırıldığında istatistiksel açıdan anlamlı fark bulunmamıştır.

Kaynaklar: Egesoy H. (2010). The Investigation of Turkish Soccer Super League Coach Changes. Pamukkale Journal of Sport Sciences, 1 (2): 37–48.

Coach Changing in Turkey And Europa

Introduction and Purpose: Many football teams in the world change technical directors first in case of a failure. As a result of this change, it is thought that the failure will be the end and the successful results will come soon (Egesoy, 2010). The aim of this study is to compare of coach changes Turkey and some other countries teams which have at least one championship in last 20 years.

Method: In our work, Premier League England, Germany, Italy, Spain, Turkey, France and Portugal have all teams that have won the championship in the last 20 years (n:38). The number of coach changes, the league championship numbers and the final numbers played in the European cups have been obtained from the transfermarkt.com. Descriptive statistics and one way variance analysis were used for the analysis of the data.

Results: As a result of the one-way ANOVA test, no statistically significant difference was found between the number of coach changes between our country and the other leagues ($F = (6-31) = 1.522$; $p > 0,05$). The coach changing numbers of team's, which was in our study in last 20 years, was found 16.47 ± 5.74 . While average of coach changed in our country 20.25 ± 3.4 , England 11.20 ± 9.33 , Germany 15.83 ± 6.14 , Italy 18.20 ± 4.14 , Spain 19 ± 3.80 , France 15 ± 4.89 and Portugal 18.25 ± 4.11 was found.

Conclusion: When the findings are examined, the average of the technical director that our champion teams have changed in our country during the last 20 years is not statistically significant compared to Europe.

References: Egesoy H. (2010). The Investigation of Turkish Soccer Super League Coach Changes. Pamukkale Journal of Sport Sciences, 1(2): 37-48.

Spor Yöneticilerinin Öz Yeterlilik Durumları ve Zaman Yönetimlerinin İncelenmesi

¹Ali Erdoğan, ²Erkan Faruk Şirin, ¹Ahmet Azmi Yetim, ¹Pınar Karacan Doğan

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

²Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

Email : aerdoğan07@hotmail.com, erkanfaruk@yahoo.com, aayetim@gazi.edu.tr, karacan@gazi.edu.tr

Giriş ve Amaç: Robinson ve Godbey (2005), zamanın her meslekten bireyler üzerinde stres oluşturan bir kaynak olduğunu ifade etmektedir. Genel öz yeterlilik algısı ise, bireyin stresle baş etme becerilerinin bir yansıması (Albayrak Okçin ve Gerçeklioğlu, 2013) olarak tanımlanmaktadır. Buna göre, genel öz yeterlilik algısının; zaman yönetimi üzerinde etkisi olabileceği kabul edilebilir. Buradan hareketle araştırmanın amacı, Türkiye’de görev yapmakta olan kamu ve spor kulübü yöneticilerinin öz yeterlilik ve zaman yönetimi inanç düzeylerini belirlemek ve bunları bazı demografik değişkenlere göre inceleyerek aralarındaki ilişkiyi betimlemektir.

Yöntem: Araştırmada, mevcut durumu ortaya çıkartmayı amaçlayan betimsel taramaya ve ilişkisel taramaya yönelik bir yöntem kullanılmıştır. Türkiye’de görev yapmakta olan kamu ve spor kulübü yöneticileri örneklem grubunu ise; çalışmaya gönüllü olarak katılan kamu spor yöneticileri (n=55) ve spor kulübü yöneticileri (n=99) oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak, Kişisel Bilgi Formu, Spor Yöneticileri Öz Yeterlilik Ölçeği ve Zaman Yönetimi Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde; verilerin ve grupların homojen olarak dağılmaması ve verilerin sola çarpık olması nedeniyle, öz yeterlilik ve zaman yönetimi alt boyutlarında gruplar arasındaki farklılıkları belirlemek amacıyla parametrik olmayan Mann Whitney U ve Kruskal Wallis test teknikleri ve Spor Yöneticileri Öz Yeterlilik Ölçeği ve Zaman Yönetimi Ölçeği’nin ilişkisinde Spearman Korelasyon Analizi tekniği uygulanmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Çalışma sonucunda; Spor Yöneticileri Öz Yeterlilik ve Zaman Yönetimi inançları ile Kişisel değişkenler (yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyi, hizmet yılı, yöneticilik yılı ve spor geçmişi) arasında anlamlı farklılaşma belirlenmezken, zaman yönetimi alt boyutlarından zaman tutumu alt boyutu ile görev yapılan sektör değişkeni arasında spor kulübü yöneticileri lehine anlamlı bir farklılaşma belirlenmiştir. Ayrıca genel zaman yönetimi ile spor yöneticileri öz yeterlilikleri (karar verme, kişisel özellikler, bilgi ve kişilerarası ilişkiler) arasında zayıf pozitif yönde ve anlamlı ($p<0,05$) bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Buna göre spor yöneticileri üzerinde yapılacak zaman yönetimi algısını artıracak çalışmaların genel öz yeterlilik

Examination Of Self-Efficacy States And Time Managements Of Sports Managers

Introduction, Aim: Robinson, Godbey (2005) express that time is resource forming stress on individuals from every occupation. General perception self-efficacy is defined as reflection skills of individual cope with stress (Albayrak Okçin, Gerçeklioğlu 2013). According to, it can be accepted that general perception self-efficacy can have an effect on time management. This aim of the study, is to identify levels self-efficacy, time management of the public sports administrators, sport club managers serving in Turkey and, examining these according some variables, to detect the relationship between them.

Method: In the study, a method was used toward descriptive scanning that aims to reveal the existing situation. The sample group of public sports administrators, sports club managers serving in Turkey consist of public sports administrators (n=55), sport club managers (n=59) participating in the study voluntarily.

In the study, as data collecting instrument, Personal Information Form, Sport Managers Self-Efficacy Scale and Time Management Scale were utilized. In analysis of data, since the data are not homogeneously distributed, are left-skewed, in order to identify inter-group differences in sub dimensions of self-officiation and time management, the technique of Spearman Correlation Analysis was applied. The relationship of non-parametric Mann Whitney U, Kruskal Walls and Sport Manager Self-Efficacy, time management scale.

Findings, Conclusion: As a result of the study, while significant difference wasn't identified between sport manager self-efficacy, time management beliefs and personal variables (age, gender, marital status, educational level, length of service, managerial length service, sports background), between sub dimension "time attitude" among sub dimensions of time management the variable "sector served", a significant difference was identified in favor of sport club managers. In addition, weak positive directional, significant relationship ($p < 0.05$) was identified between general time management and sports manager self-efficacies (making decision, personal characteristics, knowledge, and interpersonal relationship). According to this, it can be said that the studies that will increase perception of time management to be carried out on sports managers will increase result level general self-efficacy.

Keywords: Sports Managers, Self-Efficacy, Time Management

Spor Yapan Bireylerin Instagram Kullanım Gdleri zerine Bir İnceleme

1Pelin Gnkek, 1R.Timuçin Gener

1Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir

Email : pelin_gonkek@hotmail.com, timucin.gencer@gmail.com

Giriş ve amaç: Bu çalışmanın amacı, sporcuların Instagram kullanma güdülerini belirlemek ve bu nedenlerin cinsiyet, yaş, eğitim durumu, Instagram kullanma sıklığı, spor türü ve spor düzeyi açısından farklılıklarının analizini yapmaktır. Yöntem: Araştırmaya spor kulüplerinin farklı sportif branşlarında yer alan toplam 208 sporcu katılmıştır. Çalışmada veri toplamak için Sheldon ve Bryant (2016) tarafından geliştirilen 4 alt boyuttan oluşan Instagram Kullanma Güdüleri leği ve sporcuların demografik özelliklerinin yer aldığı bir anket formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde araştırmada kullanılan ölçek ile ilgili olarak ölçeğin geçerlilik ve güvenirlilik analizlerinin yanı sıra t-testi ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Ölçeğin dilsel eşdeğerliği incelenmiş ve dilsel eşdeğerliğe sahip olduğu görüldükten sonra geçerlilik ve güvenirlilik analizleri yapılmıştır. Yapılan doğrulayıcı faktör analizinde ölçeğin uyum indekslerinin yeterli olduğu görülmüştür ($X^2/df = 1.77$, RMSEA= .061, GFI= .92, CFI= .93, NFI= .86, NNFI= .91). leği oluşturan alt boyutların iç tutarlılık katsayıları. 71 ile. 79 arasında değişkenlik göstermektedir. Araştırmaya katılan sporcuların, cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, sportif branş düzeyi, Instagram kullanım sıklığı açısından Instagram kullanım güdülerinde anlamlı farklılıklar belirlenmiştir.

Sonuç: Araştırmada kullanılan Instagram kullanım güdüleri leğinin geçerli ve güvenilir bir lme aracı olduğu belirlenmiştir. Instagram kullanım güdülerinin cinsiyet farklılıklarının yanı sıra bireysel gelişim ile birlikte arttığı görülmektedir. Anahtar Kelimeler: sporcular, Instagram, sosyal medya

A Study on Motives For Instagram Use of the Athletes

Purpose: The purpose of this study was to determine the motives for Instagram use of the athletes and to examine their differences in terms of gender, age, educational status, frequency of use of Instagram, sport type and level. Method: A total of 208 athletes participated in the study from different sport branches of the sports clubs. A questionnaire consisting of the Motives for Instagram Use scale (Sheldon & Bryant, 2016) that it consist of 4 sub-dimensions and some demographic questions was used in this study. In the analysis of data besides reliability and validity analysis of the measurement tool, t-test and one way Anova analysis were used.

Results: Linguistic equivalence of the scale was examined, then reliability and validity analysis were conducted. Confirmatory factor analyses results demonstrated that the measurement tool employed for the study showed an acceptable degree of fit ($X^2/df = 1.77$, RMSEA= .061, GFI= .92, CFI= .93, NFI= .86, NNFI= .91). Internal consistency coefficients of the scale was found to be between .71 and .79. Significant differences found among athletes in terms of gender, age, education level, Instagram usage frequency.

Conclusion: According to the results, Motives for Instagram Use scale can be used as a valid and reliable instrument in researches. It has seen that some differences exist in Instagram use related with the individual development as well as gender differences.

Keyword: Athletes, Instagram, Social Media

KSB706

Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüklerinde Çalışan Personelin Örgütsel Bağlılıklarının İncelenmesi

¹Kübra Özdemir, ²Halit Suiçmez, ¹Talha Murathan

¹Ardahan Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Ardahan

²Karadeniz Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Trabzon

Email : kubraozdemir@ardahan.edu.tr, hsuicmez@ktu.edu.tr, talhamurathan@hotmail.com

Giriş ve Amaç Bu çalışmanın amacı: Doğu Anadolu Bölgesinde bulunan Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüklerinde çalışan personellerin “Örgütsel Bağlılık” düzeylerinin belirlenmesidir. Çalışmaya Doğu Anadolu Bölgesinde yer alan 8 ilde (Erzurum, Erzincan, Elazığ, Kars, Bayburt, Hakkâri, Bitlis, Ağrı) 194’ü bay, 45’i bayan olmak üzere toplamda 239 kişi katılmıştır.

Yöntem Araştırmada personelin örgütsel bağlılıklarını ölçmek için Allen ve Meyer, (1990) tarafından geliştirilmiş bulunan ve 20 sorudan oluşan örgütsel bağlılık ölçeği uygulanmıştır. Anketlerin bazıları yüz yüze yöntemi ile doldurulmuş bazıları ise posta ile katılımcılara ulaştırılmış ve tekrar toplanmıştır. Tüm İstatistik Analizler SPSS 16 programı ile yapılmıştır. Anlamlılık düzeyleri $p<0.01$ ve $p<0.05$ alınmıştır. Demografik özelliklerin belirlenmesi için, önce frekans tabloları elde edilmiş ve ki-kare analizi yapılmıştır.

Bulgular ve Sonuç Katılımcıların “Örgütsel Bağlılık” sorularına verdikleri cevaplar arasındaki farkın istatistiksel olarak çok önemli ($p<0.01$) olduğu tespit edilmiştir. Verilen cevaplarda örgütsel bağlılığın varlığını gösteren cevapların oranının örgütsel bağlılığın varlığını göstermeyen cevapların oranından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Diğer yandan katılımcıların %79.9 oranında kurum işini gelir getirici bir iş olarak yetersiz ve kısmen yeterli cevabını verdikleri hesaplanmıştır. Bu cevaplar arasındaki fark istatistiksel olarak çok önemli ($p<0.01$) olarak bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Örgütsel Bağlılık, Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü, Personel

Investigation of the Organizational Commitment of Staff Who Works in Youth Services and Sports Provincial Directorate

Introduction and Objectives The purpose of this study was to determine the level of the organizational commitment for the staff that working in the Eastern Anatolia Region in the Provincial Directorate of Youth Services and Sports. 194 men and 45 women in a total of 239 people participated in the research from the eight provinces in the Eastern Anatolia region (Erzurum, Erzincan, Elazığ, Kars, Bayburt, Hakkâri, Bitlis, Ağrı).

Method In research, to measure the organizational commitment, the scale of the organizational commitment developed by Allen and Meyer (1990) and, composed of twenty questions was used. While some of the questionnaires were filled by the method of face to face, some of the participants were reached by the way of the postal service and the questionnaires were gathered. SPSS 16 was used for all the statistical analysis. Significance level was accepted $p<0.01$ and $p<0.05$ to determine the demographic characteristics. Firstly frequency table was obtained and Chi-square analysis was carried out.

Findings and Conclusions The differences between the answers given to questions of organizational commitment were determined as very significant ($p < 0.01$). The answer rates that show presence of organizational commitment were found higher than the answer rates that doesn't show presence of organizational commitment. On the other hand the total insufficient and partially sufficient answer ratio of the question about sufficiently income level of the employees was calculated as 79.9 %. The differences between the answers were found as highly significant ($p < 0.01$).

Keywords: Organizational Commitment, Provincial Directorate of Youth Services and Sports, Personnel

KSB709

Hokey Milli Takım Sporcularının Kariyer Hedefleri ve Türkiye'de Hokeyin Gelişimine Yönelik Bakış Açıları

¹Elif Cemek, ²Yeşim Albayrak Kuruoğlu

¹Türkiye Hokey Federasyonu, Hokey Antrenörü, İstanbul

²Nişantaşı Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, İstanbul

Email : elifcemek1905@hotmail.com, yesim.kuruoglu@gmail.com

Amaç: Dünyada hokey branşının sporcu, antrenör ve yöneticileri genellikle yüksek gelir ve ün kazanırken, Türkiye'de Olimpik bir branş olmasına rağmen benzer düzeyde değildir. Oysa tarihçesi, 1910 yılında Kadıköy'de İngilizlerin kurduğu kulüplerin, aralarında yaptığı hokey maçlarına dayanmaktadır. I. Dünya Savaşı nedeniyle İngiliz kulüplerin kapatılmasından sonra Türk spor kulüplerinde yer etmiş olan hokey, 2002'de Türkiye Hokey Federasyonu'nun kurulmasıyla gelişim süreci hızlanmıştır. Bu çalışmanın amacı, Türkiye'de milli takım seviyesindeki hokey sporcularının kariyer hedefleri ve hokeyin Türkiye'deki gelişimi hakkında bir durum değerlendirme analizi yapmaktır.

Yöntem: Çalışma için açık uçlu neden, nasıl ve ne amaçla sorularını içeren bir görüşme formu hazırlanmış ve yarı yapılandırılmış nitel araştırma yöntemiyle gerçekleştirilmiştir. Türkiye Hokey Federasyonu 2015-2016 Super Ligi'ndeki 6 kulüpten birer sporcu, çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Görüşme notlarının hangi katılımcıya ait olduğunun belirlenmesi ve isimlerinin gizli tutulması nedeniyle sporculara takma isimle kodlama yapılmıştır. Kaydedilen görüşmeler içerik analiz yoluyla Microsoft Office Word programına düzyazı olarak aktarılmış; ana tema, alt temalar ve sporcuların hokeyin gelişimine yönelik önerileri belirlenmiştir.

Bulgular: Çalışmada; sporcu beklentileri, Türkiye'de hokey kültürünün düzeyi, teknik sorunlar, hokeyin gelişimi için öneriler başlığında dört ana temaya ulaşılmıştır. Sporcu beklentilerinin alt temaları; milli olmak, burs almak, sınavsız atanma kolaylıkları ve resmi izinler olarak belirlenmiştir. Diğer ana temaların altında Türkiye'de tanınmaması, buz hokeyi ile karıştırılması, tehlikeli sanılması, saha ve malzeme bulmanın güçlüğü, antrenör, altyapı, kamp süreleri, uygun sahaya ulaşım, medya desteği, sponsorluk ve bütçe gibi alt temalar elde edilmiş, sporcuların kendi ifadelerine yer verilmiştir.

Sonuç: Sporcular, futbol sahasında antrenman yapmaları nedeniyle uluslararası maçlarda uyum sorunu yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Malzemenin ithal ve pahalı olması, kişisel eksiklerinin yenilenmesini güçleştirmektedir. Sonuç olarak, medyada yer almanın çoğalmasıyla sponsor bulmanın kolaylaşacağını, böylece yetersiz saha ve malzeme tamamlanarak altyapı ve antrenör sorununun giderilebileceğini düşünmektedirler. Türkiye'de hokeyin gelişiminde, takım sporu olarak okullarda yaygınlaştırılması, bu branşın milli sporcularının altını çizdiği önemli bir konudur.

Anahtar kelimeler: Hokey, Türkiye'de hokey, milli sporcu

National Hokey Team Athletes' Career Goals And Their Perspectives About Development Of Hockey in Turkey

Aim: Although the athletes, coaches and managers of world hockey generally earn high income and fame; situation is not similar even though it's an Olympic branch in Turkey. However, its history based on matches between the clubs of British citizens in Kadıköy in 1910. As English clubs were closed due to World War I, hockey was began to play in Turkish sports clubs and Turkish Hockey Federation was established in 2002. The aim of this study was to conduct a situational analysis of national hockey athletes' career goals and their perspectives about development of hockey in Turkey.

Method: With an open-ended questionnaire, semi-structured qualitative research method was used in this study. Six players from clubs of Turkish Hockey Federation's 2015-2016 season, voluntarily participated. Their names were coded and recorded interviews were transferred to computer programme through content analysis; main themes, sub-themes and athletes' proposals have been identified.

Results: Four main themes were determined as; athlete expectations, hockey culture in Turkey, technical problems, suggestions for hockey development. The sub-themes of athlete expectations were achieving national level, scholarships, job without examination, and official permissions. Under the other main themes, less recognition, confusion with ice hockey, considering hazardous, venue and material problems, trainer, infrastructure, camping times, transportation, media support, sponsorship and budget were obtained as sub-themes.

Conclusion: The main difficulty for athletes was venue adaptation during international matches because they train in soccer fields. As material is expensive, it's hard to renew them. It will be easier to find sponsors if they are seen more at media so that inadequate fields and materials can be completed, infrastructure and coaching problems can be eliminated. Athletes also underlined that the expansion of hokey at schools as team sport could alter the development of hokey in Turkey.

Keywords: Hockey, hockey in Turkey, national athlete

KSB769

Sporda Seyirci Davranışında GÜDÜLER: Futbol Örneği

¹Ayşe Aslı Honça, ²Ayşe Aslı Honça, ³Sema Alay Özgül

¹Kastamonu

²Kastamonu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kastamonu

³Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : a.asliyuzgenc@gmail.com, a.asliyuzgenc@gmail.com, alaysema@yahoo.com

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı, spor seyircilerini, profesyonel spor takımlarının maçlarına katılmaya iten güdüleri incelemektir.

Yöntem: Araştırmanın örneklem grubu 2014-2015 Spor Toto Süper Lig ikinci devre müsabakalarından Fenerbahçe-Bursaspor, Galatasaray-Torku Konyaspor, Beşiktaş-Gaziantepspor maçlarına giden 406 kadın 407 erkek toplam 813 seyirciden oluşmaktadır. Araştırmada, veri toplama aracı olarak, Funk, Ridinger, Moorman (2003) tarafından geliştirilen Spora İlgili Envanteri-SİE (Sport Interest Inventory-SII) kullanılmıştır. Spora İlgili Envanterinin Türk kültürüne uyarlaması, geçerliği ve güvenilirliği bu araştırmada ispatlanmıştır. SİE, 16 alt boyut (Spora İlgili, Oyunculara İlgili, Arkadaşlık Bağ, Sosyalleşme, Drama, Takım, Toplumsal Destek, Rol model, Aile ile Bağ, Müşteri Hizmetleri, Heyecan, Eğlence Değeri, Spor Bilgisi, Dolaylı Başarı, Sağlıklı Çevre, Kaçış) ve 48 maddeden oluşmakta ve spor seyircilerini spor etkinliği ya da spor müsabakasına katılmaya iten güdüleri ölçmektedir. Envanter 5'li Likert türündedir. Verilerin çözümlenmesinde betimleyici istatistik, Mann Whitney U ve Kruskal Wallis yöntemleri kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Araştırmanın bulgularına göre, spor seyircilerini profesyonel spor takımlarının maçlarına katılmaya iten güdüler ile seyircilerin cinsiyet, medeni durum, bilet durumu, eğitim düzeyi ve yaşlarına göre anlamlı farklılıklar vardır. Ancak spor seyircilerini profesyonel spor takımlarının maçlarına katılmaya iten güdüler ile seyircilerin gelir düzeylerine göre anlamlı farklılıklar bulunmamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Spor Tüketicisi, Spor Tüketim Davranışı, Spor Seyircisi, GÜDÜ

Motives in Sport Spectator's Behaviour: A Case Of Football

Aim: The purpose of this study, was to examine the motivational factors of sport spectators attending games of professional sport teams.

Method: Sample group of this study 2014-2015 Sports Toto Super League was consisted of 813 spectators of 406 women and 407 men (who attend to the matches of Fenerbahçe-Bursaspor, Galatasaray-Torku Konyaspor, Besiktas-Gaziantepspor from second part of the League). In the study, Sport Interest Inventory-SII developed by Funk, Ridinger, Moorman (2003) was used as data collection tool. Sport Interest Inventory (SII) adapted to the Turkish, demonstrated valid and reliable of the inventory within this study. The SII has 16 factors (Interest in sport, Interest in players, Bonding with friends, Socialisation, Drama, Team, Community support, Role model, Bonding with family, Customer service, Excitement, Entertainment value, Sport knowledge, Vicarious achievement, Wholesome environment, Escape) and 48 items, and measures the motivational factors of sport spectators attending a sporting event or a game. Inventory was a 5-point Likert-type scale. Descriptive statistics, Kruskal Wallis and Mann Whitney U were used to analyze the data.

Results: The results showed that there were significant differences in the motivational factors of sport spectators attending games of professional sport teams of their gender, marital status, ticket status, educational level and age. However, there were not any significant differences in the motivational factors of sport spectators attending games of professional sport teams of their, income level.

Keywords: Sport, Sport Consumer, Sport Consumption Behavior, Sport Spectator, Motive

Türkiye Basketbol Süper Ligi 2016-2017 Sezonu Oyuncularının Kümeleme Analizi

¹Eyüp Anıl Duman, ¹Gülfem Tuzkaya, ²Emre Türegün

¹Marmara Üniversitesi Mühendislik Fakültesi, İstanbul

²Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce

Email : anil.duman@marmara.edu.tr, gulfem.tuzkaya@marmara.edu.tr, emreturegun@duzce.edu.tr

Basketbol takımları parkede beş oyuncuya sahipler ve her bir oyuncunun farklı görevi bulunmakta. Geleneksel olarak bu oyuncular oyun kurucu, şutör gard kısa forvet, uzun forvet ve pivot olmak üzere beş gruba ayrılırlar. Ancak oyuncular aynı pozisyonda oynamalarına rağmen farklı oyun tarzlarına sahip olabiliyorlar. Gigi Datome ve Nikola Kalinic bunun güzel bir örneği olabilir. İki oyuncu da aynı pozisyonda ve aynı takımda oynamalarına rağmen oyunu çok farklı oynuyorlar. Bu çalışmanın amacı Türkiye Basketbol Süper Ligindeki (BSL) oyuncuları oyun tarzlarına göre kümeleme analizi ile gruplandırmak. 2016-2017 BSL sezonunda takımlarının tüm maçlarının %75'inde forma giymiş ve maç başına 15 dakika ortalama yakalamış 91 oyuncu IBM istatistik yazılımı ile analiz edildi. Tüm oyuncular 11 sezon istatistiği ve 2 ileri istatistiğe göre gruplandırıldı. Grupları belirlemek için Aşamalı Kümeleme Analizi yöntemi seçildi. Analiz sonrası oyuncular altı farklı gruba ayrıldı. Grupların istatistik ortalamalarına göre kümeler Önce Savunma Oyuncuları, Önce Hücum Oyuncuları, Efektif Uzunlar, Saha Liderleri, Görev Oyuncuları ve Gerçek Uzunlar şeklinde adlandırıldı. Son olarak, kazanan takımlarda hangi tip oyuncuların gözüktüğü hesaplandı. 2015-2016 BSL sezonunda toplam 260 maç oynandı ve sınıflandırmaya giren oyunculara bu maçlarda 2432 kez rastlandı. Grupları kendi içinde analiz ettiğimizde gördük ki, saha liderleri grubu üyeleri kazanan takımlarda daha çok (62%) sayılırken, önce savunma oyuncuları grubunun üyeleri daha az (44%) sayılmakta. Bu tip kümeleme analizleri daha fazla ulaşılabilir veriyle daha başarılı sonuçlar verebilir ve bu sayede kazanan takımın oyuncu tipleri belirlenebilir.

A Cluster Analysis of Players from 2016-2017 Turkish Basketball League

Basketball team has five players on a court and each player is responsible for different task. Traditionally these players are grouped into the five positions which are point guard, shooting guard, small forward, power forward and center. Although the players are at the same positions, they can have different playing style. Gigi Datome and Nikola Kalinic can be a good example for this. Both players play in the same position and the same team but they play the game very differently. The purpose of this research is to grouping Turkish Basketball Super League (BSL) players according to their playing types by cluster analysis. 91 basketball players who played in 75% of their team's games and averaging at least 15 minutes per game at 2016-2017 BSL season are analyzed with IBM SPSS statistics 21 software. All players are grouped based on their 11 season stats and 2 advanced stats. A Hierarchical clustering analysis method is chosen to specify the groups. After the analysis, players are divided into the 6 different group. According to groups' stats means; the players' types are labeled as Defense First Players, Offense First Players, Effective Big Men, Court Leaders, Role Players and Real Big Men. Lastly; which types of groups are mostly count in winning teams is determined. Total 260 games are played in BSL 2016-2017 season and players who are the member of one of the class are show up 2432 times in these games. When we analyzed within the clusters, we saw that members of the court leaders group are mostly counts on winning teams (62%) whereas the members of defensive first players group are rarely counts on winning teams (44%). With a more available data, this type of clustering researches can give more accurate results and player types of winning teams can be determined.

Sporda Kurumsal Sosyal Sorumluluğun Paydaşlar Açısından İncelenmesi: 12 Dev Adam Basketbol Okulları Projesi Örneği

¹Uğur Sönmezoğlu, ¹Uğur Sönmezoğlu, ²Mensur Pehlivan, ³Yeşer Eroğlu, ⁴Dilşad Çoknaz

¹Pamukkale Üniversitesi, Denizli

²Düzce Üniversitesi, Düzce

³Gedik Üniversitesi, İstanbul

⁴Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu

Email : usonmezoglu@pau.edu.tr, usonmezoglu@pau.edu.tr, mensurpehlivan81@gmail.com, yeserada@hotmail.com, coknaz_d@ibu.edu.tr

Spor kurumlarının son yıllarda bazı şirketler ile işbirliği içinde KSS projelerinde yer aldıkları dikkat çekmektedir. Bu araştırmada da spor örgütlerinden Türkiye Basketbol Federasyonunun paydaşlarından olan Garanti Bankası ile ortak yürüttüğü KSS projesi olan 12 Dev Adam Basketbol Okulları (DABO) projesinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırma nitel bir araştırmadır. Araştırmanın örneklem grubunu 12 DABO sosyal sorumluluk projesini projelendiren ve hayata geçiren spor federasyonu ve garanti bankasının ilgili departmanından sorumlu bireyler oluşturmuştur. Araştırmada veri toplamaya ilgili olarak "görüşme" yöntemi seçilmiştir. Verilerin analizinde betimsel analiz yöntemi kullanılmıştır. Katılımcılar KSS faaliyetlerinin spor kültürünün oluşturulması ve yaygınlaştırılmasında önemli bir araç olduğunu, 12 DABO projesi ile okul dışı sporu yaygınlaştırmak, basketbol ile gelişim ve spor ile eğitimin amaçlandığı, projenin bireylerin ileriye dönük gelişimine de katkı sağlamasının hedeflendiğini belirttikleri ifade edilebilir. Ortak proje çalışmasının proje ile ilgili kamuoyu oluşturulmasında ve paydaşlar arasında işbirliğinin artmasında etkili olduğu ifade edilebilir. Proje sayesinde bireylerde sosyal bütünleşme ve kaynaşma ile birlikte spora ilginin arttığı, ebeveyn bilincinin geliştiği söylenebilir. Ayrıca 12 DABO projesinin projedeki paydaş kurumların marka bilinirliğine ve imajına, kurumsal kimliğine ve potansiyel hedef kitleye ulaşmalarına olumlu katkı sağladığı ifade edilebilir. Araştırmada işletmelerin KSS çalışmaları için spor örgütleriyle yapacakları ortak projelerin hedef kitleye ulaşmada ideal ve etkili bir yol olduğu ortaya çıkmıştır. Son olarak yürütülen projenin paydaşlar arasında işbirliği ve iletişimi de güçlendirdiği ifade edilebilir.

Analysis Of Corporate Social Responsibility in Sports For Shareholders: Case Of 12 Dev Adam Basketball Schools Project

Sports Institutions' recent associations with various companies in CSR project is remarkable. In this research, it is aimed to examine the project of 12 Dev Adam Basketball Schools (DABO), which is a CSR project jointly carried out by Garanti Bank, a stakeholder of Turkish Basketball Federation as a sports organization. This research is qualitative research. The sample group of the study includes individuals responsible for designing the 12 DABO social responsibility project and responsible for the concerned sports federation and Garanti Bank. Data collection method applied in this study is "interview" method. For the data analysis, a descriptive analysis method was used. It may be indicated that the participants stated that CSR activities are an important tool in the creation and expansion of sports culture, 12 DABO project aims to promote outdoor sports, developmental and sports education through basketball, and that it is targeted that the project's contribution to the prospective development of individuals. It may be asserted that the joint project work in the creation of the public opinion about the project and is effective in

increasing cooperation among stakeholders. Whereby the project, together with social integration and cohesiveness the interest for sports is increased and parental awareness is improved. In addition, it may be claimed that project provides a positive contribution to brand awareness, corporate identity, prestige and reaching the potential audience for the stakeholder institutions. It can be stated that the joint projects of the enterprises with the sports organizations for CSR studies are an ideal means of distribution and effective in reaching the target audience. To conclude, it may be argued that the projects carried out strengthens cooperation and communication among stakeholders.

Spor Yöneticilerinin Spor Kavramına İlişkin Algılarının Belirlenmesi: Bir Metafor Analizi Çalışması

¹Serkan Kurtipek, ²Uğur Sönmezoğlu

¹Gazi Üniversitesi, Ankara

²Pamukkale Üniversitesi, Denizli

Email : serkankurtipek@gmail.com, usonmezoglu@pau.edu.tr

Bu araştırmanın amacı, Türkiye'deki spor yöneticilerinin spor kavramına ilişkin sahip oldukları algıları metaforlar yardımıyla belirlemektir. Araştırmanın çalışma grubunu toplam 74 spor yöneticisi oluşturmuştur. Araştırmada veri toplamak amacıyla yöneticilerin spor kavramına ilişkin sahip oldukları algılarını belirlemek için "metafor formu" hazırlanmıştır. Metafor formunda spor yöneticilerinden "Spor...gibidir; Çünkü..." cümlesini tamamlamaları istenmiştir. Araştırmada, nitel araştırma yaklaşımlarından olgubilim deseni kullanılmıştır. Verilerin analizinde ise; içerik analizi tekniği kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analizinin güvenilirliği için katılımcılar arası güvenilirlik kat sayısı hesaplanmış ve bu değer %85 olarak bulunmuştur. Verilerin değerlendirilmesiyle, spor yöneticilerinin toplam 50 metafor ürettikleri görülmüştür. Üretilen bu metaforlar 6 farklı kategoride toplanmıştır. Spor yöneticilerinin spor ile ilgili en çok "temel ihtiyaç olması açısından" kategorisinde (23 metafor) ve "psikolojik olarak rahatlatıcı olması açısından" kategorisinde (20 Metafor) metaforlar geliştirdikleri belirlenirken, bu kategorileri "yaşam kalitesini yükseltmesi açısından", "bir tutku olması açısından", "bireyin doğasında olması açısından" ve "fiziksel olarak fayda sağlaması açısından", kategorileri izlemiştir. Sonuç olarak spor yöneticilerinin spor kavramını metaforlar yoluyla oldukça zengin ve farklı bakış açılarıyla ifade ettikleri belirlenmiştir. Dolayısıyla bu çalışmada tespit edilen metaforlar spor hizmet ve faaliyetlerinin sevk ve idaresinden sorumlu olan spor yöneticileri ve adaylarına, spor yönetiminin uygulaması aşamasında yol gösterebilir. Anahtar kelimeler: Spor, Spor Yöneticileri, Metafor, Nitel Araştırma Yöntemi.

Determination Of Sport Managers' Perceptions About Sport Concept: A Metaphor Analysis Study

The aim of this research is to determine the perceptions of sport managers in Turkey on the concept of sport by means of metaphors. A total of 74 sport managers composed the study group. On the purpose of collecting data for the research "metaphor form" was prepared to determine the perceptions of managers about the concept of sport. Sport managers are asked to complete "Sport is like...; because..." as the sentence. Phenomenology research as one of the qualitative research approaches was applied in the study. As for the data analysis, content analysis method was exercised. For the reliability of the analysis of the research data, the inter-participants reliability factor was calculated and found to be 85%. By evaluating the data, it was occurred that the sport managers brought out a total of 50 metaphors. These generated metaphors are collected in 6 different categories. While it has been determined that sport managers have developed metaphors mostly "in terms of basic need" category (23 metaphors) and "psychologically comforting" category (20 metaphors), these metaphors are followed by the other categories such as "in terms of increasing quality of life", "in terms of being a passion", "in terms of the nature of the individual" and "in terms of being physical benefit". As a result, it has been stated that sport managers conceive sport concept through metaphors with generous and different perspectives. Therefore, the metaphors confirmed in this study may lead the sports managers and sport manager candidates who are responsible for the referral and administration of sports services and activities, in the process of the practice of sports management.

Keywords: Sport, Sport Managers, Metaphor, Qualitative Research Method.

KSB834

Muay Thai Hakemlerinin Öz Yeterlilik ve Karar Verme Stilleri İlişkisi

¹Ersan Tolukan, ²Mustafa Yaşar Şahin

¹Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Spor Bilimleri Bölümü, Ankara

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Bölümü, Ankara

Email : ersan_et@hotmail.com, mysahin@gmail.com

Giriş ve Amaç Bu araştırma kapsamında Muay Thai branşında hakemlik yapan bireylerin öz yeterlilik düzeyleri ve karar verme stilleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Yöntem İlişkisel tarama modelindeki araştırmada, Scott ve Bruce (1995) tarafından geliştirilen Karar Verme Stili Ölçeği ve Jerusalem ve Schwarzer (1981) tarafından geliştirilen Yeşilay (1996) tarafından Türkçeye uyarlaması gerçekleştirilen Öz Yeterlilik Ölçeği, 120 gönüllü katılımcıya uygulanmıştır. Araştırma kapsamında hakemlerinöz yeterlilik ve karar verme stillerine yönelik betimsel istatistikler (kişi sayısı, minimum, maksimum, ortalama, standart sapma) hesaplanmıştır. Katılımcıların demografik özelliklerine göre öz yeterlik ve karar verme stillerinin anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi amacıyla ilişkisiz ölçümlerde t testi, tek yönlü varyans analizi (anova) ve kruskallwallis testi hesaplanmıştır. Katılımcılarınöz yeterlik düzeyleri ile karar verme stilleri arasındaki ilişki düzeyinin tespit edilmesi amacıyla pearsonkorelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Fark testlerinde p anlamlılık düzeyi 0,05 olarak alınmıştır. Bulgular ve Sonuç Araştırma sonucunda hakemlerin, öz yeterliklerinin yüksek düzeyde olduğu, karar verirken ise en çok rasyonel karar verme stilini kullandıkları belirlenmiştir. Demografik değişkenler açısından incelendiğinde; eğitim sektöründe çalışan hakemlerin öz yeterliklerinin daha yüksek olduğu ayrıca aday hakemlerin ve 8 yıl ve üzeri görev yapan hakemlerin anlamlı şekilde daha fazla bağımlı karar verdikleri söylenebilir. Araştırma korelasyon sonuçlarına göre katılımcıların öz yeterlilik düzeyleri ile; rasyonel ve sezgisel karar verme stilleri arasında pozitif ve düşük düzeyde, kaçınma karar verme stili arasında negatif ve düşük düzeyde ilişki olduğu belirlenmiştir. Karar verme stilleri arasında ise rasyonel ve sezgisel karar verme stili arasında pozitif ve orta düzeyde ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Relationship Of Self-Efficacy Levels And Decision Making Style Of Muay Thai Referees

Introduction and Purpose: In this study, it is aimed to investigate relationship of self-efficacy and decision making of individuals who are working as Muay Thai referees. Method In this relational screening model study, Decision Making Style Scale developed by Scott and Bruce (1995) and Self-Efficacy Scale developed by Jerusalem and Schwarzer (1981) and adapted in Turkish language by Yeşilay (1996) have been applied to 120 volunteers. Within the scope of the study, descriptive statistics (number of people, minimum, maximum, average, standard deviation) of referees towards self-efficacy and decision making styles are calculated. T test, one way analysis of variance (anova) and kruskallwallis test are conducted in unrelated measurements to determine if self-efficacy and decision making styles exhibit significant difference according to demographic characteristics of the participants. Pearson correlation coefficient is calculated to determine the level of relationship between the level of self-efficacy and decision making style of the participants. p significance level is taken as 0,05 in difference test.

Findings and Result: It is observed that as a result of the study, the self-efficacy of the referees are high and they adopt rational decision making style in decision making. From demographic aspects; self-efficacy of the referees working in education sector are higher and it can be said that candidate referees and referees having worked for more than 8 years have significantly high tendency for deciding dependently.

According to correlation results of the study, there is a positive and low level of relationship between level of self-efficacy of the participants and rational and intuitional decision making style while it is negative and low level of relationship with avoiding decision making. It is found that there is positive and medium level relationship between rational and intuitional decision making styles.

SUNULMADI

KSB878

Spor Eğitimi Veren Yükseköğretim Kurumlarında Görev Yapan Akademisyenlerde Otantik Liderlik İle Örgütsel Muhalefet İlişkisi Üzerine Bir İnceleme

¹Murat Kalfa, ¹Pınar Karacan Doğan, ¹Cihan Ulun, ¹A. Azmi Yetim

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : mkalfa@gazi.edu.tr, karacan@gazi.edu.tr, cihanulun06@gmail.com, aayetim@gazi.edu.tr

Giriş ve Amaç: Örgütteki yöneticilerin liderlik tarzları, çalışanların örgütsel muhalefet davranışlarını etkileyen en önemli faktörlerden biri olduğu varsayılmaktadır. Örgütsel muhalefet ise örgütün iklimi, verimliliği psikolojisi ve sağlığı açısından önemli bir etkindir. Çalışmanın amacı spor alanındaki akademisyenlerde otantik liderlik ile örgütsel muhalefet arasındaki ilişki düzeyinin belirlenmesidir. Yöntem: Çalışmada betimsel ve ilişkisel taramaya yönelik bir yöntem kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini Türkiye’de spor eğitimi veren 90 yükseköğretim kurumundan 1652 akademisyenden oluşmaktadır. Örneklemi araştırmaya gönüllü katılan 245 akademisyenlerdir. Veri toplama aracı olarak Walumbwa ve diğerlerinin (2008) geliştirdiği, Tabak ve diğerlerinin (2012) Türkçe’ye uyarladığı Otantik Liderlik Ölçeği ile Kassing’in (2000) geliştirdiği ve Dağlı’nın (2015) Türkçeye uyarladığı Örgütsel Muhalefet Ölçeğinden yararlanılmıştır. Çalışmada ölçeklerin tüm alt boyutları ve genel puanları arasındaki ilişkiyi incelemek üzere “Pearson Korelasyonu” uygulamıştır. Otantik liderlik ve örgütsel muhalefet kavramlarının idari görev tecrübesine göre gruplar arasında anlamlı farklılığını test etmek üzere ise “Bağımsız Gruplar için T-testi” yapılmıştır. Ayrıca katılımcıların görev yaptığı bölümlere göre gruplar arasındaki anlamlı farklılığını test etmek üzere ise “Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)” gerçekleştirilmiştir. Bulgu: Korelasyon analizi sonucunda örgütsel muhalefetin bir alt boyutu olan dikey muhalefet alt boyutunun; otantik liderliğin genel puanı ve alt boyutlarıyla pozitif yönlü anlamlı ilişkisi tespit edilmiştir. Dikey muhalefet boyutunun; otantik liderlik genel puanlarıyla ($r = ,174$ ve $p < 0.01$), ilişkilerde şeffaflık boyutuyla ($r = ,125$ ve $p < 0.05$), içsel ahlak boyutuyla ($r = ,142$ ve $p < 0.01$), öz-farkındalık boyutuyla ($r = ,193$ ve $p < 0.01$) ve bilgiyi dengeli değerlendirme boyutuyla ($r = ,191$ ve $p < 0.01$) pozitif yönde ilişkisi görülmüştür. Örgütsel muhalefetin diğer boyutu “yatay muhalefet” ile otantik liderliğin “ilişkilerde şeffaflık” alt boyutunda ($r = -,136$ ve $p < 0.05$) negatif yönlü ilişki görülmüştür. Otantik liderlik ve örgütsel muhalefet genel puanları arasında ise anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır.

Sonuç: Otantik liderlik ile örgütsel muhalefetin alt boyutlarında zayıf ilişki tespit edilmişse, genel olarak aralarında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür. Anahtar Kelime: Otantik liderlik, örgütsel muhalefet, spor yönetimi.

A Study On The Relationship Between Authentic Leadership And Organizational Dissent In The Academicians In The Higher Education Institutions Providing Sports Education

Introduction and Aim: Leadership styles of organizational managers are assumed to be one of the most important factors affecting the organizational opposition behavior of organizational employees. Organizational dissent also has a significant impact on organizational climate, productivity, psychology and health. The purpose of this study is to determine the level of relationship between authentic leadership and organizational dissent in academics in the field of sport sciences.

Method: In the study, "Pearson Correlation" was applied to determine the relationship between the subscales of the scales and their general scores. "Independent samples T-test" was conducted to test the meaningful difference of the concepts of authentic leadership and organizational opposition to the administrative task experience. "One way ANOVA" was applied in the tests performed according to the department variable of the participants.

Finding; In correlation analysis, vertical dissent which is a sub-dimension of organizational dissent has been found to be correlated with lower level according to overall score of authentic leadership and its sub-dimensions. Vertical dissent has been found to be positively associated with respectively "authentic leadership overall scores" ($r = .174$ and $p < 0.01$), "transparency in relations" ($r = .125$ and $p < 0.05$), "internal moral" ($r = .142$ and $p < 0.01$), "self-awareness" ($r = .193$ and $p < 0.01$) and "balanced assessment of information" ($r = .191$ and $p < 0.01$). Negative weak correlation was observed in the dimension of transparency in relations between horizontal opposition, which is the other sub-dimension of organizational opposition, and sub-dimension of authentic leadership. There was no significant relationship between authentic leadership and organizational opposition general scores.

Result: As a result, a few weak relationships were found in the sub-dimensions of authentic leadership and organizational opposition, but in general there was no significant relationship between them.

Keywords: Authentic Leadership, Organizational

KSB912

Spor Yoluyla Gelişim ve Çocuğun İyi Olma Hali Açısından Türkiye'deki Mülteci Çocuklar ile İlköğretimdeki Öğrenciler Arasındaki Farkların İncelenmesi: Pendik İlçesi Örneği

¹Tuna Uslu, ¹İlknur Hacısoftaoğlu, ¹Serkan Esen, ¹Hülya Ünlü, ¹Utku Tuna

¹İstanbul Gedik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, İstanbul

Email : tunauslu@gmail.com, ilknur.hacissoftaoğlu@gedik.edu.tr, serkan.esen@gedik.edu.tr, hulya.unlu@gedik.edu.tr, utku.tuna@gedik.edu.tr

Giriş: Spor yapmak ve spora ulaşabilmek temel bir insanlık hakkıdır. Uluslararası Olimpiyat Komitesi'ne göre herkes için spor kavramı; ırk, sosyal sınıf ve cinsiyet farkı gözetmeksizin tüm bireyler için sporun bir insan hakkı olduğu, olimpiik idealin gelişmesi hareketidir. Herkes için spor kavramı Avrupa Konseyi Spor Gelişim Komitesi tarafından sosyal durum, sınıf, ırk ve erişim kısıtlılıklarına bağlı olmaksızın spor yapmayı arzu eden herkesin serbest zamanlarını spor ile değerlendirmesi ve katılımının mümkün kılınması şeklinde tanımlanmıştır. Bu çerçevede "Spor Yoluyla Gelişim" kavramı da insan haklarına, toplumsal yaşama ve sürdürülebilir bir dünyaya sporun sağladığı pozitif katkıyı vurgulamaktır. Ancak spor yoluyla gelişim ve kalkınma ile ilgili dünyada ve Türkiye'de yapılan çalışmalar henüz kısıtlı sayıdadır. Bu çerçevede Türkiye'deki mültecilerin sosyal ve kültürel uyumu açısından da spor faaliyetleri bir araç görevi üstlenmektedir. Bu çalışmada, Türkiye'de öğrenimine devam eden mülteci çocuklar ile ilköğretimdeki öğrenciler arasındaki sosyal ve kültürel uyumun spor faaliyetleri aracılığıyla geliştirilmesi sonucunda çocuğun iyi olma hali üzerindeki olumlu etkinin tespit edilmesi hedeflenmektedir. Yöntem ve

Analizler: Çalışmada nicel araştırma yöntemi seçilmiş, 2016-2017 eğitim-öğretim bahar döneminde ilköğretim seviyesinde bir uygulama ve envanter çalışması yapılmıştır. Araştırmanın uygulama alanı olarak İstanbul Anadolu Yakası'ndaki mülteci öğrencilerin eğitim gördüğü bir kültür merkezi ve bir ilköğretim okulundaki farklı sınıflar seçilmiştir. Envanter oluşturulduktan sonra Arapçaya, sonra yeniden Türkçeye çevrilerek uyarlaması yapılmıştır. Her iki dilde de 2017 yılı bahar döneminde veriler toplanmıştır. Uygulamanın öncesinde ve sonrasında anket formu yardımıyla "çocuğun iyi olma hali" ölçülmüştür. Tüm çocuklara ön test ve son test uygulanmıştır.

Bulgular ve Sonuç: İstatistiksel paket program aracılığıyla veriler analizden geçirilerek demografik özellikler, frekanslar ve t-testi kullanılarak anlamlı farklar tespit edilmiştir. Uygulama öncesine göre sonrasında iyi olma halinin olumlu biçimde arttığı bulunmuştur. Ancak eğitim merkezindeki mülteciler ile ilköğretimde okuyan öğrenciler arasında olumlu psikolojik davranışlar açısından anlamlı farklar olduğu, mülteci öğrencilerin ortalamalarının daha düşük çıktığı tespit edilmiş, sonuç bölümünde bulgular tartışılmıştır.

Investigation of the Differences Between Elementary School Students and Refugee Children in Turkey from the Perspective of Well-Being of the Child and Sport for Everyone: The Case of Pendik District

Sport and access to sport are basic human rights. According to the International Olympic Committee, the concept of "Sport for Everyone" is the movement to develop the Olympic ideal where sport is a human right for all individuals without discriminating

race, social class and sex. The concept of “Sport for Everyone” is defined by the Sport Development Committee of the European Council as the spending free times by sport by everyone who wants to do sport regardless and enabling their participation regardless of their social status, class, race and disabilities. Sport is for all people. Today the concepts of Sport for Everyone, Lifelong Sport, Sport Culture and Grassroots have intertwined definitions and work areas, however, they have certain similarities and differences with regard to expanding sports to all people as a recreational activity. Connected to these concepts, the General Assembly of the United Nations took a resolution in 2013 and declared 6th of April every year as the “International Day of Sport for Development and Peace”. The purpose of this decision is to emphasize the positive contribution of sports to human rights, social life and a sustainable world. Studies in Turkey and in the world on “Development Through Sport” are limited in number. Sport is for everyone and the practices covered by the present study are carried out to expand sport to everyone. It is known that the age to start sport activities is reduced to small ages in recent years.

REKREASYON RECREATION

Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu Öğrencileri İle Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Alışkanlıklarının incelenmesi

¹Tarik Sivrikaya, ¹Selami Yüksek, ¹Ubeyde Kılıçaslan, ¹Mustafa Barış Somoğlu

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Trabzon

Email : tarik_sivrikaya@hotmail.com, tarik_sivrikaya@hotmail.com, selami.yuksekk@ktu.edu.tr., ubeydekilicaslan@gmail.com, mbs_1977@hotmail.cm

Bu çalışmanın amacı, Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu Öğrencileri İle Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Alışkanlıklarının belirli değişkenlere göre incelemektir. Çalışmanın araştırma grubunu 2016-2017 eğitim-öğretim yılında Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden eğitimi ve spor yüksekokulu ve Atatürk Üniversitesi Beden eğitimi ve spor yüksekokulunda okuyan 386 erkek 119 kız olmak üzere 505 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada, mevcut durumu ortaya koymaya yönelik tarama modeli kullanılmıştır. Veri toplama aracı olarak; yaş, cinsiyet, sınıf, gelir durumu ve lisans değişkenlerinden oluşan 'Kişisel bilgi formu' ve Binarbaşı (2006) geliştirdiği 'Boş zaman tutum ölçeği' kullanılmıştır. Gelir düzeyi, sınıf ve yaş değişkeni ile Boş zaman değerlendirme şekilleri arasındaki farklılığı bulmak için ANOVA farklılığın kaynağını bulmak için Post-hoc Tukey testi yapılmıştır. Lisans ve cinsiyet değişkeni ile boş zaman değerlendirme arasındaki farklılığı bulmak için T-Testi uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi 0.05 alınmıştır. Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin boş zaman değerlendirme alışkanlıkları ile gelir düzeyi, lisans ve sınıf değişkenleri arasında anlamlı farklılık varken Atatürk Üniversitesi Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin Boş zaman değerlendirme alışkanlıkları ile gelir düzeyi, sınıf ve cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık vardır. Sonuç olarak öğrencilerin boş zaman değerlendirme alışkanlıkları gelir düzeyi, sınıf, lisans ve cinsiyet ile ilişkili olduğu görülürken Öğrencilerin Boş zaman değerlendirme alışkanlıklarının yaş üzerinde herhangi bir etkisinin olmadığı görülmüştür.

Karadeniz Technical University Physical Education and Sports Students with Ataturk University Physical Education and Sports College Students' Leisure Evaluation Habits

The aim of this study is to examine the leisure time habits of students of Atatürk University Physical Education and Sports School with the students of Karadeniz Technical University Physical Education Sports College according to certain variables. The study group of the study consists of 505 students, including 386 male and 119 female students attending Karadeniz Technical University Physical Education and Sports School and Atatürk University Physical Education and Sports College in 2016-2017 academic year. In the study, a screening model was used to reveal the current situation. 'Personal information form' consisting of age, gender, class, income status and license variables and 'Leisure Attitude Scale' developed by Binarbaşı (2006). The Post-hoc Tukey test was conducted to find the source of ANOVA variability to find the difference between income level, class and age variance, and leisure time patterns. T-Test was applied to find the difference between license and gender variables and leisure time evaluation. Significance level was taken as 0.05. While Karadeniz Technical University there is a significant difference between the leisure time evaluation habits of physical education and sports college students and income level, license and class variables, Atatürk University There is a significant difference between the leisure time evaluation habits of physical education and sport college students and income level, class and sex variables.

As a result, it was observed that the leisure time evaluation habits of the students were related to the income level, class, license and gender, but it was seen that there was no effect of the students' leisure time evaluation habits on age.

Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Doyum Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi (Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Örneği)

¹Hüseyin Kırımoğlu, ²Kerimhan Kaynak, ³Sultan Kalfa

¹Muş Alparslan Üniversitesi/Muş

²Erciyes Üniversitesi Kayseri

³Kocatepe Üniversitesi Afyon

Email : hkirim2005@yahoo.com, kerimhankaynak07@hotmail.com , sultankalfaa@hotmail.com

Bu araştırma, 2015-2016 eğitim-öğretim yılında, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi öğrencilerinin çeşitli değişkenler açısından serbest zaman doyum düzeylerini mukayese etmek amacına odaklanmıştır. Katılımcıların serbest zaman doyum düzeylerini ölçmek için, araştırmacılar tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu” ve Jacob G. Beard ve Mounir G. Ragheb (1980) tarafından geliştirilen serbest zaman doyum Ölçeği (Leisure Satisfaction Scale/LSS) kullanılmıştır. Katılımcıların serbest zaman doyum düzeyleri, cinsiyet, öğrenim görülen fakülte, öğrenim türü ve not ortalamaları açısından karşılaştırılmıştır. Araştırmanın örneklem grubu, 2015-2016 eğitim öğretim yılında öğrenim gören 636’sı,erkek, 690 ‘ı kadın olmak üzere genel toplamda 1326 katılımcı oluşturmuştur.

Elde edilen verilerin analizinde SPSS 22.0 programı kullanılmıştır. Yapılan normallik analizi sonucunda verilerin normal dağılıma uygun olduğu tespit edilmiştir. Bu nedenle demografik değişkenlere göre ölçek verilerini karşılaştırmak için parametrik testler kullanılmıştır. Katılımcıların, eğitim gördükleri fakülteler, sınıfları ve not ortalamalarına göre karşılaştırma yapmak için Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way ANOVA) kullanılırken, cinsiyetleri ve öğretim türlerine göre karşılaştırma yapmak için Bağımsız Örneklem T testi (Independent Samples T test) kullanılmıştır. Yapılan analizlerde anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak belirlenmiştir.

Elde edilen bulgulara göre; araştırma katılımcılarının genel olarak serbest zaman doyum düzeylerinin orta düzeyin üzerinde olduğu tespit edilmiştir. Buna ek olarak, cinsiyet, öğretim türü, sınıf değişkenleri açısından, serbest zaman doyum düzeyi ölçeği alt boyutları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p < .005$).

Sonuç olarak, katılımcıların serbest zaman doyum düzeylerinin orta seviyede olduğu, cinsiyetlerine göre ise, eğitimsel ve rahatlama doyumunda kadın katılımcıların, fizyolojik doyumda ise erkek katılımcıların doyum düzeyinin daha yüksek olduğu söylenebilir. Anahtar Kelimeler; Serbest zaman doyum, Üniversite Öğrencisi, Cinsiyet.

Reviewing University Students' Leisure Satisfaction Levels in Terms Of Some Variables (Muğla Sıtkı Koçman University Example)

The current study focused on comparing leisure satisfaction levels of university students of Muğla Sıtkı Koçman University in terms of some variables during 2015-2016 academic year. In order to measure leisure of the participants; “Personal Information Form” designed by the researchers and Leisure Satisfaction Scale/LSS designed by Jacob G. Beard and Mounir G. Ragheb (1980) were used. Leisure satisfaction levels of university students were compared in terms of sex, academic faculty, education type (daytime education vs. evening education) and academic marks. Sample of the study was composed of a total of 1326 students; 636 of whom were male students while 690 were female students.

For the analyses of the data; SPSS 22.0 statistical software was used. As a result of the normality test, whether or not data followed a normal distribution was determined. Therefore; parametric tests were employed to compare scale data in terms of demographic variables. One Way ANOVA was used in order to compare participants according to academic faculties, academic year of education and academic marks while Independent Samples T test was used in order to compare participants according to sex and education type. Results were considered significant at $p < 0.05$.

According to the findings; it was identified that leisure satisfaction of the participants was above the moderate level. Additionally; there were significant differences among leisure satisfaction dimensions in terms of sex, education type and academic year of education ($p < .005$).

As a result; it may be concluded that leisure satisfaction of the participants was at the moderate level and according to sex variable, female participants' satisfaction levels were higher than male participants in educational and relaxation dimensions while male participants' satisfaction level was higher than female participants in physiological dimension.

Keywords: leisure satisfaction, university student, gender.

Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Faaliyetlere Katılımı ve Serbest Zaman Algılarının İncelenmesi

¹Burak Gürer, ¹Fikret Alıncak

¹Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Gaziantep / Türkiye

Email : burakgurer27@gmail.com, falincak27@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Üniversite öğrencilerinin sosyal faaliyetlere katılma ve bu ortamlarda serbest zamanlarını değerlendirmek istedikleri bilinmektedir. Üniversite öğrencileri bu ortamları başkaları ile tanışmak, spor yapma ve iş bağlantısı kurma amaçlı kullanmaktadır. Bu araştırmanın amacı, üniversitelerde okuyan gençlerin serbest zamanlarını nasıl geçirdiklerini tespit etmek ve buna bağlı olarak serbest zamanlarında yaptıkları sosyal faaliyetlerle ilgili algılarını incelemektir. Araştırma üniversitelerdeki sosyal imkânların ve tesislerin mevcut durumunun ortaya konması açısından önem arz etmektedir.

Yöntem: Araştırmanın evrenini 2015-2016 yılında Gaziantep Üniversitesinde okuyan öğrenciler oluşturmaktadır. Örneklemi ise Gaziantep Üniversitesi Kültür Müdürlüğüne gelen çeşitli bölümlerde okuyan 318 (167 erkek, 151 kadın) öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada Esteve, Martin ve Lopez (1999) tarafından geliştirilen ve Gürbüz, Özdemir ve Karaküçük (2007) tarafından Türkçeye uyarlanan boş zaman anlamı ölçeği kullanılmıştır. Araştırma verileri normal dağılım göstermediği için iki grup durumunda Mann-Whitney U testi, ikiden fazla grup durumunda ise Kruskal-Wallis H testi kullanılmıştır. Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı. 92 olarak bulunmuştur.

Bulgular: Cinsiyet, bölüm, yaş ve katıldığı sosyal faaliyet dalına göre istatistiksel olarak anlamlı farklara rastlanmıştır ($p<0.05$). Öğrenciler için sosyal faaliyetler önemlidir. Sonuç: Sonuçta, öğrencilerin çoğunun sosyal faaliyetlere katılmaktan mutlu olduğu söylenebilir. Lisans öğrencileri sosyal ve kültürel faaliyetlere daha çok katılım göstermiştir. Öğrencilerin serbest zamanlarını verimli olarak değerlendirmektedir. Öğrenciler için daha fazla tesis ve imkânın yaratılması serbest zamanların değerlendirilmesinde daha faydalı olacaktır. Kaynaklar: Godbey G. (2009). Outdoor Recreation, Health, and Wellness. Understanding and Enhancing the

Relationship. Resources for the Future. May.1-29. Gürbüz, B., Özdemir, A. S. ve Karaküçük, S. (2007). Meaning of leisure time scale: evaluation of psycho-metric characteristics on Turkish university students. International Mediterranean Sport Science Congress Book of Abstracts. Antalya Esteve R, Martin J, San-Lopez A.E. (1999). Grasping the meaning of leisure: Developing a self- report measurement tool, Leisure Studies, 18(2): 79-91.

Anahtar kelimeler: Üniversite, Spor, Serbest zaman

University Students' Participation To Social Activities And Investigating Their Leisure Time Perceptions

Introduction and Aim: It is known that university students want to participate in social activities and evaluate their leisure time in these environments. University students use these environments to meet others, to make sports and to establish business connections.

The purpose of this search is determining how university students spend their leisure time and depending on this investigating their perceptions dealt with social activities they do in their leisure time. Survey is important in terms of exposing the universities' conditions about the social possibilities and facilities.

Metod: The students of Gaziantep University in 2015-2016 semesters constitute the universe of the research. 318 students (167 men,151 women) coming to Gaziantep University Culture Directorship from different departments constitute the sampling group. Leisure Time Meaning Measure,which was found by Esteve,Martin and Lopez (1999) and adapted by Gürbüz,Özdemir and Karaküçük (2007) into Turkish, was used in the survey. Inasmuch as the survey data do not show a regular dispersion the U test of Mann-Whitney was used in two groups situation and more than two groups situation H test of Kruskal- Wallis was used. Cronbach Alpha iner coherence factor was found as 92.

Findings: Statistically significant differences ($p<0.05$) were encountered according to sex, age, department and the social activity which the student had participated. Social activities are important for students. Conclusion: Considering the results it can be said that most of the students were happy to attend the social activities. The graduate students. The undergraduate students attended to social and cultural activities more. Students utilize their leisure time positively. Building more facilities and creating more possibilities for students will be more beneficial for them to spend their leisure time. References : Godbey G. (2009). Outdoor Recreation, Health, and Wellness. Understanding and Enhancing the Relationship. Resources for the Future. May.1-29.

Keywords: University, Spots, Leisure time

Beden Eğitimi ve Spor Alanında Öğrenim Gören Öğrencilerin Fiziksel Aktivite Mekân Seçimini ve Fiziksel Aktiviteye Katılımını Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi

¹Enes Işıkgöz, ¹Melike Esentas, ¹H. Murat Şahin

¹Batman Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Batman

Email : pdgenes@gmail.com, mel.esentas@gmail.com, hmuratsahin@gmail.com

Giriş ve Amaç Yapılan araştırmalarda; fiziksel aktivite yapılan ortamın fiziksel durumu, yürüme, bisiklete binme gibi aktiviteler için uygun alanlar bulunması, bu alanların tasarımı ve bu alanlara ulaşılabilirlik gibi unsurların fiziksel aktiviteyi etkilediği görülmüştür (King ve ark., 2000; Kiper, 1999; Barbour, 1999). Bu çalışmanın amacı, beden eğitimi ve spor alanında öğrenim gören öğrencilerin, fiziksel aktivite amaçlı mekanlara katılımlarını engelleyen ve bu mekânları tercih etmelerini etkileyen faktörleri incelemektir.

Yöntem Araştırmanın çalışma grubunu; 2016-2017 eğitim öğretim yılı bahar döneminde Spor Bilimleri Fakülteleri ile Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarının; Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, Spor Yöneticiliği, Antrenörlük ve Rekreasyon bölümlerinde öğrenim gören 196 erkek ve 108 kız olmak üzere toplam 304 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın verileri Gümüş ve ark. (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan “Fiziksel Aktivite Mekânı Değerlendirme (FAMDÖ)” ölçeği ile toplanmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistikler, bağımsız gruplar için t-Testi, tek yönlü varyans (ANOVA) ve korelasyon analizinden yararlanılmıştır. Bulgular Araştırmaya katılan öğrencilerin “Fiziksel Aktivite Mekânı Seçimlerini Etkileyen (FAME)” faktörler alt boyutundan almış oldukları puanlarının ortalaması $1,47 \pm 0,35$, “Fiziksel Aktiviteye Katılmalarını Engelleyen (FAKE)” faktörler alt boyutundan almış oldukları puanlarının ortalaması $1,81 \pm 0,58$, olarak gerçekleşmiştir. Öğrencilerin FAME ile FAKE puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde bir korelasyon gözlenmiştir ($r = 0,457$; $p < 0,01$, $r^2 = 0,21$).

Sonuç Araştırma sonucunda öğrenciler, fiziksel aktivite mekân seçimlerini “çok önemli”, fiziksel aktiviteye katılımlarını engelleyen unsurları ise “önemli” görmüşlerdir. Öğrencilerin fiziksel aktivite mekân seçimi ölçek puanları ile fiziksel aktiviteye katılmalarını engelleyen unsurlara ilişkin ölçek puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki gözlenmiştir.

Analysis on the Factors Affecting the Venue Selection and Participation of Students Studying in Physical Education and Sports for Physical Activity

Introduction and Purpose In the research conducted, it has been observed that such factors as the physical conditions of the physical activity environment, the availability of suitable areas for activities such as walking, cycling, the design of these areas and the accessibility to these areas affect the physical activity (King et al., 2000; Kiper, 1999; Barbour, 1999). The purpose of this study is to examine the factors that prevent the participation of physical education and sports students in physical activity areas and affect their preference for these places.

Method The research group of the study consists of a total of 304 students, including 196 male and 108 female students attending Physical Education and Sports Teaching, Sports Management, Coaching and Recreation departments of Physical Education and Sports Schools and Faculties for the spring semester of 2016-2017 academic year.

Research data were collected with the “Physical Activity Venue Evaluation (PAVES)” scale adapted into Turkish by Gümüş et al. (2015). Descriptive statistics, t-Test for independent groups, one way variance (ANOVA) and correlation analysis were used in data analysis.

Findings The average scores of the participant students obtained from the sub-dimension of the factors “Affecting Venue Selection for Physical Activity (FAME)” are 1.47 ± 0.35 while the average scores coming from the sub-dimension of the factors “Preventing the Participation in Physical Activity (FAKE)” are 1.81 ± 0.58 . A positive and moderate correlation has been observed between the FAME and FAKE scores of the students ($r = 0.457$; $p < 0.01$, $r^2 = 0.21$).

Conclusion: Following the research, students considered their choices for physical activity as “very important” and the factors preventing their participation in physical activity as “important”. A positive and moderate relation was observed between the scale scores of students for physical activity venue selection and the scale scores regarding the factors preventing their participation in physical activity.

Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktıları Ölçeğinin Türkçe Versiyonunun Psikometrik Özellikleri

¹Tennur Yerlisu Lapa, ²Emrah Serdar, ¹Evren Tercan Kaas, ²Veli Ozan Çakır

¹Akdeniz Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya

²İstanbul Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : tennur@akdeniz.edu.tr, serdar-emrah@hotmail.com, evrentercan@akdeniz.edu.tr, veliozancakir@gmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı Gómez ve ark. tarafından 2016 yılında geliştirilen, “Rekreasyonda Algılanan Sağlık Çıktıları Ölçeği (RASÇÖ)”nin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirliğinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya bir platformun düzenli olarak organize ettiği açık hava rekreasyon etkinliğine katılan ve düzenli olarak haftada en az iki kez koşan katılımcılardan oluşan iki farklı grup olmak üzere, birinci gruba 166 kadın ve 179 erkek olmak üzere toplam 345 katılımcı (yaş =33.02±10.38), ikinci gruba ise 91 kadın ve 109 erkek olmak üzere toplam 200 katılımcı (yaş =33.21±8.87) katılmıştır. RASÇÖ 16 madde ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar; Psikolojik Deneyimin Gerçekleşmesi, Daha Kötü bir Durumun Önlenmesi ve İyileştirilmiş Durumdur. RASÇÖ'nun yapı geçerliğini analiz etmek için açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri kullanılmıştır. Ölçeğin güvenilirliği için ise Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı hesaplanmıştır.

Bulgular: Birinci grupta açımlayıcı faktör analizinde (KMO=.89, $\chi^2=3370.88$, df=120, p=.000) varimax döndürme tekniği kullanılmıştır. Buna göre, ölçeğin 3 faktörde toplandığı ve toplam varyansın % 66.34'ünü açıkladığı saptanmıştır. Birinci faktör toplam varyansın %25.98'ini; ikinci faktör %22.30'unu ve üçüncü faktör %18.05'ini açıklamaktadır. İkinci gruba yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre ise; χ^2 değerinin ($\chi^2=222.08$, df=99, $\chi^2/df=2.23$, p< .000) anlamlı olduğu ve χ^2/df oranının 3'ün altında olması modelin kabul edilebilir uyum iyiliğine sahip olduğunu göstermektedir. Kullanılan diğer uyum indeks değerleri, RMSEA (.079), SRMR (.077) GFI (.873), AGFI (.825), NFI (.899), TLI (.929) ve CFI (.941) kabul edilir düzeyde olduğunu göstermekte ve bu sonuçlar ölçeğin Türkçe versiyonunun faktör yapısının desteklendiğini ve orijinal ölçeğin faktör yapısı ile benzerlik gösterdiğini ortaya koymaktadır. Ölçeğin güvenilirliğini gösteren Chronbach Alfa iç tutarlık katsayısı ölçeğin geneline ilişkin .91 iken, alt faktörlerine ilişkin ise sırası ile .89, .89 ve .81 arasında değişmekte olup, ölçeğin güvenilirlik bakımından yeterli olduğunu göstermektedir.

Sonuç: RASÇÖ Türkçe versiyonunun geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olarak serbest zaman ve rekreasyon araştırmalarında kullanılabileceği söylenebilir.

Psychometric Properties of Perceived Health Outcomes of Recreation Scale-Turkish Version

Instruction and Aim: The aim of this study is to assess the validity and reliability of the Turkish version of “The Perceived Health Outcomes of Recreation Scale (PHORS)” which was developed by Gómez et al. in 2016.

Method: PHORS consists of 16 items and 3 sub dimensions: realization of a psychological experience, prevention of a worse situation and improved condition. Exploratory and confirmatory factor analyses were used to analyze the construct validity of PHORS. Cronbach's alpha was used to examine the scale's reliability.

Findings: The sample of this study consisted of two groups who attended an outdoor recreational organization in which members run at least twice a week. The first group included 345 participants (166 females and 179 males, mean age=33.02±10.38) and the second group consisted of 200 participants (91 females and 109 males, mean age=33.21±8.87). In the first group varimax rotation technique was used for exploratory factor analysis (KMO=.89, $\chi^2=3370.88$, df=120, p=.000) and according to the results, the scale concentrated on 3 factors explaining 66.34% of the total variance. 3 factors explained 25.98%; 22.30% and 18.05% of the total variance respectively. According to results, χ^2 value was significant ($\chi^2=222.08$, df=99, $\chi^2/df=2.23$, p<.000) and the χ^2/df rate was below 3, proving that the instrument possessed an acceptable goodness of fit. The other fit index values RMSEA (.079), SRMR (.077) GFI (.873), AGFI (.825), NFI (.899), TLI (.929) and CFI (.941) similarly displayed acceptable levels of fit. These results suggest that the Turkish version of the instrument has similar factorial features with the original scale. Cronbach's Alpha internal consistency coefficient of the scale was .91 while it was .89; .89 and .81 in subscales, indicating an adequate level of reliability.

Conclusion: The Turkish version of PHORS is a reliable and valid assessment tool, can be used in leisure and recreation research.

Buz Tırmanışı Yapan Dağcıların Yaşam Kalitesinin İncelenmesi

¹Burak Gürer

¹Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu - Gaziantep / Türkiye

Email : burakgurur27@gmail.com

Giriş ve Amaç: Modern dağcılık, spor tırmanış ve çeşitleri Avrupa Alplerinde başlayan dağcılığın bir spor dalı olarak gelişmiştir. Bunlarından biride buz tırmanışıdır. Buz tırmanışı risklerin olduğu, kazaların ve ölümlerin yaşandığı riskli bir spordur. Bu yüzden bu sporu yapanların yaşam tarzları, kişilik özellikleri, karar verme becerileri gibi özellikleri merak edilmektedir. Bu araştırmanın amacı, buz tırmanışı yapan sporcuların yaşam kalitesine etki eden nedenleri incelemektir.

Yöntem: Araştırma verileri 22-26 Ocak 2016 tarihlerinde Erzurum'da yapılan 2. Uluslararası Emrah Özbay buz tırmanışı festivalinde araştırmacı tarafından toplanmıştır. Araştırmaya 93 (77 erkek, 16 kadın) sporcu katılmıştır. Araştırmada Dünya Sağlık Örgütü tarafından geliştirilmiş olan WHOQOL-BREF (Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi Ölçeği Kısaltılmış Versiyonu) kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirliği Eser ve ark., (1999) tarafından yapılmıştır. Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .87 olarak bulunmuştur. Toplanan veriler istatistiksel paket program (SPSS 22.0) aracılığıyla analiz edilip sonuçlar yorumlanmıştır. Araştırma verilerinin değerlendirilmesinde t-testi ve One Way Anova analizi kullanılmıştır. Bulgular: Tırmanış deneyimi ve eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklara ulaşılmıştır. Yaş, cinsiyet, meslek ve medeni durum değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı farklar bulunamamıştır.

Sonuç: Buz tırmanış deneyimi fazla olanların genel yaşam kalitelerinin ve sağlıklarının daha iyi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Her ne kadar buz tırmanışı yeni bir branş olsa da deneyim yaşam kalitesini ve sağlığı etkilemektedir. Yine deneyimi fazla olan sporcuların psikolojik alan değerlerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Yani tırmanış sırasında ve ortamında olumlu duyguların, düşünme, öğrenme ve dikkatini toplamanın bu alan puanını yükselttiğini düşünülmüştür. Eğitim düzeyinde, çevresel alanda lisansüstü eğitime sahip olanlar lehine sonuçlar bulunmuştur. Yani maddi kaynaklar, fiziksel güvenlik ve emniyet, ev ortamı, yeni bilgi ve beceri edinme fırsatları lisansüstü eğitime sahip olanlar için daha önemlidir. Sonuçta deneyimli olmak ve eğitim durumunun buz tırmanışı yapan dağcıların yaşam kalitesine etki ettiği ortaya konmuştur.

Anahtar kelimeler: Buz tırmanışı, Yaşam kalitesi, Dağcılık

Investigation of the Life Quality of Mountaineers in Ice Climbers

Introduction and Aim: Modern mountaineering, climbing and varieties have developed as a sporting discipline starting from the European Alps. One of them is ice climbing. Ice climbing is a risky sports in which accidents and deaths are experienced. The aim of this study is to examine the reasons that have affectson ice climbing athletes' Quality of life.

Method: There search data were collected by the researches during the 2nd International Emrah Özbay Ice Climbing Festival held in Erzurum on 22-26 January 2016. Inresearch, 93 (77 males, 16 females) athletes have participated. The WHOQOL-BREF developed by the World Health Organization was used in the study. The validity and reliability of the scale in Turkish was assessed by Eser et al. (1999). The collected data were analyzed by statistical package program (SPSS 22.0) and the results were interpreted. Findings: Statistically significant differences were achieved according to the climbing experience and educational status. There were no-statistically significant differences according to age, gender, occupation and marital status variable.

Conclusion: It is observed that people who has more ice climbing experience have better overall quality of life and health. Although ice climbing is a new branch, the experience affects quality of life and health and again, it was seen that the psychological field values of the athletes with more experience were higher. At the educational level, there are favorable results for those who have master degree educational background in the environmental area. In other words, material resources, physical security and safety, home environment, opportunities to acquire new knowledge and skills are more important for those who has master graduate education. As a result, it can be said that having experienced and high education background have an impact on the quality of life of ice climbers.

Keywords: Ice climbing, Quality of life, Mountaineering

Köyde Rekreasyon Engelleri Ölçeği Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışması

¹Nazlı Deniz Yılmaz, ²Faik Ardahan

¹Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

²Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya

Email : denizyilmaz@selcuk.edu.tr, ardahan@akdeniz.edu.tr

Bu çalışmanın amacı; “Köyde Rekreasyon Engelleri Ölçeğinin- KREÖ” geçerlilik ve güvenirlilik çalışmasını yapmaktır.

Araştırmanın örneklemi Antalya, Konyaaltı İlçesine bağlı Karatepe köyünden; 72 kadın, 58 erkek, Gökçam Köyünden; 48 kadın, 53 erkek toplam 231 kişiden oluşmaktadır.

Veri toplama aracı olarak Alexandris ve Carrol'ın (1997) geliştirdiği ve Türkçe uyarlamasını Karaküçük ve Gürbüz'ün (2006) yaptığı Boş Zaman Engelleri Ölçeği ve Öcal'ın (2012) geliştirdiği “Serbest Zaman fiziksel Aktivite Kısıtlayıcıları Ölçeği” maddelerinden faydalanılarak çalışmanın amacına uygun olarak geliştirilen ve iki bölümden oluşan anket formu “yüz yüze anket” metoduyla katılımcılara verilmiş ve gerekli bilgilendirme yapıp doldurulduktan sonra geri toplanmıştır. Çalışmada KREÖ için beşli Likert ölçeği (1- Kesinlikle Beni İfade Etmiyor, 2- Beni İfade Etmiyor, 3- Kısmen Beni İfade Ediyor, 4- Beni İfade Ediyor, 5- Kesinlikle Beni İfade Ediyor) kullanılmıştır.

Çalışmada KMO (0.798) ve Bartlett Küresellik Testlerinin sonuçlarına göre ($X^2=9503.612$, $SD=990$, $p=0.000$) ölçeğe Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) uygulanabilir olduğu için AFA uygulanmış ve KREÖ'nin alt boyutları ortaya konulmuştur. Faktör analizi sonucunda oluşan KREÖ'nin yapı geçerliliğini test etmek için madde-faktör analizi yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığını değerlendirmek için Cronbach's Alpha katsayılarına, elde edilen ölçeğin maddeleri ve faktörleri arasındaki ilişkiye bakmak için Pearson Corelation Testi kullanılmış ve sonuçlar 0.01 ve 0.05 anlamlılık düzeyinde sorgulanmıştır.

Sonuç olarak; araştırma grubunun serbest zamanlarını değerlendirmede ve rekreatif etkinliklere katılmada algıladıkları “İlgisizlik”, “Yetenek Algısı”, “Birey Psikolojisi”, “Fiziksel Algı ve Sağlık”, “Ailevi Nedenler”, “Tesis-Hizmet-Ulaşım”, “Aile ve Başkalarının Baskısı”, “Zaman Yetersizliği”, “Bilgi Eksikliği”, “Sosyal Çevrenin Etkisi” ve “Pahalı Bulmak” olarak faktörleşen engeller saptanmıştır.

Ölçeğin Cronbach's Alpha katsayısı 0.847, birikimli varyansı, %78.567 olarak bulunmuştur. Bu değer ölçeğin istatistiki olarak yeterli güvenirlilikte olduğunu göstermektedir. Bu bulgular ve sonuçlar göz önünde bulundurulduğunda da ölçeğin Türk popülasyonu için güvenilir bir ölçek olduğunu söylemek mümkündür

Anahtar Kelimeler: Köy, Köy ve Rekreasyon, Rekreasyon, Köyde Rekreasyon Engelleri

A Study On Validity And Constraints Of Recreation Barriers Inventory In The Village

The aim of this study is to developed "Recreation Constraints Inventory in the Village (RCIV)" and define the validity and reliability for Turkish population.

The sample group consists total 231 people (72 females and 58 males from the Karatepe village and 48 females and 53 males from the Gökçam village) subjecting to the district Konyaaltı, Antalya.

In this study, for data collection, the designed two sectioned questionnaire form derived from Leisure Time Consists Inventory, developed by Alexandris and Carrol (1997) and adapted in to Turkish by Karaküçük and Gürbüz (2006) and Leisure Time Physical Activity Restrictors Inventory developed by Öcal (2012) used. Face to face method performed for dada collection. The RCIV were 5-point Likert scale (1- It does not definitely refer to me, ..., 5- It definitely refers to me).

According to the results of KMO (0.798) and Bartlett's Test of Sphericity ($X^2=9503.612$, $SD=990$, $p=0.000$), Explanatory Factor Analysis (EFA) was applicable to the inventory. For validity and reliability, AFA was run and sub dimension of RCIV obtained. In order to test the structural validity of RCIV, item -factor analysis was made. For assessing the internal consistency Cronbach's Alpha coefficients was used. Pearson Correlation Test has been used for correlations between items and components. The results have been assessed in 0.01 and 0.05 significant level.

As a result, the constraints participating recreational activities grouped in to 11 factors named as "Indifference", "Ability Perception", "Individual Psychology", "Physical Perception and Health", "Familial Reasons", "Facility- Service-Transportation", "Pressure of Family and Others", "Lack of Time", "Lack of Information", "Effect of Social Circle" and "Finding Expensive".

Cronbach's Alpha coefficient of RCIV was found as 0.847 and cumulative variance as 78.567%. This value shows that the inventory has statistically sufficient reliability. These findings show that RCIV has validity and reliability for the Turkish population.

Sektör İhtiyaçları Doğrultusunda Rekreasyon Lisans Programı İçin Ders Önerileri

¹Kerem Yıldırım Şimşek, ²Hüseyin Çevik

¹Anadolu Üniversitesi Eskişehir

²Anadolu Üniversitesi

Email : keremys@anadolu.edu.tr, keremys@anadolu.edu.tr

Rekreasyon uzmanlarının istihdam olabilmesi için ders programlarının sektör ihtiyaçlarına göre yapılandırılması önem arz etmektedir. Bu bağlamda araştırmanın amacı, rekreasyon uzmanlarının özel sektörde sahip olması gereken temel özellikler için ihtiyaç duyulan dersleri belirlemektir. Araştırmanın evrenini Türk rekreasyon endüstrisinde hizmet veren işletmelerin yöneticileri oluşturmaktadır. Belirlenen evrenin içerisinde amaçlı örnekleme yöntemlerinden biri olan ölçüte dayalı örnekleme tekniği ile spor rekreasyonu, turizm rekreasyonu, alışveriş rekreasyonu, park rekreasyonu, macera rekreasyonu ve açık alan rekreasyonu hizmeti veren ve istihdam sayısı fazla olan işletmelerin 19 üst düzey yöneticisi seçilmiştir. Araştırma, nitel araştırma yöntemlerinden biri olan durum çalışması olarak tasarlanmıştır. Araştırma kapsamında nitel araştırma tekniklerinden biri olan yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ile veri toplanmıştır. Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından geliştirilen yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analizi için içerik analizi tekniğinden yararlanılmıştır. Analiz sonucunda elde edilen bulgular kod ve tema olarak tanımlanmıştır. Rekreasyon uzmanlarının temel özelliklerini destekleyecek dersler, uygulama ve teorik olarak iki temada sınıflandırılmıştır. Sektör temsilcileri tarafından önerilen dersler (performans ve kariyer yönetimi, zaman yönetimi, saha ve malzeme yönetimi, müşteri ilişkileri yönetimi, wellness ve yaşam koçluğu, çocuk cimmnastiği, ses ve ışık tasarımı, pilates reformer vb.) ise kod olarak belirlenmiştir. Sonuç olarak, rekreasyon uzmanının özel sektörde sahip olması gereken temel özellikler için ihtiyaç duyulan dersler belirlenmiş ve eğitim programlarının sektör özelliklerine göre yapılandırılabilmesi için öneri sunulmuştur.

Lesson Suggestions for Recreation Undergraduate Programs According to Sector Needs

It is important to structure lesson programs according to sector needs in order to employ recreation experts in the private sector. In this context, the objective of this study is to determine the lessons needed for basic features required for recreation experts in the private sector. Target population of the study consists of the managers of enterprises that provide service in the Turkish recreation industry. In the specified population, 19 senior managers from enterprises that provide sports recreation, tourism recreation, shopping recreation, park recreation, adventure recreation and open space recreation services and have a good number of employment were selected via criterion-based sampling technique, which is among purposeful sampling methods. The study was designed as a case study, which is among qualitative study methods. The data in the study were collected via semi-structured interview technique, which is among qualitative study techniques. Developed by researchers; semi-structured interview form was used as data collection tool. The study data were analyzed by using content analysis technique. Findings acquired as a result of analysis were defined as codes and themes. Lessons to support the basic features of recreation experts were classified as practical and theoretical. On the other hand, lessons (such as performance and career management, time management, field and material management, customer relations management, wellness and life coaching, child gymnastics, sound and lighting design, pilates reformer) that were suggested by sector representatives were determined as codes. As a consequence, lessons required for basic features of recreation experts in the private sector were determined and some suggestions were made for structuring lesson programs according to sector needs.

Boş Zaman (Rekreasyonel) Aktiviteleriyle Stresin Üstesinden Gelme

¹Fatih Bedir, ¹Orcan Mızrak

¹Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,Erzurum

Email : f-bedir@hotmail.com, Orcan@atauni.edu.tr

Giriş ve Amaç Bu araştırmanın amacı, Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin, stresin üstesinden gelmede boş zaman (rekreasyonel) aktivitelerinin farklı değişkenlerle ve alt boyutlarıyla karşılaştırılarak aralarındaki ilişkinin incelenmesidir.

Yöntem Araştırmanın evrenini; Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler oluştururken; örneklem grubunu ise 119'u kadın ve 277'si erkek toplam 396 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmada 2 bölümden meydana gelen anket formunda veri toplama aracı kullanılmıştır. İlk bölümde demografik özelliklerle ilgili sorular, ikinci kısımda Iwasaki ve Mannel (2000) tarafından geliştirilen boş zaman strateji ölçeği kullanılmıştır. . Katılımcıların demografik özelliklerinin belirlenmesi için frekans analizi, ölçeklerin normal dağılım uygunluğunu saptamak için Shapiro-Wilk testi, cinsiyet değişkenine göre boş zaman strateji alt boyut puanları ve toplam puanlarının arasındaki farkı bulmak için Mann-Whitney U testi uygulanmıştır. Katılımcıların boş zaman strateji alt boyut puanları ve toplam puanlarına göre; başarısını etkileme durumu, aktivite sıklığı, katıldıkları etkinlik türü değişkenleriyle kendi aralarında kıyaslama yapmak için Kruskal-Wallis H testi yapılmıştır. Ayrıca katılımcıların boş zaman strateji alt boyut puanları ve toplam puanları arasındaki ilişkiyi araştırmak için Spearman Korelasyon analizi yapılmıştır.

Bulgular katılımcıların etkinlik türüne göre boş zaman strateji alt boyut puanları arasında ruh hali artırma ($p=,001$) ve toplam ($p=,008$) puanlarında anlamlı farklılıklara rastlanırken; ($p<0,05$) arkadaşlık ($p=,086$) ve geçici baş etme ($p=,053$) boyutlarında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır ($p>0,05$). SONUÇ Yapılan çalışmada katılımcıların boş zaman faaliyetleri ve stresin üstesinden gelme stratejileri arasında anlamlı fark ($p<0.01, p<0.05$) bulunmuştur. KAYNAKLAR Iwasaki, Y., & Mannell, R. C. (2000). "Hierarchical Dimensions of Leisure Stress Coping". Leisure Sciences. 22(3), 163-181. Iwasaki, Y., Zuzanek, J., & Mannell, R. C. (2001). "The Effects of Physically Active Leisure On Stress-Health Relationships". Canadian Journal of Public Health. 92(3), 214.

Cope with Stress Through Leisure (Recreational) Activities

Introduction The purpose of this study is to examine the relationship by comparing different variables and sub-dimensions of leisure activities (recreational) in coping with stress of the students studying at Sport Sciences Faculty of Ataturk University.

Material And Method The population of the study is comprised of the students studying at Sport Sciences Faculty of Ataturk University. The sampling of the study consists of 396 students, including 119 female students and 277 male students. In the study, a data collection tool, in the form of a survey comprised of 2 sections, was used. In the first section, the questions related to the demographic characteristics were used while in the second section, a "Leisure Coping Strategy Scale", developed by Iwasaki and Mannel in 2000, was used. A Frequency Analysis was conducted to determine the demographic characteristics of the participants; a Shapiro-Wilk test was carried out to determine whether the surveys were in accordance with the normal distribution, and Mann-Whitney U test was carried out to find out the difference between the average sub- dimensions of the leisure coping strategy based on the

gender variable and total score of Leisure Coping Strategy. FINDINGS considering the type of activity there can be seen that there is a significant difference between the leisure strategy sub- dimension scores of mood enhancement ($p=,001$) and total score ($p=,008$), while there is no significant difference ($p>0,05$) in the sub-dimensions of friendship ($p=,086$) and temporary coping ($p=,053$)

Results In the study, a significant difference ($p<0.01$, $p<0.05$) was found between the leisure activities and the strategies of coping with stress.

References Iwasaki, Y., & Mannell, R. C. (2000). "Hierarchical Dimensions of Leisure Stress Coping". *Leisure Sciences*. 22(3), 163-181. Iwasaki, Y., Zuzanek, J., & Mannell, R. C. (2001). "The Effects of Physically Active Leisure On Stress-Health Relationships". *Canadian Journal of Public Health*. 92(3), 214.

KSB249

Lise Öğrencilerinde Serbest Zamanda Sıkılma Algısının İnternet Bağımlılığı ve Akademik Başarı Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi

¹**Buket Öner**, ²**Tennur Yerlisu Lapa**

¹*Antalya Gençlik Hizmetleri Ve Spor İl Müdürlüğü, Antalya*

²*Akdeniz Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya*

Giriş ve Amaç: Günümüzde internet teknolojisinin kucağına doğan ve internet bağımlısı olan ergenlerde, sosyal durum bozuklukları, sağlık sorunları ve akademik başarısızlık durumu ile karşılaşmaktadır. Serbest zamanın etkin ve verimli kullanılamaması sonucu oluşan sıkılma algısı halinde, internet kullanımına yönelen gençlerin akademik başarısızlık durumları ortaya çıkmaktadır. Bu çalışmada, ergenlerin cinsiyetlerine göre serbest zamanda sıkılma algısı, internet bağımlılığı ve akademik başarılarının farklılaşıp farklılaşmadığını ve serbest zamanda sıkılma algısı, internet bağımlılığı ve akademik başarı arasındaki ilişkiyi saptamak amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmada nicel araştırma yöntemi kullanılmış olup ilişkisel tarama modelinde tasarlanmıştır. Çalışmaya Antalya'da 106 lise arasından tabakalı örneklem yöntemi ile seçilen 4 lisede eğitim-öğretim gören 10. ve 11. sınıflardan 460 kız (Ortaş=16.18±0.64) ve 460 erkek (Ortaş=16.38±0.71) toplam 920 (Ortaş=16.28±0.68) öğrenci katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, Türkçe adaptasyonu Kara ve ark. (2014) tarafından yapılan "Serbest Zamanda Sıkılma Algısı Ölçeği" ve Günüş ve Kayri (2010) tarafından Türkçe adaptasyonu yapılan "İnternet Bağımlılığı Ölçeği" kullanılmıştır. Akademik başarı durumlarını belirlemek amacıyla ise "Kişisel Bilgi Formu" oluşturulmuştur. Verilerin çözümünde, Mann-Whitney U testi, Pearson Momentler Çarpım Korelasyonu ve basit doğrusal regresyon analizinden yararlanılmıştır.

Bulgular: Çalışmada internet bağımlılığı ve akademik başarı cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşmamaktadır. Serbest zamanda sıkılma algısının kız öğrencilerde daha yoğun yaşandığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca; serbest zamanda sıkılma algısı, internet bağımlılığı ve akademik başarı arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç: Bu bulgular sonucunda lise öğrencilerinin serbest zaman sıkılma algıları arttıkça internet bağımlılıklarının arttığı, buna paralel olarak da akademik başarılarının düştüğü söylenebilir.

Kaynaklar: Günüş, S. ve Kayri, M. (2010). Türkiye'de İnternet Bağımlılık Profili ve İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik-Güvenirlik Çalışması. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 39: 220-232.

Kara, F. M., Gürbüz, B. ve Öncü, E. (2014). Leisure Boredom Scale: The Factor Structure and the Demographic Difference. Turkish Journal of Sport and Exercise, 16(2): 28-35.

Examination The Effects Of Perception Of Leisure Boredom On Internet Addiction And Academic Success in High School Students

Introduction and purpose: Today, social problems, health problems and academic failures are encountered in adolescents who are internet addicts. If the leisure time is not used effectively and efficiently, the sense of boredom occurs. Because of the sense of boredom young people tend to use the internet so their academic achievement falls. In this study, it was aimed to determine whether the sense of boredom, internet addiction and academic success of adolescents change according to their gender or not and the relation between the sense of boredom, in leisure internet addiction and academic success.

Method: In the research, quantitative research method was used and it was designed in relational screening model. The study consists of 460 females (Meanage=16.18±0.64) and 460 males (Meanage=16.38±0.71) totally 920 students (Meanage=16.28±0.68) in 10th and 11th grades who are studying in 4 high schools selected by stratified sample method among 106 high schools in Antalya. As data collection tools in research, "Internet Addiction Scale" which was adapted to Turkish by Günüç and Kayri (2010) and "Sense of Boredom in Leisure Scale" which was adapted to Turkish by Kara and etc. (2014) were used. A "Personal Information Form" was established to determine academic achievement. Mann-Whitney U test, Pearson's Correlation and Simple Linear Regression Analysis were used to analyse the data.

Findings: Internet addiction and academic achievement did not differ significantly according gender. Sense of boredom in leisure is more intense in girls. Also; it was found that there was a significant relationship between sense of boredom in leisure, internet addiction and academic achievement.

Conclusion: As a result of these findings, it can be said that as the sense of boredom in leisure of high school students increases, the internet dependency increases and the academic achievements decrease accordingly.

Spor Branşlarının Taraftarlar Nezdinde Çağrışımları: Bir Metafor Çalışması

²Metin Argan, ¹Gözde Yetim, ²Caner Özgen, ²Sercan Atmışbir, ²Yalçın Maraşlı

¹Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir

²Anadolu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

Email : margan@anadolu.edu.tr, gozdeey03@hotmail.com, canerozgen@anadolu.edu.tr, sercanatmişbir@anadolu.edu.tr, yalçınmaraşlı@anadolu.edu.tr

Giriş ve Amaç: Metafor, iki nesne olay ya da olgu arasındaki paralel/benzer ilişkiler kurmak biçiminde kullanılmaktadır (Karakaya ve Salici, 2016). Bu tür ilişkilerin kurulmasını sağlaması ile metaforları zihinsel bir araç olarak ifade etmek mümkündür (Arslan ve Bayrakçı, 2006). Bu doğrultuda, bu araştırmanın amacı yaygın spor branşları olarak kabul edilen futbol, basketbol, voleybol ve hentbol taraftarları tarafından zihinsel imgelerini (metafor) incelemektir.

Yöntem:Araştırma kapsamında ilgili spor branşlarından 180 taraftara kolayda örnekleme yöntemi ile ulaşılmıştır. Taraftarların spor branşlarına ilişkin zihinsel imgelerini ve gerekçelerini belirleyebilmek amacıyla “futbol/basketbol/voleybol/hentbol benzer, çünkü” ifadelerini taraftarı oldukları branşlara yönelik doldurmaları istenmiştir. Elde edilen veriler içerik analizi yönteminin metodolojik ilkeleri doğrultusunda analiz edilmiştir.

Bulgular:Yapılan analizler neticesinde futbola yönelik 113, basketbola yönelik 142, voleybola yönelik 128 ve hentbola yönelik 122 farklı metafor ortaya çıkmıştır. Özellikle savaş ve şiddet metaforlarının futbol ve hentbol branşlarının imgelemesinde kullanıldığı görülmektedir. Bunun yanında basketbol için satranç ve Amerika metaforları öne çıkarken, voleybol için kadın metaforu öne çıkmaktadır. Ayrıca, spor kavramı bir renk olarak mavi, kırmızı ve beyaz ile müzik türü olarak rock ve pop ve bir canlı türü olarak da aslan ve çita ile ilişkilendirilmektedir.

Sonuç ve Kaynaklar:Spor taraftarları araştırma kapsamındaki branşlarla ilgili toplam 505 metafor oluşturmuşlardır. Oluşturulan metaforlardan futbol ve hentbola yönelik şiddet içerikli metaforlar bu branşlardaki yoğun rekabet duygusunu ön plana çıkarmaktadır. Basketbol daha çok stratejik olarak algılanmasının yanı sıra, bu sporun Amerika ile özdeşleşmiş olduğu görülmektedir. Bunun yanında, voleybolun ise daha estetik ve kadınsı olarak algılandığı ortaya çıkmıştır.

Karakaya, E.D. ve Salici, O. (2016). "İsparta'da Öğrenim Gören 11-13 Yaş Gurubu Öğrencilerin Popüler Spor Branşları Hakkındaki Metaforik Algılarının Belirlenmesi". International Journal of Social Sciences and Education Research, 2 (3): 1059-1076.

Arslan, M.M. ve Bayrakçı, M. (2006). "Metaforik Düşünme ve Öğrenme Yaklaşımının Eğitim-Öğretim Açısından İncelenmesi". Milli Eğitim, 100-108.

Anahtar Kelimeler:Futbol, Basketbol, Voleybol, Hentbol, Metafor, Taraftar

Associations in Terms of Fans of Sports Branches: A Metaphorical Study

Introduction and Purpose: Metaphors are used to establish parallel/similar relationships between two objects (Karakaya & Salici, 2016). It is possible to express metaphors as a mental tool if such relationships are established (Arslan & Bayrakçı, 2006). In this respect, the purpose of this study is to examine the mental images of (metaphor) fans of football, basketball, volleyball and handball which are regarded as widely sport branches.

Method: In line with the purpose of the study 180 fans were chosen by convenience sampling method. To determine the mental images of fans they were asked to fill in the gaps of this sentences "football/basketball/volleyball/handball is like because". The obtained data were analyzed according to the methodological principles of the content analysis method.

Findings: According to the analyzes, 113 metaphors towards football, 142 towards basketball, 128 towards volleyball and 122 towards handball were found. Especially, violence and war metaphors were mostly seen in football and handball. In addition, for basketball chest and America metaphors were seen while woman metaphor for volleyball. In addition, the concept of sport is associated with blue, red and white as a color and rock and pop as a musical genre and lion and cheetah as a living species.

Results and References: Sports fans developed 505 metaphors related with sports. Generating metaphors towards football and handball could be proof of competitive emotions towards these branches. Basketball is identified with America, besides it is perceived as a strategic game. In addition to all these metaphors, it is turned up that volleyball is related more feminine and eye pleasing.

Karakaya, E.D. & Salici, O. (2016). "Isparta'da Öğrenim Gören 11-13 Yaş Gurubu Öğrencilerin Popüler Spor Branşları Hakkındaki Metaforik Algılarının Belirlenmesi". *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 2(3):1059-1076.

Arslan, M.M. & Bayrakçı, M. (2006). "Metaforik Düşünme ve Öğrenme Yaklaşımının Eğitim-Öğretim Açısından İncelenmesi". *Milli Eğitim*, 100- 108.

Keywords: Football, Basketball, Volleyball, Handball, Metaphor, Fan

KSB275

Boş Zaman Eğitime Yönelik Örnek Model Önerileri

¹Bilal Kurnaz, ¹Özlem Özcan, ¹Buse Karas, ¹Erdal Ozan Çelik, ¹Süleyman Munusturlar

¹Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Eskişehir

Email : bkurnaz@anadolu.edu.tr, ozlemkurnazz@hotmail.com, busekaras@anadolu.edu.tr, erdalozancelik@anadolu.edu.tr, suleymanmunusturlar@anadolu.edu.tr

Giriş: Ülkemizde rekreasyon alanında gerçekleştirilen çalışmaların belirli birkaç alanda yoğunlaştığı, boş zaman eğitimi alanındaki bilimsel yayınların ise rekreasyonla ilişkili diğer konulara oranla azlığı düşündürücüdür. Kişilerin sahip olması beklenen sağlıklı boş zaman tutumunu nasıl elde edecekleri ve boş zamanın verimli kullanımının kişilere kazandırılmasını esas alan boş zaman eğitiminin uluslararası araştırma örnekleri ülkemizde yok denecek kadar az görülmektedir. Bu bağlamda araştırmanın amacı, boş zaman eğitime yönelik ne tür modeller geliştirilebileceği konusunda fikir oluşturmak adına örnek modeller sunmaktır. Yöntem: Örnek model oluşturmak için literatür taraması tekniğinden yararlanılarak boş zaman eğitimi alanında uygulanan müfredat ve modeller incelenmiş ve elde edilen bilgiler ışığında örnek modeller oluşturulmuştur.

Bulgular: İlk model örgün eğitim ders müfredatı içinde boş zaman farkındalığı, öz farkındalık, özerk karar verme, sosyal iletişim öğelerini kazandırmayı hedeflerken, ikinci model ise informal eğitim anlayışı içerisinde zaman yönetimi, aktif yaşam ve yaşam doyumu öğelerinin kazandırılmasını hedeflemektedir. Üçüncü örnek model ise, örgün eğitim anlayışında uygulanan boş zaman eğitimi uygulamalarında eğitsel oyun kullanımıyla farkındalık, zaman yönetimi, problem çözme, kaliteli deneyim ve özerklik öğelerine odaklanmaktadır. Sosyal etkileşimin boş zaman eğitiminin temel yapı taşlarından biri olarak ele alındığı son model önerisinde ise, boş zaman repertuarı, deneyim, biliş üstü farkındalık öğelerinin işbirlikçi öğretim felsefesiyle formal eğitim anlayışı içinde sunulması sonucunda gerçekleşecek boş zaman eğitim düzeyi artışı üzerinde durulmuştur.

Sonuç: İlgili boş zaman eğitimi alanyazını incelenerek oluşturulan dört farklı boş zaman eğitimi model önerisinin hem formal hem de informal eğitim anlayışı alternatiflerine sahip olduğu ve belirlenen hedef boş zaman eğitimi öğelerinin uluslararası alanyazınla tutarlılık gösterdiği söylenebilir. Dünya üzerinde boş zaman eğitimi alanında birçok müfredat ve model örneği var iken, ülkemizde geliştirilip uygulamaya konulmuş bir boş zaman eğitimi müfredatının olmaması ve var olan boş zaman eğitimi çalışmalarının bir elin parmaklarını geçmiyor olmasından dolayı bu araştırmanın yapılacak diğer boş zaman eğitimi çalışmalarına ışık tutacağı düşünülmektedir. Anahtar Kelimeler: Boş Zaman, Boş Zaman Eğitimi, Boş Zaman Eğitim Modeli.

Sample Model Proposal Towards Leisure Education

Introduction: It has been seen that the study subjects in recreation focus on a few specific areas. Especially, in terms of Turkey, there are less scientific publications in the field of leisure education in comparison to the other subjects related to recreation. International research examples on leisure based on how people acquire the expected healthy leisure attitude and acquisition of efficient use of leisure time are rarely seen in Turkey. The aim of the research is to provide models for creating ideas about what kind of models can be developed for leisure education.

Method: Curriculum and models applied in the field of leisure education have been examined by using literature review technique in order to create a sample model and in the light of the obtained information sample models have been created. Results: While the first model aims at providing leisure awareness, self-awareness, autonomous decision making, social communication components in the formal education curriculum, the second model aims at providing time management, active life and life satisfaction components within the informal education approach. The third model focuses on the components of; awareness through educational games, time management, problem-solving, leisure experience and autonomy in leisure education practices applied in formal education approach. The recent model proposal which will be realized as a result of the presentation of leisure time repertoire, experience and metacognitive awareness components within the concept of formal education with collaborative teaching philosophy.

Conclusion: As a conclusion, it can be said that the four proposals, that have been created by examining the related leisure education literature, have both formal and informal education approach alternatives and that the target leisure education components that have been determined are consistent with the leisure education literature. It has been thought that this research study will shed light on other leisure education studies.

Keywords: Leisure, Leisure Education, Leisure Education Model

KSB294

Rekreatif Faaliyetlere Katılan Üniversite Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi

¹Sefa Şahan Birol, ¹Elif Aydın

¹Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Karaman

Email : sahanbirol@hotmail.co.uk, ustunelif77@gmail.com

Rekreasyon; bireylerin boş zamanlarında yaptıkları, fiziksel gücünü onarmaya ve ruhsal kapasitesini zenginleştirmeye yönelik, fiziksel ve sosyal çevrenin değişmesi anlamına gelen faaliyetler olarak tanımlandığında, saldırganlığın engellenmesi adına gerekli önlemlerin alınması açısından yadsınamaz bir öneme sahiptir. Bu husus göz önünde bulundurulduğunda rekreatif faaliyetlere katılan üniversite öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin belirlenmesi amacıyla yapılan bu çalışmanın evrenini, üniversite sporları federasyonu faaliyetlerine katılan devlet ve özel üniversitelerdeki üniversite öğrencileri oluştururken, örneklemini üniversiteler arası hokey ve badminton şampiyonalarına katılan 257 üniversite öğrencisi (126 kadın, 131 erkek) oluşturmaktadır. Katılımcıların yaş aralığı 17-33 ($=21.53$, $SS=2.31$) arasında tespit edilmiştir. Araştırmanın verileri; fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, düşmanlık ve öfke olmak üzere dört alt boyuttan oluşan “Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği” ile toplanmıştır. İstatistiksel değerlendirmede MANOVA testi kullanılmış elde edilen bulgulara göre, üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını değerlendirmelerinin sözel saldırganlık üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu ($F(5,178)=2.85, p<.05$), genel ve alt boyutlara ilişkin saldırganlık düzeylerinin ise düşük olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak bireylerin rekreatif faaliyetlere katılımlarının, saldırganlık düzeylerinin düşük olmasına etkisi olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Rekreasyon, Saldırganlık, Üniversite Öğrencileri

Investigation Of Aggressiveness Levels Of University Students Participating In Recreational Activities

While it is defined that activities individuals do in their leisure time, which are done for treating physical strength and enriching mental capacity, it is important for taking precautions in order to prevent aggressiveness. The purpose of this study was to determine the aggressiveness level of university students participating in recreational activities. While the population of this study is all state and private university students participating activities of university sports federation in Turkey, the sample is 257 university students (126 female, 131 male) participating university hockey and badminton championships. Age of participants is ranged from 17 to 33 years ($=21.53$, $SS=2.31$). Research data are collected from “Buss-Perry Aggressiveness Scale” with four sub-dimensions which are physical aggression, verbal aggression, hostility and anger. MANOVA was used for statistical evaluation. According to results, assessment of university students' recreational time has a significant effect on verbal aggression ($F(5,178)=2.85, p<.05$). General and sub-dimension aggression level of participants are low. As a conclusion, it can be said that individuals' participation in recreational activities is effective on low aggression level.

Keywords: Recreation, Aggressiveness, University Students

Rekreatif Faaliyetlere Katılım ile Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

²Gülsüm Baştuğ, ²Ercan Zorba, ¹Şahali Özkara, ³Akan Bayrakdar

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rekreasyon Anabilim Dalı, Muğla

²Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimler Fakültesi, Muğla

³Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : gbastug@mu.edu.tr, ercanzorba1907@hotmail.com.tr, sozkara07@gmail.com, akanbayrakdar@gmail.com

Bu araştırma rekreatif faaliyetlere katılım ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmaya, Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ve Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nden yaş ortalaması 21,54±2,02 olan rastgele seçilmiş (erkek: 276, kadın:222) 498 öğrenci katılmıştır. Araştırmaya katılan deneklere ait veriler sosyo-demografik anket, rekreatif faaliyetlere katılım anketi ve WHOQOL-BREF yaşam kalitesi ölçeği kullanılarak elde edilmiştir. Bu çalışmanın örneklemini Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ve Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri oluşturmuştur. Verilerin analizinde SPSS 23 paket programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde crosstab, Ki-kare, independent t test ve korelasyon analizi kullanılmıştır. Sonuç olarak, Fiziksel, psikolojik, sosyal ve çevresel toplam puanları arasında $p<0,05$ düzeyinde anlamlı ilişki bulunmuştur. Çevresel alan ile haftalık boş zaman süresi arasında $p<0,05$ düzeyinde anlamlı ilişki vardır. Fiziksel ve psikolojik alan ile boş zamanlarınızı değerlendirmekte ne sıklıkla güçlük çekiyorsunuz sorusu ile anlamlı ilişki vardır. Yine her iki üniversitenin öğrencileri genellikle boş zamanlarını fiziksel etkinliklere katılarak geçirmektedirler. Üniversitelerin sahip oldukları rekreasyonel alanlar öğrencilere göre ağırlıklı olarak kısmen yeterlidir. Yetersiz ve çok yetersiz alanların sayısı yine azımsanmayacak kadar fazladır. Öğrencilerin çoğunluğu üniversitelerinin sahip olduğu rekreasyonel alanlarını 1-5 saat arasında kullanmaktadırlar. Yaşadığı yerde sahip olduğu rekreasyonel alanları yeterliliğine göre; öğrencilerin çoğunluğu yetersiz ve kısmen yeterli şeklinde cevap verdikleri tespit edilmiştir. Yaşadığı yerde sahip olduğu rekreasyonel alanları genellikle 1-5 saat arasında kullandığı tespit edilmiştir. Öğrencilerin sağlık düzeyleri arttıkça yaşam kalitelerinde de bir artıştan söz etmek mümkündür. Anahtar Kelimeler: Rekreasyon, Üniversite öğrencisi, Yaşam kalitesi.

Investigation Of The Relationship Between Participation In Recreative Activity With Quality Of Life

This research was conducted to examine the relationship between participation and quality of life in recreational activities. Research The Gazi University Faculty of Sports Sciences and Muğla Sıtkı Koçman University Faculty of Sports Sciences participated in 2 universities, 496 persons, consisting of 276 men and 222 women randomly selected in the average age of 21.54 ± 2.02. Data were collected using socio-demographic questionnaires, participation in recreational activities, and WHOQOL-BREF quality of life scales. The sample of this work was Gazi University Sports Sciences Faculty and Muğla Sıtkı Koçman University Sports Science Faculty students. SPSS 23 package program was used for analysis of the data. In the analysis of the data, crosstab, Ki-square, independent t test and correlation analysis were used. According to the welfare level, there was a significant correlation between physical, psychological, social and environmental total scores at $p < 0,05$ level. There is a significant correlation between environmental area and weekly leisure time at $p < 0.05$. There is a meaningful relationship with the question of how often you are having difficulty in evaluating your physical and psychological field and leisure time. Also, the students of both universities often spend their free time participating in physical activities. Recreational areas owned by universities are mainly partly sufficient compared to students. The number of people who find it insufficient and too inadequate is still underestimated. The majority of students use the recreational areas of the universities within 1-5 hours. According to the qualification of the recreational areas of your province; It was determined that the majority of the

students responded inadequately and partially satisfactorily. It has been determined that your city has used recreational areas usually 1-5 hours. As the health level of the students increases, it is possible to talk about an increase in the quality of life.

Keywords: Recreation, University Student,

SUNULMADI

Akademik Personelin Zaman ve Boş Zaman Yönetimleri İle Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Fatih Bedir, ¹Levent Önal, ¹Fatih Bedir, ¹Deniz Bedir, ¹S. Erim Erhan, ¹İlhan Şen

¹Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

Email : fatih.bedir@atauni.edu.tr, levent.onal@atauni.edu.tr, fatih.bedir@atauni.edu.tr, deniz.bedir@atauni.edu.tr, erimerhan@hotmail.com, ilhan.sen@hotmail.com

Bu araştırmanın amacı, Akademik personelin zaman yönetimi becerileri, boş zaman yönetim becerileri ve yaşam doyumu ile ilişkisini incelemektir. Araştırmada Wei-Ching Wang, Chin-Hsung Kao, Tzung-Cheng Huan, Chung-Chi Wu isimli kişiler (2011) tarafından geliştirilen, Beyza Merve AKGÜL, Suat KARAKÜÇÜK (2015) tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirliği yapılan Boş Zaman yönetimi Ölçeği ve Sema ALAY, Settar KOÇAK(2002) tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirliği yapılan Zaman yönetimi Ölçeği, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen, Abidin DAĞLI ve Nigah BAYSAL (2016) tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirliği yapılan "Yaşam Doyumu" (YDO) Ölçeği kullanılmıştır. Bu amaçla, 2016-2017 öğretim yılında, Atatürk Üniversitesi'nde görev yapan akademik personel arasında rastgele seçilen 141 kişi araştırmanın çalışma grubu olarak belirlenmiştir. Araştırmaya katılan akademik personelin 53'ü kadın, 88'i erkektir. Verilerin Skewness-Kurtosis değerlerine bakılarak normallik varsayımlarını sağladığı tespit edilmiştir. Bu doğrultuda parametrik testler olan T Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. Ayrıca zaman yönetimi, boş zaman yönetimi ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi analiz etmek için Pearson Korelasyon Testi yapılmıştır.

Verilerin analizi sonucu, katılımcıların zaman, boş zaman yönetimlerinin başarıyı etkileme açısından yapılan incelemeler sonucunda zaman ve boş zaman yönetimlerinin her ikisinin lehine ($p < 0.05$) anlamlı düzeyde farklılık olduğu gözlenmiştir. Ayrıca zaman, boş zaman yönetimleri ile yaşam tatmini arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Zaman Yönetimi, Boş Zaman Yönetimi, Yaşam Doyumu

Investigation Of Relationship Between Life Satisfaction With Time And Free Time Management Of Academic Staff

The purpose of this research is to examination the relationship between life satisfaction with Time management skills and Free time management skills of academic staff. In the study were used a "Free time management scale" used it was adapted to Turkish by Beyza Merve AKGÜL, Suat KARAKÜÇÜK in 2015 after developed by Wei-Ching Wang, Chin-Hsung Kao, Tzung-Cheng Huan, Chung-Chi Wu in 2011 , was and "Time management scale" was used that was adapted to Turkish by Sema ALAY , Settar KOÇAK in 2002, satisfaction with life scale was used that it was adapted to Turkish by Abidin DAĞLI and Nigah BAYSAL in 2016 after developed by Larsen and Griffin in 1985. For this purpose, 141 randomly selected academic staff from Atatürk University in the 2016-2017 academic year were identified as the study group 53 female person and 88 male person are included in the study.

The results of the analysis of the data showed that participants were significantly different in favor of both time and free time management ($p < 0.05$) as a result of examination made in terms of successful influences. Also, there was a positive correlation between time, leisure time management and life satisfaction.

Keywords: Time Management, Free Time Management, Satisfaction With Life

Seçmeli ve Zorunlu Rekreatif Sporlar Derslerinde, Serbest Zaman Motivasyonu ve Serbest Zaman Tatmini Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Adnan Ersoy, ¹Utku Isık

¹Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Email : adnan.ersoy@dpu.edu.tr, utku.isik@dpu.edu.tr

Giriş ve Amaç Bu araştırmanın amacı, rekreatif sporlardan olan Kayak ve Rafting derslerini zorunlu ve seçmeli olarak seçmiş olan öğrencilerin aktiviteye katılım motivasyonları ile etkinlik sonunda bireysel olarak sağlanan tatmin düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Yöntem Araştırmanın örneklem grubunu Dumlupınar Üniversitesi BESYO’da öğrenim gören ve Kayak, Rafting derslerini seçmeli ve zorunlu olarak alan toplam 162 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın yöntem kısmında, ölçüm aracı olarak, Pelletier ve diğ., (1991) tarafından geliştirilen Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği (SZMÖ) ile Beard ve Ragheb (1980) tarafından geliştirilen Serbest Zaman Tatmin Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeklerden elde edilen veriler Microsoft Excel programında düzenlenerek SPSS 21.0 programında analiz edilmiştir. Veri setinin normal dağılım gösterip göstermediğini kontrol etmek amacı ile Çarpıklık ve Basıklık değerleri gözden geçirilmiş ve referans aralığı +1 ile -1 arası olarak kabul edilmiştir (Karaatlı, 2008). Bu doğrultuda analizler yapılırken parametrik testlerden faydalanılmıştır.

Bulgular Yapılan analizler sonucunda öğrencilerin dersleri seçmeli veya zorunlu almaları açısından serbest zaman motivasyonlarında anlamlı derecede bir farklılık ortaya çıkmıştır. Buna göre bilmek, başarmak, özdeşim ve belirlemek alt boyutlarında dersleri seçmeli olarak alan öğrenciler zorunlu olarak alan öğrencilere göre anlamlı derecede daha yüksek ortalamalar elde etmişlerdir ($p<0,05$). Serbest Zaman Tatmini açısından değerlendirdiğimizde de eğitimsel, sosyal ve rahatlatma alt boyutlarında dersi seçmeli olarak seçen öğrenciler zorunlu olarak seçen öğrencilerin ortalamaların anlamlı derecede daha yüksek ortalamalar elde etmişlerdir ($p<0,05$). Katılımcıların “gelecek sezon ders dışında da bu aktiviteye katılmayı ne derece arzuluyorsunuz” soruna vermiş oldukları yanıtlar ile serbest zaman motivasyonu alt boyutları arasında yapılmış olan MANOVA analizleri sonuçlarına göre de anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır [Wilks Lambda (λ)=905, $p<.001$]. Yapılan doğrusal regresyon analizi sonucunda da serbest zaman tatmini serbest zaman motivasyonunu olumlu yönde etkilediği görülmüştür ($\beta=.21$, $p<0,05$).

Sonuç Sonuç olarak rekreatif spor derslerini zorunlu ve seçmeli olarak alan öğrenciler arasında serbest zaman motivasyonu ve tatmini açısından bir fark ortaya çıkmıştır. Ayrıca katılımcıların serbest zaman tatminleri serbest zaman motivasyonlarında da etkilenmektedir.

Investigation On The Relationship Between Leisure Motivation and Leisure Satisfaction in Elective and Compulsory Recreative Sports Courses

Introduction and Aim The aim of this research is to examine the relationship between the leisure motivation and individual leisure satisfaction levels at the end of the activity among students who have selected compulsory and elective courses from recreational sports. **Method** The sample group of the study is Dumlupınar University, which consists of 162 students who are studying at school of phy. edu. and sport and who take skiing and rafting courses. Leisure Satisfaction Scale developed by Beard and Ragheb (1980) and Leisure Motivation Scale developed by Pelletier et al.

(1991) was used as a measurement tool in the method part of the study. The data obtained from the scales were analyzed in SPSS 21.0 by editing in Excel program. Parametric tests have been used while analyzing in this direction. Results As a result of the analyzes, there was a significant difference in the leisure motivations in terms of whether the students should take elective or compulsory courses. According to this, the students who took the courses in the sub-dimensions of knowing, achieving, identifying were significantly higher than the students who took the courses electively ($p < 0,05$). Significant differences were also found according to the results of the MANOVA analyzes conducted between participants' responses to the question "how much you desire to participate in this activity outside the next semester" and the leisure time motivation sub- dimensions [Wilks Lambda (λ) = 905, $p < .001$]. As a result of the linear regression analysis, it was found that lesiure satisfaction had a positive effect on lesiure motivation ($\beta = .21$, $p < 0,05$). Result As a result, there was a difference between lesiure motivation and satisfaction among students who took courses as compulsory and elective courses. In addition, participants' leisure satisfaction is also affected by their leisure motivations.

Spor Bilimleri ve Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Serbest Zaman Doyumunun İncelenmesi*

¹Sultan Kalfa, ²Yusuf Can, ³Mihriay Musa

¹Uşak Üniversitesi Spor Merkezi, Uşak

²Muğla Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla

³Uşak Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Uşak

Email : sultankalfaa@hotmail.com, yusufcan@mu.edu.tr, mihriay.musa@usak.edu.tr

Bu araştırmanın amacı Spor Bilimleri ve Eğitim Fakültesi öğrencilerinin serbest zaman doyum düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesidir. Ayrıca araştırmada demografik özelliklerinden cinsiyet, fakülte, sınıf, genel not ortalaması, mezun oldukları lise, anne-baba eğitim durumları, ailelerin ikamet ettiği yer, öğretim türü, barınma şekilleri açısından anlamlı farklılıkların bulunup bulunmadığı incelenmiştir. Araştırmaya, Uşak Üniversitesi 2016-2017 eğitim öğretim yılında, Spor Bilimleri ve Eğitim Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler arasından tesadüfi örnekleme yöntemiyle 591'i erkek, 516'sı kadın olmak üzere toplam 1107 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, Gökçe ve arkadaşları (2008) tarafından Türkçe 'ye uyarlanan serbest zaman doyum Ölçeği (Leisure Satisfaction Scale/LSS) ve 9 sorudan oluşan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, katılımcıların serbest zaman doyum düzeylerinin orta düzeyin üzerinde olduğu görülmektedir. Üniversite öğrencilerinin serbest zaman doyumunda Spor Bilimleri ve Eğitim Fakültesi Öğrencileri arasında Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri lehine anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

Anahtar Kelimeler: Zaman, Serbest Zaman, Serbest Zaman Doyumu

An Investigation of the Leisure Time Satisfaction of Students of Sports Science and Education Faculty *

This study aimed to examine the leisure time satisfaction levels of the students of Sports Science and Education Faculty according to different variables. In addition, it was examined whether there were significant differences in terms of demographic characteristics in terms of gender, faculty, grade, general grade average, high school graduated, parents' education status, type of education, type of residence. A total of 1107 students, 591 males and 516 females, participated voluntarily in the study among the students attending the Uşak University Sports Sciences and Faculty of Education in the academic year of 2016-2017. As a means of collecting data in the study, the Leisure Satisfaction Scale (LSS) developed Turkish by Gökçe et al. (2008) and personal information form consisting of 9 questions were used. According to the results of the study, it was found that the participants' level of leisure time satisfaction is above the medium level. Between Sports Sciences and Faculty of Education students, there was a significant difference in the leisure time satisfaction levels of university students in favor of students of Sports Sciences and Faculty of Education ($p < 0,05$).

Keywords: Time, Leisure Time, Leisure Time Satisfaction

KSB495

Tercihler Ve Engeller: Ankara'daki Açık Rekreasyon Alanları Üzerine Bir Çalışma

¹Beyza Merve Akgül, ¹Tebessüm Ayyıldız, ¹Şenol Göral, ¹Suat Karaküçük

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : beyzakgulgazi@gmail.com, tebessum@gazi.edu.tr, senolgoral@gazi.edu.tr, ksuat@gazi.edu.tr

Tercihler ve Engeller: Ankara'daki Açık Rekreasyon Alanları Üzerine Bir Çalışma

Giriş: Kentli bireylerin hızlanan yaşama temposu içinde dinlenme ve eğlenmeye ayıracağı zaman, sağlıklı bir fiziksel ve ruhsal yaşantı için zorunluluk olmaktadır. İnsanoğlunun doğal hareketlerinde meydana gelen azalmalar, yoğun çalışma saatleri ve bunların beraberinde getirdiği sağlık sorunları, rekreasyon alanlarının her geçen gün önem kazanmasına yol açmıştır. Bu anlamda, sportif rekreasyon insan hayatında önemli bir rol üstlenmektedir.

Amaç: Bu çalışma, Ankara İli'ndeki açık rekreasyon alanlarını kullanan bireylerin sportif rekreasyon aktivitelerine düzenli olarak katılmasına engel olan faktörlerin araştırılmasını ve rekreasyon alanı tercihinde etkili olan faktörlerin incelenmesini amaçlamaktadır.

Yöntem: Araştırmanın örneklem grubunu Ankara İli'nde yer alan 11 adet açık rekreasyon alanını kullanan 629 birey oluşturmaktadır. Veri toplama aracı üç aşamadan oluşmaktadır. Bireylerin, belediyeler tarafından yaptırılan rekreasyon alanlarını tercih etmelerinde etkili olan unsurları sorgulayan, Gümüş ve Özgül(2014) tarafından geliştirilen "Rekreasyon Alanı Tercih Etkenleri Ölçeği" (RATE), Şahin ve Kocabulut(2014) tarafından geliştirilen "Sportif Rekreasyon Engelleri Ölçeği"(SREÖ) ve demografik bilgi formundan oluşmaktadır. Veriler; betimsel istatistik yöntemler, t ve ANOVA testleri kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular ve Sonuç: Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda, bireylerin %45'i rekreasyon alanları "gezi" amaçlı kullanırken, sportif rekreasyona katılmada en büyük engeli ise "tesis yetersizliği" alt boyutu almaktadır. Rekreasyon alanı tercihlerinde ise "fiziki imkanlar" ve "aktivite" alt boyutlarının en yüksek puana sahip olduğu görülmektedir. Katılımcıların SREÖ ve alt boyutları puanları ile RATE ve alt boyutları puanları cinsiyet ve medeni durum değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir.

Anahtar kelimeler: sportif rekreasyon, engeller, tercihler, rekreasyonel alan

Preferences And Barriers: A Study On Open Recreational Areas in Ankara

Preferences And Barriers: A Study On Open Recreational Areas In Ankara

Introduction: In the accelerated tempo of urban individuals, the time they will spare for resting and having fun is requisite for a healthy physical and spiritual life. The decrease in the natural movements of human beings, busy working hours and the health problems accompanied by them have led to the increase in the importance of recreation areas day by day. In this sense, sportive recreation plays an important role in human life.

Aim: This study aims to examine the factors that prevent individuals, who use outdoor recreational areas in Ankara Province, from participating regularly in sporting recreational activities besides the factors influencing their choice of recreation area. Method: The sample group of the study consists of 629 individuals using 11 open recreation areas in Ankara Province. The data collection tool consists of three steps. These are the "Recreation Area Preference FactorS Scale" (RAPF) developed by Gümüş and Özgül (2014), which questions the elements that are effective in choosing recreational areas built by municipalities, the "Sportive Recreation Barriers Scale" (SRB) developed by Şahin and Kocabulut (2014) and the demographic information form. The data were analyzed using descriptive statistical methods, t and ANOVA tests.

Findings and Conclusion: According to the findings from the survey, while 45% of the individuals use recreational areas for "promenade", the greatest barrier in participating in sportive recreation is the "facility inadequacy" sub-dimension. In recreation area preferences, it is seen that "physical facilities" and "activity" sub-dimensions have the highest score. The participants' RAPF and its subdimensions scores and SRB and its subdimensions scores are significantly different according to gender and marital status variables.

Keywords: Sportive Recreation, Barriers, Preferences, Recreation Area

KSB523

"Aquatic Baby" Tüketicisi Ebeveynlerin Kullandıkları Tesislere Yönelik Tatmin Düzeylerinin İncelenmesi

¹Gizem Turhan, ¹Hüseyin Çevik, ¹Kerem Yıldırım Şimşek

¹Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

Email : gizgiztg@gmail.com, huseyincevik@anadolu.edu.tr, keremys@anadolu.edu.tr

Giriş Aquatic baby 0-4 yaş arası çocukların ebeveynleri ile beraber katıldıkları bilişsel, duyuşsal ve psikomotor becerilerini gelişimine katkı sağlayan, eğlenceli ve son zamanların popüler rekreasyonel spor aktiviteleri arasında yer almaktadır. Aquatic Baby aktivitesine yönelik hizmetler normal yüzme havuzlarından farklı tesislerde sunulmaktadır. Bu araştırmada Aquatic Baby aktivitesine katılan ebeveynlerin kullandıkları tesislere yönelik tatmin düzeylerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Yöntem Araştırmaya Eskişehir, Bursa, Aydın ve İstanbul illerinde 2017 yılı bahar ve yaz döneminde Aquatic Baby aktivitesine katılan ve kolayda örnekleme yöntemi ile 195 kadın 109 erkek toplam 304 kişi seçilmiştir. Veriler yüz yüze görüşme tekniği kullanılarak "Spor Tüketicisi Tatmin Ölçeği" ve demografik sorulardan oluşan anket aracılığı ile toplanmıştır. Verilerin yorumlanmasında tanımlayıcı istatistik, t-testi ve ANOVA analizleri kullanılmıştır. Bulgular Veri analizi sonucunda araştırmaya katılanların %64.1'inin kadın, %37.8'nin 30-36 yaş kategorisinden, %40.1'nin memur meslek grubundan, %62.8'nin önlisans/lisans eğitim düzeyi kategorisinden ve %52.9'nun yüksek gelir düzeyine sahip gruptan olduğu gözlemlenmiştir. Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre tatmin düzeyleri incelendiğinde kadın katılımcıların "Bireysel/Psikolojik" boyutta daha yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir. Eğitim düzeyi değişkenine göre "İlköğretim-Ortaöğretim grubundan olanların tüketici tatminini etkileyen "sosyal" boyutta ortalamalarının yüksek olduğu tespit edilmiştir. Meslek değişkenine göre ise, işçi grubundan olanların ortalamasının "sağlık/fitnes" boyutunda diğerlerinden daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Katılımcıların yaş ve gelir düzeyi değişkenlerine göre tatmin düzeylerinde istatistiki bir fark tespit edilemiştir. Sonuç "Aquatic Baby" aktivitesinin düzenlendiği tesislere yönelik tatmin düzeylerinin incelendiği bu araştırmada farklı demografik değişkenlere göre tatmin düzeylerinin farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Gelecekte, literatürde tüketici tatmininde önemli rolü olduğu savunulan ve bu araştırmada anlamlı farka rastlanılmayan gelir ve eğitim düzeyi gibi değişkenlerin etkisinin araştırılması önerilmektedir. Kaynaklar Alexandris, K., & Palialia, E. (1999). Measuring customer satisfaction in fitness centres in Greece: an exploratory study. *Managing Leisure*, 4(4), 218-228.

Anahtar Kelimeler: AquaticBaby,Boş zaman,Tesis,Tatmin

Evaluation on the Level of Satisfaction of the Parents as the Consumers of "Aquatic Baby" for the Facilities They Use

Introduction Aquatic Baby is one of recently popular sport activities, which children between the ages 0-4 participate together with their parents, ensuring the development of their cognitive, affective and psychomotor abilities. Aquatic Baby activities are offered in the facilities different than standard swimming pools. This research hereby aims to evaluate the level of satisfaction of the parents participated the Aquatic Baby. Method The total of 304 persons who participated the Aquatic Baby activity in Eskişehir, Bursa, Aydın and İstanbul were chosen by convenience sampling method within the scope of this research. The data were collected through the "Satisfaction Scale of the Sport Consumer" and the survey consisting of demographic questions. Descriptive statistics, T-test and

ANOVA analyses were used for the interpretation of the data. Results In consequence of the data analysis, it was revealed that female participants had a higher average of “individual/psychologic” extent while evaluating the level of satisfaction in terms of the parameter of sex. It was ascertained that those who were in the primary/secondary school group had a higher average of “social” extent in terms of the parameter of educational level. It was confirmed that those who were in the occupational group of workers had a higher average of “health/fitness” extent in terms of the parameter of occupation. Conclusion It was revealed by this research that the level of satisfaction of the parents changes in accordance with different demographic parameters. In the future, it is recommended to investigate the influence of parameters such as income and level of education which are argued to have an important role for consumer satisfaction in the literature and cannot be identified as a significant difference in this research. References Alexandris, K., & Palialia, E. (1999). Measuring customer satisfaction in fitness centres in Greece: an exploratory study. *Managing Leisure*, 4(4), 218-228.

Keywords: AquaticBaby, Leisure, Facility, Satisfaction

KSB551

Egzersiz Motivasyonu, Mutluluk ve Yaşam Tatmini Arasındaki İlişki: Görme Engelli Bireyler Örneği

¹Halil Sarol, ²Zafer Çimen, ³Bülent Gürbüz

¹Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

²Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

³Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : hsarol@gmail.com, zcimen@gmail.com, bulentgurbuz@gmail.com

Bu çalışmanın temel amacı, görme engelli bireylerin egzersiz motivasyonu, mutluluk ve yaşam tatminlerinin belirlenmesi ikinci amacı ise bu değişkenler arasındaki ilişkiyi test etmektir. Çalışmanın örneklem grubunu 469 (232 erkek, 237 kadın) görme engelli birey oluşturmuş ve veri toplama aracı olarak "Fiziksel Aktivite ve Serbest Zaman Etkinliklerine Katılım Güdüsü Ölçeği" (FASZEKÖ), "Yaşam Tatmini Ölçeği" (YTÖ) ve Oxford Mutluluk Anketi –Kısa Formu" (OMA-KF) kullanılmıştır. Çalışmada kullanılan üç ölçekten elde edilen ortalama puanlar arasında (bağımsız değişkenlere göre) fark olup olmadığını belirlemek için bağımsız örneklem t-testi ve ANOVA testi uygulanmış ve FASZEKÖ, YTÖ ve OMA-KF'nun alt boyutları arasındaki korelasyonu ölçmek için Pearson Korelasyon testi kullanılmıştır. Çalışmada kullanılan ölçeklerin güvenirliklerini belirlemek için Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları hesaplanmıştır. Katılımcıların cinsiyetlerine göre FASZEKÖ'nin "Görünüm" ve "Diğerlerinin Beklentisi" alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Erkek katılımcıların ortalama puanları kadınların ortalama puanlarından daha yüksektir. Cinsiyete göre yapılan analiz sonuçlarına göre; katılımcıların ortalama puanları arasında OMA-KF'da istatistiksel olarak anlamlı farklılık varken ($p < 0.05$), YTÖ'nin ortalama puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p > 0.05$). ANOVA sonuçları, FASZEKÖ'nin "Sosyal İlişki", "Görünüm" ve "Rekabet" alt boyutlarında anlamlı farklılıklar olduğunu ortaya koymuştur ($p < 0.05$). Ancak, diğer iki ölçekte eğitim değişkeni açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > 0.05$). FASZEKÖ'nin tüm alt boyutları ile, YTÖ ve OMA-KF ile pozitif yönde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Buna ek olarak, YTÖ ve OMA-KF arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Bu sonuç, katılımcıların mutluluk düzeylerinin artması ile birlikte yaşam tatmininde de artış olduğu anlamına gelmektedir. Sonuç olarak; görme engelli bireyleri fiziksel aktiviteye katılımı motive eden en önemli unsurların "Fiziksel Durum" ve "Psikolojik Durum" olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz motivasyonu, mutluluk, yaşam tatmini, görme engelli

Relationship Among Exercise Motivation, Happiness And Life Satisfaction: A Sample Of Visually Impaired Individuals

The main aim of the present study was to assess exercise motivation, happiness and life satisfaction of visually impaired individuals and the second aim was to test the relationship between these variables. A sample of 469 (232 male, 237 female) visually impaired individuals provided responses to the "Physical Activity and Leisure Motivation Scale" (PALMS), "Life Satisfaction Scale" (LSS) and "Oxford Happiness Questionnaire-Short Form" (T-OHQ-SF). To determine whether or not differences exist between the scores assigned to the three scales independent samples t-test and ANOVA was used and also a Pearson Correlation Coefficient was calculated to test the correlation among subscales of PALMS, LSS and T-OHQ-SF. Cronbach's alphas were also calculated to examine the scale internal consistency of the three scales. There were significant differences in "Appearance" and "Others' Expectations" the subscales of PALMS with regard to gender ($p < 0.05$). Male participants have higher mean scores than females in these subscales.

While analysis indicated statistically significant differences in T-OHQ-SF ($p < 0.05$), there were no significant differences in LSS mean scores ($p > 0.05$) with respect to gender. ANOVA results revealed a significant differences in “Social”, “Appearance”, and “Competition” subscales of “PALMS” ($p < 0.05$) and no significant differences found in LSS and T-OHQ-SF ($p > 0.05$) with regard to education. All subscales of PALMS scores were positively correlated with the LSS and T-OHQ-SF. Furthermore, there were significantly correlation between LSS and T-OHQ-SF. This means, increases in happiness were correlated with increases in rating of life satisfaction. As a result, it can be concluded that “Physical Condition” and “Psychological Condition” were the most important motives for visually impaired individuals.

Keywords: Exercise motivation, happiness, life satisfaction, visually impaired.

Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk ve Serbest Zamanlarda Sıkılma Algısı Düzeyleri

¹Davut Budak, ¹Orcan Mızrak, ²Bülent Gürbüz

¹Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

²Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : dbudak@atauni.edu.tr, orcan@atauni.edu.tr, bulentgurbuz@gmail.com

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin mutluluk ve serbest zamanlardan sıkılma algılarının belirlenmesi amaçlanmıştır. Betimsel araştırma modelindeki çalışmanın örneklem grubunu farklı fakültelerde eğitim gören 408 (% 48.8 erkek, %51.2 kadın) üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcıların yaşları 18 ile 34 arasında değişmektedir (Ortyaş = 22.06± 2.43). Basit rastgele örnekleme yöntemi ile seçilen öğrenciler “Boş Zamanlarda Sıkılma Algısı Ölçeği” (BZSAÖ) ve “Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu”nu (OMÖ-KF) cevaplamışlardır. Parametrik testlerin temel varsayımlarının test edilmesinden sonra, her iki ölçek (BZSAÖ, OMÖ-KF) için elde edilen ortalama puanlara göre fark oluşma durumunu test etmek için t-testi ve ANOVA istatistiki yöntemleri kullanılmıştır. Ayrıca, BZSAÖ'nin iki alt boyutu ve mutluluk arasındaki ilişkilerin belirlenmesinde Pearson korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Yapılan t-testi analizi sonuçları cinsiyet ve fakülte değişkenlerine göre “BZSAÖ” puanlarında anlamlı farklılık olmadığını göstermiştir ($p > .05$). Katılımcıların cinsiyetlerine göre yapılan analiz sonuçlarına göre OMÖ-KF puanlarında anlamlı farklılık olmadığı, ancak fakülte değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılığın olduğu bulunmuştur ($p < 0.5$). Katılımcıların herhangi bir kulübe (sosyal, sportif) üye olma değişkenine göre yapılan t-testi analiz sonuçları OMÖ-KF ve “BZSAÖ”nin “Doyum” alt boyutunda anlamlı farklılık olduğunu göstermiştir ($p < .05$). Kulüp üyesi olan bireylerin ortalama puanları diğer katılımcıların puanlarından daha yüksektir. Fiziksel aktiviteye katılma durumuna göre yapılan ANOVA analizi sonuçları, “OMÖ-KF” ve “BZSAÖ”nin alt boyutlarında grupların ortalama puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu ortaya koymuştur ($p < 0.05$). Düzenli olarak fiziksel aktiviteye katıldığını belirten katılımcıların ortalama puanları “OMÖ-KF” ve “Doyum” alt boyutunda diğerlerinden daha yüksektir. Bununla birlikte, “BZSAÖ”nin alt boyut puanları ile “OMÖ-KF” puanları arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur ($p < 0.01$). Sonuç olarak, katılımcıların doyum puanlarının artması durumunda mutluluk puanlarının da artacağı söylenilebilir.

Anahtar Kelimeler: Mutluluk, serbest zaman, sıkılma, üniversite öğrencileri

Perception Of Happiness And Leisure Boredom Among University Students

This study is conducted to investigate the perception of leisure boredom and happiness of university students. 408 (48.8 % men, 51.2 % women) university students majoring in different faculties participated in this descriptive study. They ranged in age from 18 to 34 years old (Mage = 22.06± 2.43). The students who were chosen using a random sampling method filled the Turkish version of “Leisure Boredom Scale” (T-LBS) and the Turkish version of “Oxford Happiness Questionnaire-Short Form” (T-OHQ-SF). After testing the assumptions of parametric tests, t-test and ANOVA was performed to determine whether or not differences exist between the scores assigned to the two subscales of T-LBS and T-OHQ-SF. A Pearson Correlation Coefficient was also calculated to measure correlation between subscales of T- LBS and T-OHQ-SF. The results of t-tests indicated no significant ($p > .05$) mean differences in subscales of T-LBS with regard to gender and faculty variables. Although, significant ($p < 0.5$) differences were found in the mean scores of T-OHQ-SF with regard to faculty variable, there were no significant mean differences with respect to gender.

T-test analysis also revealed significant mean differences ($p < .05$) in the “Satisfaction” subscale of T-LBS and T-OHQ-SF scores with respect to club membership status. The students who have club membership had higher scores than non-members. Results of ANOVA analyses demonstrated significant ($p < .05$) mean difference in the two subscales of T-LBS and T-OHQ-SF scores among participants with different physical activity participation status. The students who participated the physical activity regularly had higher mean scores in “Satisfaction” subscale and T-OHQ-SF scores. Furthermore, the correlation between subscales of T-LBS and T-OHQ-SF scores were found to be statistically significant ($p < .01$). Overall, increases in satisfaction were correlated with increases in rating of happiness.

Keywords: Happiness, leisure, boredom, university students.

KSB667

Boş Zaman Yoluyla Stresle Baş Etme İnancı Ölçeği ve Boş Zaman Yoluyla Stresle Baş Etme Strateji Ölçeği'nin Faktör Yapısının Türkiye Örneğine Yönelik Sınanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

¹Hüseyin Çevik, ¹Özlem Kurnaz, ¹Süleyman Munusturlar

¹Anadolu Üniversitesi, Eskişehir

Email : huseyincevik@anadolu.edu.tr, ozlemkurnazz@hotmail.com, suleymanmunusturlar@anadolu.edu.tr

Giriş:Boş zaman aktivitelerinin kişilerin stresle baş etmelerine yardımcı olduğunu savunan birçok görüş olmasına karşın, boş zamanın stresle baş etmedeki rolünü ortaya koyan teori ve yaklaşımların sayısı oldukça azdır. Bu araştırmada boş zaman aracılığıyla stresle baş etmeye yönelik hiyerarşik bir yaklaşım temel alınarak geliştirilen (Iwasaki ve Mannell, 2000), Boş Zaman Yoluyla Stresle Baş Etme İnancı Ölçeği (BZSBİÖ) ve Boş Zaman Yoluyla Stresle Baş Etme Strateji Ölçeği (BZSBSÖ)'nin Türk dil ve kültürüne uyarlanması, geçerliliği ve güvenirliliği ile ilişkili özelliklerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmaya kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi ile seçilen 289 kişi katılmıştır. Ölçeklerin yapı geçerliliği için Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) kullanılmıştır. Güvenirlik için ise test tekrar test, iç tutarlılık ve madde toplam korelasyon analizlerinden yararlanılmıştır.

Bulgular: DFA sonuçlarına göre, orijinal yapısı 6 faktörlü 30 maddeli olan BZSBİÖ'den 5 madde düşük faktör yüküne sahip olduğu için çıkartılmıştır. Elde edilen 6 faktörlü 25 maddeli modelin uyum indekslerinin iyi ve kabul edilebilir düzeyde olduğu gözlemlenmiştir. Orijinal yapısı 3 faktör ve 18 maddeden oluşan BZSBSÖ'den ise 3 madde düşük faktör yükünden dolayı çıkartılmıştır. Elde edilen modelin uyum indekslerinin referans değerlerinin üzerinde olduğu tespit edilmiştir. Her iki ölçekte faktör yükü 0.51'in altında madde bulunmamaktadır. Ölçeklerdeki tüm maddelerin ve boyutların güvenirliliğinin kabul düzeyinde olduğu tespit edilmiştir (Cronbach'a > 0.72). Madde toplam korelasyon katsayılarının ise 0.397 ve 0.749 arasında değiştiği gözlemlenmiştir.

Sonuç: Araştırma sonucu BZSBİÖ'nün 6 faktörlü 24 maddeli, BZSBSÖ'nün ise 3 faktör 15 maddeli yapısıyla, Türk toplumundaki insanların boş zamanın stresle baş etme fonksiyonuna ilişkin inançlarını ve stratejilerini ölçmeye yönelik psikometrik nitelikleri sağlayan bir ölçme aracı olduğunu ortaya koymuştur.

Kaynak Iwasaki, Y. ve Mannell, R. C. (2000). Hierarchical Dimensions of Leisure Stress Coping. Leisure Sciences, 22 : 3, pp.163-181.

Examining Factor Structure Of Leisure Stress Coping Beliefs Scale and Leisure Stress Coping Strategies Scale For Turkey Sample: Validity And Reliability Study

Introduction: Although there are many views that leisure activities help people cope with stress, the number of theories and approaches that reveal the role of leisure in coping with stress is very low. In this study, adaptation of Leisure Stress Coping Beliefs

Scale (LSCBS) and Leisure Stress Coping Strategies Scale (LSCSS) developed on the basis of a hierarchical approach (Iwasaki and Mannell, 2000) to Turkish language and culture and evaluation of validity and reliability and associated futures are aimed.

Method: 289 people selected by convenience sampling method participated in the research. Confirmatory factor analysis (CFA) has been used for structural validity of the scales. As for reliability, test- retest, internal consistency, total item correlation analyses have been used.

Findings: According to CFA results, 5 items have been removed from LSCBS whose original structure has 6 factors and 30 items because they had low factor load. It is observed that the compliance indexes of the model which is 6-factor 25-item are good and acceptable. 3 items have been removed LSCSS whose original structure has 3 factors and 18 items because they had low factor load because they had low factor load. It is observed that the compliance indexes of the model are higher than reference values. Neither of the scales has an item below 0.51. It has been detected that reliability of all items and dimensions is on the level of acceptance (Cronbach'a >0.72). It is seen that coefficient of total item correlation varied between 0.397 and 0.749.

Result: The result of the research reveals that 6-factor and 24-item LSCBS and 3-factor and 15-item LSCSS are assessment instruments providing psychometric qualities to evaluate leisure stress coping beliefs and strategies of Turkish people.

Resource: Iwasaki, Y., and Mansell, R. C. (2000). Hierarchical Dimensions of Leisure Stress Coping. Leisure Sciences, 22 : 3, pp.163-181.

KSB668

Doğa Kulüplerine Üye Bireylerin Zaman Yönetimi ve Karar Verme Stillerinin İncelenmesi

¹Recep Cengiz, ²Utku Işık

¹Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

²Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Email : rcengiz1965@gmail.com, utkuisik87@gmail.com

Giriş ve Amaç Zaman paha biçilmez bir kaynaktır ve akan zaman geri çevrilemez. Birçok kişi zamanının kendisine yetmediğinden yakını. Bunun bir sorun değil de, hedeflerinin belirsiz olduğu, önceliklerinin iyi sıralanmadığı ve zamanının iyi planlanmadığı yolunda bir belirti olduğunu anlayana kadar. Fakat zamanı planlayamazsınız. Ancak zamanı aktif bir şekilde yönetebiliriz, buda bireyin kişilik özelliklerinden ve karar verme stillerinden etkilenebilir. Bu çalışmanın amacı, doğa kulübüne üye bireylerin zaman yönetimi ve karar verme stillerinin incelenmesidir.

Yöntem Araştırmanın örneklemini İzmir ve Manisa ili doğa ve spor kulüplerine üye 380 birey oluşturmaktadır. Çalışmada, veri toplama aracı olarak Britton ve Tesser (1991) tarafından geliştirilen Seher İşcan (2008) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Zaman Yönetimi Anketi" ve Mann ve ark. (1998), tarafından geliştirilmiş, Türkçe'ye uyarlaması Deniz (2004) tarafından yapılan Melbourne Karar Verme Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada ölçek maddeleri normal dağılım gösterdiği için (yapılan Shapiro- Wilks testi doğrultusunda ($p>0,05$)) t- testi, Tek yönlü varyans analizi ve Pearson korelasyon analizinden faydalanılmıştır.

Bulgular Katılımcıların yaşlarına göre yapılmış olan Tek yönlü varyans analizine göre, karar verme stillerinden özsaygı alt boyutunda ($F(3,377)=38,711$; $p<0,05$); dikkat alt boyutunda ($F(3,377)=3,083$; $p<0,05$), Erteleyici alt boyutunda ($F(3,377)=2,392$; $p<0,05$), panik alt boyutunda ($F(3,377)=15,395$; $p<0,05$) anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır. Ayrıca katılımcıların Zaman Yönetimi ortalamalarında yaşa göre anlamlı bir farklılık ortaya çıkmamıştır ($F(3,377)=,525$; $p>0,05$). Katılımcıların eğitim durumlarına göre hem karar verme stillerinde hem de zaman yönetiminde herhangi anlamlı bir farklılık ortaya çıkmamıştır ($p>0,05$). Medeni durum açısından incelendiğinde hem zaman yönetimi hem de karar verme stillerinin panik alt boyutu hariç tüm alt boyutlarda evliler bekarlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek ortalamalar elde etmişlerdir ($p<0,05$). Katılımcıların zaman yönetimi ortalamaları ile karar verme stillerinin alt boyutları arasında ise herhangi anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($p>0,05$).

Sonuç Doğa kulüplerine üye olan katılımcıların serbest zaman yönetimleri ve karar verme stilleri yaş ve medeni durumdan etkilenirken; eğitim durumundan etkilenmemektedir. Ayrıca serbest zaman yönetimi ile karar verme stilleri arasında da anlamlı herhangi bir ilişki yoktur.

Investigation Of Time Management And Decision Making Styles Among Nature Clubs Members

Introduction And Purpose Time is an invaluable resource, and time flowing can not be reversed. Many people complain that their time is not enough for them. This is not a problem, but until you realize that your goals are ambiguous, that your priorities are not well aligned, and that your time is not well planned. But we can actively manage time, which can be influenced by the individual's personality traits and decision-making style. The purpose of this study is to examine the time management and decision making styles of the members of the nature club.

Method The sample of the research consists of 380 individuals who are members of the nature and sports clubs of İzmir and Manisa provinces. In the study, "Time Management Questionnaire" adapted by Turkish by Seher İşcan (2008) developed by Britton and Tesser (1991) as data collection tool and Mann et al. (1998), adapted from the Turkish version of the Melbourne Decision Making Scale by

Deniz (2004). The t-test, One-way analysis of variance and Pearson's correlation analysis were used because the scale items showed normal distribution.

Results According to the one-way analysis of variance according to the age of participants, the self-esteem subscale ($F(3,377) = 38,711$; $p < 0,05$) from decision-making styles; ($F(3,377) = 3,083$, $p < 0,05$), the aggressive subscale ($F(3,377) = 2,392$, $p < 0,05$), 05) significant differences have emerged. When analyzed in terms of marital status, married people had significantly higher mean scores in all subscales except for panic subscale of time management and decision style ($p < 0,05$).

Conclusion When free time management and decision-making styles of participants in the nature clubs are affected by age and marital status, it is not affected by the educational situation. There is also no significant relationship between free-time management and decision-making styles.

KSB680

Rerkeasyon Bölümü Öğrencilerinde Gelecek Zaman Algısı ve Gelecek Kaygısı

1Ümit Doğan Üstün

1Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kütahya

Email : umit.dogan.ustun@gmail.com

Amaç: Bu çalışmanın amacı farklı üniversitelerde öğrenim gören rekreasyon bölümü öğrencilerinin gelecek zaman algılarının ve gelecek kaygılarının sınıf ve üniversite değişkenlerine göre incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya iki farklı üniversitenin rekreasyon bölümünde öğrenim gören 258 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak "Gelecek Zaman Algısı Ölçeği" ve "Beck Umutsuzluk Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesi aşamasında öncelikle veri toplama araçlarının güvenirliği Cronbach's Alpha iç tutarlık katsayısı hesaplanarak kontrol edilmiştir. Çalışmada hipotez testi olarak $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde MANOVA kullanılmıştır.

Bulgular: Analiz sonuçlarına göre çalışmada yer alan öğrencilerin gelecek zaman algılarında sınıf değişkenine göre anlamlı bir farklılık bulunmazken, öğrenim görülen üniversite değişkenine göre "bağlılık", "değer" ve "hız" alt boyutlarında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcıların gelecek kaygılarında sınıf değişkenine göre "motivasyon kaybı" alt boyutunda ve üniversite değişkenine göre de "gelecek beklentisi", "motivasyon kaybı" ve "umut" alt boyutlarında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak bu çalışma rekreasyon bölümü öğrencilerinde öğrenim görülen üniversitenin hem gelecek zaman algısını hem de gelecek kaygısını etkilediğini göstermiştir. Ayrıca öğrenim görülen sınıf arttıkça öğrencilerde motivasyon kaybı da artmaktadır.

Anahtar kelimeler: rekreasyon, üniversite öğrencisi, gelecek zaman algısı, gelecek kaygısı

Future Time Perception And Future Anxiety Among Recreation Students

Aim: The aim of this study was to measure future time perception and future anxiety among recreation students from different universities.

Material and Method: 258 recreation students from two different universities voluntarily participated in the study. In the study to collect data "Future Time Perception Scale" and "Beck Pessimism Scale" were used. To analyze data first reliability of the scales were assessed by using Cronbach' s Alpha and MANOVA was used at %95 confidence level as the hypothesis test.

Findings: According to analyze results although there was no significant difference in future time perception of the participants according to class, significant differences were found according to university in "devotion", "valuation", "impetus" subscales. Besides significant differences were found on the future anxiety of the participants in "loss of motivation" subscale according to class, and in "future expectation", "loss of motivation" and "hope" subscales according to university.

Results: As a result, this paper showed that university has an effect on both future time perception and future anxiety among recreation students. Also when the class increases the loss of motivation increases too.

Keywords: recreation, university student, future time perception, future anxiety

Serbest Zaman Fiziksel Aktivite Kısıtlayıcılarıyla Baş Etme Stratejileri: Bir Durum Çalışması

¹Kubilay Öcal, ¹Derya Sakallı

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Email : ocalkubilay@gmail.com, deryasakalli@gmail.com

Giriş ve Amaç: Son yıllarda bireylerin enerji tüketimlerinde önemli bir düşüş gözlenmektedir (Fox & Hillsdon, 2007). Bu durum serbest zaman fiziksel aktivitelerini (SZFA) her geçen gün daha da önemli hale getirmektedir. Bu nedenle çalışma Serbest Zaman Kısıtlayıcıları Teorisi temelinde SZFA kısıtlayıcılarını (Fiziksel Algı, Tesis, Gelir, Aile, Yetenek Algısı, Zaman, İrade ve Sosyal Çevre) ele almaktadır (Öcal, 2012). Çalışmanın amacı SZFA kısıtlayıcılarına karşı bireylerin geliştirdiği stratejilerin derinlemesine incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmada 53 yaşında, evli, iki çocuk sahibi ve memur bir erkek katılımcı yer almıştır. Çalışma katılımcının gönüllülük esasına dayandırılarak gerçekleştirilmiş ve katılımcı tarafından uzun yıllardır kullanılan farklı stratejilerin neler olduğunun derinlemesine incelenebilmesi için yarı yapılandırılmış görüşme yöntemi kullanılmıştır. Katılımcı, çeşitli fiziksel aktivite engellerine rağmen yaklaşık 37 yıldır düzenli bir şekilde spor yapan bir kişi olması sebebiyle araştırmaya dahil edilmiştir. Katılımcıya araştırmacı tarafından görüşme öncesi çalışmanın amacı ve ne şekilde yapılacağı hakkında detaylı bilgiler verilmiştir.

Bulgular: Katılımcının günlük yaşam stresini azaltmak, daha mutlu ve sağlıklı hissetmek, engelli bir bireyle ilgilenilmesi için bir zorunluluk haline gelen sağlıklı ve güçlü olma gerekliliği, hareketsiz bir yaşam, sağlıksız beslenme ve zararlı alışkanlıkların olumsuz sonuçlarıyla baş edebilmek ve kaliteli bir yaşam arzusu gibi nedenlerle fiziksel aktiviteye katıldığı görülmektedir. Katılımcının kendi kişiliğinden kaynaklanan sebeplerle fiziksel algı ve yetenek algısı boyutlarında, mesleği sayesinde gelir konusunda ve ailesinden aldığı destek sebebiyle aile boyutunda herhangi bir strateji geliştirmeye ihtiyaç duymamıştır. Diğer SZFA kısıtlayıcıları (Tesis, Zaman, İrade, Sosyal Çevre) bireyin yaşamında etkili olmuş ve birey bu kısıtlayıcılarla baş etmek için belirli stratejiler geliştirmiş ve kullanmıştır.

Sonuçlar: Katılımcı fiziksel aktivitenin yararları konusunda bilinçlidir. Sağlıklı ve kaliteli bir yaşam için sporun gerekliliği konusundaysa farkındalık sahibidir. Çalışma sonucunda bireyin spor yaptığı zaman aralıklarını değiştirme, malzeme ya da tesis gerektirmeyen ve bireysel olarak yapılabilen bir spora yönelme ya da sporun fiziksel olarak zorlayıcılığına karşı iradeli davranma gibi stratejileri kullandığı ve fiziksel aktivite katılımını sürdürdüğü ortaya koymaktadır.

Negotiation Strategies For Leisure Time Physical Activity Constraints: A Case Study

Introduction and Purpose: Leisure time physical activities (LTPA) are getting more important day by day. For this reason the current study discusses LTPA constraints (Öcal, 2012) based upon leisure time constraints theory. The purpose of this study was to investigate thoroughly the strategies that the individuals have developed against the LTPA constraints.

Method: A man who is 53 years old, married, father of two children and civil servant participated in the study. The study was based on his willingness to participate in and semi-structured interview schedule was used to investigate thoroughly the different strategies used by the participant for years.

The participant has been involved in the study because he is an individual who does exercise regularly approximately 37 years despite various physical activity (PA) constructs. Before the interview the researcher explained the purpose and the format of the study to the participant.

Results: The participant attends PA for reducing the life stress, feeling happier and healthier, the need to be healthy and strong which becomes a necessity to deal with a disabled individual, to be able to cope with the consequences of sedentary lifestyle, unhealthy nutrition and harmful habits and desire a quality living. The participant doesn't need to develop any strategy for Body Perception and Skill Perception arising from the reasons of his personality, Income owing to his profession and Family in consequence of the support he received from his family. The other LTPA constrains (Facilities, Time, Willpower, Society) have been effective of his life and he has developed and used specific strategies to deal with these constraints.

Conclusion: The participant is conscious of the benefits of PA. He is also aware of the necessity of sports for a healthy and quality life. Individual uses various strategies maintain PA participation.

SUNULMADI

Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Serbest Zamanda Sıkılma Algısı ve Motivasyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Fatih Yaşartürk, ¹Hayri Akyüz, ¹İsmail Karataş

¹Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Bartın

Email : fatihyasarturk@gmail.com, akyuz61@live.com, ismailkrts34@gmail.com

Bu çalışmanın amacı, beden eğitimi öğretmen adaylarının serbest zamanda sıkılma algısı ve motivasyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırma evrenini, Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırma grubunu ise Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümünde öğrenim gören ve tesadüfi yolla seçilen 223 gönüllü öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma durum tespitine yönelik betimsel bir çalışmadır. Veri toplama aracı olarak adaylara ait kişisel bilgi formu, "Serbest Zamanda Sıkılma Algısı Ölçeği" ve "Boş Zaman Motivasyon Ölçeği" uygulanmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistiksel tekniklerden; frekans, yüzde, ortalama ve standart sapma değerleri elde edilmiştir. Ayrıca istatistiksel tekniklerden Korelasyon, t-Testi ve Tek Yönlü Varyans (ANOVA) analizi kullanılmıştır. Bulgulara göre katılımcıların 88'i kadın 135'i erkektir. Beden eğitimi öğretmen adaylarının serbest zamanda sıkılma algısı ve boş zamanda motivasyon düzeyleri karşılaştırıldığında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$). Bunun aksine, serbest zamanda sıkılma algısı ölçeği ile motivasyon ölçeği toplam puanları arasındaki ilişki incelendiğinde, [$r = -,550$; $p<0,05$] orta düzeyde negatif bir ilişki tespit edilmiştir. Sonuç olarak; katılımcıların faaliyetler içerisindeki motivasyon düzeyi arttıkça sıkılma algı düzeylerinin azaldığı bulunmuştur. **Anahtar Kelimeler:** Beden eğitimi öğretmen adayı, boş zaman motivasyonu, serbest zamanda sıkılma algısı

Investigation of Relationship Between Motivation Levels and Leisure Boredom Perception of Physical Education Teacher Candidates

The purpose of this study is to examine the relationship between motivation levels and leisure boredom perception of physical education teacher candidates. The research universe constitutes the students studying at Department of Physical Education and Sport Teaching at Bartın University School of Physical Education and Sports. The research group is composed of 223 volunteer students randomly selected at Bartın University in Physical Education and Sports Teaching Department. It is a descriptive study about the research case. As a data collection tool, the personal information form of candidates, "Leisure Motivation Scale" and "Leisure Boredom Scale" were applied. In the analysis of the data, descriptive statistical techniques; frequency, percentage, mean and standard deviation values were obtained. In addition, Correlation test, t-Test and One-way ANOVA analysis were used for statistical techniques. According to findings, 88 of the participants are women, 135 are men. When leisure motivation levels and leisure boredom perception of physical education teacher candidates were compared, no significant difference was found $p>0,05$. On the contrary, when the relationship between the leisure boredom scale and motivation scale total scores is examined, [$r = -,550$; $p<0,05$] medium level a negative relationship was found. As a result; it was found that as the level of motivation of the participants increased, the level of boredom perception decreased. **Keywords:** Physical education teacher candidate, leisure motivation, boredom perception in leisure

KSB749

Lise Öğrencilerinin Yaşam Kalite Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi

¹Fatih Yaşartürk, ¹Hayri Akyüz, ¹İsmail Karataş, ¹Mutlu Türkmen

¹Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Bartın

Email : fatihyasarturk@gmail.com, akyuz61@live.com, ismailkrts34@gmail.com, turkmenm@yahoo.com

Bu çalışmanın amacı, Bartın ilindeki çeşitli liselerde öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalite düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesidir. Araştırmanın evreni, Bartın ilindeki liselerde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırma grubunu ise Bartın ilindeki çeşitli liselerde öğrenim gören ve tesadüfi yolla seçilen 763 gönüllü öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma durum tespitiye yönelik betimsel bir çalışmadır. Veri toplama aracı olarak adaylara ait kişisel bilgi formu ve "Whoqol-Bref (TR) Yaşam Kalitesi Ölçeği" uygulanmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistiksel tekniklerden; frekans, yüzde, ortalama ve standart sapma değerleri elde edilmiştir. Ayrıca istatistiksel tekniklerden Korelasyon, t-Testi ve Tek Yönlü Varyans (ANOVA) analizi kullanılmıştır. Bulgulara göre katılımcıların 279'u kadın, 484'ü erkektir. Lise öğrencilerinin yaşam kalite düzeyleri cinsiyet değişkeni açısından karşılaştırıldığında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Öğrencilerin yaşam kalite düzeyleri ile yaş değişkeni arasındaki ilişki incelendiğinde, bedensel alt boyutunda [$r = -,076$; $p<0,05$] düşük düzeyde negatif bir ilişki tespit edilmiştir. Öğrencilerin yaşam kalite düzeyleri ile aile gelir değişkeni arasındaki ilişki incelendiğinde, çevre alt boyutunda [$r = ,075$; $p<0,05$] düşük düzeyde pozitif bir ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak; lise öğrencilerinin yaşam kalite düzeyleri çeşitli değişkenlere göre farklılık göstermek ile birlikte ailelerinin gelir düzeyi yaşam standartlarını olumlu yönde etkilemektedir.

Anahtar Kelimeler: Lise, öğrenci, yaşam kalitesi

Investigation of the Level of Quality of Life High School Students According to Some Variable

The purpose of this study is to examine the levels of quality of life of students studying at various high schools in Bartın province according to some variables. The research universe is composed of high school students in Bartın province. The research group is composed of 763 volunteer high school students randomly selected at various high schools in Bartın province. As a data collection tool, the personal information form of candidates and "Whoqol-Bref (TR) Quality of Life Scale" were applied. In the analysis of the data, descriptive statistical techniques; frequency, percentage, mean and standard deviation values were obtained. In addition, Correlation test, t-Test and One-way ANOVA analysis were used for statistical techniques. According to findings, 279 of the participants are women, 484 are men. There was no significant difference the level of quality of life high school students when compared with gender variable ($p>0,05$). When the relationship between age variable and level of quality of life of the students is examined, physical [$r = -,076$; $p<0,05$] in the sub-dimensions low level a negative relationship was found. When the relationship between family income variable and level of quality of life of the students is examined, environment [$r = ,075$; $p<0,05$] in the sub-dimensions low level a positive relationship was found. As a result; while the level of quality of life high school students varies according to various variables, the income level of their families affects the living standards positively.

Keywords: High school, student, quality of life

Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Tutumları İle Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Fatih Yaşartürk, ¹Sercan Kural, ¹İsmail Karataş, ¹Hayri Akyüz, ¹Mutlu Türkmen

¹Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Bartın

Email : fatihyasarturk@gmail.com, sercankural@hotmail.com, ismailkrts34@gmail.com, akyuz61@live.com, turkmenm@yahoo.com

Bu araştırmanın amacı Bartın Üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerin boş zaman tutumları ile saldırganlık düzeylerinin bazı demografik faktörlere göre incelenmesidir. Araştırmaya Bartın Üniversitesinde öğrenim gören 345 (234 erkek ve 111 kadın) kişi katılmıştır. Araştırmada, araştırmacılar tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu”, Ragheb ve Beard (1982) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Akgül ve Gürbüz (2010) tarafından yapılan Boş Zaman Tutum Ölçeği: BZTÖ” ve Buss ve Perry (1992) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Madran (2012) tarafından yapılan “Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği: BPSÖ” kullanılmıştır. Verilerin analizinde; katılımcıların demografik özelliklerine göre, boş zaman tutumu ve saldırganlık düzeyleri arasındaki farklılıkları incelemek amacıyla t-Testi ve ANOVA; değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesi için ise Pearson Korelasyon testi uygulanmıştır. Araştırmanın bulgularında; t-Testi sonuçlarında yaş değişkenine göre anlamlı farklılık bulunmamış ($p>0.05$), cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). ANOVA testi sonuçlarında bölüm değişkenine göre BZTÖ’nün bilişsel ve duyuşsal alt boyutlarında, BPSÖ’nün fiziksel saldırganlık ve düşmanlık alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Korelasyon testine göre BZTÖ ile BPSÖ ölçekleri ve alt boyutları arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($p<0.05$). Sonuç olarak; üniversite öğrencilerinin boş zamanda algıladıkları tutum düzeyleri arttıkça, bu faaliyetler içerisindeki saldırganlık düzeyleri azalmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Üniversite öğrencileri, boş zaman tutumu, saldırganlık

The Investigation Of The Relationship Between Aggression Levels With Leisure Time Attitudes Of University Students

The purpose of this research is to examine aggression levels and the leisure time attitudes of the students studying at Bartın University according to some demographic factors. 345 (234 male and 111 female) students studying at Bartın University participated in the research. In the research, "Personal Information Form" prepared by the researchers, developed by Ragheb and Beard (1982) and the Turkish adaptation was made by Akgül and Gürbüz (2010) (Leisure Attitude Scale: LAS) and developed by Buss and Perry (1992) and Turkish adaptation was made by Madran (2012) (Buss-Perry Aggression Scale: BPAS) was used. In the analysis of the data; according to the demographic characteristics of the participants, to examine the differences between leisure time attitude and aggression levels t-Test and ANOVA; to examine the relationships between variables Pearson Correlation test was applied. In the findings of the research; no significant difference was found according to the age variable in the t-Test results ($p>0.05$), a significant difference was found according to the gender variable ($p<0.05$). According to the department variable in the ANOVA test results significant difference was found in the cognitive and affective sub-dimensions of LAS, physical aggression and hostility subscales of BPAS ($p<0.05$). According to the correlation test, there was a significant relationship between LAS and BPAS scales and sub-dimensions ($p<0.05$). As a result; as the level of university students attitudes perceived at leisure increased, the levels of aggression within these activities decreased.

Keywords: University students, leisure time attitude, aggression

KSB777

Türk Kadınlarının Serbest Zamanda Sıkılma Algısı, Benlik Saygısı ve Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi

²Bülent Gürbüz, ¹Feyza Meryem Kara, ¹Halil Sarol

¹Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

²Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : bulentgurbuz@gmail.com, feyzameryemkara@gmail.com, hsarol@gmail.com

Bu araştırmanın amacı; Türk kadınlarının serbest zaman sıkılma algısı, benlik saygısı ve yalnızlık düzeylerini bazı değişkenlere göre incelemek ve serbest zamanda sıkılma algısının katılımcıların benlik saygılarını ve yalnızlık algılarını yordama gücünü belirlemektir. Çalışmanın örneklem grubunda Ankara'da yaşayan toplam 277 kadın yer almıştır. Katılımcıların yaşları 18 ile 63 arasında (Orta $\pm$ 32.70 $\pm$ 10.05) değişmektedir. Basit rastgele örnekleme yöntemi ile seçilen katılımcılar "Boş Zamanlarda Sıkılma Algısı Ölçeği (Kara, Gürbüz ve Öncü, 2014)", "Rosenberg Özsaygı Ölçeği" (Çuhadaroglu, 1965) ve "UCLA-III Yalnızlık Ölçeği"ni (Durak, 2010) cevaplamışlardır. Parametrik testlerin yapılabilmesi için gerekli olan temel varsayımlarının test edilmesinden sonra, verilerin analizi için betimsel istatistikler, t- testi, MANOVA, ANOVA ve regresyon testleri kullanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların sıkılma algısı, benlik saygısı ve yalnızlık algıları ortalama puanları medeni durum değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($p < 0.05$). Katılımcıların sıkılma algısı ve yalnızlık düzeyi ortalama puanlarının bekarlar lehine farklılaştığı, benlik saygısı düzeylerinin ise evli katılımcılar lehine farklılaştığı tespit edilmiştir. Bununla birlikte, katılımcıların benlik saygısı ve sıkılma algılarının eğitim durumlarına göre istatistiksel olarak farklılaştığı da saptanmıştır ($p < 0.05$). Üniversite mezunu katılımcıların serbest zaman doyum ve benlik saygısı puanları daha yüksek iken, lise mezunlarının sıkılma algısı puanları daha yüksektir. Diğer yandan, katılımcıların benlik saygısı ve yalnızlık düzeyleri düzenli olarak fiziksel aktiviteye katılma durumu değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmazken ($p > 0.05$), sıkılma algıları düzenli olarak fiziksel aktiviteye katılma durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($p < 0.05$). Yapılan regresyon analizi sonucunda, serbest zamanda sıkılma algısının katılımcıların benlik saygılarının ve yalnızlık algılarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda katılımcıların benlik saygısı düzeylerinin yüksek, sıkılma ve yalnızlık düzeylerinin ise düşük olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Türk Kadınları, Serbest Zamanlarda Sıkılma Algısı, Benlik Saygısı, Yalnızlık

An Investigation Of Turkish Women's Leisure Boredom, Self-Esteem And Loneliness Levels

This study aimed at examining the Turkish women's leisure boredom, self-esteem and loneliness level with regard to some variables, and to investigate the predictive power of leisure boredom for self-esteem and loneliness. Study participants were totally 277 women in Ankara (i.e., capital city of Turkey). They ranged in age from 18 to 63 years old (Mage = 32.70 $\pm$ 10.05). The participants who were chosen using a random sampling method filled the "Leisure Boredom Scale (Kara, Gürbüz and Öncü, 2014)", "Rosenberg Self-Esteem Scale" (Çuhadaroglu, 1965) and "UCLA-III Loneliness Scale" (Durak, 2010). Descriptive statistics, t-test, MANOVA, ANOVA and regression analysis were used to analyze the data after testing the assumptions of parametric tests. Analysis indicated statistically significant differences in mean scores of leisure boredom, self-esteem and loneliness with regard to marital status ($p < 0.05$). While the participants' boredom perceptions and loneliness level differ in favor of singles, self-esteem scores differ in favor of married participants. Furthermore, there were statistically significant differences in the mean scores of self-esteem and perception of boredom

with regard to education level ($p < 0.05$). However, the participants who were graduated from university had higher leisure satisfaction and self-esteem mean scores, high school graduates had higher boredom scores. On the other hand, no significant mean differences were tested in self-esteem and loneliness scores ($p > 0.05$), there were significant mean differences in the perception of boredom scores with regard to participating physical activity regularly or irregularly ($p < 0.05$). According to regression analysis results; it was found that leisure boredom were the meaningful predictors of self-esteem and perception of loneliness. Finally, it can be concluded that participants had higher self-esteem scores, and had lower boredom and loneliness levels.

Keywords: Turkish Women, Leisure Boredom, Self-Esteem, Loneliness

KSB805

Düzenli Fiziksel Aktivitenin, Bireylerin Stres, Mutluluk Ve Serbest Zaman Doyum Düzeylerine Etkisi

¹Seçkin Doğaner, ¹Velittin Balci

¹Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : seckindoganer@gmail.com, velittin.balci@ankara.edu.tr

Araştırmanın amacı rekreatif bir etkinlik olarak düzenli fiziksel aktivite programına katılan çalışan sedanter bireylerde, fiziksel aktivitenin; algılanan stres, mutluluk ve serbest zaman doyum düzeylerine etkisini tespit etmektir. Araştırma nicel araştırma yöntemi kullanılarak yapılan yarı-deneysel bir çalışmadır. Araştırmanın çalışma grubu, "Deney" (45 kişi) ve "Kontrol" (45 kişi) olmak üzere, 90 kişiden oluşmaktadır. Yaş aralığı ise 25-45 olarak belirlenmiştir. Deney grubu katılımcılarına haftada 3 gün, 1'er saat olmak üzere toplam 8 hafta düzenli fiziksel aktivite programı uygulanmıştır. Deneysel çalışmanın dışında, düzenli fiziksel aktivite programına katılan ve katılmayan bireylerin duygu durumlarını belirlemek amacıyla "Algılanan Stres", "Oxford Mutluluk" ve "Serbest Zaman Doyum" ölçekleri uygulanmıştır. Çalışmada elde edilen verilerin Çarpıklık ve Basıklık değerlerine bakılarak verilerin normal dağıldığı saptanmıştır. Verilerin analizinde parametrik testlerden "Paired Samples t-Test" ve "Çift Yönlü Varyans" testleri uygulanmıştır. Analiz sonuçları deney grubunda yer alan ve düzenli fiziksel aktivite programına katılan kişilerin, stres ve yetersiz öz-yeterlik algılarında, kontrol grubunda yer alan kişilere oranla önemli ölçüde azalma meydana geldiği, aynı zamanda deney grubunun mutluluk algı puanlarının, kontrol grubuna oranla oldukça yüksek olduğunu göstermiştir. Düzenli fiziksel aktivite programına katılan kişilerde, serbest zaman doyum düzeylerinin, tüm alt boyutlarda, kontrol grubunda yer alan ve düzenli fiziksel aktivite programına katılmayan kişilere oranla artış olduğu görülmüştür. Sonuç olarak, yoğun iş temposuna sahip kişilerin, serbest zamanlarını düzenli bir fiziksel aktivite programına katılarak değerlendirmelerinin, onların sosyal ve psikolojik duygu durumlarında olumlu değişimlere neden olduğu görülmüştür.

**The Effect Of Regular Exercise Program On Individuals' Stress,
Happiness, And Leisure Satisfaction Levels**

The aim of this study, to examine the effects of sedantary individuals who participate in a regular physical activity program as a recreational activity, perceived stress, happiness and free time satisfaction levels. This research is a semi-experimental study using quantitative research method. This research consisted of 90 people, including "Experiment" (45 people) and "Control" (45 people) groups and the age range was 25-45. A total of 8 weeks (3 days – 1 hour a week) of regular physical activity program was applied to the participants of the experiment group. Apart from the experimental study, the "Perceived Stress", "Oxford Happiness" and "Leisure Time Satisfaction" scales were applied to determine the emotional states of the individuals who participate in the regular physical activity program. It was determined that the data were distributed normally by looking at the Skewness and Kurtosis values of the data obtained in the study. In the analysis of the data, "Paired Samples t-Test" and "Two-way Variance" tests were applied from the parametric tests. The results have shown a significant decrease in stress and weak self-efficacy perceptions for the people in the experimental group who participated in regular exercise program, compared to those in the control group. In addition, it has been found that happiness perception points of the experimental group are much higher than those of the control group. It can also be seen that individuals who participated in regular exercise program have higher leisure satisfaction levels in all sub-dimensions than individuals in the control group, who did not participate in the regular exercise program. As a result, it can be suggested for the individuals with a busy work life that participating in regular exercise programs as a leisure activity can lead to positive changes in social and psychological moods.

Oryantiring Sporcularının Problem Çözme Becerileri ve Kendi Kendine Liderlik Algılarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi

¹Fatih Bektas, ¹Burak Kural, ²Fatih Orçan, ¹Vedat Ayan, ¹Selami Yüksek, ¹Fatih Gür

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Trabzon

²Karadeniz Teknik Üniversitesi Fatih Eğitim Fakültesi, Trabzon

Email : fatihbektas61@gmail.com, fatihbektas61@gmail.com, burakkurall@gmail.com, fatihorcan.ktu@hotmail.com, vayan61@gmail.com , selami.yuksekk@ktu.edu.tr , fatih-gur@hotmail.com

Bu araştırmada, oryantiring sporcularının problem çözme becerilerini ve kendi kendine liderlik algılarını etkilediği düşünülen bazı değişkenlerin belirlenmesi ile problem çözme becerileri ve kendi kendine liderlik algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden biri olan betimsel yöntem kullanılmıştır. Araştırma grubunu 2017'de Trabzon ilinde gerçekleştirilen 4. kademe oryantiring yarışmasına katılan 115 erkek (%53.5), 110 kadın (%46.5) toplam 215 oryantiring sporcu oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak "Problem Çözme Envanteri", "Kendi Kendine Liderlik Ölçeği" ve sporcuların kişisel özelliklerini belirlemek için de araştırmacı tarafından geliştirilen "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Araştırmada uygulanan ölçeklerden elde edilen veriler SPSS 22.0 paket program kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin analizinde tek yönlü varyans analizi (ANOVA), ve t-testi analizleri kullanılmıştır. Problem çözme becerileri ve kendi kendine liderlik algıları arasındaki korelasyon katsayısı -.29 ve .01 alfa seviyesinde anlamlıdır. Ayrıca yapılan analiz sonuçlarına göre, erkek ve kadın oryantiring sporcuların kendi kendine liderlik ($t = -2.65$, p -değeri $< .01$) ve problem çözme becerileri ($t = 3.97$, p -değeri $< .00$) toplam puan ortalamalarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Lisans öncesi, lisans ve lisansüstü eğitim durumu açısından problem çözme puan ortalamalarında anlamlı farklılık var iken ($t = 2.65$, p -değeri $< .01$), kendi kendine liderlik puan ortalamalarında anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir ($t = -1.35$, p -değeri $> .05$). Oryantiring sporcularının bir Türkiye şampiyonasına katılma değişkenine göre kendi kendine liderlik ($t = 2.42$, p -değeri $< .05$) ve problem çözme becerileri ($t = -2.48$, p -değeri $< .05$) toplam puan ortalamalarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak bu iki değişken arasında anlamlı düzeyde negatif korelasyon vardır. Ayrıca sonuçlara göre erkek sporcuların kendi kendilerine liderlik algıları kadın sporculara göre daha düşük iken, problem çözme becerileri daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Anahtar kelimeler: Oryantiring, Spor, Problem çözme, Kendi Kendine Liderlik.

Problem Solving Skills Of Orienteering Sportsmen And Analysis Of Self-Leadership Perceptions According To Some Variables

Abstrat In this study, it was aimed to determine some variables that affect orienteering athletes' problem solving skills and self-leadership perceptions. The descriptive method, which is one of the quantitative research methods has been used in the research. The research group consists of 215 orienteering athletes, 115 men (53.5%) and 110 women (46.5%) who participated to the 4th Stage Orienteering competition held in 2017 in Trabzon. As a data collection tool "Problem Solving Inventory", "Self Leadership Scale" and in order to determine the personal characteristics of the athletes the "Personal Information Form" were used. In the analysis of the data one-way variance analysis (ANOVA) and t-test analyzes were used.

The correlation coefficient between problem solving skills and self-leadership perceptions is significant at the alpha level of .01. In addition, according to the analysis results, it was determined that there is a significant difference between the total score of male and female orienteering athletes' self-leadership and problem solving skills. While there was a significant difference in the mean of problem solving points in terms of pre-license, undergraduate and post-graduate education status, it was determined that there was no significant difference in self-leadership score averages. It has been determined that there was a significant difference between the orienteering athletes' self-leadership and problem solving skills total score averages according to the variables of participation to a Turkish championship. As a result, there is a significant negative correlation between these two variables. Moreover, according to the results, it was found that male athletes had lower self-leadership perceptions than female athletes, but had higher problem solving abilities.

Keywords: Orienteering, Sport, Problem Solving, Self-Leadership

Türkiye'nin 2023 Gençlik Planlamasında Gençlik Merkezlerinin Rolü

¹Zeki Coşkun, ²Cihat Korkmaz, ³Talha Murathan, ¹Fatih Mehmet Ugurlu

¹Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

²Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yük. Okulu

³Ardahan Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yük. Okulu

Email : coskunerzeki@gmail.com, korkmaz.cihat68@gmail.com , talhamurathan@hotmail.com , ugurlu76tr@hotmail.com

Gençlik kavramı; sınıflandırma ve yaş dilimleri içindeki yerinin tespit edilmesi açısından değişik toplumlarda ve dönemlerde, değişik yaklaşımlarla ele alınmıştır. Türkiye'de gençlik demografik yaş aralığını belirlemede zaman içerisinde birçok tanımlamaya gitmiş olmasına rağmen günümüzde Türkiye'de 14-29 yaş arası gençler, Genç yaş grubu içinde ele alınmaktadır. Ancak Türkiye'deki tüm gençlik merkezlerine 7-29 yaş arasındaki bireyler üye olabilirler Türkiye'de gençlik çalışmaları Gençlik spor bakanlığına bağlı olarak Gençlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü aracılığı ile gerçekleştirilmektedir. Gençlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü ise gençler ile ilgili yapılacak faaliyetleri gençlik merkezleri aracılığı ile yürütülmektedir. Dokümantasyon metodu kullanılarak yapılan bu çalışmada, Türkiye'de 10-29 yaş Aralığında 25.364.126 genç vardır. Gençlik merkezi sayısı ise 265 dir. Bölgesel olarak değerlendirilen gençlik merkezleri faaliyetleri ve dağılımları incelendiğinde bölgeler arasında büyük farklılıklar dikkat çekmektedir. Örneğin Karadeniz bölgesinde 34.373 gence bir gençlik merkezi denk gelirken, iç Anadolu bölgesinde 128.169 gence bir gençlik merkezi denk gelmektedir. Sonuç olarak Gençliğin kendini ifade edebilme ve sosyal faaliyetlere katılabilmeye önemli bir göreve sahip olan gençlik merkezlerinin Tüm bölgelere eşit şekilde hizmet götürebilmesi için bölgeler arasındaki sayısal farklılıkların ortadan kaldırılması ve bölgelere ayrılan bütçelerin nüfus sayısı ile orantılı olması gerektiği düşünülmektedir.

YASLANMIŞ

KSB885

Amasya İlinde Yerleşik Kamu Çalışanlarının Serbest Zaman Etkinliklerine Katılım Düzeyleri ve Bu Etkinlikler İçinde Sporun Yeri

²Uğur Koç, ³Mehmet Öcalan, ¹Tevfik Cem Akalın

¹Bülent Ecevit Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Zonguldak

²Amasya Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Amasya

³Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

Email : kocugur05@gmail.com, mocalan@yahoo.com, tc.akalin@hotmail.com

Giriş ve Amaç Bu çalışmada, Amasya il merkezinde görevli kamu çalışanlarının serbest zamanlarına ilişkin düşünceleri, serbest zaman aktivite seçimlerini etkileyen kişisel özellikleri, en çok katıldıkları serbest zaman etkinlikleri, katılım süresi ve sıklığı, sportif serbest zaman etkinliklerine yönelik ilgileri ve aktivite katılım özellikleri araştırılması amaçlanmıştır.

Yöntem Çalışma grubunu Amasya il merkezinde görevli 506 (n:137kadın/n:369erkek) kamu personeli oluşturmaktadır. Çalışmanın amacı doğrultusunda uygulanan ankete katılan kadın ve erkek personel, çalıştığı kurum, yaptığı iş, makam, mevki ve unvanlarına bakılmaksızın tesadüfi yöntemle seçilmiştir. Araştırmada serbest zaman ve sportif etkinlikler anketi ile toplanan verilerin dağılımlarını belirten tablolar oluşturularak, (%) yüzde hesapları, sayısal karşılaştırmaları ve yorumları yapılarak sonuca varılmıştır. Demografik bilgilerin ve serbest zamanlarda tercih ettikleri etkinlik türleri, katılım düzeyleri vb. ile ilgili davranışların analiz sonuçları frekans (n) ve yüzde (%) olarak sunulmuştur.

Bulgular ve Sonuç Araştırmanın sonucunda; Amasya il merkezinde görevli kamu çalışanlarının serbest zaman ve rekreasyon kelimelerinin tanımı ile ilgili çok fazla bilgi sahibi olmadığı, serbest zaman faaliyetlerini dinlendirici, stres azaltıcı bulduğu, ancak zaman yetersizliğinden dolayı hem sportif hem'de kültürel etkinliklere çok fazla katılamadığı, daha çok evde ve ailesi ile birlikte zaman geçirmeyi tercih ettiği, maddi yetersizliğin serbest zaman etkinliklerine katılımı çok fazla etkilemediği tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Amasya, Kamu Çalışanları, Rekreasyon, Serbest zaman

The Participation Level of Public Employees, Living in Amasya, in Activities During Their Leisure Time and The Place of Sport in these Activities

Introduction and Aim In this study, the following activity participation features of the public employees working within the boundaries of Amasya province are aimed to be examined: such as, their thoughts about their leisure times, their characteristic features which affect their choice of recreational activities, the leisure activities they have been participating mostly, the participation time and frequency.

Method The study group is made of 506 (n:137 women/n: 369 men) public employees who have been working in Amasya province. The male and female personnel participated in the survey were chosen at random, regardless of the institution they work, the kind of work they perform, their positions and titles.

In the study, results are reached by data frequency tables gathered by leisure time and sporting activities survey, the percentage calculations, numeric comparisons and reviews. The analyses result of behaviors related to demographic information and types of activities they prefer in leisure time, participation levels etc. are presented as Frequency (n) and percentage (%).

Results At the end of the research, the following results are determined; the public employees working within the boundaries of Amasya province don't have enough information about the definition of free time and recreation words, they find leisure time activities relaxing and they blow off steam, but because of lack of time they are unable to participate in both sportive and cultural activities, they prefer spending their leisure times mostly with their families at home, and financial incapability does not have a great influence on their participation to the leisure time activities.

Keywords: Amasya, Public Employees, Recreation, Leisure Time

SUNULMADI

BEDEN EĞİTİMİ

PHYSICAL EDUCATION

Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarının incelenmesi (Trabzon ili örneği)

¹Ubeyde Kılıçaslan, ²Selami Yüksek, ³Mustafa Barış Somoğlu, ⁴Tarık Sivrikaya

¹Çamlıca Ortaokulu, Trabzon

²Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Trabzon

³Deregözü Ortaokulu, Trabzon

⁴Trabzon

Email : ubeydekilicaslan@gmail.com, selami.yuksek@ktu.edu.tr, mbs_1977@hotmail.com, tarik_sivrikaya@hotmail.com

Bu çalışmanın amacı, ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarını bazı değişkenlere göre incelemektir. Çalışmanın araştırma grubunu, 2016-2017 eğitim-öğretim yılında Trabzon ilinde 5, 6, 7 ve 8. sınıflarda öğrenim gören ve araştırmaya gönüllü olarak katılan 116'sı kız ve 118'i erkek olmak üzere toplam 234 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada, mevcut durumu ortaya koymaya yönelik tarama (survey) modeli kullanılmıştır. Veri toplama aracı olarak; sınıf, cinsiyet, akademik ortalama ve ailenin gelir düzeyi sorularından oluşan "Kişisel Bilgi Formu"nun yanında Phillips ve Silverman tarafından 2012 yılında geliştirilen ve Kalemoğlu Varol, Ünlü, Erbaş ve Sünbül tarafından 2017 yılında Türkçe'ye uyarlanan "İlköğretim Beden Eğitimi ve Spor Dersi Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Bu ölçek "bilişsel tutum" ve "duyuşsal tutum" olmak üzere iki boyuttan oluşmaktadır. Elde edilen verilerin normal dağılıma sahip olup olmadıklarını belirlemek için Skewness and Kurtosis testi uygulanmıştır. Sınıf düzeyi ile tutum arasındaki farklılığın karşılaştırılması için ANOVA, farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için Tukey Post-Hoc testi yapılmıştır. Cinsiyet ile beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutum arasındaki farklılığın karşılaştırılması için T-testi, akademik ortalama ve gelir düzeyi ile beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutum arasındaki farklılığın karşılaştırılması için ise Korelasyon testi uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi olarak $\alpha=0.05$ alınmıştır. Öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumları sınıf düzeyine göre incelendiğinde bilişsel boyutta, cinsiyete göre incelendiğinde duyuşsal boyutta anlamlı farklılık görülürken, öğrenci tutumlarının akademik ortalamalarıyla ilişkisi incelendiğinde her iki boyutta da (duyuşsal-bilişsel) pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Sonuç olarak; cinsiyet ve sınıf değişkenleri, öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumlarının belirlenmesine etki eden değişkenlerdenken, öğrencilerin akademik ortalamalarının da beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutum ile her iki boyutuyla da ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Bunun yanında, öğrencilerin aile gelir düzeylerinin ise beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumları üzerinde herhangi bir etkiye sahip olduğu görülmemiştir.

The Review Of Secondary School Students' Attitudes Towards The Physical Education and Sports Classes (The Case Of Trabzon Province)

The present study aims to review the secondary school students' attitudes towards the physical education and sports classes, with reference to certain criteria. The study group is composed of a total of 234 students (116 girls and 118 boys), who were enrolled at 5th, 6th, 7th, and 8th grades in Trabzon province during the academic year 2016-2017, and who volunteered to take part in the study. The study employed survey model to get a perspective of the existing state of affairs. The data collection tools employed were the "Personal Information Form" composed of questions on grade, gender, grade point average, and income level of the family, and the "Primary School Physical Education and Sports Classes Attitude Scale" developed by Phillips and Silverman in 2012, and adapted to

Turkish by Kalemoglu Varol, Ünlü, Erbaş, and Sünbül in 2017. The scale focuses on two aspects: “the cognitive attitude” and “the affective attitude”. Skewness and kurtosis tests were applied to establish if the data exhibited a normal distribution or not. ANOVA test was applied to provide a comparison of the attitudes with reference to grade at school, while Tukey Post-Hoc test was applied to identify the groups that presented the actual contrast. Furthermore, T-test was applied to come up with a comparison of the attitudes towards the physical education and sports classes with reference to gender. Finally, correlation testing was performed to compare the attitudes towards the physical education and sports classes, with reference to grade point average and income level. Significance level was set at $\alpha=0.05$. A glance at the students’ attitudes towards the physical education and sports classes, with reference to grade revealed significant differences in the cognitive aspect, while the review from the gender perspective suggested differences in the affective aspect. The attitudes’ relationship with the grade point averages, in turn,

Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutumları İle Yaşam Doyumları Arasındaki İlişki*

¹Murat Atasoy, ²Cengiz Şahin

¹Ahi Evran Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kırşehir

²Ahi Evran Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Kırşehir

Email : murataatasoy40@gmail.com, csahin40@gmail.com

Giriş: Öğretmen adaylarının nitelikli öğretmenler olarak yetiştirilmesinde mesleki bilgileri kadar mesleğe yönelik tutumları ve yaşam doyumlarının da önemli olduğu söylenebilir. Bu nedenle çalışmada beden eğitimi öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları ve yaşam doyumları cinsiyet ve sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
2. Öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları ve yaşam doyumları arasında ilişki var mıdır?
3. Öğretmen adaylarının yaşam doyumları öğretmenlik mesleğine yönelik tutumlarının anlamlı yordayıcısı mıdır?

Yöntem: Araştırmanın Modeli: Bu çalışma tarama modeline dayalı ilişkisel bir yöntemle yürütülmüştür.

Çalışma Gurubu: Araştırma grubu, bir Türk üniversitesinin beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde öğrenim gören 186 öğrenciden oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları: Çalışmada “kişisel bilgi formu”, öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumlarını belirlemek amacıyla Ünlü (2011) tarafından geliştirilen “beden eğitimi öğretmenliği mesleğine yönelik tutum ölçeği” ve Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen, Yetim (1991) tarafından Türkçeye uyarlanan “yaşam doyumu ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin analizinde bağımsız gruplar t testi, Pearson momentler çarpım korelasyon katsayısı (r) ve çoklu doğrusal regresyon analizi yöntemleri kullanılmıştır.

Sonuç: Araştırma sonuçlarına göre öğretmenlik mesleğine ilişkin tutum ile yaşam doyum arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yaşam doyumu öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumu anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Ayrıca öğretmen adaylarının yaşam doyumları ve öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları cinsiyet ve sınıf göre anlamlı şekilde farklılık göstermemektedir.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi ve spor, öğretmen adayı, öğretmenliğe yönelik tutum, yaşam doyumu

Kaynaklar: Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. Journal of Personality Assessment, 49(1), 71-75. Ünlü, H. (2011). Beden eğitimi öğretmenliği mesleğine yönelik tutum ölçeği (BEÖYTÖ) geliştirilmesi. Kuram

ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 1(4), 2005-2020 Yetim, Ü. (1991). Kişisel projelerin organizasyonu ve örüntüsü açısından yaşam doyumu, Yayınlanmamış doktora tezi, Ege Üniversitesi, *Bu çalışma Ahi Evran Üniversitesi BAP Koordinasyon Birimince Desteklenmiştir. Proje Numarası: BES.A4.17.001

The Relationship Between the Physical Education Teacher Candidates' Attitudes Concerning Teaching Profession and Life Satisfaction*

Introduction: It can be said that the attitudes concerning teaching profession and life satisfaction with life are so important as the craft knowledge in training teacher candidates who are qualified. The aim of this study is to examine the relationship between life satisfaction of prospective teachers and their attitudes concerning the teaching profession.

The answers of the belowing questions are searched in line with the general purpose of the study;

- 1.Do teacher candidates' attitudes concerning teaching profession and life satisfaction levels differ as per gender and class level?
- 2.Is there a significant relationship between teacher candidates' attitudes concerning teaching profession and life satisfaction levels?
- 3.Is 'teacher candidates' life satisfaction a meaningful precursor of the attitudes concerning teaching profession?

Method:Research Model: This is a descriptive research in the survey model.

Study Group: The study group consists of 186 students who are studying at the department of physical education and sport of a Turkish university.

Data Collection Tools: As data collection instruments, "The Personel Information Form", "Attitude Scale for the Profession of Physical Education Teaching" and "Life Satisfaction Scale" was used. In order to get answers of the questions mentioned in the study aims section, arithmetic mean, standard deviation, independent sampling t test, pearson product-moment correlation (r) analysis and multilinear regression analysis were performed. For significant test, level of $p < .05$ is accepted.

Result: According to researc results; a significant and positive relationship was found between prospective teachers' life satisfaction and attitudes towards the profession of teaching at a moderate level. The life satisfaction predicts the attitude for teaching profession in a meaningful way. Besides, the teacher candidates' life satisfaction and their attitude for the teaching profession do not show a meaningful diffrence considering the gender and grade level.

Keywords: Physical education and sport, teacher candidate, attitudes concerning teaching profession, life satisfaction

The role of physical education and sport in reducing school violence

¹Kouache Mounira

¹Bouira University Human And Social Science Faculty. Algeria

Email : kouache.mouni@yahoo.fr

Introduction: Childs and teenagers in their life time need excitement, adventure, belonging and space to vent their energy, and this can be achieved only through a sports activity purpose which is provided by the share of physical education and sports. But unfortunately with the spread of foreign TV channels and violence on screens, adolescents have the desire to imitate the violence that has affected many families as a result of the follow-up of these films, leaving great psychological diseases, including revenge and the use of violence to alleviate this desire as well as the psychological pressure. Because of all these reasons phenomenon of school violence is growing, this is why I choose this subject to try to understand reason of school violence and try to suggest some solutions related with sport and physical education.

Aim: our research aims To identify the role of physical education and sports in reducing the phenomenon of violence in school Method: In this study, we used the descriptive approach through which we want to study the role of physical education and sports in reducing the phenomenon of violence among school. The questionnaire was distributed to students and teachers .

Results: the results obtained by presenting and discussing the research results of the questionnaire submitted to both the student and professors, the researcher reached the following conclusions: The treatment of pupils results of the sample was markedly different in percentages that went out immediately after the quota and the sample passed by a number of days of exercise physical education and sports and noted that there is a complete calm for the first sample, unlike the second sample. - The behavior of both samples either after the session or after a number of days of practice showed that their relationship during the session was calm. - The appearance of violent reactions

KSB15

Cinsiyetler Açısından Karate ve Taekwondo Sporcularında El Tercihi Ve Başarı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Yunus Emre Çingöz, ²Yunus Emre Çingöz, ²Recep Gürsoy, ³Murat Ozan

¹Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

²Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla

³Atatürk Üniversitesi, Erzurum

Email : yunuscingoz25@gmail.com, yunuscingoz25@gmail.com, recepgursoy@mu.edu.tr, murat.ozan@atauni.edu.tr

Cinsiyetler Açısından Karate Ve Taekwondo Sporcularında El Tercihi Ve Başarı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Amaç: Bu çalışma yetişkin Karate ve Taekwondo sporcularında el tercihi ve başarı arasında cinsiyetler açısından bir farklılık olup olmadığının belirlenmesi amacı ile yapılmıştır. Materyal Ve Metot: Çalışmaya, Türkiye üniversitelerarası karate ve taekwondo şampiyonlarına katılan 144 erkek 111 bayan olmak üzere toplam 255 sporcu katılmıştır. Sporcuların el tercihlerini ve bazı bio-motor özelliklerini belirlemek için geliştirilen "Oldfield Anketi (1971)" uygulanmıştır. Başarı durumlarını değerlendirmek için ise, müsabaka değerlendirme sonuçları takip edilerek elde edilen verilerle, el tercihi ve başarı arasındaki korelasyon farkı SPSS programında değerlendirilmiştir.

Bulgular: Her iki branşta yer alan sporcuların cinsiyetler açısından dominant el tercihi, sportif başarı ve madalya kazanma durumları karşılaştırılmıştır. Elde edilen bulgulara göre kadın karate ve taekwondo sporcularının dominant el tercihi ile madalya kazanma arasında negatif yönde zayıf bir ilişki görülmüştür ($p < 0,05$). Dominant el tercihi ile branşlar arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($p > 0,05$). Erkek karate ve taekwondo sporcularının dominant el tercihi, madalya kazanma durumları ve branşlar arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir ($p > 0,05$).

Sonuç: Sol elini kullanan kadın karate ve taekwondo sporcularının dominant el tercihleri ile madalya kazanma durumları arasında dominant solak sporcular lehine zayıf bir ilişki bulunmuştur. Ancak erkek sporcularda herhangi bir ilişkiye rastlanmamıştır. Anahtar Kelimeler: El Tercihi, Karate, Taekwondo, Spor

Examination Of Relationship Between Hand Preference And Success in Karate and Taekwondo Athletes With Regard To Gender Abstract

Aim: The relation between hand preference of adult Karate and Taekwondo athletes (male and female) and their success in this study. Material and Method: First of all, questionnaire of Oldfield (1971) had been applied in order to determine hand preference of athletes who participated in the study. Then, in order to evaluate condition of athletes' success, correlation between hand preference of 144 male, 111 female and their success was analyzed through SPSS with data which was obtained from championship of inter university Karate and Taekwondo.

Findings: And according to findings; There is a negative and weak relation between dominant hand of female Karate and Taekwondo athletes ($p < 0,05$). there is not a significant relation between their dominant hand and their branch ($p > 0,05$). There is not a significant relation among dominant hand of male athletes and their medallion success and their branch ($p > 0,05$). Result: In conclusion, there is a weak relation between dominant hand of female Karate and taekwondo and their medallion success in favor of left handed athletes. But there is not a significant relation when it comes to men.

Keywords: Hand Preference, Karate, Taekwondo, Sport

SOA20

The Contribution Percentage of The Communication Skills of The Sports Instructor In Achieving Self Confidence In The Volleyball Cubs

¹Khaled Baouche, ¹Amine Saidi, ¹Abdelkader Baizide

¹Institute Of Science And Techniques Of Physical Activities And Sports Bouira, Algeria

Email : Khaled.baouchestaps@yahoo.com, ,

Aim: The study aimed to identify the percentage of the contribution of communication skills to the sports instructor in achieving self confidence in the volleyball cubs.

Methods: The researchers used the descriptive method with its associative and analytical methods. The sample included 24 players from the second national department, (120) players by 20%. The researchers used the communication skills scale for the sports instructor and the self-confidence scale. The SPSS 23 program was also used to analyze the results of the study.

Findings: A positive correlation between the communication skills of the athlete's coach and the self-confidence of the volleyball players was founded. In addition, a predictive equation was found showing the contribution of communication skills to the athlete in achieving self confidence in the volleyball cubs. Result: The need to pay more attention to the psychological and social aspects of the players, especially the skills of communication and self-confidence during the training programs, and studies on the proportion of the contribution of communication skills to the sports coach in achieving self-confidence in other groups.

Keywords: Communication Skills Of The Sports Coach, Self-Confidence, Volleyball

Bireysel ve Takım Sporcuların Karar Verme Stilleri ve Mental İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi

¹Gönül Tekkursun Demir, ²Sevinç Namlı, ³Zekihan Hazar, ¹Anıl Türkeli, ¹Halil İbrahim Cicioğlu

¹Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

²Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

³Ömer Halisdemir Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, Niğde

Email : gonultekkursun@hotmail.com, sevincyilmaz@hotmail.com, zekihanhazar84@gmail.com, anilturkeli@hotmail.com, cicioglu@gazi.edu.tr

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı, aktif spor yapan, bireysel ve takım branşlardaki sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stilleri arasındaki ilişkiyi ortaya koyarak, mental iyi oluş ve karar verme stillerini farklı değişkenler açısından incelemektir. Yöntem: Araştırmada nicel araştırma modellerinden ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada veri toplamak için, Kişisel Bilgi Formu, Taşdelen (2012)'in uyarladığı "Karar Verme Stilleri Ölçeği (KVSÖ)" ve Keldal (2015)'in uyarladığı "Warwick Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği'nin Türkçe Formu" kullanılmıştır. Verilerin analizinde uygulanacak istatistiksel yöntemlere karar vermeden önce Çarpıklık ve Basıklık ve Levene testleri yapılmıştır. Araştırmada her bağımsız değişkenin Skewness ve Kurtosis değerlerinin + -1 arasında dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Buna göre verilerin analizinde frekans, aritmetik ortalama, standart sapma, t-testi, Pearson Correlation testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), Post-Hoc test istatistikleri (Tukey HSD) testlerinden yararlanılmıştır.

Bulgular: Karar verme stilleri alt boyutlarından "kaçıngan karar verme" ve "kendiliğinden-anlık karar verme stil" alt boyutları dışındaki diğer alt boyutlarla mental iyi oluş düzeyleri istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların karar verme stilleri ve mental iyi oluşları yaş değişkeni, spor yaşı ve sporcuların yapmış oldukları spor branşlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmazken, eğitim düzeyine göre karar verme stilleri sadece "rasyonel karar verme", "bağımlı karar verme" ve "kaçıngan karar verme" alt boyutlarında anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Cinsiyet değişkenine göre karar verme stilleri anlamlı bir şekilde farklılaşmazken, mental iyi oluşları erkekler lehine anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

Sonuç: Katılımcıların karar verme stilleri ile mental iyi oluşları arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Araştırma sonucunda cinsiyete göre mental iyi oluş erkekler lehine yüksekken, karar verme stilleri açısından anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Anahtar Kelimeler: mental iyi oluş, karar verme stilleri, sporcu, spor

Investigation Of Individual And Team Athletes' Decision Making Styles And The Level Of Mental Well-Being

Introduction and Aim: The aim of the research is to examine the mental well-being and decision making styles of the individual and team athletes who are in the active sports in terms of different variables, revealing the relationship between their mental well-being and decision making styles.

Method: Relational screening method was used in the research. In order to collect data, Personal Information Form, "Decision Making Style Scale (KVSÖ)" adopted by Taşdelen (2012), and "Warwick Edinburgh Mental Well-being Scale" adapted by Keldal (2015) were used.

Skewness and Kurtosis, and Levene tests were performed before deciding on the statistical methods to be applied in the analysis of the data. It was determined that each independent variable has a distribution of Skewness and Kurtosis values between +1 and -1. Accordingly, frequencies, arithmetic mean, standard deviation, t-test, Pearson Correlation test, one-way variance analysis (ANOVA) and Post-Hoc test statistics (Tukey HSD) tests were applied to analyze the data.

Findings: A statistically significant relationship has been found between mental well-being levels and sub-dimensions of decision making styles except "avoidant decision making" and "spontaneous-instant decision making" sub-dimensions. While decision making styles and mental well-being of participants are not significantly differentiated according to variables such as age, sports age, and sports branches, it differentiates in terms of "rational decision making", "dependent decision making" and "avoidant decision-making" sub-dimensions according to their level of education. Whereas decision making styles do not differ significantly by gender variable, mental well-being differs significantly in favor of men.

Conclusion: It was concluded that there was a meaningful relationship between participants' decision making styles and mental well-being. As a result of the research, although mental well-being was higher in favor of men considering sex, no significant difference was found in terms of decision making styles.

Keywords: Mental Well-Being, Decision Making Styles, Athletes, Sports

Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Gerçeklik Şoku Beklenti Düzeyleri: Mesleğe Atılmaya Hazır Mıyız?

¹Gönül Tekkursun Demir, ¹Gönül Tekkursun Demir, ¹Ekrem Levent İlhan, ¹Halil İbrahim Cicioğlu

¹Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : gonultekkursun@hotmail.com, gonultekkursun@hotmail.com, levent-besyo@hotmail.com, cicioglu@gazi.edu.tr

Giriş ve Amaç: Bu çalışmada, beden eğitimi öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik gerçeklik şoku beklenti düzeylerini ortaya koymak ve bu düzeyleri değişkenler açısından incelemek amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmada nicel araştırma modellerinden, tarama deseni kullanılmıştır. Araştırmaya Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünde öğrenim gören toplam 185 öğrenci katılmıştır. Araştırmada veri toplamak için 2016 yılında Özdemir ve Büyükgöze'nin uyarlamış olduğu "Gerçeklik Şoku Beklentisi Ölçeği (GŞBÖ)" kullanılmıştır. Normal dağılım gösteren değişkenlerin varyanslarının homojenliği test edildikten sonra, bu değişkenler, parametrik test yöntemleri ile analiz edilmiştir. Verilerin analizinde frekans, aritmetik ortalama, standart sapma; bağımsız örneklem için t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), Post- Hoc test istatistikleri (Tukey HSD), Pearson Moment Korelasyon testlerinden yararlanılmıştır.

Bulgular: Beden eğitimi ve spor öğretmenliği adaylarının GŞBÖ'den aldıkları toplam puan ile yaş değişkeni arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Adayların gerçeklik şoku beklenti düzeyleri, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farka sahip olmadığı görülmüştür. Sınıf seviyelerinde GŞBÖ' den alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği 1.sınıfın gerçeklik şoku beklentileri puan ortalamasının 2.,3.ve 4.sınıfa göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Branş, spor yaşı, akademik not ortalamasına göre GŞBÖ' den alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

Sonuç: Yapılan analizler sonucunda, öğretmen adayların gerçeklik şoku beklenti düzeylerinin orta seviyede olduğu görülmüştür. Sınıf kademesine göre gerçeklik şoku beklenti düzeyinin anlamlı bir şekilde farklılaştığı, yaş, cinsiyet, branş, spor yaşı ve akademik not ortalamasına göre ise anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği, Öğrenci, Öğretmen Adayları, Gerçeklik Şoku Beklentisi

Physical Education Student Teachers' Reality Shock Expectancy Level: Are We Ready To Get The Job?

Introduction and Aim: In this study, it was aimed to reveal the reality shock expectancy levels of the physical education student teachers towards teaching profession and to investigate those levels in terms of variables.

Method: In the current study, screening design, one of the quantitative research models, was used. In order to collect the data, the "Reality Shock Expectancy Scale (GŞBÖ)" adopted by Özdemir and Büyükgöze (2016) was applied. After testing the homogeneity of the variances of the variables with normal distribution, these variables were analyzed by parametric test methods.

Accordingly, frequencies, arithmetic mean, standard deviation, t-test, Pearson Correlation test, one-way variance analysis (ANOVA) and Post-Hoc test statistics (Tukey HSD) tests were applied to analyze the data.

Findings: No statistically significant difference was found to be between the total scores that physical education and sports teaching student teachers taking from GŞBÖ and the age variable. The participants were observed not to have a significant difference in reality shock expectancy levels when compared to gender. It was determined that there was a statistically significant difference between the scores of the GŞBÖ at class levels, and that the first grade's score average of the reality shock expectancy was higher than those of the second, third and fourth grades. It was determined that the scores obtained from the GŞBÖ were not statistically significant in terms of branch, sports age, academic grade average.

Conclusion: As a result of the analyzes, the student teachers' reality shock expectancy levels were seen to be in the middle level. It was concluded that the reality shock expectancy levels were significantly differentiated considering the grade level, but there was no significant difference in terms of age, gender, branch, sports age and academic grade average.

Keywords: Physical Education And Sports Teaching, Students, Student Teachers, Reality Shock Expectancy

Medya ve Televizyon Okuryazarlığı: Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Lisansüstü Programlara Başvuran Bireyler Üzerine Bir Çalışma

¹Çağdaş Caz, ¹Osman Tolga Togo

¹Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : cagdas.caz@gmail.com, tolgatogo@gmail.com

Giriş ve Amaç; Bir toplumun gelişim düzeyi, insanların okur yazar olması ile doğrudan ilişkilidir. Okur yazarlık arttıkça, eğitim seviyesi artacak ve toplumlar gelişimini sürdürmeye devam edecektir. Bu düşünceden hareketle araştırmanın amacı, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı lisansüstü programlarına başvuran bireylerin medya ve televizyon okuryazarlık düzeylerini incelemektir.

Yöntem; 2016-2017 Eğitim-Öğretim yılı bahar yarıyılında, Marmara Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı lisansüstü programına başvuran toplam 121 birey (38 kadın, 83 erkek), araştırmanın çalışma grubunu oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak; Korkmaz ve Yeşil (2011) tarafından geliştirilen 'Medya ve Televizyon Okuryazarlık Düzeyleri Ölçeği' kullanılmıştır. Veriler; betimsel istatistiki yöntemler, bağımsız gruplar için t-testi, tek yönlü varyans analizi (Anova) ve Tukey testi kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular ve Sonuç; kadın ve erkek bireyler arasında medya ve televizyon okuryazarlığı açısından manidar bir farklılık tespit edilememiştir. Diğer taraftan dergi, gazete gibi süreli yayınları takip edenler ile etmeyen bireyler arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Ayrıca, lisans mezuniyeti sonrası ailesinden maddi ve manevi destek alanların ortalama puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Anahtar kelimeler: Beden Eğitimi ve Spor, Lisansüstü program, Medya ve Televizyon Okuryazarlığı

Kaynaklar Korkmaz, Ö. ve Yeşil, R. (2011). Medya ve televizyon okuryazarlık düzeyleri ölçeği geçerlilik ve güvenirlik çalışması. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi. 8(2): 110-126.

Media And Television Literacy: A Study On Applicants To Graduate Programs in Physical Education And Sports Department

Introduction and Purpose; The level of development of a society is directly related to the fact that people are literate. As literacy increases, the level of education will increase and societies will continue to develop. The purpose of researching this thought is to examine the media and television literacy levels of the individuals applying for the post-graduate programs in Physical Education and Sports Department.

Method; In the spring semester of 2016- 2017 academic year, a total of 121 individuals (38 women, 83 men) applying to the post-graduate program in Marmara University Physical Education and Sports Department have formed the study group. As a data collection tool in the study; "Media and Television Literacy Levels Scale" developed by Korkmaz ve Yeşil (2011) was used. The data has been analysed through descriptive statistics, t-test for independent groups, one-way analysis of variance (Anova) and Tukey test.

Findings and Conclusion; No significant difference has been ascertained between women and men in terms of media and television literacy. On the other hand, some significant differences have been identified between the individuals who followed the periodicals such as magazines and newspapers, and those who did not. Furthermore to this, it has shown that the average grades of the students who have gotten financial and sentimental support from their families following their post- graduate were higher.

Key Words: Physical Education and Sport, Post-graduate program, Media and Television Literacy

Resources Korkmaz, Ö. ve Yeşil, R. (2011). Study of validity and reliability scale of media and television literacy levels. International Journal of Human Sciences. 8(2): 110-126.

Farklı İllerdeki Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine Karşı Tutumlarının Ölçülmesi

¹Ömer Sivrikaya, ²Muharrem Kılçık

¹Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce.

²Osman Kuyumcu İmam Hatip Lisesi, Düzce.

Email : omersivrikaya@duzce.edu.tr, manyaslihoca44@hotmail.com

Giriş ve Amaç; Bu araştırmanın amacı; farklı illerdeki ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine karşı tutumlarının ölçülmesidir. **YÖNTEM;** Araştırmanın örneklem gurubunu Düzce, Sakarya ve Zonguldak illerindeki 5, 6, 7 ve 8. sınıfta öğrenim gören 139'u bayan 169'u erkek olmak üzere toplam 308 gönüllü öğrenci oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak anket kullanılmıştır. Anketin birinci bölümünde bilgi formuna, ikinci bölümünde ise Demirhan ve Altay (2001)'in revize ettiği, beden eğitimi ve spor tutum ölçeğine (BESTÖ) yer verilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde SPSS (20) istatistik programı kullanılmış ve bu verilerin anlamlılık düzeyi ($p < 0.05$) alınmıştır. Verilerin analizinde cinsiyetler ile beden eğitimi dersine ilişkin tutumlarının karşılaştırılmasında bağımsız gruplarda t-testi; yaşanan yer, sınıf, yaş, gibi değişkenlere göre beden eğitimi dersine ilişkin tutumlarının karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi ile farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için ise Scheffe testi uygulanmıştır ($P < 0.05$).

Bulgular ve Sonuç; Ortaokul öğrencilerinin yaşadıkları şehir değişkeni göz önüne alınarak tutumları karşılaştırılmış, Düzce ilinde öğrenim gören öğrencilerin Sakarya ilinde öğrenim gören öğrencilere göre beden eğitimi dersine karşı tutumları daha yüksek çıkmıştır. Öğrencilerin Beden eğitimi dersine karşı tutumları, yaş dağılımlarına, cinsiyetlerine ve okuduğu sınıfa bağlı olarak istatistiksel olarak anlamlı bir sonuç bulunamamıştır. **KAYNAKLAR;** Akandere, M., Özyalvaç N. T., ve Duman, S. (2010). Akpınar, M. (2006). Butcher AC.(1983).Çetin, M. (2007).Doğan, N. (2011). Haladyna, T.&Thomas, G. (1979). Koca, C. ve Aşçı, F. H. (2004). Siedentop, D.ve D.Tannehill. Tavlş, S. (2012). Wersch AV, Trew K, Turner I. (1992) .Yağcı, İ. (2012). Yıldırım, A. (2006).

Evaluate of Attitudes of Secondary School Students in Different Provinces to the Physical Education Lesson

The purpose of this research is to evaluate the attitudes of the secondary school students towards the physical education lesson. The sampling group of the research consists of 5, 6, 7 and 8. classstudents, from cities of Düzce, Sakarya and Zonguldak, including 139 female, 169 male and total 308 volunteer students. Survey is used as a tool of data collecting. The first part of the survey includes the data form, the second part includes the physical education and sport attitude scale (BESTÖ) which revised by Demirhan and Altay (2001). SPSS (20) Statistic Program is used to evaluate the data and the significance level ($p < 0.05$) of these data is taken. In the analyses of the data, t-test is applied to independent groups to contrast the attitudes of sexuality and physical education lesson; one-way analyses of variance is applied according to variables such as the place he/she lives, class, age and Scheffe test is applied to designate from which group the difference is arised. When we consider the variable of the living place of the secondary school students, we identified that the attitudes of those students living in Düzce is higher than the students living in Sakarya. The attitudes of the students towards Physical Education Lesson is not statistically increase according to age distribution, gender and the class they educate in.

KSB199

Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Sportmenlik Davranışları ile Şiddete Bakış Açılarının İncelenmesi

²Burcu Güvendi, ¹Hamdi Özdemir, ²Evre Ebru Altıncı, ²Ayşe Türksöy

¹Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul

²İstanbul Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : burcuguvendi@gmail.com, ozdemirhmd@gmail.com, evrenkaraman@hotmail.com , ayseturksöy@hotmail.com

Amaç: Bu çalışmanın amacı ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersi sportmenlik davranışları ile şiddete yönelik bakış açılarının bazı bağımsız değişkenlere göre incelenmesi ve aralarındaki ilişkinin tespit edilmesidir. Yöntem: Araştırmanın evrenini İstanbul İli Avrupa Yakası Ortaokul öğrencileri oluştururken örneklemini ise bu okullarda okuyan $X_{\text{yaş}}=12,18\pm1,06$ olan, 108 kız ve 101 erkek olmak üzere toplamda 209 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmada veri toplama aracı olarak; Koç (2013) tarafından geliştirilen "Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Ölçeği" ve Çetin (2011) tarafından geliştirilen "Şiddete Yönelik Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde; betimleyici istatistikler, t testi, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi, Tek Faktörlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

Bulgular: Ölçeklerin ortalama puanlarına bakıldığında, ortaokul öğrencilerinin sportmenlik düzeylerinin yüksek olduğu şiddete yönelik davranışlara katılmamakla ilgili kararsızlık yaşadıkları görülmüştür. Korelasyon analizi sonucunda sportmenlik ölçeği alt boyutu olan uygunsuz davranışlardan kaçınma ile şiddete yönelik tutum ölçeği arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Cinsiyete göre, sportmenlik toplam puanında ve sportmenlik alt boyutları olan uygun davranışlar sergileme ve uygunsuz davranışlardan kaçınma boyutlarında anlamlı farklılık belirlenmiştir ($p<0.05$). Spor yapma durumuna göre, sportmenlik ölçeği alt boyutu olan uygunsuz davranışlardan kaçınma boyutunda anlamlı farklılık görülmüştür ($p<0.05$). Spor yaptıkları kategoriye göre bakıldığında, sportmenlik toplam puanında ve sportmenlik alt boyutu olan uygunsuz davranışlardan kaçınma boyutunda anlamlı farklılık belirlenmiştir ($p<0.05$). Sakatlık geçirme durumlarına göre bakıldığında ise sportmenlik toplam puanında ve uygun davranışları sergileme alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$).

Sonuç: Öğrencilik döneminde resmi kurallar çerçevesinde yarışma ortamı yaşamamış olan öğrencilerin spor yapan öğrencilere göre beden eğitimi dersinde yaşanabilecek olumsuz durumlardan kaçındığı görülürken okul takımında spor yapan öğrencilerin kulüp sporcularına göre sportif erdem ve sportmenlik ile ilgili daha iyi yetiştirildiği ifade edilebilir. Eğitim ortamlarında, öğrencilerin sportmenlik anlayışlarının ve ahlaki değerlerinin geliştirilmesi adına çalışmaların yapılması ayrıca öğrencilerin okul takımlarına yönlendirilmesi adına teşvik edilmesi öğrencilerin sportmenlik davranışlarının artmasını sağlarken şiddetin azaltılmasına yardımcı olabileceği düşünülmektedir. Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi, Şiddet, Sportmenlik

Examination of Physical Education Sportsmanship Behaviors and Violence Perspectives of Secondary School Students

Purpose: The aim of this study is to examine the sportsmanship behaviors of secondary school students in physical education courses and their violence perspectives based on independent variables and to determine the relationship between them.

Method: Population of the study consisted of students of Secondary School Students in European Side of İstanbul Province, and the sample group consisted of a total of 209 students in these schools, being 108 female and 101 male, aged $12,18 \pm 1,06$. As a data collection tool, "Physical Education Classroom Sportsmanship Scale" and "Attitudes Toward Violence Scale" were used.

Findings: That sportsmanship levels of secondary school students are high and they are undecided about being engaged in violent behaviors. It was determined that there is a low level of significant negative correlation between avoidance from inappropriate behaviors and attitude towards violence scale. Significant difference was found in the total sportsmanship score and sub-dimensions of sportsmanship, namely exhibiting appropriate behaviors and avoidance from inappropriate behaviors by gender of participants ($p < 0.05$). Based on the status of students in doing sports, a significant difference was found in the dimension of avoidance from inappropriate behaviors ($p < 0.05$). When we look at the category of sports that the students do, a significant difference was found in the total score of sportsmanship and the dimension of avoidance from inappropriate behaviors ($p < 0.05$).

Conclusion: It has been observed that the students who have not lived in an official competition environment avoided negative situations in the physical education lesson than the sportsmen; the students who play sports on the school team are raised in sportsmanship according to club athletes. In educational environment, encouraging students to work on behalf of the development of sportsmanship and moral values, and encouraging students to be directed to school teams is thought to help students reduce violence while increasing sporting behaviors.

Keywords: Physical Education, Violence, Sportsmanship

KSB527

Üniversite Öğrencilerinin Spor ve Fiziksel Aktiviteye Katılım Durumları İle Merak ve Keşfetme Özelliklerinin İncelenmesi

¹ **PB569**, ¹*İdris Yılmaz*, ²*Fatih Koca*

¹*Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Trabzon*

²*Karadeniz Teknik Üniversitesi Fatih Eğitim Fakültesi PDR Bölümü Trabzon*

Email : *akincelikktu@gmail.com, akincelikktu@gmail.com, idrisyilmaz10@gmail.com, fkoca@ktu.edu.tr*

Bu araştırmanın amacı üniversite eğitimi alan son sınıf lisans öğrencilerinin spor ve fiziksel aktiviteye katılım durumları ile merak ve keşfetme özelliklerinin cinsiyet ve lisanslı spora katılım değişkenlerine göre incelenmesidir. Araştırma grubu Trabzon ilinde Karadeniz Teknik Üniversitesinde farklı bölümlerde öğrenim gören 131'i kadın 162 si erkek olmak üzere toplam 293 kişiden oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak katılımcılara cinsiyet ve lisanslı olarak spor yapma bilgilerinin bulunduğu kişisel bilgi formu ile birlikte Kashdan ve arkadaşları (2009) tarafından geliştirilen, Acun, Kapıkıran ve Kabasakal (2013) tarafından Türkçeye uyarlanan Merak ve Keşfetme Ölçeği (MKÖ)-II ve Massiise (2002) tarafından geliştirilen, Ayhan ve Saygın (2014) tarafından Türkçeye uyarlanan Çocukluk ve Ergenlik Fiziksel Aktivite Düzeyleri ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 20 istatistik paket programı ile analiz edilmiş ve Kolmogorov-Smirnov normallik testi, Mann-Whitney U testi ve Spearman Korelasyon analizleri kullanılmıştır. Analiz sonuçları cinsiyet ve lisanslı olarak spor yapma değişkenleri açısından merak ve keşfetme ölçeğinden alınan puanların anlamlı bir farklılık oluşturmadığını ancak erkek öğrencilerin kadınlara göre fiziksel aktiviteye katılımların anlamlı olarak daha yüksek olduğunu göstermiştir ($p<0,05$). Benzer şekilde öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım puanları ile merak ve keşfetme ölçeğinden almış oldukları puanlar arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir ($r= .37$; $p<0.01$). Bu açıdan bakıldığında fiziksel aktiviteye katılımın, gençlerin merak ve keşfetme duyguları açısından olumlu katkıları olabileceği söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Üniversite öğrencileri, Fiziksel aktivite, Merak ve keşfetme

Investigation of University Students' Curiosity and Exploration Characteristics with Participation in Sports and Physical Activity

The purpose of this study is to examine curiosity and exploration characteristics with participation in Sports and physical activity of last grade university students. The research group is consisted of 293 students (131 women, 162 men) in different departments of Karadeniz Technical University. The curiosity and Exploration scale, which was developed by Kashdan et al. (2009) and adapted to Turkish by Acun, Kapıkıran and Kabasakal (2013), The Childhood and Adolescent Physical Activity Level scale, developed by Massiise (2002) and adapted to Turkish by Ayhan and Saygın (2014) and personal information form applied as a data collection tool. The obtained data were analyzed with SPSS 20 statistical package program and Kolmogorov-Smirnov normality test, Mann-Whitney U test and Spearman correlation analysis were used. The results of the analysis showed that scores on the curiosity and exploration scale did not make a significant relationship in terms of gender and licensed sporting variables but male students had significantly higher participation in physical activity than women ($p<0,05$). Similarly, there was positive (moderate level) and significant relationship between students' scores on participation in physical activity and scores on a curiosity and exploration scale ($r= .37$; $p<0.01$). From this point of view, it can be said that participation in physical activity may be positively contributing to the curiosity and exploration of young people. Keywords: University students, Physical activity, Curiosity and exploration

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Spor Etkinliği İçerisindeki Zihinsel Engelli Çocuklara Yönelik Tutumları (Anadolu Üniversitesi Örneği)

1Mehmet Ali Çeliksoy

1Anadolu Üniversitesi, Eskişehir

Kurumlarda zihinsel engelli bireylere yönelik tutumlar olumsuz olduğunda, onlara yönelik yardım çabaları yetersiz kalabilmektedir. Aynı zamanda engelli bireye yönelik olumsuz tutumlar, bireyin engeli ile başa çıkmasını zorlaştırabilmektedir. Amaç Bu araştırmanın amacı, Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi (SBF) öğrencilerinin, sportif aktivite esnasında zihinsel engelli çocuklara yönelik tutumlarını belirlemektir. Yöntem Araştırmada “Betimsel Yöntem” kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini Eskişehir Anadolu Üniversitesi (SBF) eğitim gören öğrenciler oluştururken, örneklemini, 2014-2015 öğretim yılında, Beden Eğitimi Öğretmenliği, Antrenörlük, Rekreasyon ve Spor Yöneticiliği bölümlerinde tüm sınıflarda öğrenim gören 66 kadın, 94 erkek olmak üzere toplam 160 öğrenci oluşturmaktadır. Tutumlarının değerlendirilmesi amacıyla Sungü (2012) tarafından geliştirilen “Zihinsel Engelli Çocuklara Yönelik Tutum Ölçeği” (ZEÇTÖ) kullanılmıştır. Bu ölçeğin alt faktörleri Yarar, Duygu, Destek, Kabul ve Korku’dan oluşmaktadır. Verilerin çözümünde, alt faktörlerle katılımcıların özellikleri arasında ilişkiye bakmak için Pearson Korelasyonu ve cinsiyet ile ölçeğin alt faktörleri arasındaki farklılığı ortaya koymak için de t testi uygulanmıştır. Bulgular Araştırmada SBF öğrencilerinin Yararlar ve Duygular boyutunda olumlu tutuma sahip, Destekler ve Kabul boyutunda kararsız, Korku boyutunda ise, cinsiyet arasında farka ve olumsuz tutuma sahip oldukları görülmüştür. Beden eğitimi öğrencileri zihinsel engelli çocuklara karşı kararsız bir tutum sergiledikleri söylenebilir. Bu araştırma bulguları, Özer ve ark. (2006); Scruggs ve Mastropieri (1996) tarafından yapılan çalışmalarda ortaya konan sonuçlar ile tutarlılık göstermektedir. Sonuç ve öneriler SBF öğrencilerine zihinsel engelli çocuklara yönelik tutumlarını geliştirme yönünde öğretim programlarında engelli ve eğitimi içerikli daha fazla derse yer verilmeli, müdahale programları hazırlanmalı, okul içi ve dışı gönüllü aktivitelere yönlendirilmeli, olumlu tutum gelişimi desteklenmelidir. Anahtar Kelimeler: Tutum, Zihinsel Engel, Zihinsel Engelli Çocuklar, Spor Etkinlikleri, Gönüllü Aktivite Kaynakça Özer, D. ve ark (2006). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Zihinsel Engelli Çocuklara Yönelik Tutumlarının İncelenmesine Yönelik Bir Ön Çalışma, Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Cilt: XI, Sayı: 1, 4-8. Sungü B. (2013). Beden Eğitimi ve Spor Öğretmen Adaylarının Zihinsel Engelli Çocuklara Yönelik Tutumlarıyla İlgili Bir Ölçek Geliştirme Çalışması, 19. Uluslararası Engelliler için Fiziksel Aktivite Sempozyumu İstanbul.

Attitudes Of Faculty Of Sport Sciences Students Towards Children With Mental Disabilities in Sports Activities (Sample Of Anadolu University)

Attitudes towards people with mental disabilities in institutions are so important. Negative attitudes make it difficult for them to overcome their disabilities in their lives. Aim The aim of the study is to identify attitudes of students towards children with mental disabilities during sports activities. Method ‘Descriptive methods’ have been used in this study. Target population of the study is made up of the students, but sample group consists of 160 students in all grades chosen randomly from Departments of Physical Teacher Training, Coaching, Recreation and Sports Management in 2014-2015 teaching year. ‘Attitude Scale for Children with Mental Disabilities’ developed by Sungü (2012) has been used. Sub-factors of this scale are Benefits, Emotion, Support, Acceptance and Fear. Pearson correlation has been used to find out the relation between the sub-factors and the participants and t-test has been used to reveal the difference between genders and sub-factors of the scale in the evaluation process.

Findings: The result of the study is as follows; Students have positive attitudes in the sub-factor of Benefits and Emotion, they are hesitant in the sub- factor of Support and Acceptance but they have negative attitudes in the sub-factor of Fear and there is a difference between genders. The findings of this study show similarity with the studies of Özer (2006); Scruggs and Mastropieri (1996). Result As a result, there should be more lessons on disabled people and their education in order to develop students' attitudes in the curriculum; intervention programs should be prepared; students should be guided to volunteer activities in or out of school and positive attitude development should be supported.

Keywords: Attitude, Mental Disability, Children with mental disabilities, Sport Activities, Volunteer Activity

References: Özer, D. ark (2006). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Zihinsel Engelli Çocuklara Yönelik Tutumlarının İncelenmesine Yönelik Ön Çalışma, Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Cilt: XI, sayı:1

Okul Öncesi Eğitimde Oyunun Öğretmen Görüşlerine Göre Değerlendirilmesi

¹Volkan Bozlar, ¹Sinan Ayan

¹Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kırıkkale

Email : volkanbozlar@hotmail.com, sayan@kku.edu.tr

Bu araştırmanın amacı, okul öncesi eğitimde önemli bir yeri olan oyunun; öğretmen görüşlerine göre incelenmesidir. Betimsel araştırma modelindeki araştırmanın çalışma grubunu, 2016-2017 Eğitim-Öğretim Yılında Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı Trabzon ilinde resmi ve özel okullarda görev yapan okul öncesi öğretmenleri oluşturmuştur.

Araştırmada veri toplama aracı olarak, 'Kişisel Bilgi Formu' ve 'Okul Öncesi Eğitimde Oyunun Öğretmen Görüşlerine Göre Değerlendirilmesi Ölçeği' kullanılmıştır. Verilerin analizinde istatistiki yöntem olarak; betimsel istatistikler (frekans, aritmetik ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerler) ve t-testi kullanılmıştır.

Araştırmadan elde edilen bulgulara bakıldığında, resmi okullarda görev yapan öğretmenlerin, 'Oyunun Gelişime olan Etkisi'ni özel okullarda görev yapanlara göre daha pozitif değerlendirdikleri tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcı öğretmenler, oyunun en büyük etkisinin Gelişim üzerinde, en az etkisinin ise Uygulama üzerinde olduğu yönünde görüş belirtmişlerdir.

Anahtar Kelimeler: Okul öncesi, Çocuk, Oyun

Assessment Of Games According To Teachers'opinion in Pre-School Education

The aim of this research, the game has an important place in pre-school education; to be examined according to teacher opinions. The study group of the research in the descriptive research model is composed of pre-school teachers who work in public and private schools in the city of Trabzon affiliated to the Ministry of National Education in the 2016-2017 Education-Academic Year.

As a data collection tool, a 'Personal Information Form' and an 'Assessment Scale According to Teachers' Views of Play in Preschool Education' were used. In statistical analysis of the data; descriptive statistics (frequency, arithmetic mean, standard deviation, minimum and maximum values) and t-test were used.

When the findings obtained from the research were examined, it was determined that the teachers who worked in public schools evaluated positively in the 'Developing Effect of the Game' field, in comparison to those who worked in private schools. The participating teachers also stated that the greatest effect of games was on Development, and the least effect was on Application.

Keywords: Preschool, Child, Play

KSB279

Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Öğretim Yeterlikleri İle Görev Merkezli Kaygıları Arasındaki İlişki

1Mustafa Kayihan Erbaş, 1Hüseyin Ünlü

1Aksaray Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Aksaray

Email : kayihan.besyo@gmail.com, unlu68@gmail.com

Giriş ve Amaç Beden eğitimi öğretmen adaylarının öğretim için sahip oldukları yeterlik düzeylerinin, göreve başladıktan sonra taşıyacakları kaygı düzeyi açısından belirleyici etkenlerden biri olduğu belirtilmiştir (Saracaloğlu, Kumral ve Kanma, 2009). Buradan hareketle; bu çalışmanın amacı beden eğitimi öğretmen adaylarının öğretim yeterlikleri ile görev merkezli kaygıları arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Yöntem Araştırma grubunu, 2016-2017 eğitim öğretim yılı içerisinde, farklı üniversitelerde eğitim gören 228 beden eğitimi öğretmen adayı oluşturmuştur (Myaş=21.807±2.098). Kaygı düzeylerini ölçmek için, Öğretmen Adaylarına Yönelik Mesleki Kaygı Ölçeği (Cabı ve Yalçınalp, 2013)'nin 1. alt boyutu olan "görev merkezli kaygı" bölümü kullanılmıştır. Öğretim yeterlik düzeylerini belirlemek amacıyla da Beden Eğitimi Öğretim Yeterlik Ölçeği (Erbaş, Varol ve Ünlü, 2014) kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistiklerin yanı sıra pearson korelasyon kat sayısı tekniğinden faydalanılmıştır.

Bulgular Beden eğitimi öğretmen adaylarının görev merkezli kaygı düzeyleri ile öğretim yeterlikleri arasında negatif yönde orta düzeyde ilişki bulunmuştur.

Sonuç Beden eğitimi öğretmen adaylarının öğretim yeterlik düzeyleri arttıkça, görev merkezli kaygı düzeylerinde azalma olduğu görülmüştür. Buna göre; beden eğitimi öğretmen adaylarının hizmet öncesi sahip oldukları öğretim yeterliklerinin, mesleki kaygı ile bağlantılı olarak, göreve başladıktan sonra ortaya koyacakları mesleki performansın bir belirleyicisi olduğu düşünülmektedir.

Kaynaklar Cabı, E., ve Yalçınalp, S. (2013). Öğretmen Adaylarına Yönelik Mesleki Kaygı Ölçeği (Mkö): Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 44, 85-96. Erbaş, M.K., Kalemoglu-Varol, Y., ve Ünlü, H. (2014). Beden eğitimi öğretim yeterliliği ölçeğinin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması [Turkish adaptation of the physical education teaching efficacy scale: reliability and validation study]. CBU Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 6(1), 16-27. Saracaloğlu, A. S., Kumral, A. G. O., ve Kanma, A. G. A. (2009). Ortaöğretim Sosyal Alanlar Öğretmenliği Tezsiz Yüksek Lisans Öğrencilerinin Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Yeterlikleri, Kaygıları Ve Akademik Güdülenme Düzeyler. Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 6(2), 38-54.

Relationship Between Teaching Efficacy And Task Centered Anxiety Of Prospective Physical Education Teacher

Introduction and Aim It has been pointed out that the qualification levels of physical education teacher candidates for teaching are one of the decisive factors in terms of the level of anxiety they will carry after the beginning of the relative (Saracaloğlu, Kumral ve

Kanma, 2009). Move from here; the aim of this study is to examine the relationship between teaching proficiencies and task-centered concerns of prospective physical education teacher candidates.

Method The research group created 228 physical education teacher candidates trained at different universities during the academic year of 2016- 2017 (M.age = 21.807 ± 2.098). In order to measure anxiety levels, the "task-centered anxiety" part of the 1st dimension of Occupational Anxiety Scale for Teacher Candidates (Cabi and Yalçınalp, 2013) was used. Physical Education Teaching Proficiency Scale (Erbaş, Varol and Ünlü, 2014) was used to determine teaching proficiency levels. In the analysis of the data, descriptive statistics as well as the Pearson correlation coefficient technique were utilized.

Results There was a moderate correlation between the task-centered anxiety levels of the physical education teacher candidates and the teaching competencies in the negative direction.

Conclusion As teaching proficiency levels of physical education teacher candidates increased, it was seen that there was a decrease in duty-based anxiety levels. According to this; it is thought that the teaching proficiencies of the pre-service teachers of physical education teachers are a determinant of the professional performance to be put into practice after referencing, in connection with vocational anxiety.

KSB393

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği İle Sınıf Öğretmenliğinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Akademik Öz-Yeterlik Algılarının Karşılaştırılması (Giresun İli Örneği)

¹Kürşad Han Dönmez, ¹Beytullah Dönmez, ¹Ferhat Büyükkalkan, ²Nihan Altuntaş Demir

¹Giresun Üniversitesi, Giresun

²Atatürk Lisesi, Giresun

Email : donmezhan28@gmail.com, donmez2876@hotmail.com, fbuyukkalkan@gmail.com, vuslatnihan52.na@gmail.com

Bu araştırmanın amacı, Giresun Üniversitesi Beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü ile sınıf öğretmenliği bölümlerinde öğrenim görmekte olan öğrencilerin akademik öz yeterlik algılarının karşılaştırılmasıdır. Betimsel model kullanılan araştırmanın hedef kitlesini Giresun Üniversitesinde 2015-2016 eğitim-öğretim yılında Eğitim Fakültesi ve Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim görmekte olan lisans öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleminde toplam 182 öğrenci çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir. Araştırmanın verileri; araştırmacı tarafından geliştirilen Demografik Bilgi Formu, Jerusalem ve Schwarzer (1981) tarafından geliştirilen ve Yılmaz, M., Gürçay, D. ve Ekici, G. (2007) tarafından Akademik Öz-yeterlik Ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanarak geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılan Akademik Öz-yeterlilik Ölçeği ile toplanmıştır. Araştırmada elde edilen veriler SPSS 22 paket programında çözümlenmiştir. Verilerin analizinde öncelikle, ankete katılan öğrencilerin anket formlarında yer alan tüm sorulara verdikleri cevapların Sayı (N) analizi yapılarak hem Sayı (N) değerleri (N) hem de % Sayı (N) değerleri hesaplanmıştır. Hesaplanan Sayı (N) değerleri belirlenen değişkenler arasındaki ilişkileri inceleyebilmek amacıyla T Testi, Ki-Kare Testi ve Anova ile istatistiksel olarak değerlendirilmiştir. Bu araştırmada, Sınıf öğretmenliği ile Beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarının, cinsiyet, bölüm, ailenin yaşadığı yer, mezun olunan lise ile seçtiği bölümdeki memnuniyet durumuna göre akademik öz-yeterlilik algılarının arasında anlamlı bir farklılığın olduğu ve memnuniyet durumu arasında ise anlamlı bir farklılığın olmadığı ortaya çıkmıştır.

A Comparison Of How Giresun University Students Of Physical Education And Sports Teaching Versus Classroom Teaching Percieve Self-Efficacy

The aim of this study is to compare and contrast how Giresun University students studying Physical Education and Sports Teaching versus Classroom Teaching perceive academic self-efficacy/sufficiency. The target group of this study had been comprised using a descriptive model of undergraduate students at Giresun University studying in the faculties of Physical Education and Sports Teaching as well as of Classroom Teaching during the 2015 - 2016 academic year. A total of 182 students who had sampled in this study were examined according to different variables. The data of this had been gathered using a Demographic Information Form developed by the researcher, as well as the Academic Self-Efficacy Scale—which had been developed by Jerusalem and Schwarzer (1981) and later localized for Turkey as well as controlled for legitimacy and reliability by Yılmaz M. Gürçay, D. and Ekici, G (2007). The data obtained had been analysed using the SPSS 22 packaged software. Using numerical analysis at the onset of analysis itself, all of the answers given by the participants to the questions provided in the survey were calculated both number (N) as well as percentage of the number (N%). The T, Ki-Kare, and ANOVA tests were statistically evaluated with the aim of being able to examine the relationships between the calculated number values and the other designated variables.

What this study reveals is a) that there was substantive variation among how the preservice/prospective teachers from each department perceived self-efficacy in terms of gender, department, where one's family lived, which secondary school one graduated from, and the level of satisfaction with the department within which she or he was studying in; and b) that there was no substantive variation within students satisfaction with their departments.

KSB415

Spor Bilimleri Fakültelerinde Görev Yapan Öğretim Elemanlarının Yaşam Kalitelerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi

¹Fehmi Çalık, ²Günel Mikailsoy

¹Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

²Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya

Amaç: Bu araştırmanın amacı Spor Bilimleri Fakültelerinde görev yapan öğretim elemanlarının bazı değişkenlere göre yaşam kalitelerini incelemektir.

Yöntem: Bu amaçla Marmara bölgesindeki Spor Bilimleri Fakültelerinde çalışan öğretim elemanlarının bazılarına yüz yüze bazılarına internet üzerinden rastgele yöntemle ve gönüllülük esasına dayalı olarak 26 soruluk WHOQOL-BREF Yaşam Kalitesi Ölçeği kısa formu ve Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Değerlendirme analizi için SPSS Version 20 istatistik paket programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler hesaplanmış; frekans, yüzde, Ki-kare, T-testi, Tek Yönlü Varyans (Anova), Mann-Whitney U, Kruskal-Wallis H testleri ve korelasyon analizi uygulanmıştır.

Bulgular: Bu anketlerin 150 adedi cevaplandırılmış ancak 103 anket formu değerlendirilmeye alınmıştır. Değerlendirmeye alınan grupta 36 kadın, 67 erkek katılımcı bulunmaktadır. Ankete gönüllü katılan öğretim elemanlarının Yaşam Kalitesi skorları incelenmiş ve ortalamaları şu şekilde bulunmuştur: Genel sağlık durumu %69.25, Fiziksel sağlık algısı %69.62, Psikolojik %71.02, Sosyal ilişkiler %65.29 ve Çevresel faktörler algısının da ortalaması %67.80 oranındadır.

Sonuç: Sonuç olarak bireyin yaşam kalitesine ilişkin bu beş parametrenin skor yüzdeleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ($p<0.05$) korelasyon ilişkisi bulunmuştur. Ayrıca yaşam kalitesine ilişkin bu beş alt parametre ile yaş, cinsiyet gelir durumu arasında anlamlı bir fark görülmezken ($p>0.05$), sadece genel sağlık durumu ile eğitim düzeyi arasında ($p=.48$) anlamlılık düzeyinde bir fark saptanmıştır. Bunların dışında spor yapma sıklığı ile cinsiyet değişkeni arasında da anlamlı ($p<0.05$) bir fark görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Yaşam kalitesi, spor bilimleri, öğretim elemanı.

Investigation of the Quality of Life of Lecturers Working in the Faculty of Sports Sciences

Objective: The purpose of this study is to investigate the life quality of lecturers working in the Sports Science Faculty according to some factors.

Method: For this purpose, a 26-items short form of WHOQOL-BREF Quality of Life scale and Personal Information Form was applied to the lecturers of Sport Sciences Faculties in the Marmara region on a voluntary basis and random method. Some applications were made by face to face, and some via internet. 103 questionnaires were answered and evaluated. For evaluation analysis SPSS Version 20 statistical package program was used. Descriptive statistics such as Frequency, mean, Percentage and standart deviations, were calculated. Also it was applied statistical analysis, such as Chi-square, T-test, One-way ANOVA, Mann-Whitney U, Kruskal-Wallis H tests and correlation to the data.

Results: There are 36 female and 67 male participants in the evaluation group. The Quality of Life scores of the voluntary participated instructors in the survey were examined and some percentages were found as follows: Overall health status was 69.25%, Physical health perception was 69.62%, Psychological was 71.02%, Social relations was 65.29% and Environmental factors perception was 67.80%.

Conclusion: As a result, it was determined significant correlation between the scores of the five traits ($p < 0.05$). In addition, no significant difference was determined between age and gender, income level and five traits ($p > .05$), the significant difference was determined between general health care and education level ($p = .48$). Also, there was a significant difference between the frequency of doing sports and gender variables ($p < .05$).

Keywords: Quality of life, sports science, lecturer.

The Effect Of Coaching Behaviors On Team Cohesion And Performance Of The Iranian Female Football Players in The Pro- League

¹Lora Chapari, ¹Saeid Tanoorsaz

¹Department Of Physical Education, Islamic Azad University, Dezful, Iran.

Abstract The purpose of this study was to investigate the effect of coaching behaviors on team cohesion and performance of the Iranian female football players in the Premier League. The sample and population included the players of the Iranian women's football teams in the Premier League in 2015-2016, that by taking 22 players per team, 200 players were considered as the sample. For this purpose, the Coaching Behavior Questionnaire (CBQ) developed by Martin and Barnes (1999) and the Group Environment Questionnaire (GEQ), proposed by Carron, Widmeyer, and Brawley (1985), were used for the study. To evaluate the performance of women's football teams, their rank in the table was considered as criterion. The reliability of the research tool was obtained using Cronbach's alpha (coaching behavior 0.75, cohesion 0.83). To analyze the data, descriptive statistics (mean, standard deviation, tables, and charts) and inferential statistics (Cronbach's alpha, confirmatory factor analysis or CFA to assess the validity of the data collection tool, structural equation modeling or SEM using Amos software to verify the research model and the hypotheses) were used. The results showed that the natural coaching behavior and positive reaction coaching behavior have a significantly positive impact on team cohesion and the negative reaction coaching behavior has a significantly negative impact on team cohesion. The results also showed that team cohesion of football players has a significantly positive impact on team performance and positive reaction coaching behavior has a significantly positive impact on team performance. On the other hand, negative reaction coaching behavior has a significantly negative impact on team performance and natural coaching behavior does not have a significant impact on performance.

Keywords: Coaching Behaviors, Cohesion, Performance, Women's Football, Pro- League

References: Azad Fada, Shiva, Basmi, M; Torkfar, A. (2012). The relationship between servant leadership with group cohesion of Iranian women's sitting volleyball championships team. Journal of

Changes in Cardiac Levels of Caspase-8, Bcl-2 and Heart Wall Stress Following 4 Weeks of Running Aerobic Exercise in Diabetic Rats

¹Saeid Tanoorsaz, ¹Lora Chapari

¹Department Of Physical Educatin, Dezful Branch, Islamic Azad University, Dezful, Iran

Abstract Introduction and aim: Cardiac apoptosis is one of the most important cardiovascular effects of diabetes. The aim of this study was to investigate changes in cardiac levels of caspase-8, Bcl-2 and cardiac wall stress after 4 weeks of aerobic exercise in male rats with diabetes.

Methodology: 40 adult male rats were randomly assigned to healthy control, control+diabetes, healthy exercise and exercise+diabetes. Diabetic was induced by intraperitoneal injection of Streptozotocin solution (55 mg / kg). Two weeks after injection, fasting blood glucose levels were measured. After determining the induction of diabetes, the exercise program was performed for 4 weeks (5 sessions per week) at a speed of 18-15 m/min and 25-44 min. 48 hours after the last training session, the subjects were anesthetized and the heart muscle was removed. Caspase-8, Bcl-2 and NT-proBNP levels were measured by ELISA method.

Results: The induction of diabetes in the control group resulted in a significant increase in Caspase-8, NT-proBNP levels and insignificant Bcl-2 levels ($p < 0.05$). In non-diabetic groups, exercise performance reduced Caspase-8 and NT-proBNP insignificantly and Bcl-2 insignificantly increased ($p < 0.05$). Exercise in diabetic groups also decreased Caspase-8 insignificantly and significantly decreased NT- proBNP and insignificant increase of Bcl-2 ($p < 0.05$).

Conclusion: The results of this study showed that diabetes increases the pre-apoptotic and cardiac cell wall stress levels and reduces the anti-apoptosis agent and possibly regular aerobic exercises can be used as a non-pharmacological strategy to reduce the complications of apoptosis in diabetes mellitus Cardiomyocytes. Keywords: Apoptosis, NT-proBNP, Streptozotocin, Wistar rats

References: 1. Boudina S, Abel ED. Diabetic cardiomyopathy revisited. *Circulation*. 2007;115(25):3213-23. 2. Boudina S, Abel ED. Diabetic cardiomyopathy, causes and effects. *Reviews in Endocrine and Metabolic Disorders*. 2010;11(1):31-9. 3. Ernande L, Derumeaux G. Diabetic cardiomyopathy: myth or reality? *Archives of cardiovascular diseases*. 2012;105(4):218-25. 4. Gill C, Mestrl R, Samali A. Losing heart: the role of apoptosis in heart disease—a novel therapeutic target? *The FASEB*

KSB514

Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri İle Farklı Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

²Erdoğan Tozoğlu, ³Gökhan Bayraktar, ¹Abdul Vahit Doğan, ⁴Mucahit Dursun

¹Atatürk Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek YO-Erzurum

²Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi- Erzurum

³Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi BESYO-AĞRI

⁴Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi- Erzurum

Email : etozoglu@hotmail.com, gokbayraktar@gmail.com, avahitdogar@gmail.com, kartal_894@hotmail.com

Bu çalışmanın amacı, Üniversite de öğrenim gören öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesidir. Çalışma 2016/2017 öğretim yılı Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesinde öğrenim gören 135 kadın 233 erkek olmak üzere toplam 368 örnek birey üzerinde yürütülmüştür. Çalışmada öğrencilere Demir, 1989) tarafından Türkçeye uyarlanan UCLA Yalnızlık Ölçeği (UYÖ) kullanılmıştır (1). Verilerin analizinde SPSS 21 paket programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde demografik özelliklerin belirlenmesinde frekans dağılımı, iki bağımsız değişken ile yalnızlık tutum düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemek için T testi, ikiden fazla değişken ile yalnızlık tutum düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemek için ise Anova Varyans analizi testleri kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki fark p.0,05 anlamlılık düzeyi esas alınarak yorumlanmıştır. Elde edilen bulgulara göre öğrencilerin cinsiyet, aile yapısı ve spor yapma durumları ile yalnızlık tutum düzeyleri arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiş olup, öğrencilerin yaş, haftalık spor yapma süresi ve spor türü değişkenleri ile yalnızlık tutum düzeyleri arasında ise anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Kadın ve spor yapan öğrencilerin yalnızlık tutum düzeylerinin erkek ve spor yapmayan öğrencilerden yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Öğrencilerin öğrenim sürecinde veya sosyal yaşam sürecinde, yalnızlık tutumundan uzaklaşması ve diğer kişilerle iletişim kurarak kendisinin ihtiyaç duyduğu veya başkalarının ihtiyaç duyduğu bilgi ve gereksinimleri karşılaması bireyin daha mutlu ve başarılı olmasını sağlayacağı düşünülmektedir. Bu nedenle insanların yalnızlık tutumu sergilemesine neden olacak değişkenlerin belirlenmesi ve bu değişkenler üzerinde olumlu sonuçlar sağlayacak çalışmaların yapılması önerilmektedir. Anahtar Kelimeler: Yalnızlık, Üniversite Öğrencileri, Öğrenim, Spor Yapma.

The Analysis Of Relationship Between University Students' Breakoff Phenomenon And Different Variables

The object of this study is to analyze the relationship between university students' breakoff phenomenon and different variables. The study is applied to 368 sample individuals of which, 135 are female and 233 are male, in 2016-2017 academic year of Ataturk University, Faculty of Education. UCLA Loneliness Scale (ULS), which was translated to Turkish by Demir, in 1989, is used in the study (1). SPSS 21 package program is also used for the analysis of the data. Frequency distribution while determining the demographics for the analysis of the data and T test in order to investigate the relationship between two independent variables and breakoff phenomenon are also made use of in the study.

On the other hand, analysis of Anova tests are practiced on to investigate the relationship between two independent variables and breakoff phenomenon. The difference between the variables is interpreted based on $p0.05$ significance level. According to the findings, there is a significant difference between the students' gender, family structure, work out routines, and breakoff phenomenon. On the contrary, it is also confirmed that there is no significant difference among age, weekly work out routines, sports branch variables and breakoff phenomenon. It is concluded that breakoff phenomenon levels for women and exercising students are higher than male and non- exercising students. It is believed that students who do not experience breakoff phenomenon through learning process or students, who answer the necessities of their life and others', make themselves happier and become more successful. Therefore, it is emphasized to determine the variables that might lead people to feel lonely and is underlined to carry out studies, which will provide positive results on these variables.

Keywords: Loneliness, University Students, Education, Exercising

KSB540

Motor Becerilerde Öz Düzenlemeli Öğrenme Stratejileri Ölçeği'nin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

¹Sunacan İlke Bal, ¹Zekai Pehlivan, ¹Elif Nilay Ada

¹Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Mersin

Email : s.ilkedemirci@hotmail.com, zpehlivan@mersin.edu.tr, elifnilayada@gmail.com

Giriş ve Amaç: Öz düzenlemeli öğrenmenin ve öğrenme stratejilerinin ölçülebilmesi, öz düzenlemeli öğrenme süreçlerinin açıklanması için önemli görülmektedir. Bu çalışmanın amacı, Motor Becerilerde Öz Düzenlemeli Öğrenme Stratejileri Ölçeği'nin (MBÖSÖ) Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirliğini sınamaktır.

Yöntem: Araştırmaya 12-14 yaş aralığında 587 öğrenci katılmıştır. Motivasyonel İnançlar (Mİ) ve Öğrenme Stratejileri (ÖS) temel alt ölçeklerinden oluşan MBÖSÖ'nün yapı geçerliği için Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA); güvenilirliğini test etmek için ise Cronbach Alpha katsayısı kullanılmıştır.

Bulgular: Yapı geçerliğine ilişkin yapılan DFA sonuçlarına göre Mİ Ölçeği için $\chi^2/sd= 2.72$ ve RMSEA= 0.054; ÖS Ölçeği için $\chi^2/sd= 2.53$ ve RMSEA= 0.051 olarak bulunmuştur. Sonuçların modelin mükemmel ve mükemmele yakın uyum indeks değerlerine sahip olduğunu göstermektedir. 22 maddeden oluşan Mİ'ye ilişkin Lambda (λ) değerleri 0.33 - 1.07 arasındadır. 't' değerleri de 0.01 düzeyinde anlamlı olup 13.46 ile 16.90 arasında değişmektedir. 29 maddeden oluşan ÖS'nin ' λ ' değerleri 0.62 - 1.31 arasındadır. 't' değerleri 0.01 düzeyinde anlamlı olup 11.02 ile 17.11 arasındadır. Mİ Ölçeği'nin bütünü için alfa katsayısı .86'dır. Mİ Ölçeği'nin alt boyutlarına yönelik alfa değerleri .16 ile .75 arasında değişmektedir. Öğrenme Stratejileri Ölçeği'nin (ÖS) bütünü için alfa katsayısı .85 olarak bulunmuştur. ÖS Ölçeği'nin alt boyutlarının alfa değeri .26-.69 arasındadır.

Sonuç: Yapılan analiz sonuçları; Motor Becerilerde Öz Düzenlemeli Öğrenme Stratejileri Ölçeği'nin, beden eğitimi ders ortamlarında öğrencilerin öz düzenlemeli öğrenme stratejilerini belirlemek amacıyla kullanılabilir, geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Öz düzenleme stratejileri, Beden eğitimi, Geçerlik, Güvenirlik

Validity and Reliability Study Of Self-Regulatory Learning Strategy Scale in Motor Skills

Introduction and Aim: The ability to measure self-regulatory learning and learning strategies seems important to explain self-regulated learning processes. The aim of this study is to test the validity and reliability of the Turkish form of the Self-Regulated Learning Strategies Scale (SRLSS) in Motor Skills.

Method: 587 students participated in the research between the ages of 12-14. Confirmatory Factor Analysis (CFA) for construct validity of the SRLSS questionnaire which consists of main subscales of Motivational Beliefs (MB) and Learning Strategies (LS); The Cronbach Alpha coefficient is used to test the reliability.

Findings: According to the CFA results regarding the construct validity, $\chi^2/df = 2.72$ and RMSEA= 0.054 for the MB scale, $\chi^2/df = 2.53$ and RMSEA= 0.051 for the LS Scale were found. The results show that the model has perfect and close fit index values. The Lambda (λ) values for MB consisting of 22 items range from 0.33 to 1.07. The 't' values are also significant at 0.01 and range from 13.46 to 16.90. The 'λ' values of the LS consisting of 29 items ranged from 0.62 to 1.31. The 't' values are significant at 0.01 level and are between 11.02 and 17.11. The alpha coefficient for the whole of the MB scale is 0.86. For the sub-dimensions of the MB Scale alpha value are between 0.16-0.75. The alpha coefficient for the entire Learning Strategies Scale (LS) was found to be 0.85. The subscale of LS Scale alpha values are between 0.26-0.69.

Result: Results of the analysis; It shows that the Self-Regulated Learning Strategies Scale in Motor Skills is a valid and reliable measurement tool that can be used to determine self-regulated learning strategies in physical education course environments.

Keywords: Self-regulatory strategies, Physical education, Validity, Reliability.

KSB541

Beden Eğitimi Derslerinde Öz Düzenlemeli Öğrenme Stratejilerini Belirlemede Özgüven ve Katılım Motivasyonunun Rolü

¹Sunacan İlke Bal, ¹Zekai Pehlivan, ¹Elif Nilay Ada

¹Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Mersin

Email : s.ilkedemirci@hotmail.com, zpehlivan@mersin.edu.tr, elifnilayada@gmail.com

Giriş ve Amaç: Kişilerin fiziksel aktivitelerdeki psikolojik zindeliği için önemli olan özgüvenin ve fiziksel aktivitelere katılım nedenlerinin öz düzenleme için önemli olduğu düşünülmektedir. Bu çalışmanın amacı, beden eğitimi dersinde Özgüven ve Katılım Motivasyonunun, öğrencilerin öz düzenlemeli öğrenme stratejilerini yordama düzeylerini incelemektir.

Yöntem: Çalışmaya 12-14 yaşlarında 497 öğrenci katılmıştır. Veriler, Motor Becerilerde Öz Düzenlemeli Öğrenme Stratejileri Ölçeği, Durumsal Güdülenme Ölçeği, Özgüven Ölçeği ile toplanmıştır. Verilerin normal dağılımına bakılmıştır. Analizlerde t testi ve hiyerarşik regresyon analiz teknikleri kullanılmıştır.

Bulgular: Motivasyonel İnançlar Ölçeği'nin "performans hedef yönelimi" boyutunda kadınlar; Katılım Motivasyonu toplam puanında, "dışsal düzenleme" ve "güdülenmeme" boyutlarında erkekler lehine farklılık vardır ($p<.05$). Motivasyonel İnançlar toplam puanı, "görev değeri" ve "öz yeterlik" boyutları; Öğrenme Stratejileri toplam puanı, "yineleme", "açıklama" ve "metabolişsel öz düzenleme" alt boyutları, Özgüven Ölçeği toplam puanı; Durumsal Güdülenme Ölçeği toplam puanı ve "güdülenmeme" boyutu 6. sınıflar lehine farklılaşmaktadır ($p<.05$). Hiyerarşik regresyon analiz sonuçlarına göre; "iç özgüven" ($\beta=.53$), "dış özgüven" ($\beta=.32$) ve Katılım Motivasyonu Ölçeği'nin "içsel güdülenme" ($\beta=.08$) ve "özdeşimle düzenleme" boyutları ($\beta=.09$) motivasyonel inançları anlamlı olarak yordamaktadır. Öğrenme stratejileri üzerinde ilk olarak özgüvenin daha sonra ise katılım motivasyonunun etkisi incelenmiştir. "İç özgüven" ($\beta=.50$), "dış özgüven" ($\beta=.40$) ve Katılım Motivasyonu Ölçeği'nin "özdeşimle düzenleme" alt boyutları ($\beta=.14$) öğrenme stratejilerini anlamlı olarak yordamaktadır.

Sonuç: Davranışların sürekliliği açısından önemli olan özgüvenin, yaşam boyu öğrenmede gerekli olan öz düzenlemeli öğrenme stratejileri kullanmada pozitif yönde ve yüksek düzeyde belirleyici bir role sahip olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Öğrenme Stratejileri, Özgüven, Katılım Motivasyonu, Beden Eğitimi.

The Role Of Self Confidence and Participated Motivation With Specified Self-Regulated Learning Strategies in Physical Education

Introduction and Aim: The reasons for participation in self-confidence and physical activity, which are important for the psychological well-being of people in physical activities, are thought to be important for self-regulation. The aim of this study is to examine how self-confidence and participation motivation in the physical education class predict students' self-regulated learning strategies.

Method: 497 students aged 12-14 years participated in the study. Data were collected by Self-Regulated Learning Strategies Scale, Situational Motivation Scale and Self-Confidence Scale and in Motor Skills. In the analyzes, t test and hierarchical regression techniques were used.

Findings: Women in the dimension of performance target orientation of Motivational Beliefs (MB)'s performance goal orientation; there is a difference in the total score of Participation Motivation (PM) and in favor of men in the sub-dimensions of external regulation and motivation ($p<.05$). MB total score and task value and self-efficacy dimensions; Learning Strategies total score and iterations, explanations and metacognitive self-regulation subscales and total score of Self-Confidence Scale, The Situational Motivation Scale (SMS) was differentiated in favor of sixth graders in total score and non-motivation dimension ($p<.05$). According to the results of the hierarchical regression analysis internal self-esteem ($\beta = .53$) and external self-esteem ($\beta = .32$), "internal self-confidence" ($\beta = .53$), "external self-confidence" ($\beta = .32$) and "participation motivation scale" subscales ($\beta = .09$) significantly predicted their motivational beliefs. When the effect of self-confidence on learning strategies is examined; "Internal self-confidence" ($\beta = .50$), "external self-esteem" ($\beta = .40$), and "self-regulating" subdimensions of the Participation Motivation Scale ($\beta = .14$) significantly predicted learning strategies.

Result: It can be said that self-confidence which is important in terms of continuity of behaviors has a positive and highly decisive role in using self-regulated learning strategies necessary for life-long learning.

Keywords: Learning Strategies, Self-Confidence, Participation Motivation, Physical Education.

KSB543

Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Yeterlik Bakımından İncelenmesi

¹Kemal Tamer, ¹Mine Akkus

¹Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı

Email : ktamer54@gmail.com, mine__akkus@hotmail.com

Bu araştırmada beden eğitimi ve spor öğretmenliği mezunları ile spor yöneticiliği, antrenörlük ve rekreasyon bölümleri mezunu olup sonradan pedagojik formasyon sertifikası alarak beden eğitimi ve spor öğretmenliği yapan öğretmenlerin yeterlik bakımından incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü mezunu 172 öğretmen ile spor yöneticiliği, antrenörlük, rekreasyon bölümleri mezunu olup sonradan pedagojik formasyon sertifikası alarak öğretmenlik yapan 121 öğretmen katılmıştır. Beden eğitimi öğretmenlerinin yeterliklerinin incelenmesinde Ünlü ve ark.(2008) tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu ve 78 sorudan oluşan "Beden Eğitimi Öğretmenleri Yeterlik Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizi için SPSS 22.0 programında ortalama, standart sapma, frekans, tek yönlü varyans, ki-kare analizleri yapılmıştır. Araştırmanın bulguları "Öğrenmeyi, Gelişimi İzleme ve Değerlendirme" alt boyutu dışında genel ölçek ortalama puanları ve alt faktörlerde iki grup arasında beden eğitimi ve spor öğretmenliği mezunlarının lehine anlamlı fark olduğunu göstermektedir. Hizmet içi ve lisansüstü eğitim almış olan katılımcıların yeterlik puanları diğerlerine göre daha yüksek bulunmuştur. Beden eğitimi ve spor öğretmenliği mezunu olan öğretmen grubunun profesyonel kulüplere sporcu yönlendirme, okul takımı kurma, takım bazında aktif sporla uğraşma, düzenli spor yapma konusunda daha istekli olduğu tespit edilmiştir. Beden eğitimi ve spor öğretmenliği mezunu olan öğretmenler (169; %98,25) bu mesleği pedagojik formasyon mezunu öğretmenlere (92; %75,4) göre ciddi oranda daha fazla sayıda isteyerek tercih etmişlerdir. Beden eğitimi ve spor öğretmenliği mezunları öğretmen yeterlikleri açısından büyük oranda kendilerini yeterli düzeyde görmektedirler. Sonuç olarak, yeterlik bakımından beden eğitimi ve spor öğretmenliği ile sonradan pedagojik formasyon alan diğer mezunlar arasında beden eğitimi ve spor öğretmenliği mezunları lehine anlamlı farklar tespit edilmiştir. Sonradan pedagojik formasyon sertifikası alarak görev yapan öğretmenlerin yeterliklerini artırmaya yönelik daha kapsamlı uygulamalı ve teorik eğitimler verilmesinin uygun olacağı düşünülmektedir. Anahtar kelimeler: Beden eğitimi öğretmeni, yeterlik, pedagojik formasyon.

Examination of Physical Education Teachers in terms of Proficiency

The aim of this research was to examine the proficiency of teachers who graduated from physical education and sports teaching and those who received their pedagogical formation after graduating from sports management, coaching and recreation departments and working as physical education and sport teachers. 172 teachers graduated from department of physical education and sports teaching and 121 teachers who received their pedagogical formation after graduation participated in the study. Physical education teachers proficiency Scale consisting of 78 questions and personal information form developed by Ünlü et al. (2008) was used for the examination of the proficiency of physical education teachers. Mean, standard deviation, frequency, one way variance, chi-square analysis were used in SPSS 22.0 program for analysis of data. The result showed a significant difference between the two groups in terms of general scale average scores and sub-factors except "Learning and Development Monitoring and Evaluation" subscale, in favor of physical education and sport teaching graduates. Participants with in-service training and graduate education had higher proficiency scores than others. It has been determined that teachers who graduated from physical education and sports teaching were more willing to guide athletes to professional clubs, establishing school teams, engaging in active team sports and participating regularly in sports.

Teachers (169;98,25%) who graduated from physical education and sports teaching have preferred his occupation higher than teachers (92;75,4%) who recieved pedagogical formation later. Graduates of physical education and sport teaching see themselves at a higher sufficient level in terms of teacher proficiency. As a result, significant differences were found in favor of graduates from physical education and sports teaching in terms of competence when compaired with the other group. It may be considered appropriate to provide more comprehensive practical and theoretical training to increase the proficiency of teachers working with pedagogical formation certification.

Keywords: Physical Education Teacher, Proficiency, Pedagogical Formation.

SUNULMADI

KSB557

Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Spor Tesislerinin Yeterlilikleri ve Eğitim Faaliyetlerine Etkileri Hakkındaki Görüşleri

¹Ebru Olcay Karabulut

¹Ahi Evran Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kırşehir

Email : ebolka@hotmail.com

Giriş ve amaç: Bu çalışmanın amacı; Beden eğitimi öğretmenlerinin spor tesislerinin yeterlilikleri ve eğitim faaliyetlerine etkileri hakkındaki görüşlerini belirlemektir. Yöntem: Araştırmacının örneklemini Kırşehir il ve ilçelerinde bulunan MEB'e bağlı 76 okul da görev yapan beden eğitim öğretmenleri oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak Nacar (2011) tarafından geliştirilen "Spor Tesislerinin Yeterlilik Düzeylerinin Belirlenmesi Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek maddelerinin Cronbach Alpha değeri (0.827) olarak bulunmuştur. Verilerin analizi için frekans ve yüzde dağılımları alınmıştır. Bulgular: Araştırma bulgularında okullardaki spor tesislerinin sayısal, nitelik ve havalandırma sistemleri bakımında soyunma odası, tuvalet, duş gibi olanaklar bakımından yetersiz olduğunu, bunların yanı sıra bilgi teknolojileri donanımı ve araç-gereç bakımından da yetersiz olduğunu düşündükleri belirlenmiştir. Ayrıca yetersizliklerden kaynaklanan ders çakışma durumlarının eğitimi olumsuz etkilediğini düşündükleri fakat bu yetersizliklerin okul yönetiminin ilgisizliğinden kaynaklanmadığını, devletin spora gereken desteği vermediğinden kaynaklandığını düşündükleri tespit edilmiştir. Sonuç: Araştırma sonucunda; Kırşehir il ve ilçelerdeki spor tesislerinin yetersiz olduğu, var olan tesislerin niteliklerinin yetersiz olduğu, bilgi teknolojileri donanımının yetersiz olduğu, bu durumun eğitim faaliyetlerini olumsuz etkilediği belirlenmiştir. Anahtar Kelimeler: Spor, Spor Tesisleri, Yeterlilik Düzeyi, Eğitim.

Opinions Of Physical Education Teachers About The Proficiency Levels Of Sports Facilities And Effect Of Training Activities

Introduction and Aim: The purpose of our work is to determine the opinions of physical education teachers about the proficiency levels of sports facilities and effect of training activities. Method: The participants of the study include physical education teachers working in 76 state schools in Kırşehir. The "Determination of the Qualification Levels of Sports Facilities" developed by Nacar (2011) was used as a means of collecting data. The Cronbach Alpha value of the questions was found as 0.827. For the statistical analyses of the data arithmetic means and standart deviations tests were used. Findings: As a result, it has been determined that the sports facilities in the schools are inadequate in terms of the numerical, qualification and ventilation systems. The facilities such as changing rooms, toilets, and showers are not sufficient and in addition to these insufficiencies, sport facilities are not technologically well equipped. They thought that the course overlaps caused by the inadequacies affect the education negatively. However, it was determined that these inadequacies did not arise from the indifference of the school administration but the fact that the government did not give the necessary importance to sports. Conclusion: As a result of the research, it has been determined that the sports facilities in Kırşehir and its districts are inadequate, there are not enough sport facilities and the existing facilities do not possess the necessary technological equipment and systems. Furthermore, this situation affect the education negatively.

Keywords: Sport, Sports facilities, Proficiency levels, Education.

Bir Zamanlar Bende Çocuktum: Oyun ve Oyuncaklarım

¹Taner Bozkus, ²Taner Bozkus, ³Fatma Tezel Şahin, ³Cansu Tutkun

¹Bartın Üniversitesi, Bartın

²Bartın Üniversitesi, Bartın

³Gazi Üniversitesi, Ankara

Email : tanerbozkus@yahoo.com, tanerbozkus@yahoo.com, ftezel68@gmail.com, cansututkun06@hotmail.com

Oyun ve oyuncaklar ait olduğu toplumun kültürel bir değeri olmakla birlikte oynanan oyun, oyuncak, oyun mekânı ve oyun kuralları gibi birçok kültürel faktörü de içerisinde taşımaktadır. Günümüz anne babalarının çocukluk dönemlerinin bir parçası olan oyun ve oyuncaklar teknolojik gelişmelere bağlı olarak değişmekte veya unutulmaktadır. Bu çalışma bu günün anne babalarının çocukken oynadığı oyun ve oyuncaklar ile kendi çocuklarının oyun ve oyuncakları hakkındaki görüşlerini ortaya koymak, aynı zamanda anne babalar ile kendi çocuklarının oyun ve oyuncakları arasındaki benzer ve farklılıkları ortaya koymak amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu Bartın İlinde çocuğu okul öncesi eğitim kurumuna devam eden 28 anne ve 12 baba oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından oluşturulmuş ve yarı yapılandırılmış soruların yer aldığı görüşme formu kullanılmıştır. Araştırma verileri, içerik analizi yöntemi ile çözümlenmiştir. Araştırma sonucunda, anne babaların kendi çocukluklarında en çok saklambaç, yakan top, ip atlama, sek sek oynadıkları, çocuklarının ise bilgisayar/tablette sanal oyun oynadıkları ortaya çıkmıştır. Anne babaların çocukken en çok sokakta, evlerinin önünde ve bahçede oyun oynadıkları, çocuklarının ise en çok evde oyun oynadıkları saptanmıştır. Anne babaların büyük çoğunluğunun anne ve babasıyla oyun oynamadığı ve bunun nedeni olarak anne babalarının çalışmaları ve zamanlarının olmamasını belirttikleri ancak kendilerinin çocuklarıyla oyun oynadıklarını ifade ettikleri saptanmıştır. Oyuncaklar açısından anne babaların çocukluklarında en çok bebek, top ve taş gibi oyuncaklarla oynadıkları, çocuklarının ise en çok tablet/bilgisayar gibi teknolojik aletlerle, en az ise ip, misket gibi oyuncaklarla oynadıkları belirlenmiştir. Anne babaların kendi çocukluk dönemiyle şimdiki çocukluk dönemi oyunlarını karşılaştırdıklarında eskiden çoğunlukla grup arkadaşlarıyla oyunlar oynadıklarını ancak şimdiki çocukların yalnız oyun oynadıklarını ve oyunların teknolojikleştiğini belirttikleri görülmüştür. Anne babalar kendi çocukluk dönemiyle şimdiki çocukluk dönemi oyuncaklarını karşılaştırdıklarında çoğunlukla günümüzde oyuncak çeşitliliğinde artma olduğunu, eskiden oyuncakları çocukların yaptıkları ve teknolojinin yaygınlaşmasının oyuncakları olumsuz etkilediğini belirttikleri saptanmıştır.

Anahtar kelimeler: Anne baba, oyun, oyuncak, oyun ve oyuncak kültüründeki değişim.

Once Upon A Time i Have Been a Child: Games and My Toys

Games and toys carry many cultural factors such as play, toys, play space and game rules played together with the cultural value of the community to which they belong. Games and toys that are part of the childhood of today's parents are changing or forgotten depending on technological developments. This study was conducted in order to reveal the views about games and toys played by parents when they are children and games and toys of their own children, at the same time to reveal the similarities and differences between parents and their children's games and toys. The study group of the study is composed of 28 mothers and 12 fathers in Bartın Province whose child continuing to the pre-school education institution. The interview form with semi-structured questions which is created by researchers was used as a means of data collection.

Research data were analyzed by content analysis method. As a result of research, it was found that parents play most hide-and-seek games, dodgeball, rope skipping, hopscotch and their children play virtual games on computer / tablet in their childhood. It has been determined that parents play the most in the streets, in front of their homes and in the gardens, and that their children play the most at home. It has been found that the vast majority of parents do not play with their parents, and as a result parents have stated that their parents have to work or do not have any time to play, but they also have stated that they played games with their children. In terms of toys, it has been determined that parents mostly play with toys such as dolls, balls and stones in their childhood, while their children play mostly with technological devices such as tablets / computers and at least with toys such as

Bağıl Yaş Etkisinin Sporu Sonlandırma Da Ki Rolü Üzerine Bir Araştırma

¹Ömer Tarkan Tuzcuoğulları, ¹Zarife Pancar, ¹Özlem Bozda

¹Gaziantep Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu. Gaziantep

Email : tarkanfolk@hotmail.com, z_pancar@hotmail.com, denisruzgar@hotmail.com

Giriş ve Amaç Çocuklarda ki gelişim; büyüme evrelerine göre değişkenlik gösterebilmektedir. Bu yüzden yaş faktörü çocuk antrenmanında en çok tartışılan konulardan biridir. Aynı yaş grubuna mensup çocuklar birbirlerine göre farklı hızda ve farklı dönemlerde gelişimlerini sürdürürler. Zira çocuk gelişiminin hızlı olduğu ergenlik dönemlerinde, içinde bulunulan yaşın farklı aylarındaki doğumlarda bile gelişimsel üstünlük görülebilmektedir. Bu da çocukların doğduğu aylara göre aynı yaş grubu içerisinde dezavantajlı duruma düşebileceğini göstermektedir. Çalışma; sporu bırakma da başarı düzeyine bağlı olarak bağıl yaşın etkisini ortaya koymayı amaçlamaktadır.

Yöntem Türkiye Atletizm Federasyonu (TAF) tarafından altyapı çalışmalarını güçlendirmek amacıyla yapılan Naili Moran Yaş Grupları Yarışları 12- 15 yaş grubu sporcuları kapsamaktadır. Çalışmada bu yaş gruplarının 2016 ve 2017 sezon katılımları baz alınmış, veriler TAF web sayfasından indirilmiştir. Çalışmada kız (n=172), erkek (n=156) olmak üzere 328 sporcunun başarı düzeyleri incelenmiştir. Bu çalışmada bir yıl dört çeyrek dilime ayrılmış, bu çeyrek dilimlere göre sporcuların başarı ve başarısızlık oranları tespit edilmiştir. Analizlerde SPSS 22.0 paket programında frekans ve yüzde analizinin yanında independent sample t testi, one way ANOVA testi ve LSD düzeltmesi kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç Kız ve erkek sporcuların doğdukları aylar incelendiğinde, her yaş grubu için yılın ilk çeyreğinde doğanların daha yüksek oranda olduğu görülmüştür. İlk çeyrekte doğan sporcuların diğer çeyreklerde doğan sporculara göre daha başarılı oldukları gözlenirken, bir sonraki yıl (2017) spora devam eden sporcuların başarılı oldukları, bırakan sporcuların ise 2016 sezonunda başarısız bir yıl geçirdikleri tespit edilmiştir. Sporu sonlandırmada elde edilen kötü derecelerin etkili olduğu, başarı durumunun ise Bağıl Yaş Etkisinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

A Research On The Role Of Relative Age Effectiveness in Sports Termination

Development in children; may vary according to the growth stages. Therefore, the age factor is one of the most controversial topics in child training. Children belonging to the same age group develop at different speeds and at different times according to each other. Because of the rapid development of childhood during puberty, even during the birth of the age of the developmental superiority can be seen even at birth. It is believed that children are affected by this disadvantage as well as external factors in sport finishing. The study was based on the participation of these age groups for the 2016 and 2017 seasons, and the data was downloaded from the TAF website. In the study, the achievement levels of 328 athletes (n = 172) and male (n = 156) were examined. In this study, four quarters of a year were separated and success and failure rates of the athletes were determined according to the quarters. For statistical analysis, in the SPSS 22.0 program, independent samples t test, one way ANOVA and LSD correction tests were used. When the months of birth of the male and female athletes were examined, it was seen that the births were higher in the first quarter of the year for each age group. It was observed that the athletes born in the first quarter were more successful than the athletes born in the other quarters.

It was determined that the athletes who continued the sports in the following year (2017) were successful and the athletes who had dropped in the following year had a failed year in the 2016 season. It is thought that the bad grades obtained in the termination of the sport are influenced and the success status is due to the Relative Age Effect.

SUNULMADI

7.Sınıf Öğrencilerinin Yönlendirilmiş Buluş Yöntemine Göre Hayal Etme ve Yaratıcılık Düzeylerinin İncelenmesi

²Murat Tekin, ¹Leman Elmas

¹Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilimdalı, Karaman

²Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Karaman

Email : murattekin76@gmail.com, lemanelmas42@gmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı; 7.sınıf öğrencilerinin yönlendirilmiş buluş yöntemine göre yaratıcılık ve hayal etme düzeylerinin incelenmesidir. Yöntem: Araştırma grubunu Konya ili Ereğli ilçesinde yer alan İmam Hatip Ortaokulu 7.sınıfta öğrenim gören 37'si kadın, 40'ı erkek olmak üzere toplam 77(yaş= 12.7922 + 0. 52158) öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmanın amacına ulaşmak için Kirton(1999) tarafından geliştirilen Adaptation-Innovation Inventory(KAI) Yaratıcılık Ölçeği ve Hall ve arkadaşları (1999) tarafından geliştirilen Kafkas (2011) Türkçe'ye uyarlanan Sporda Hayal Etme ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada ön test, son testten oluşan deneysel desen kullanılmıştır. Araştırmanın uygulama sürecinde; Öğrencilere 10 hafta deneysel çalışma yaptırılmıştır. Bu süre boyunca Beden Eğitimi dersi yıllık plan içerisinde yer alan konular yönlendirilmiş buluş yöntemi ile işlenmiştir. Daha sonra öğrencilerin yaratıcılık ve hayal etme düzeyindeki gelişimini değerlendirmek amacı ile son test uygulanmıştır. Verilerin çözüm ve yorumlanmasında, Kolmogorov-Smirnov testi, paired samples t testi ve karışık ölçümleri için Two-Way Anova testi, kullanılarak anlamlılık $P<0,05$ alınmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde ve hesaplanmış değerlerin bulunmasında SPSS paket programı kullanılmıştır. Bulgular ve sonuç Bu çalışmanın sonucunda 7.sınıf öğrencilerinin yönlendirilmiş buluş yöntemine göre hayal etme ve yaratıcılık düzeyleri arasında son test lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Deneysel çalışmaya katılan ortaokul öğrencilerinin hayal etme ve yaratıcılık düzeylerinin deney öncesinden sonrasına anlamlı bir farklılık gösterdiği yani farklı işlem gruplarında olmak ile tekrarlı ölçümler faktörlerinin hayal etme ve yaratıcılık üzerindeki ortak etkilerinin anlamlı olduğu bulunmuştur. Bu bulgu cinsiyet değişkenine göre programa katılan 7.sınıf öğrencilerinin hayal etme ve yaratıcılık düzeylerini artırmada farklı etkilere sahip olduğu bulunmuştur. Yaratıcılık ve hayal etme puanlarında deney öncesine göre erkek öğrencilerde artış meydana gelmiştir. Yönlendirilmiş buluş yöntemi kullanılarak işlenen beden eğitimi derslerinin; öğrencilerin üst düzey bilişsel becerilerini ortaya çıkarmada, hayal etme ve yaratıcılık düzeylerinin gelişimine katkı sağladığı görülmüştür

Anahtar Kelimeler: Yönlendirilmiş Buluş, Yaratıcılık, Hayal Etme

Investigation of the Imagery and Creativity According To Guided Discovery Method of the 7th Grade Students

Introduction and Aim: The aim of this study is to Investigation of the Imagery and Creativity according To Guided Discovery Method Of the 7th Grade Students Method:The research group was made of 7th 37female, 40male, 77(age=12.7922+0.52158)in total studying imam hatip secondary school, located in the Konya province Ereğli county. To achieve the purpose of the research, Adaptation-Innovation Inventory Creativity Scale developed by Kirton(1999) And sport Imagery Questionnaire Scale Developed By Hall and et al(1999) adapted to Turkish by Kafkas(2011) were used for data collection. Experimental design consisting of pre-test, and post-test was used in the research During the research; Students were given experimental work for 10 weekly. During this time; The subjects included at

the annual plan on physical education course were processed by guided discovery method. Then post- test was applied at the assess the students' creativity and imagery of level development. In the analysis and assessment of the data, Kolmogorov Smirnov test, paired samples t test, two Way Anova for mixed measures test, was used and significance was taken as $P < 0.05$ and in the evaluation of the data and the determination of the calculated values, SPSS package program was used.

Findings and Result: As a result of this study; there was a significant difference between level for the Imagery and Creativity of the 7th Grade Students in favor of the posttest according to the guided discovery Method. It was found that the level of imagination and creativity of secondary school students participating in the experimental study showed a significant difference after the experiment, that is, in different treatment groups and the repeated effects of the factors of repeated measures on imagination and creativity were meaningful. Gender variable has different effects in increasing the imagination and creativity levels of 7th grade students participating in the study. There was an increase in creativity and imagery scores of male students when the pre-scores of the before experiment was considered. The physical education courses that are conducted using the Guided Discovery Method contributed to the development of levels of imagination and creativity in revealing high-level cognitive skills.

Keywords: Guided Discovery, Creativity, Imagery

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Akademik Odaklanma Düzeyleri

¹Sevinç Namlı, ²Gönül Tekkursun Demir, ³Zekihan Hazar, ²Anıl Türkeli, ²İbrahim Cicioğlu

¹Erzurum Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

³Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu

Email : sevincyilmaz@hotmail.com, gonultekkursun@hotmail.com, zekihanhazar84@gmail.com, anilturkeli@hotmail.com, cicioglu@gazi.edu.tr

Amaç: Araştırmada , spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin akademik odaklanma düzeylerinin bazı değişkenlere göre tespit edilmesi amaçlanmıştır. Yöntem: Çalışmada nicel araştırma yaklaşımlarından tarama yöntemi kullanılmıştır. Katılımcılar gönüllü katılım ve ulaşılabilirlik ilkesi kapsamında araştırmaya katılmıştır. Bu araştırmanın çalışma grubunu, Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Gazi Üniversitesi'nin antrenörlük eğitimi (n=128), rekreasyon (n=92), spor yöneticiliği (n=90), beden eğitimi ve spor öğretmenliği (n=95) bölümünde, derslerine düzenli devam eden 150 kız, 255 erkek öğrenci olmak üzere toplamda 405 öğrenci oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak "kişisel bilgi formu" ve Akın, A. (2007) tarafından geliştirilen "Akademik Kontrol Odağı Ölçeği (AOÖ)" kullanılmıştır. Verilerin analizinde; frekans, aritmetik ortalama, standart sapma; t-testi, tek yönlü varyans analizi ANOVA, Post-Hoc test istatistikleri (Tukey HSD), Pearson Correlation testi kullanılmıştır.

Bulgular: Spor bilimleri fakültesinde öğrenimine devam eden erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre içsel odaklanma puanlarında anlamlı farklılık görülmüştür. AOÖ'nün içsel ve dışsal odaklanma alt boyutu puanları ile yaş değişkeni arasında Pearson Moment Korelasyon analizi yapılmış ve istatistiksel açıdan anlamlı farklılaşma tespit edilmemiştir. Katılımcıların öğrenim gördükleri bölümler incelendiğinde, beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin dışsal odaklanma puanının diğer bölüm öğrencilerinin puanlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı saptanmıştır. Sınıf değişkenine göre, 1.sınıf öğrencilerin içsel odaklanma puanlarının diğer sınıf kademelerine göre; 4.sınıf öğrencilerin dışsal odaklanma puanlarının da diğer sınıf kademelerine göre anlamlı şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir.

Sonuç: Araştırma sonucunda erkek öğrencilerin içsel odaklanma puanlarının, kadın öğrencilere; beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin dışsal odaklanma puanının diğer bölüm öğrencilerine; 1.sınıf öğrencilerin içsel odaklanma puanlarının diğer sınıf kademelerine; 4.sınıf öğrencilerin dışsal odaklanma puanlarının da diğer sınıf kademelerine kıyasla akademik odaklanmalarının daha yüksek olduğu söylenebilir. Anahtar kelimeler: akademik odaklanma, spor, beden eğitimi, spor bilimleri fakültesi öğrencileri

Academic Focusing Levels Of Students From Faculty Of Sports Sciences

The Aim: In the research, it was aimed to determine the academic focusing levels of students from faculty of sports sciences according to some variables.

Method: A survey method out of quantitative research approaches was used in the study. Participants participated in the survey under the principle of voluntary participation and accessibility. The study group of this research consists of the students studying at Gazi University, Faculty of Sports Sciences.

There are a total of 405 students, 150 female and 255 male students attending their classes regularly in the departments of coaching education (n=128), recreation (n=92), sports management (n=90), physical education and sports teacher (n=95) at Gazi University. "Personal Information Form" and "Academic Control Focus Scale (ACOS)" developed by Akin, A. (2007) were used as data collection tools. In the analysis of the data; frequency, arithmetic mean, standard deviation; t-test, ANOVA, Post-Hoc test statistic (Tukey HSD) and Pearson Correlation test were used.

Findings: Significant differences were observed in the internal focus scores of male students compared to female students attending school of sport sciences. A Pearson Moment Correlation analysis was performed between the scores of internal and external focus sub-dimension of the ACOS and age variable, and no statistically significant difference was found. When the departments of the participants were examined, it was found that the external focus scores of the students of the physical education and sport teaching department significantly differed according to the scores of students of the other departments. According to the class variable; it was also figured out that scores of internal focus of 1st grade students significantly differed according to the other class grades, and the external focus scores of the 4th grade students significantly differed according to the other class grades.

Conclusion: As a result of the research, it can be said that the scores of internal focus

Öğretmen Adaylarının Mesleki Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi (Kocaeli Üniversitesi Örneği)

¹Enis Çolak, ¹Betül Bayazıt, ¹Ferdi Kis, ²M.Deniz Yener, ¹Mehmet Yargıcı

¹Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

²Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi Anatomi ABD, Kocaeli

Email : eniscolak79@gmail.com, bayazitbetul@gmail.com, , m.denizyener@hotmail.com,

Giriş ve Amaç: Bu araştırma, Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü'nde okuyan ve öğretmen adayı olan öğrencilerin mesleki kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesini amaçlamaktadır.

Yöntem: Araştırmaya, Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü'nde üçüncü ve dördüncü sınıfta okuyan 60'ı erkek, 60'ı kadın olmak üzere toplam 120 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Bu araştırma; betimsel analiz modeli içinde yürütülmüştür. Araştırmada veri toplama aracı olarak; Borich (1996) tarafından geliştirilen, Saban, Korkmaz ve Akbaş (2004) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Öğretmen Adayı Kaygı Ölçeği" 45 soru, 3 bölüm (ben merkezli, görev merkezli, öğrenci merkezli) ve her bölüm için 15 soru ile araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Ölçekte her bölüm için alınabilecek en yüksek puan değeri 75, en düşük puan değeri ise 15'tir. Buna göre, bir öğretmen adayının bir bölümden aldığı puan değeri ne kadar yüksekse, o öğretmen adayı o bölümün temsil ettiği mesleki kaygıları o derece yüksek düzeyde taşıyor demektir.

Bulgular ve Sonuç: Araştırmada elde edilen verilere tanımlayıcı istatistik işlemler yapıldıktan sonra, Independent-Samples T Test ve Anova Testi uygulanmıştır. Anlam düzeyi 0.05 olarak alınmıştır. Araştırmanın verilerine göre, erkek ve kadın öğretmen adaylarının mesleki kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$).

Anahtar Kelimeler: Kaygı, Mesleki Kaygı, Öğretmen Adayı

Investigation Of Occupational Anxiety Levels Of Teacher Candidates in Terms Of Certain Variables (Kocaeli University Sample)

Introduction and Aim: This research aims to examine the levels of vocational anxiety of the students studying at Kocaeli University Sports Science Faculty Physical Education and Sports Teaching Department in terms of some variables.

Method: Our work was attended by third and fourth year students who attended Kocaeli University Sports Sciences Faculty Physical Education and Sports Teaching Department. A total of 120 students, 60 male and 60 female, participated voluntarily. This research has been carried out in a descriptive analysis model. As a means of data collection in research; The "Teacher Candidate Anxiety Scale" developed by Borich (1996) and adapted to Turkish by Saban, Korkmaz and Akbaş (2004) used 45 questions and 3 sections (self-centered, task-centered, student-centered). The highest score for each section on the scale is 75 and the lowest score is 15. According to this approach; the higher the point value a teacher candidate receives from a section, the higher the level of professional anxiety that teacher candidate represents in that section.

Discussion and Conclusion: "Independent Sampling Test" and "Anova Test" were applied after the descriptive statistical process was applied to the data obtained in the study. Significance level was taken as 0.05. According to the data of the study there was no significant difference between male and female teacher candidates' levels of professional anxiety ($p > 0.05$).

Keywords: Anxiety, Occupational Anxiety, Teacher Candidate

Genç Okçuların Değer Türleri ile Değer Sistemlerinin İncelenmesi

¹Esen Aydoğmuş, ¹Bahri Gürpınar

¹Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya

Email : esenaydogmus@windowlive.com, bahrigurpinar@yahoo.com

Genç Okçularının Değer Türleri ile Değer Sistemlerinin İncelenmesi

Amacı Bu çalışma genç okçularının değer türleri ile değer sistemlerinin incelenmesi amacını taşımaktadır. Araştırmada genç okçuların değer sistemlerinin ortaya konulması hedeflenmiş ayrıca değer türleri ile eğitim seviyesi, cinsiyet, spor tecrübesi, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, değişkenlerine göre farklılıkların incelenmesi amaçlanmıştır. Yöntem Çalışma grubunu yaşları 11-18 arasında olan ve Akdeniz Okçuluk Eğitim ve Spor Kulübü, Buğra-Vedat Erbay Okçuluk ve Spor Kulübü, Akdeniz Üniversitesi Okçuluk ve Spor Kulübü, 100. Yıl Okçuluk ve Spor Kulübü'nden 154 gönüllü sporcu oluşturmuştur. Sporcuların 52'si kız, 102'si erkektir. Sporcuların yaş ortalaması $14,56 \pm 2,21$, spor tecrübesi ortalaması ise $2,45 \pm 1,57$ 'dir. Araştırmada Gürpınar (2017) tarafından Türkçeye uyarlanan ve değerleri ölçen 2 farklı ölçek kullanılmıştır: Alt Yapı Sporlarında Değerler Ölçekleri (YSVQ ve YSVQ-2). YSVQ ölçeği 18 maddeli bir ölçektir ve sporcuların değer sistemlerini ölçmemektir. YSVQ-2 değer türlerini ölçmeye yönelik bir ölçektir. Ölçek 13 maddedir ve ahlak, yetkinlik ve statü değerleri olarak 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Cronbach's Alpha katsayısı YSVQ için .79, YSVQ-2 için .77 olarak bulunmuştur. Verilerin analizinde frekans, yüzde dağılımları gibi tanımlayıcı istatistikler ve t-test kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç Yapılan analiz sonucunda genç okçuların en çok önem verdikleri 3 değerın kişisel başarı, anlaşmanın sürdürülmesi ve merhamet olduğu en az önem verdikleri 3 değerın ise toplumsal imaj, hoşgörü ve kazanma olduğu ortaya konmuştur. Değer türleri Açısından bakıldığında, araştırmaya katılan okçuların en çok Yetkinlik değerlerine ($4,20 \pm 0,87$) daha sonra Ahlak değerlerine ($3,87 \pm 0,87$) en az da statü değerlerine ($2,74 \pm 1,39$) önem verdikleri görülmüştür. Ayrıca yapılan karşılaştırmalı analizler sonucunda değer türleri ile bağımsız değişkenler arasında hiçbir parametrede anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Anahtar Sözcükler: Değer Türleri, Değer Sistemleri, Genç okçular

Evaluation of Value Systems and Value Types of Youth Archers

Evaluation of Value Systems and Value Types of Youth Archers

Purpose: The purpose of this study is to evaluate the value types and value systems of young archers. The research revealed the value systems of young archers. It is also aimed to examine the differences between the value types of archers and their education level, gender, sport experience, mother education status, father education status.

Method: The working group were 154 volunteer archers aged between 11 and 18 years from 4 different Archery and Sports Club. 52 of the athletes are girls and 102 are males. The average age of the athletes is $14,56 \pm 2,21$, and the average sport experience of the athletes is $2,45 \pm 1,57$. Two different scales adapted to Turkish by Gürpınar (2017) were used as data collection tools in the survey: The Youth Sport Values Questionnaires (YSVQ and YSVQ-2).

YSVQ is an 18 item scale and measure the value systems of youth athletes. YSVQ-2 is a 13 item 3 factor scale and measures the moral, competence and status value types of youth athletes. Cronbach's Alpha coefficient was found .79 for YSVQ and .77 for YSVQ-2. Descriptive statistics and t-test were used in the analysis of the data.

Findings and Conclusion As a result , it is revealed that the 3 most important values of the athletes are personal achievement, contract maintenance and compassion and 3 least important values are public image, tolerance and winning. In terms of value types, the archers who participated in the research gave the most importance to the Competence values ($4,20 \pm 0,87$), then the moral values ($3,87 \pm 0,87$) and the least status values ($2,74 \pm 1,39$). In addition, no significant difference was found between the value types and the independent variables .

Keywords: Value Types, Value Systems, Youth Archers

Ortaokullarda Beden Eğitimi ve Spor Dersinin Önemine İlişkin Branş Öğretmenleri ve Öğrenci Velilerinin Görüşleri (Elazığ İl Örneği)

¹Resul Ağirtas, ¹Mustafa Karadağ, ¹Yüksel Savucu

¹Fırat Üniversitesi Elazığ

Email : resulagirtas@hotmail.com, mkaradag@firat.edu.tr, ysavucu@firat.edu.tr

Bu çalışmanın amacı, ortaokullarda beden eğitimi ve spor derslerine yönelik öğrenci velileri ve branş öğretmenlerinin görüşlerini belirlemektir. Çalışmanın örneklemini 2016-2017 eğitim-öğretim yılında Elazığ ilinde bulunan 10 ortaokul oluşturmaktadır.

Araştırma kapsamında 96 öğrenci velisine 33 maddeden oluşan anket uygulanırken, 143 branş öğretmenine 42 maddeden oluşan anket uygulanmıştır. Anketlerden elde edilen verilerin SPSS 22.0 paket programında analizleri yapılmıştır. Öğretmen ve velilerin sosyo-demografik özelliklerine ilişkin frekans (f) ve yüzde değerleri hesaplanırken, öğretmenlerin cinsiyet değişkenlerine göre beden eğitimi dersine yönelik görüşlerini belirlemek amacıyla bağımsız gruplar t testi kullanılmıştır. Velilerin eğitim durumu değişkenine göre beden eğitimi derslerine yönelik görüşlerini belirlemek amacıyla Ki kare testi yapılmıştır.

Araştırma sonucunda öğretmenlerin cinsiyet değişkenine göre beden eğitimi dersine yönelik görüşlerini belirlemek amacıyla yapılan t testi sonucunda erkek öğretmenler ile kadın öğretmenlerin görüşleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Erkek öğretmenlerin beden eğitimi derslerine yönelik görüşlerinin kadın öğretmenlere göre daha olumlu olduğu araştırma sonucunda belirlenmiştir. Yine velilerin eğitim durumları değişkenine göre beden eğitimi dersine yönelik görüşlerini belirlemek amacıyla yapılan one way anova testi sonucunda velilerin öğrenim düzeyi yükseldikçe beden eğitimi dersine yönelik algılarının ve görüşlerinin arttığı belirlenmiştir.

Sonuç olarak beden eğitimi dersine yönelik öğretmen ve veli görüşlerinin yeterli düzeyde olmadığı, kuramsal bilgiye yönelik eğitim sisteminden dolayı beden eğitimi dersine gereken değerin verilmediği araştırmada tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi ve Spor Dersi, Eğitim

Opinions Of Branch Teachers And Student's Parents On Physical Education And Sports Course In Schools (The Case Of Elazığ Province)

The purpose of this study is to determine opinions of student's parents and branch teachers on physical education and sports courses in the schools. Study sample consists of 10 secondary schools that are located in Elazığ province in the school year of 2016-2017.

In the research, a questionnaire composed of 33 items was applied to 96 students and a questionnaire consisting of 42 items was applied to 143 branch teachers. The data obtained from the questionnaires were analyzed in SPSS 22.0 package program. While frequency (f) and percentage values of socio-demographic characteristics of teachers and parents were calculated, independent groups t-test was used to determine the opinions of teachers about physical education lesson according to gender variables.

Chi-square test was conducted to determine the opinions of the parents on physical education courses according to the educational status variable. In the study, it was found that a significant difference exists between male teachers and female teachers as a result of the t-test that was performed to determine opinions of teachers on physical education course by gender variable. As a result of the study, it was revealed that opinions of male teachers on physical education courses are more positive than female teachers. Also, it was found that perceptions and opinions of parents on physical education course improve as their educational level increases as a result of the one-way ANOVA test that was performed to determine opinions of parents on physical education course by educational level variable.

As a result, it was determined that the opinions of teachers and parents about the physical education lesson are not sufficient and that the necessary value is not given to the physical education lesson because of the education system for the theoretical knowledge.

Keywords: Physical Education and Sports Course, Education

Spor Yapan ve Yapmayan Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması

¹Vahit Çirış, ²Tekin Çolakoğlu

¹Ahi Evran Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Kırşehir

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Ankara

Email : vahitciris@gmail.com, tcolakoglu@gmail.com

Bu çalışma, spor yapan ve yapmayan 6,7 ve 8. Sınıf öğrencilerinin Sosyal Beceri Durumlarını incelemek ve sporun sosyal beceriyi geliştirmedeki etkilerini ölçmek amacıyla desenlenmiştir. İlişkisel tarama yöntemi kullanılan bu çalışmada, veri toplama sürecinde iki ölçme aracı kullanılmıştır. Öğrencilerin kişisel bilgilerin belirlemek için araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgiler formu (KBF), ve öğrencilerin sosyal beceri düzeylerini değerlendirmek için Matson, Rotatory ve Hessel (1983) tarafından geliştirilen ve Bacanlı ve Erdoğan (2003) tarafından Türkçeye uyarlanan Çocuklarda Sosyal Becerileri Değerlendirme Ölçeği (MESSY) kullanılmıştır. Evreni 2013-2014 eğitim öğretim yılında Kırşehir İl merkezinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Çalışmanın örneklemini ise random yolla seçilen 726 ortaokul 6,7 ve 8. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın analizinde SPSS 20.0 paket programı kullanılmıştır. Veri seti analiz edilmeden önce verilerin normal dağılım testleri yapılmıştır. Bu süreçte çalışma grubunda 50'den fazla öğrencinin bulunmasından dolayı Kolmogrov-Smirnov testi uygulanmıştır (Seçer, 2013). Öğrencilerin sosyal beceri düzeyleri cinsiyet özelliklerine göre irdelendiğinde anlamlı bir farkın olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Öğrencilerin sınıf seviyeleri sosyal beceri düzeyleri üzerinde etkilidir. Bir spor dalına ait lisansının olup olmaması ve bu lisansla bir spor yarışmasına katılma durumları incelendiğinde öğrencilerin spor yarışmalarına lisanslı katılma durumlarının onların sosyal beceri düzeylerine etkisi olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Öğrencilerin okullarında spor tesislerinin olup- olmaması durumlarına göre sosyal beceri düzeyleri incelendiğinde anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmektedir. Öğrencilerin anne ve baba öğrenim düzeylerine göre sosyal becerileri değerlendirme ölçeğine verilen cevaplar anlamlı düzeyde değildir. Öğrencilerin gelir düzeyleri onların becerileri üzerinde etkili bir değişkendir.

The Comparision Of Socail Abiltiy Level Grade Students Who Do Sports And Who Dont't Do Sports

This research has been done to examine the 6th,7th,8th grade students social ability level who do sport and the student who don't do sports. Also, it has been aimed to define the influence of sports in improving social ability. In this study, relation scanning method has been used. In the data collecting process two surveying method has been used. First one is the Personel Information Form which was developed by the researcher to get the students' personal information And the other one is the Social Ability Evaluation Survey Of Children, which was developed by Matson, Torary And Hessel (1983) and adapted in Turkish by Bacanlı and Erdoğan (2003). The universe consists of the students studying in Kırşehir city center in 2013-2014 Educational Period. The sample consists of the students chosen from 6th,7th,8th. Grade students of 726 Secondary School at random. In the analysis of this study, SPSS 20.0 packet program has been used. Before analyzing the data set normal distribution of data has been tested. As there were more than 50 students in the study group, Kolmogrov- Smirnov test has been applied. (Secer 2013) It has been understood that gender features have no meaningful effects on the social ability level. The grades of the students are important in the social ability level of students Whether the students have licence on a definite sport branch is not important in the social ability level of students. Whether the students' schools have sport facilities doesn't have important effects on the social ability level of the students.

The answers given to the social ability evaluation survey is not meaningful considering the parents education level. The income levels of the students are very important faction on their abilities.

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Adaylarının Çocuklara Yönelik Tutumlarının Cinsiyet ve Sınıf Değişkeni Açısından İncelenmesi

¹Çağnur Ergün, ¹Leyla Saraç, ¹Eda Muştı-Özyakan

¹Mersin Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Mersin

Email : caca.470@gmail.com , lysrc@gmail.com, eda.mustu@gmail.com

Giriş ve Amaç: Öğretmen adaylarında çocuk sevgisinin nesnel olarak ölçülmesi ve değerlendirilmesi gerekliliğinden yola çıkılarak hazırlanmış olan bu çalışmanın amacı beden eğitimi öğretmen adaylarının çocuklara yönelik tutumlarının cinsiyet ve sınıf değişkeni açısından karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Araştırmaya 2016-2017 Eğitim-Öğretim Dönemi'nde Mersin Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü'nde öğrenim gören %52.7'si kadın, %47.3'ü erkek olmak üzere toplam 131 öğrenci katılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin %19.8'i 1., %36.6'sı 2., %19.1'i 3. ve %24.4'ü de 4. sınıfta öğrenim görmektedir. Araştırmada veri toplamak amacı ile Barnett ve Sinisi (1990) tarafından insanların çocuklara yönelik tutumlarını ölçmek amacı ile geliştirilmiş ve Duyan ve Gelbal (2008) tarafından da Türkçeye adapte edilmiş Barnett Çocuk Sevmeye Ölçeği kullanılmıştır. Toplam 14 maddeden oluşan ölçek 7'li Likert tipinde hazırlanmıştır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 14, en yüksek puan ise 98'dir. Ölçekten alınan yüksek puanlar katılımcıların çocuk sevmeye düzeylerinin yüksek, düşük puanlar ise düşük olduğunu göstermektedir. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı .84 olarak bulunmuştur.

Bulgular: Bağımsız t-testi analiz sonuçları kadın ve erkek katılımcıların çocuklara yönelik tutum puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymuştur, $p>.05$. Tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları 1., 2., 3. ve 4. sınıf öğrencileri arasında çocuklara yönelik tutum puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymuştur, $p>.05$.

Sonuç: Beden eğitimi öğretmen adaylarının cinsiyet ve sınıf değişkeni açısından çocuklara yönelik tutumları değişiklik göstermemiş olsa da; literatürü destekler nitelikte tutum puanları yüksek bulunmuştur (Gelbal ve Duyan, 2010; Ercan, 2014).

Kaynaklar: Duyan, V., & Gelbal, S. (2010). Barnett çocuk sevmeye Ölçeği'ni Türkçeye uyarlama çalışması. Eğitim ve Bilim, 33(148), 40-48. Barnett, M. A., & Sinisi, C. S. (1990). The initial validation of a liking of children scale. Journal of Personality Assessment, 55(1-2), Ercan, R. (2014). Öğretmenlerde Çocuk Sevgisi. Turkish Studies-International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic, 9(8), 161-167.

Examining Undergraduate Physical Education And Sports Teaching Majors' Attitudes Toward Children According To Gender And Class Variables

Introduction and Aim: Teacher candidates, who was prepared by the necessity of the objectively measuring and evaluation liking child so the aim of this study examining undergraduate physical education and sports teaching majors' attitudes toward children according to gender and class variables.

Method: Totally one hundred thirty one physical education and sports undergraduates %52.7 was female and %47.3 male Mersin University students volunteered to participate in the study. Among these, %19.8 were in first, % 36.6 second, % 19.1 third and % 24.4 forth grade. The initial validation of a Liking of Child Scale originally developed by Barnett and Sinisi (1990) to determine the 'Barnett Liking of Children Scale' and adapted into Turkish by Duyan and Gelban (2008) was used to collect data. The scale consist of 14 items is prepared in 7 type Likert type. The highest and the lowest scale scores range from 14 to 98. Higher scores represented, positive attitude toward liking of children, while lower scores showed negative attitudes. Data was analyzed using on independent t-test and one-way analysis of variance (ANOVA). Internal consistency coefficient of the scale was found .84. Results: Independent t-test results show that there was no significant differences in attitudes toward children between male and female participants $p>.05$. Results also show that statistically no significant difference between attitudes 1st, 2nd, 3rd and 4th grade students toward children $p>.05$.

Conclusions: Physical education and sport undergraduate students were not change their attitudes towards children in terms of gender and class variables, and their attitude scores were high so this result supports literature (Gelbal ve Duyan, 2010; Ercan, 2014).

References: Duyan, V., & Gelbal, S. (2010). Barnett Çocuk Sevme Ölçeği'ni Türkçeye uyarlama çalışması. Eğitim ve Bilim, 33(148), 40-48. Barnett, M. A., & Sinisi, C. S. (1990). The initial validation of a liking of children scale. Journal of Personality Assessment, 55(1-2), Ercan,

Ortaokul Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Tercih Ettikleri ve Uyguladıkları Öğretim Stilleri

¹Burhan Parsak, ¹Leyla Saraç

¹Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Mersin

Email : b.parsak@hotmail.com, lylysrc@gmail.com

Ortaokul Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Tercih Ettikleri Ve Uyguladıkları Öğretim Stilleri

Giriş ve Amaç: Beden eğitimi öğretmenlerinin kullanmayı tercih ettikleri ve derslerinde uyguladıkları öğretim stillerinin tutarlı olması gerekliliğinden ve bu alandaki çalışma sayısının kısıtlı olmasından yola çıkılarak bu çalışmada ortaokul beden eğitimi öğretmenlerinin algılanan ve gözlenen öğretim stillerini cinsiyet ve kıdem yılı (10 yıl ve altı, 11-20 yıl, 21 yıl ve üzeri) açısından incelemek amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmaya 58 kadın (Ort.yaş= 39.29±6.55) 62 erkek (Ort.yaş= 41.11±7.40) öğretmen katılmıştır. Araştırmada veri toplamak amacı ile “Beden Eğitimi Öğretmenleri Öğretim Stilleri Değer Algıları Anketi (BEÖSDA)” ve “Öğretim Stilleri Belirleme Aracı (ÖSBA)” kullanılmıştır. BEÖSDA tarafından beden eğitimi öğretmenlerinin öğretim stili tercihlerini; ÖSBA ise öğretmenlerin derslerinde kullandıkları öğretim stillerini ne kadar süre kullandıklarını gözlem yolu ile belirlemek üzere geliştirilmiştir. Öğretmenlerin gözlenen öğretim stillerinin belirlenmesi amacı ile 120 öğretmenin 40 dakikalık 1 dersi video kaydına alınmış; kayıtlar ÖSBA aracılığı ile izlenerek analiz edilmiştir.

Bulgular: Araştırma bulguları farklı kıdem yılındaki kadın ve erkek beden eğitimi öğretmenlerinin tercih ettikleri stiller arasında fark olmadığını, öğretmenlerin “komut” ve “alıştırma” stillerini ilk sıralarda tercih ederken, “öğrencinin başlatması” ve “kendi kendine öğretme” stillerini” son sıralarda tercih ettiklerini ortaya koymuştur, $p>.05$. Benzer şekilde gözlenen derslerde cinsiyete ve kıdem yılına göre fark olmaksızın tüm öğretmenlerin 120 dersin 118’inde komut, 37’sinde alıştırma stilini kullandıkları görülmüştür. Bu stillerin kullanıldığı derslerde, ders süresinin ortalama %56’sının komut, %31’nin alıştırma stiline ve %28’inin de yönetsel etkinliklere harcadığı saptanmıştır, $p>.05$.

Sonuç: Araştırma sonucunda ortaokul beden eğitimi öğretmenlerinin tercih ettikleri ve derslerinde uyguladıkları öğretim stillerinin benzerlik gösterdiği ve bu stillerin öğretmen merkezli stiller olan komut ve alıştırma stilleri olduğu ortaya çıkmıştır.

“Bu çalışma Mersin Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Birimi’nce 2017-2-TP2-2552 Proje Numarası ile desteklenmiştir”.

Preferred And Observed Teaching Styles Of Secondary School Physical Education Teachers

Introduction and Purpose: Physical education teachers should be consistent with their preferred and applied teaching styles. This study aimed to examine perceived and observed teaching styles of secondary school physical education teachers in terms of gender and years of seniority.

Procedure: Fifty-eight women ($M_{age} = 39.29 \pm 6.55$) and 62 males ($M_{age} = 41.11 \pm 7.40$) participated in the research. The data were collected by using "Physical Education Teachers Teaching Styles Value Perception Questionnaire (BEOSDA)" and "Teaching Style Determination Tool (OSBA)". By BEOSDA, physical education teachers' teaching styles preferences, OSBA was developed to determine by observation how long teachers used the teaching styles they used in their lessons. With the aim of determining the physical education instructional styles observed by teachers with the use of OSBA, one lesson of 40 minutes of 120 teachers was taken in video recording; were analyzed by watching video recordings via OSBA.

Findings: The findings of the research suggest that there is no difference between male and female physical education teachers in different years of seniority, while preferring teachers' "command" and "exercise" styles in the first place, they revealed that they preferred "start of the student" and "self-teaching" styles in the last order. It was observed that male and female teachers used instruction in 118 and instruction style in 37 out of 120 lessons, regardless of sex and years of seniority. It was found that on average 56% of the course was spent on command, 31% on exercise style, and 28% on managerial activities.

Conclusion: It was found that the secondary school physical education teachers preferred and the teaching styles they applied in their courses were similar, and these were command and exercise styles that were teacher-centered styles.

"This study was supported by the Research Fund of Mersin University in Turkey

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Akademik Motivasyon Düzeyleri İle Öğrenmeye İlişkin Tutumlarının İncelenmesi

¹Nuri Berk Güngör, ¹Fatih Yenel

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : berkgungor90@hotmail.com, fyenel@gazi.edu.tr

Bu araştırmanın amacı, spor eğitimi veren yükseköğretim kurumlarındaki öğrencilerin akademik motivasyon düzeyleri ile öğrenmeye ilişkin tutumlarını bazı değişkenlere göre incelemek ve aralarındaki ilişkiyi belirlemektir. Araştırmanın çalışma grubunu, Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde farklı bölüm ve sınıf düzeyinde öğrenim gören 45'i kadın ve 98'i erkek 143 öğrenci oluşturmaktadır.

Araştırmada veri toplama aracı olarak, Bozanoğlu (2004) tarafından geliştirilen "Akademik Güdülenme Ölçeği" ve Kara (2010) tarafından geliştirilen "Öğrenmeye İlişkin Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen veriler değerlendirilirken, istatistiksel analizler için SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 22 programı kullanılmıştır. Veriler; betimsel istatistik yöntemleri, t-testi, tek faktörlü varyans analizi (One-Way ANOVA) ve Pearson Korelasyon testleri kullanılarak analiz edilmiştir.

Araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda, çalışma grubunda yer alan katılımcıların akademik motivasyon düzeylerinin ve öğrenmeye ilişkin tutumlarının orta seviyenin üzerinde olduğu görülmüştür ($\bar{x}=3.56$, $\bar{s}=3.50$). Araştırma sonucunda; katılımcıların akademik motivasyon düzeylerinin ve öğrenmeye ilişkin tutumlarının cinsiyet, sınıf düzeyi, yaş değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir ($p>.05$). Bununla beraber; katılımcıların akademik başarı düzeyleri ile akademik motivasyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($p<.05$). Ayrıca araştırma sonuçları, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin akademik motivasyon düzeyleri ile öğrenmeye ilişkin tutumları arasında pozitif yönlü bir korelasyon olduğunu göstermektedir ($r=.23$, $p<.05$).

Anahtar Kelimeler: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri, Akademik Motivasyon, Öğrenmeye İlişkin Tutum.

The Survey Of Attitudes Toward Learning With Academic Motivation Levels Of Sport Sciences Faculty Students

The aim of this study was to determine the attitudes toward learning with academic motivation levels of the students in the higher education institutions providing sports education and in order to examine the relationship between attitudes toward learning and academic motivations. The study was conducted on 143 students (45 female and 98 male) who taught at different grades and sections at Gazi University Faculty of Sports Sciences.

"The Scale of Attitudes Toward Learning" developed by Kara (2010) and "The Academic Motivation Scale" developed by Bozanoglu (2004) were used as the data collection tool. While the findings gained in the study were being evaluated, the program SPSS (Statistical Package of Social Sciences) 22.0 was used for statistical analysis. In the analysis of the data; descriptive statistical methods, t-test, one-way analysis of variance (One-Way ANOVA) was used and Pearson correlation coefficient was calculated.

According to the results of the analysis, participants' academic motivation levels and attitudes towards learning are above the middle level ($\bar{x}=3.56$, $\bar{x}=3.50$). As a result of the research; it was determined that participants' academic motivation levels and their attitudes towards learning did not show any significant difference according to gender, class level, age variables ($p>.05$). Along with that; a meaningful relationship was found between participants' academic achievement levels and academic motivation levels ($p<.05$). The results also show that there is a positive correlation between participants' academic motivation levels and attitudes towards learning ($r=.23$, $p<.05$).

Keywords: Faculty of Sports Sciences Students, Academic Motivation, Attitude Towards Learning.

İlkokul, Oyun ve Fiziki Etkinlikler Dersi Öğretim Programı Kazanımlarının Gerçekleşmesine İlişkin Öğretmen Görüşleri

²Ahmet Temel, ¹Murat Kangalgil

¹Cumhuriyet Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Sivas

²Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas

Email : mkangalgil@cumhuriyet.edu.tr,

Giriş ve Amaç: Oyun çocuğun yaşadığı dünyaya uyum sağlayabilmesi için önemli bir araçtır ve önemli olan birçok bilgi, davranış ve becerileri oyun sayesinde öğrenmektedir. Çocuğun büyümesi ve sağlıklı gelişmesi için beslenme, sevgi ve bakım kadar oyun da gereklidir. Öğrenciler oyun ve fiziki etkinliklere katılırken fiziksel, duygusal, sosyal, zihinsel vb. özelliklerini geliştirme ve bunlara bağlı sağlığını iyileştirme fırsatlarını elde etmektedir. Bu nedenle, ilkokul (1-4 sınıflar) öğrencilerine “Oyun ve Fiziki Etkinlikler” (OFE) dersi yoluyla yaşamları boyunca kullanacakları temel hareketler, aktif ve sağlıklı yaşam becerileri, kavramları ve stratejileri ile birlikte bunlarla ilişkili yaşam becerilerini geliştirerek bir sonraki eğitim düzeyine hazırlanmaları amaçlanmakta ve bu dersler sınıf öğretmenleri tarafından verilmektedir. Buradan hareketle bu araştırma sınıf öğretmenlerinin, OFE dersi, öğretim programı kazanımlarının gerçekleşme düzeyine ilişkin görüşlerinin bazı değişkenlere (cinsiyet, hizmet yılı vb.) göre belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Yöntem: Çalışma, 2016-2017 öğretim yılında görev yapan 837 sınıf öğretmeni ile yapılmıştır. Veri toplama aracı olarak OFE dersine yönelik kazanımların tespit edilmesi amacıyla her sınıf için geçerliği ve güvenilirliği sağlanmış 5’li likert tipi ölçek kullanılmıştır. Elde edilen veriler tanımlayıcı istatistik, t-testi ve ANOVA istatistiksel işlemleri yapılarak analiz edilmiş ve p<0.05 anlamlılık düzeyi dikkate alınmıştır.

Bulgular: Öğretmenlerin mezuniyet, görev yeri, hizmet yılı ve spor branşına göre kazanım puan ortalamalarında farklılık anlamlı bulunmamıştır. Öğretmenlerin cinsiyetine göre 1., 2. 4. sınıf düzeylerinde fark anlamlı bulunamazken, 3. sınıf düzeyinde fark kadın öğretmenler lehine anlamlı bulunmuştur. Fiziksel etkinlik kartı (FEK) kullanımı yönünden 1., 4. sınıf düzeyinde fark anlamlı bulunmazken, 2., 3. sınıf düzeylerinde fark FEK kullanan öğretmenler lehine anlamlı bulunmuştur. Çocuk oyunları şenliğine katılıma göre 1., 3., 4. sınıf düzeylerinde fark anlamlı bulunmazken, 2. sınıf düzeyinde fark katılım sağlayan öğretmenler lehine anlamlı bulunmuştur.

Sonuç: Araştırmanın sonucunda; ilkokul oyun ve fiziki etkinlikler dersi öğretim programı kazanımlarının öğrencilere kazandırılabilirdiği düşünülmektedir.

“Bu çalışma, Cumhuriyet Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Birimi (CUBAP) tarafından BED-020 proje numarası ile desteklenmiştir.”

The Opinions of Teachers About Applying the Acquisitions of Teaching Programme of The Subject Game and Physical Activities at Primary School

Aim and Introduction: The game is an important tool for children in order to comply with the world which lives in and many knowledge, behavior and ability are learned with the help of the game.

For this reason, basic motions, active and strategies by improving their life skills with “Game and Physical Activities” (GPA) subject for the 1–4grades in primary school for to be ready to next education level is aim and these lessons are given by class teachers. Aim of this study is to determine the opinions of teachers at primary school about the level of applying the acquisitions of teaching program.

Method: Study comprised totally 837 class teachers who work at the primary schools in 2016-2017 school year. It was used a 5 point likert type scale. The collected data were analyzed by using descriptive statistics, t test and ANOVA. Findings: When it is compared to gender of teachers, there weren't significant differences on the 1.,2.,4. grades. There was a difference with regard to the gender of teacher on the 3. grade. This difference is in favor of female teachers. When it is compared to using Physical Activity Card (PAC), there was no difference on the 1.,4. grades. But there was a difference on the 2.,3. grades. This difference is in favour of PAC users. Whereas there was no difference on the 1.,3.,4. grades to participation to the festival of child games that is an official organization, it was determined that there was a difference on the second grades. This difference is favour of teachers who participate to the festival of child games.

Result: As a result of this research it is thought that the acquisitions of GPA lesson can be gained to primary school students on primary school.

Türkiye’de beden eğitimi derslerinin tek cinsiyetli ve karma olması durumuna ilişkin paydaş algıları

¹Fatih Mehmet Uğurlu, ²Oğuzhan Yoncalık, ³Fatih Murathan

¹Firat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

²Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

³Adıyaman Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Adıyaman

Email : fmugurlu@firat.edu.tr, oguzhanyoncalik@kku.edu.tr, fmurathan@adiyaman.edu.tr

Giriş ve Amaç Bu araştırmada Türkiye’de beden eğitimi derslerinin tek cinsiyetli ve karma olması durumuna ilişkin öğrenciler, beden eğitimi öğretmenleri, veliler ve üniversite öğretim elemanlarının bakış açıları incelenmiştir.

Yöntem Araştırmaya 1312’si Erkek, 804’ü Kadın olmak üzere toplam 2116 kişi katılmıştır. Katılımcıların 204’ü akademisyen, 1083’ü öğrenci, 221’i öğretmen, 608’i ise öğrenci velisidir. Araştırmada veri toplama aracı olarak Hill, Hannon ve Knowles (2012) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmış “Tek Cinsiyet ve Karma Eğitim Ölçeği” ve araştırmacı tarafından geliştirilen demografik bilgi anket formu kullanılmıştır. Ölçek dört bölümden oluşmaktadır. Ölçeğin birinci bölümde, cinsiyet, mesleki deneyim, derse girdiği öğretim kademesi ve diğer demografik bilgiler yer almıştır. İkinci bölümde, “kız öğrencilerle erkek öğrencileri ayırdığınız ya da ayrılması gerektiğini düşündüğünüz spor aktivitelerini işaretleyiniz” ifadesinin bulunduğu ve 56 değişik aktivitenin yer aldığı kısım bulunmaktadır. Ölçeğin üçüncü bölümü, beden eğitimi dersinin karma (kızlı erkekli) yapılması lehinde 10 önermenin bulunduğu ve bu önermelere katılıp katılmadığının işaretlenmesi istenilen kısımdan oluşmaktadır. Dördüncü bölümde ise Beden Eğitimi derslerindeki aktivitelerde kız ve erkek öğrencileri ayrı ayrı gruplandırma gereğini destekleyen 11 önerme ve bu önermelere katılıp katılmadığı istenmektedir. Katılımcıların verdikleri yanıtlar SPSS v21 paket programı ile analiz edilmiştir. Verilerin özetlenmesinde yüzde ve frekans değerleri ve Ki-Kare testi kullanılmıştır. Katılımcıların “Evet/Hayır” ya da “Cinsiyet Ayrımı Yapılmalı/Yapılmamalı” yönündeki verdikleri cevapların oranlarının karşılaştırılmasında Bonferroni Düzeltmesi ile oran testi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi 0.05 olarak kabul edilmiştir.

Bulgular Katılımcı gruplarının sportif aktivitelerde erkek ve kız öğrencilerin ayrılması ya da ayrılmaması yönünde verdikleri cevaplara göre güreş, futbol ve boks için erkek ve kız öğrencilerin ayrılması lehinde görüş bildirilmiş; diğer tüm aktivitelerde erkek ve kız öğrencilerin ayrılmaması lehinde görüş bildirilmiştir.

Sonuç Araştırmada genel sonuç olarak: Araştırmaya katılan akademisyen, veli, öğrenci ve öğretmenlerin, temas gerektiren ferdi spor branşlarının tek cinsiyetli; takım spor branşları ve temas gerektirmeyen branşlarda ise cinsiyet ayrımı olmadan karma eğitim verilebileceği görüşünde oldukları anlaşılmıştır. Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi, karma eğitim, tek cinsiyet.

Partner perceptions related to single-gender and coeducational physical education courses in Turkey

Introduction And Aim In this research, viewpoints of students, physical education teachers, families, and university lecturers related to single-gender and coeducational physical education courses in Turkey were analyzed.

Method The participants of the study include 2116 people (1312 male, 804 female). 204 of the participants are academicians, 1083 are students, 221 are teachers, and 608 are parents. In the research, "Single-Gender and Coeducational Training Scale" that was proved in terms of its validity and reliability by Hill, Hannon and Knowles (2012), and a demographical information questionnaire form developed by the researcher were used. The scale consists of four parts. In the first part of the scale, gender, occupational experience, instructional level and other demographic information are included. In the second part, there is a part where there are 56 different activities in which there is a statement "mark sports activities that you think male students should be separated from female students". The third part of the scale consists of the part where there are 10 propositions in favor of mixed lessons (male and female students together in the same class) and the participants decide whether they agree with these propositions. In the fourth part, there are 11 propositions in favor of the fact that female students and male students should be grouped separately from each other in the activities in Physical Education and Sports classes and the participants are asked to decide whether they agree with these propositions or not. Participants' responses were analyzed using the SPSS v21 package program. In the summary of the data, percentage and frequency values and Chi-square test were used. "Bonferroni Correction" and "ratio test" were used to compare the rate of the answers given by the participants as "Yes/No" or "Female and Male students should be separated/ Female and male students should not be separated". Statistical significance

Amatör Futbolcuların Bilgisayar – İnternet ve Playstation Oyunları Kullanımına İlişkin Görüşleri

¹Mikail Tel, ¹Ercan Gür, ²Mehmet Turan

¹Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

²Fırat Üniversitesi Eğitim Fakültesi

Email : mikaitel@gmail.com, egur@firat.edu.tr, mturan@firat.edu.tr

Futbol Dünya’da en çok izlenen, oynanan ve konuşulan spor branşıdır. Futbolun izlenmesi kadar oynanması da zevk vermektedir. Futbol ülkemizde profesyonel, amatör, halı sahalarda ve okul takımlarında sıklıkla oynanmaktadır. Futbolcular da bu popülerliğe paralel olarak toplumda saygın bireyler olarak görülmektedir. Günümüzde internet ve bilgisayar kullanma oranı her geçen gün artmaktadır. Bu bağlamda futbolcuların sosyal aktivitelerinde internet kullanma ve dijital oyun oynama sıklığı ve süreleri merak edilmektedir. Bu çalışmanın amacı amatör futbolcuların, bilgisayar, internet ve playstation oyunlarına ilişkin görüşlerinin belirlenmesidir. Araştırmanın çalışma grubunu Doğu Anadolu ve Güneydoğu Anadolu Bölgesi’ndeki farklı kulüplerde amatör olarak futbol oynayan gönüllü 177 futbolcudan oluşmaktadır. Bu araştırma tarama modelinde olup, betimsel bir nitelik arz etmektedir, verilerin elde edilmesinde araştırmacılar tarafından geliştirilen anket formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde yüzde frekans, aritmetik ortalama ve standart sapma teknikleri kullanılmıştır. Demografik verilere dayalı karşılaştırmalarda bağımsız gruplar “t testi”, tek yönlü varyans analizi ve Ki kare testleri kullanılmıştır. Yapılan çalışmada futbolcuların %45,6’sının 21-25 yaşlarında, %87,7’sinin bekâr, % 48,5’inin lise mezunu veya öğrenimine devam ettiği, %73,3’ünün kendilerine ait bilgisayarları olduğu ve % 33,7’sinin günde 2 saat internet kullandığı belirlenmiştir. Futbolcuların interneti genel olarak müzik dinleme, indirme, film izleme, gazete-dergi okuma, alışveriş yapma ve bankacılık işlemlerini yapma gibi faaliyetlerde kullandıkları belirlenmiştir. Futbolcuların genellikle ev, okul, Wireless açık iş merkezinde, internet cafelerde ve GSM (VİNN) bağlantısıyla internete erişebildikleri belirlenmiştir. Yine futbolcuların facebook, twitter, e-posta gibi iletişim sitelerini günde birkaç kez kullandıkları belirlenmiştir. Araştırmaya katılanların % 55’inin playstation oyunları oynadıkları; oynayanların % 54,2’sinin 1 saatten az, % 48,4’ünün evde playstation oyunları oynadıkları belirlenmiştir. Yine araştırmaya katılanların, % 43,8’inin futbol oyununu oynadığı, % 40,2’sinin eğlenmek amacıyla ve % 57,0’inin PES adlı oyunu oynadıkları belirlenmiştir. Ayrıca araştırmaya katılanların yaş değişkenine göre bilgisayar ve playstation oyunlarına katılma durumlarına bakıldığında ise yaş arttıkça bilgisayardaki futbol oyunlarına gerçek maç gibi konsantre olma düşüncesini daha az benimsedikleri belirlenmiştir.

The View Of Amateur Football Players Regarding The Use Of Computers, Internet And Playstation Games

Football is the most watched, played and spoken about sport of the world. Playing football is as much enjoyable as watching it. Football is often played in our country whether it is by professional or amateur teams, or by ordinary people in astro-turfs or even in schools by students. Football players are seen as respected individuals in the society in parallel with this popularity of the sport. In our day, the rate of using internet and computers is constantly increasing. In this context, it would be interesting to know the frequency and duration of using the internet in the social activities and playing of digital games of football players. The aim of this study is to determine the opinions of amateur footballers regarding computer, internet and playstation games. The study's sample group consists of 177 volunteer football players playing amateur football in different clubs in Eastern Anatolia and Southeastern Anatolia Region. This research is made in screening model and it is descriptive. The questionnaires developed by the researchers were used to obtain the data. Percent frequency, arithmetic mean and standard deviation techniques were used in the analysis of the data. Independent groups "t test", one way analysis of variance and Chi square tests were used in comparisons in terms of the demographics . In the survey conducted, it has been found out that 45.6% of football players were in the ages between 21-25, 87.7% were single, 48.5% of them were high school graduates or students, 73.3% had their own computers and 33.7% has been using the internet for 2 hours per day.

It has been determined that football players generally use internet in general activities like listening to music, watching movies, reading newspapers and magazines, shopping and banking transactions. It has been determined that footballers usually access the internet through their home network, school network,

Temel Eğitim Sürecindeki Öğrencilerin, Fiziksel Gelişimlerinin ve Obezite Durumlarının Geliştirilen Mobil Tabanlı Yazılım ile Analiz Edilmesi

²Nurcan Demirel, ¹Önder Cankurt

¹Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor ABD Yüksek Lisans Öğrencisi, Erzurum

²Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

Email : nurcandemirel@atauni.edu.tr, ondercankurt55@gmail.com

Amaç: Obezite ve yetenek seçimi günümüzde birbirini etkileyen önemli iki kavramdır. Bilişim teknolojilerinde yaşanan hızlı değişimin ve sağladığı kolaylıkların günlük hayatımızı kuşatması ile birlikte, bireylerin günlük iyi oluşları üzerinde çok ciddi derecede psikolojik ve fiziksel etkileri görülmeye başlamıştır. Çağdaş toplumlar teknolojinin olumsuz etkilerini en aza indirmek için önlemler oluşturulmuştur. Şüphesiz bireyin günlük hayatında sağlanan yaşamsal kolaylıklar sonucunda ortaya çıkan en önemli hastalık obezite olarak bilinmektedir. Obezitenin erken yaşta tespit edilebilmesi, motorik özellikleri ve sportif yeteneklerinin en doğru şekilde belirlenmesi ve elde edilen veriler ışığında yeteneklerine göre ilgili spor dalına yönlendirilmesinin sağlanması oldukça önemlidir. Bu araştırmanın amacı; bireylerin doğru spor dallarına yönlendirilmesi için kullanılacak parametre ve faktörlerin tek bir platform altında toplanarak, temel eğitim sürecinde öğrencilerin etkin bir biçimde gelişimlerinin takip edilebilmesidir.

Yöntem: Bu amaçla öğrencinin sportif yetenekleri ve eğitim durumunu tek bir çatı altında ölçen, doğru spor dalına yönlendiren ve obezite ile mücadele etmede yardımcı olan çevrimiçi / mobil bir uygulama yapılandırılmıştır. Mobil uygulama kullanılarak Eurofit Test bataryasında yer almakta olan; flamingo denge testi, disklerle dokunma testi, otur eriş testi, durarak uzun atlama testi, kol çekme testi, mekik testi, bükük kol tutunma testi, 10x5m. mekik koşusu ve dayanıklılık mekik koşusu testi ile birlikte, Antropometrik ölçümlerden; boy, kilo ve vücut kompozisyonuna da yer verilerek doğru spor dalına yönlendirilmesi sağlanmış ve takip sistemi oluşturulmuştur.

Bulgular ve Sonuç: EFIT-TR olarak adlandırılan mobil uygulamanın tüm testleri yapılarak yazılımın kararlılığı tespit edilmiştir. EFIT-TR Beden Eğitimi ve Spor alanında yapılmış yerli bir yazılım olarak bu alandaki araştırmacıların ücretsiz kullanıma sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Yetenek seçimi, Obezite, Eurofit Test bataryası, Mobil uygulama

The Analysis of Students' Phssical Development and Degree of Obesity During the Primary Education Process Through a Mobile Based Software Program

Aim: Obesity and ability selection are two important copencept effecting each other in our day. With the rapid change in the information technology and its conveniences surrounding our life, some serious physical and psychological effects are start to be seen in our daily well beings. Contemporary societies have taken measures to minimize the disadvantages of technology. Surely, the most important disease known, which arised as a result of conveniences in one's daily life is the obesity. It is important to determine the obesity in early ages, to specify motor skills and spotive abilities in the most correct way and in the lights of data obtained, to lead children the related sport branch according his/her abilities. The aim of this research is to effectively follow the developments of the students during the basic educaion by gathering all parameters and factors which will be used to lead the individual appropriate sport branches.

Method: In accordance with this target, an online / mobile application was configured to measure the sportive skills and education status of the student under a single roof and lead the appropriate sport branch by helping in struggling with obesity. By using this application, a tracking system was created to lead the students to an appropriate sport branch with the help of Eurofit Test battery including, flamingo balance test, touching the discs test, sit and reach test, standing long jump test, pull-ups test, curl-ups test, flexed arm hang test, 10x5 meter shuttle run, and endurance shuttle run test as well as height, weight and body composition in anthropometric measurements.

Results and Conclusion: The software quality of the mobile application named as EFIT-TR was confirmed with all the tests. EFIT-TR is a domestic software in the field of physical training and sports and available for all researches in this field. Key Words: Ability

Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Örtük Program Algıları İle Üniversite Yaşam Kalitesi Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Nurgül Özdemir, ¹Mahmut Ulukan

¹Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın

Email : nozdemir@adu.edu.tr, nozdemir@adu.edu.tr

Giriş Örtük program bir eğitim programının informal kısmını yani sınırları açıkça tanımlanmamış, yazılı olmayan yönünü tanımlar. Örtük program aynı zamanda eğitim programının ihmal edilmiş bölümüdür. Eğitim kurumları eğitim programları birbiri ile benzerlik göstermesine karşın örtük programları ile birbirlerinden ayrılırlar. Dolayısıyla örtük program eğitim kurumunun kalitesini belirleyen önemli bir ölçüttür. Nitekim üniversite eğitiminin niteliğin belirleyen de öğrencilerin sosyal, ekonomik ve kültürel niteliklerinin yanısıra üniversitede öğrencilere sunulan akademik ve sosyal hayat fırsatları yani örtük programdır. Örtük programın önemli etkilerinden biri de üniversite yaşam kalitesi üzerinde gözlenebilir. Nitekim üniversite yaşam kalitesi düzeyi, örtük programın etki alanını anlamamızı sağlayan önemli bir göstergedir.

Amaç Bu araştırmada Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulları öğrencilerinin örtük program algıları ile üniversite yaşam kalitesi düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Yöntem Araştırma BESYO öğrencilerin örtük program algıları ile üniversite yaşam kalitesi düzeyleri arasındaki ilişkisel yapıyı ortaya koyması bakımından ilişkisel tarama modelindedir. Araştırmada öğrencilerin örtük program algılarını belirlemek için Arslan ve Akbulut (2016) tarafından geliştirilen Örtük Program Ölçeği; üniversite yaşam kalitesi düzeylerini belirlemek için Doğanay ve Sarı (2004) tarafından geliştirilmiş olan Üniversite Yaşam Kalitesi Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada ayrıca araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırma verileri Adnan Menderes Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören 100 üniversite öğrencisinden toplanmıştır. Araştırma verileri SPSS 21.00 istatistik paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, bağımsız gruplar t-testi, tek yönlü varyans analizi, basit korelasyon istatistikleri teknikleri kullanılmıştır.

Bulgular Araştırma sonucunda BESYO öğrencilerinin örtük program algıları ile üniversite yaşam kalitesi düzeyleri arasında orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür. Araştırmada ayrıca öğrencilerin örtük program algılarının ve üniversite yaşam kalitesi düzeylerinin yaş, cinsiyet, spor branşı, milli sporcu olup olmamaya göre değişip değişmediği incelenmiş ancak değişkenler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Sonuç Beden eğitimi ve spor yüksekokulları örtük programının hem zenginleştirilmesi hem de etkin bir biçimde uygulanması ve öğrencilerin algıladıkları üniversite yaşam kalitesinin artırılmasında önemli bir etki yapacaktır.

The Investigation Of The Relationship Between Hidden Programme Perceptions And University Life Quality Levels Of The Students At The School Of Physical Education And Sports

Introduction The hidden programme defines the informal part of an educational programme, that's to say, the unwritten aspect the boundaries of which are not clearly define. The hidden programme is also the neglected part of the educational programme.

Although educational programmes of educational institutions are similar to each other, they are separated by their hidden programmes. Therefore, the hidden programme is an important measure that determines the quality of the educational institution. Hence, the thing that determines the quality of university education is the academic and social life opportunities offered to students, as well as the social, economic and cultural qualities of the students. One of the important implications of the hidden programme can be observed on university life quality. Indeed, university life quality level is an important indicator that makes us acknowledge the impact zone of the hidden programme.

Purpose In this study, it was aimed to investigate the relationship between the hidden programme perceptions and university life quality levels of the students at the School of Physical Education and Sports.

Method The research is a relational screening model in terms of revealing the relationship between the hidden programme perceptions and university life quality levels of the students at the School of Physical Education and Sports. In order to determine hidden programme perceptions of the students, Hidden Programme Scale developed by Arslan and Akbulut (2016); so as to determine the university life quality levels, University Life Quality Scale developed by Doğanay and Sarı (2004) was used in the study. Besides, a personal information form developed by the researcher was also used in the research. The data of the research was collected from 100 university students studying at Adnan Menderes University School of Physical Education and Sports. The data was analyzed using SPSS 21.00 statistical package programme. In the analysis of the data, descriptive statistics,

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Adaylarının İletişim Becerileri İle Öğretmenlik Öz Yeterlik Algıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Nurgül Özdemir, ¹Gülşah Özkan

¹Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın

Email : nozdemir@adu.edu.tr, nozdemir@adu.edu.tr

Giriş Her öğretmenin çağdaş bir bireyde bulunması gereken niteliklerin yanısıra öğretmenlik mesleğine özgü belirli niteliklere sahip olması beklenir. Etkili bir öğretmende bulunması öngörülen nitelikler arasında öğretmenin öncelikle etkili iletişim becerisine sahip olması ve kendisine ait öğretmenlik öz yeterlilik algısının yüksek olması sayılabilir.

Amaç Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının iletişim becerileri ile öğretmenlik öz yeterlilik algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Yöntem Araştırma beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının iletişim becerileri ile öğretmenlik öz yeterlilik algıları arasındaki ilişkiyi ortaya koyması bakımından ilişkisel tarama modelinde betimsel bir çalışmadır. Araştırmada öğretmen adaylarının iletişim becerilerini belirlemek için Fidan Korkut (1996) tarafından geliştirilen "İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği (İBDÖ)" ve öğretmenlik öz yeterlilik algılarını belirlemek için Tschannen-Moran ve Woolfolk Hoy (2001) tarafından geliştirilen, Çapa v.d (2005) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Öğretmen Öz-Yeterlik Ölçeği(TSES) kullanılmıştır.Araştırmada ayrıca araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırma verileri Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 245 öğrenciden toplanmıştır. Araştırma verileri SPSS 21.00 istatistik paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, bağımsız gruplar t-testi, tek yönlü varyans analizi, korelasyon ve regresyon istatistikleri kullanılmıştır.

Bulgular Araştırma sonucunda öğretmen adaylarının öğretmenlik öz yeterlilik algıları ile iletişim becerileri arasında hem öz yeterlilik ölçeğinin bütününde hem de ölçeğin üç alt boyutunda orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu bulunmuştur. Yapılan basit regresyon analizine göre iletişim becerisinin öğretmenlik öz yeterlilik algısının önemli bir yordayıcısı olduğu söylenebilir. Araştırmada ayrıca öğrencilerin öğretmenlik öz yeterlilik algılarının sınıf düzeyine, spor yaşına göre değiştiği gözlenmiştir.

Sonuç Etkili iletişim becerisinin öğretmenlik mesleği için başlı başına önemli kriterlerden biri olmasının yanı sıra, öğretmenlik öz yeterlilik algısını betimleyen bir değişken olduğunun bulunması dolayısıyla, öğretmen adaylarının hizmet öncesi eğitimleri sırasında kullanılan eğitim programında, iletişim becerilerini geliştirebilecekleri daha fazla etkinliğe ve içeriğe yer vermek onların bu niteliklerini geliştirmeleri konusunda etkili sonuçlara ulaşmamızı sağlayacaktır.

The Investigation Of The Relationship Between Communication Skills And Teaching Self-Efficacy Perceptions Of Physical Education And Sports Teacher Candidates

Introduction It is expected that each teacher should have certain qualifications unique to teaching as a profession as well as the qualities that must be found in a modern individual. That the teacher should have, first of all, effective communication skills

and that the teacher should have high teaching self-efficacy perception are among the qualities that are expected to be in an effective teacher. Purpose In the study, it was aimed to examine the relationship between the communication skills and teaching self-efficacy perceptions of physical education and sports teacher candidates.

Method The research is a descriptive study in the relational screening model in terms of revealing the relationship between the communication skills and teaching self-efficacy perceptions of physical education and sports teacher candidates. In order to determine the communication skills of the teacher candidates in the study, Communication Skills Evaluation Scale (CSES) developed by Fidan Korkut (1996), and Teacher Self-efficacy Scale (TSES) developed by Tschannen-Moran and Woolfolk Hoy (2001) and adapted into Turkish language by Çapa et al. (2005) was used. Besides, a personal information form developed by the researcher was also used in the research. The data of the research was collected from 245 students studying at Ege University Sports Sciences Faculty. The data of the study were analyzed using SPSS 21.00 statistical package program. In the analysis of the data, descriptive statistics, independent groups t-test, one- way ANOVA, correlation and regression statistical techniques were used.

Findings At the end of the research, it was found that there was a moderate level positive relationship between teacher candidates' perceptions of teaching self-efficacy and their communication skills in both the self-efficacy scale as a whole and the three sub-dimensions of the scale. According to simple regression analysis, it can be said that communication skill is an important predictor of teacher self-efficacy.

Ortaokul Öğrencilerinin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyelerinin İncelenmesi

¹Volkan Özcan, ²Mehmet Günay

¹Bilkent Üniversitesi, Ankara

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : vlknozcan@gmail.com,

Bu araştırmada, ortaokul öğrencilerinin sportif açıdan psikolojik özellikleri incelenmiştir. Yetenek seçiminde kullanılan antropometrik ölçümler ve performans testleri yanında, sportif açıdan psikolojik ölçümlerin de yapılması, sürecin daha iyi değerlendirilmesi bakımından önem taşımaktadır. Ortaokul öğrencilerinin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile antropometrik ölçümler ve performans testlerinden almış oldukları dereceler arasındaki ilişkileri ortaya çıkarmak ve öğrencilerin demografik özelliklerine göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki farklılıkları belirtmek amaçlanmıştır. Bu bağlamda araştırmada nicel araştırma tekniklerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırma, 2015- 2016 Eğitim-Öğretim 2. yarısında, Ankara il merkezindeki ortaokullarda öğrenim gören 5., 6., 7. ve 8. sınıf öğrencileri üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın amacına uygun olarak Ankara'daki ortaokullarda öğrenim gören 287.396 kişi araştırmanın evrenini oluşturmaktadır. Örneklemi ise %95 güven aralığı ve %5 hata payı göz önüne alınarak, araştırma evrenini temsil eden 637 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada örneklem seçiminde kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemlerinden basit seçkisiz örnekleme tekniği ile 4 okul araştırmaya dahil edilmiştir. Veri toplama araçları olarak Smith, Schutz, Smoll ve Ptacek (1995) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlaması yapılan "The Athletic Coping Skills Inventory-28 (ACSI-28)" envanteri, ayrıca sportif performans düzeylerinin belirlenmesinde "Otur Uzan Esneklik Testi, Durarak Uzun Atlama, Dikey Sıçrama, Flamingo Denge Testi, Pençe Kuvveti, 30 sn. Mekik, Çeviklik T-Testi ve 20 Metre Sürat Testi" kullanılmıştır. Antropometrik ölçümlerin belirlenmesinde boy uzunluğu, vücut ağırlığı, oturma yüksekliği, kulaç uzunluğu ve demografik özellikler hakkında bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan "Sportif Yetenek Veri Formu" kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS-21 Paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Veri dağılımının parametrik veya nonparametrik olup olmadığına karar vermek için normallik ve Levene homojenlik testleri yapılmıştır. Araştırmanın amacı doğrultusunda belirlenen alt problemlerin sınanması için yapılan analizler incelenmiş, öğrencilerin cinsiyetlerine, sporculuk durumlarına göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki farklılığa Independent-Sample (Bağımsız Örneklem) T-Testi analizi ile bakılmıştır. Öğrencilerin yaş düzeylerine ve öğrenim gördükleri okullara göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki farklılığa One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans) analizi, öğrencilerin.....

Investigation Of Middle School Students' Sport-Specific Psychological Skills Level

This study investigates middle school students' sport-specific psychological skills. In addition to anthropometric measurements and performance tests used to select students according to their skills, sport-specific psychological measurement was also important to evaluate the process. The study aims to demonstrate the relationship between sport-specific psychological skills of middle school students and scores from performance tests and anthropometric measurements. The study also aims to demonstrate the differences among students in their sport-specific psychological skills in relation to demographic characteristics. In this respect, this study used the relational screening model, a quantitative research method. The study was carried out in the 2. semester of the 2015-2016 Academic Year among students from 5., 6., 7. and 8. grades studying in different middle schools in Ankara. Selected in accordance with the purpose of the study, the population of the study consisted of 287.396 middle school students in Ankara. By taking into account a

confidence level at 95 %, with 5% margin of error, the sampling included 637 students representing the study population. The sample selection was done through the simple sampling method which is one of the most easily accessible sampling methods. Four schools were included in the study. As data collection tools, The Athletic Coping Skills Inventory-28 (ACSI-28) devised by Smith, Schutz, Smoll ve Ptacek (1995), and adapted to Turkish by the researcher, was used. In addition to that, to determine sports performance levels, sit and reach test, standing long jump test, vertical jump test, flamingo balance test, grip strength, 30- second sit-up, agility T-Test, and 20-meter sprint test was used. For anthropometric measurements, the "Sports Skills Data Form" was used to gather information on participants' height, weight, sitting height, arm span, and demographic characteristics. The data acquired were analyzed with the SPSS-21 software package. To determine whether data distribution was parametric or non-parametric, normality.....

POSTER BİLDİRİ ÖZETLERİ

POSTER PRESENTATION

ABSTRACTS

ANTRENMAN ve HAREKET BİLİMLERİ / TRAINING and MOV. SCIENCES

A Comparison Study For Gender Differences On Basketball Participation in Albanian Children

¹Andi Spahi, ¹Juel Jarani

¹Sports University Of Tirana

Email : andispahi@gmail.com, jueljarani@gmail.com

Introduction and AIM: Taking part in physical activities especially in sports constitutes one of the main elements of a health life at kids and is also a good factor to reach high levels at sports qualities. For this reason there was conducted a research in Albania over the kid's participation in basketball game.

Method: To complete this task there was used a questionnaire to identify the frequency of kid's participation in basketball. Elementary and middle school's children (3552 children in total) answered the questionnaire with their participation in different societies and sports club. (boys N= 1705 and girls N= 1847).

Findings: From statistical analysis it seems that there is a low participation of kids at the age of 6 yrs by 13.7% exactly and the highest participation is at the age of 14 yrs by 47.4%. Comparing boys with girls the results show that boy's participation in basketball is 36.5% and girl's only 30.1%. In conclusion results show a higher percentage (%) of boy's participation than girls. (a difference with 6.4%).

Conclusion: The record of this research shows clearly a low participation of kids in basketball, especially girls.

PP10

Differences in Distance And Intensity Of The Movement Of World Soccer Championship Participants 2010 And 2014

¹Ekrem Colakhodzic, ¹Damir Djedovic, ²Nijaz Skender, ¹Rijad Novakovic, ¹Almir Popo

¹University

²Faculty Of Pedagogy Of The University Of Bihac, Bosnia And Herzegovina

Email : ekrem.colakhodzic@unmo.ba, damir.djedovic@unmo.ba, nijazs@gmail.com, rijad.novakovic@unmo.ba, almir.popo@unmo.ba

Aim The aim of the research was to determine the differences in the distance and the intensity of the movement of world football championships WFC in 2010 (N = 167; age = 26.70 ± 3.73 years; height = 180.29 ± 6.38 cm) and 2014 (N= 175, age 27.37 ± 3.56 years, height 181.74 ± 6.85 cm).

Method: Differences between WFC were determined by canonical discriminative analysis, where a function having statistical significance (Can.Cor. =, 715, p =, 00) was obtained. The highest correlation with the isolated function, which differentiates between the two WFC (Wilks Lambda =, 489; p =, 00), has the variable maximum velocity of movement and the dominant championship is 2014. The sample was represented by players who played all 90 minutes of the 1/8, 1/4, 1/2 and finals including goalkeeper.

Results: WFC 2010 players had total distance (9084.8 ± 2091 m vs 8835.70 ± 2108.12 m), the distance when the team owned the ball (3742.62 ± 1137.84 m vs $3447.35 \pm 1209, 40$ m) and when it was not in possession of the ball (3917.11 ± 1197.94 m vs. 3587.96 ± 1268.150 m). In the low-intensity zone, the 2014 championships ($83.87 \pm 5.58\%$ vs $84.23 \pm 5.58\%$) were spent for a while, while in the Mid and High Intensity activities were spent by 2010 World Champion Players ($7.82 \pm 2.73\%$ vs. $7.40 \pm 2.62\%$ and $8.41 \pm 3.10\%$ vs $8.36 \pm 3.16\%$) of the total distance traveled. High speed was achieved by 2014 championships (22.81 ± 3.14 km / h vs 27.52 ± 3.28 km / h).

Conclusions: There were no significant differences between the two WFC compared to the amount of distance traveled and the average time spent in certain zones of intensity, with statistically significant differences only in the maximum achieved velocity of movement.

Keywords: Football, Speed, Movement Intensity, Distance Removed

Effect Of Combined Plyometric-Sprint Training On Selected Hormones Of Underweight Males

¹Hassan Almoslim

¹King Fahd University Of Petroleum & Minerals, Physical Education, Dahahran

Email : almoslim@kfupm.edu.sa

Abstract Introduction: Underweight is a health problem associated with several medical conditions, including hyperthyroidism (5), cancer and diabetes. It can be treated using sprint and weight training which enhances weight gain (18) and bone mineral density (19).

Purpose: The purpose of the study was to examine the effectiveness of 6 weeks of combined Plyometric-sprint training on selected hormones among underweight males.

Method: Fifty two underweight males whose body mass index was less than 18.5 kg/m² aged between 18-20 years. The subjects were divided into a control group (n = 26) and an experimental group (n = 26). The experimental group performed plyometric drills (long jumps, single leg hops and double leg hops) followed by sprinting in 20, 30 and 40 m. The training program lasted for 6 weeks, twice a week for 30 minutes per session. Subjects were tested on physical characteristics, Tri-iodothyronine (T3), Thyroxine (T4), and Thyroid-stimulating hormone (TSH) before and after the training program. Data was analyzed using independent t-test and paired t-test. The level of significance was fixed at 0.05.

Results: The results revealed that the experimental group decreased remarkably in T3 by 16.5% (6.39 ± 0.88 to 5.33 ± 0.54 pmol/l, $P < 0.001$) and in TSH by 33% (1.95 ± 0.91 to 1.29 ± 0.58 mIU/l, $P < 0.011$) when the post test was compared with the pre-test.

Conclusion: It was concluded that six weeks of combined Plyometric-sprint training have a meaningful impact on T3 and TSH of underweight individuals who performed the training program.

References 5. Herrero et al. (2010). J Strength Cond Res, 24 (6): 1616-1622. 18. Ratamess et al. (2007). J Strength Cond Res, 21, 882-886. 19. Robert & Murugavel, (2013). Inter J Life Sci & Edu Res, 1 (3), 105-109.

PB41

Prepubertal Bayan Voleybol Oyuncularında 12 Haftalık Pliometrik Eğitim Programının Üst Ekstremité Performansına Etkisi

¹Gülcan Harput, ²Gökhan İpekoğlu, ³Fatma Nur Er, ³Ceren Suveren, ⁴Gül Baltacı, ³Fatma Filiz Çolakoğlu

¹Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü Ankara

²Sinop Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, SİNOP

⁴Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

⁴Özel Ankara Güven Hastanesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, ANKARA

Email : aktasgulcan@gmail.com, aktasgulcan@gmail.com, gokhanipekoglu@sinop.edu.tr, fatmanur-er@hotmail.com, karitosceren@gmail.com, ybaltaci@hacettepe.edu.tr, ffiliz@gazi.edu.tr

Giriş ve Amaç: Prepubertal ve pubertal çocukların spora katılımı son 10 yılda hızla artmaktadır. emosyonel ve fiziksel iyi olmaları için devam eden bir içeriği vardır. Bu çalışmanın amacı, prepubertal bayan voleybol oyuncularında 12 haftalık pliometrik eğitimin üst ekstremité performansına etkisini araştırmaktır.

Yöntem: Bayan voleybol oyuncuları rastgele olarak iki gruba ayrıldı. Grup 1, pliometrik grup (n=18, yaş: 11±0 yıl, VKİ: 16.59±2.06 kg/m²) 12 haftalık pliometrik eğitim ve voleybol teknik eğitimine dahil edilirken, Grup 2, kontrol grubu (n=17, yaş: 11±0.7 yıl, VKİ: 18.07±2.88 kg/m²) sadece voleybol teknik eğitime dahil edildi. Üst ekstremité performansını değerlendirmek için sağlık topu fırlatma, modifiye push up ve prone bridge testleri eğitim öncesi ve sonrası ölçüldü. Grup ve zaman etkileşimini değerlendirmek için 2x2 tekrarlayan ölçümlerde varyans analizi kullanıldı. Sonuçlar: Grup zaman etkileşimi sağlık topu fırlatma (F(1,33)=43.46, p<0.001), modifiye şınav testi (F(1,33)=30.91, p<0.001) ve plank testi (F(1,33)=62.52, p<0.001) için anlamlı bulundu. Üst ekstremité performansı plyometrik eğitimden sonra Grup 1'de artış gösterirken, Grup 2'nin performans sonuçlarında herhangi bir değişiklik görülmedi

Tartışma: Pliometrik eğitim prepubertal bayan voleybol oyuncularında alt ekstremité performansını geliştirmede etkili bulundu. Bu nedenle, puberte öncesi voleybol antrenman programı içerisine pliometrik eğitimin dahil edilmesi oyuncuların performansını geliştirmede ve yaralanmaların önlenmesinde etkin bir şekilde kullanılabilir.

The Effects Of 12-Week Plyometric Training Program On Upper Extremity Performance in Prepubescent Female Volleyball Players

Purpose: Participation of prepubertal and pubertal children in sports has increased significantly over the past decade. There is a continuing concern for their emotional and physical well-being. The purpose of this study was to determine the effects of 12-wk plyometric training on upper extremity performance in prepubescent female volleyball players.

Methods: The players were randomly divided into two groups. Group1, plyometric training group (n=14, mean age (X±SD): 11±0 years, BMI: 16.59±2.06 kg/m²) participated 12-weeks-plyometric training program plus volleyball technical training while Group 2, control group, continued only volleyball technical training.

To evaluate lower extremity performance, medicine ball throw, modified push-ups and prone bridge were used before and after the training. Repeated measures of ANOVA was used to determine group by time interaction.

Results: Group by time interaction was significant for medicine ball throw ($F(1,33)=43.46$, $p<0.001$), modified push up ($F(1,33)=30.91$, $p<0.001$), plank tests ($F(1,33)=62.52$, $p<0.001$). Upper extremity performance after plyometric training was enhanced in Group 1 but there was no significant change in performance outcomes in Group 2.

Conclusion: Plyometric training was found to be effective for upper extremity performance in prepubertal female volleyball players. Therefore, including plyometric training in volleyball training program could be used for enhancing performance of the prepubertal athletes and preventing sports injuries.

SUNULMADI

Pliometrik Eğitimin Sportif Performansa Olan Etkisi: Futbol Oyuncuları İle Voleybol Oyuncularının Karşılaştırılması

¹Gülcan Harput, ²Gökhan İpekoğlu, ³Gül Baltacı, ⁴Filiz Çolakoğlu

¹Hacettepe Üniversitesi, Ankara

²Sinop Üniversitesi, Sinop

³Özel Güven Hastanesi, Ankara

⁴Gazi Üniversitesi, Ankara

Email : aktasgulcan@gmail.com, aktasgulcan@gmail.com, gokhanipekoglu@sinop.edu.tr, ybaltaci@hacettepe.edu.tr, ffiliz@gazi.edu.tr

Amaç: Bu çalışmanın amacı pliometrik eğitimin kasın futbol ve voleybol oyuncularında sportif performansa etkisini araştırmaktır. Yöntem: 15 futbol ve 18 voleybol oyuncusu çalışmaya dahil edildi. Sporcular haftada 3 defa olmak üzere 12 hafta boyunca rutin eğitim programlarına ek olarak pliometrik eğitime katıldılar. Esneklik, dikey sıçrama, anaerobik güç ve altıgen bariyer testi sportif performansı değerlendirmek için eğitim öncesi ve sonrası uygulandı. Tekrarlayan ölçümlerde varyans analizi grup X zaman etkileşimini analiz etmek için kullanıldı.

Sonuçlar: Grup X zaman etkileşimi dikey sıçrama ($F(1,31)=14.99$, $p=0.001$) ve altıgen bariyer testi ($F(1,31)=7.77$, $p=0.009$) için anlamlı bulundu. Pliometrik eğitim sonrası, dikey sıçrama mesafesi futbol oyuncularında daha fazlayken ($p<0.001$), altıgen bariyer test sonuçları voleybol oyuncularında daha iyiydi ($p=0.001$). Grup X zaman etkileşimi anaerobik güç ($F(1,33)=2.83$, $p=0.10$) ve esneklik için anlamlı bulunmadı ($F(1,33)=2.66$, $p=0.11$). Tartışma: Pliometrik eğitim, futbol oyuncularının sıçrama performansını arttırmada ve voleybol oyuncularının koordinasyonunu geliştirmede rutin eğitim programı içerisine dahil edilebilir.

Plyometric Training Effects On Athletic Performance: Soccer Players Versus Volleyball Players

Aim: The purpose of this study was to investigate the effects of plyometric training on athletic performance in female soccer and volleyball players. Methods: 15 soccer players (age: 14.7 ± 1.10 years, BMI: 20.8 ± 1.84 kg/m²) and 18 volleyball players (yaş: 15.6 ± 1.03 years, BMI: 20.9 ± 1.66 kg/m²) were included in this study. The athletes attended 3 times in a week for 12 weeks in addition to the routine training programs. Flexibility, vertical jump, anaerobic power, and hexagonal barrier tests were used to evaluate athletic performance before and after plyometric training. Repeated measures of ANOVA was performed to determine group by time interaction for performance outcomes.

Results: There were significant group by time interactions for vertical jump ($F(1,31)=14.99$, $p=0.001$), hexagonal barrier test ($F(1,31)=7.77$, $p=0.009$). Vertical jump distance was greater in soccer players after training ($p<0.001$). Hexagonal barrier test results were better in volleyball players after training ($p=0.001$). There was no significant group by time interaction for anaerobic power ($F(1,33)=2.83$, $p=0.10$) and flexibility ($F(1,33)=2.66$, $p=0.11$). Discussion: Plyometric training could be included in routine training programs of the female athletes to improve jump performance in soccer players and to improve coordination in volleyball players.

8 Haftalık Yüzme Antrenmanının Sedanter Yetişkinlerde Antropometrik Özelliklerinin Üzerine Etkisinin İncelenmesi

¹Ali Coşkun, ²Tolga Han

¹Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Bayramiç Meslek Yüksekokulu, Çanakkale

²Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Çanakkale

Email : alicoskun@comu.edu.tr, alicoskun17@gmail.com

Bu çalışmanın amacı 8 haftalık yüzme antrenmanının sedanter yetişkinlerdeki antropometrik ölçümlerine etkisinin incelenmesidir. Çalışmaya yaş ortalaması 37,8±8,5 yıl olan gönüllü toplam 30 sedanter yetişkin katılmıştır. Katılımcılar rastgele 15 (8 erkek, 7 bayan) kontrol, 15 (8 erkek, 7 bayan) deney grubu olarak oluşturulmuştur. Deney grubuna 8 haftalık yüzme haftada 3 gün, 1 saat yüzme antrenmanı uygulanmıştır, kontrol grubu herhangi bir antrenman yapmamıştır. Katılımcıların boy kilo ve çevre ölçümleri alınmıştır. Veriler T testi ile analiz edilmiştir. Çalışmaya katılan deney grubunun ön test son test karşılaştırıldığında kalça çevresi, bel çevresi, göğüs çevresi, sol baldır çevresi ve sağ baldır çevresi arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0,05$). Sol kol çevresi, sağ kol çevresi ve omuz çevresi arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0,05$). Çalışmaya katılan kontrol grubunun ön test son test değerleri karşılaştırıldığında kalça çevresi, bel çevresi, göğüs çevresi, sol baldır çevresi ve sağ baldır çevresi, sol kol çevresi, sağ kol çevresi ve omuz çevresi arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0,05$). İki grup arasındaki ön test son test puanları karşılaştırıldığında sol kol çevresi, sağ kol çevresi, sağ baldır çevresi, kalça çevresi, bel çevresi, göğüs çevresi ve BKİ arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0,05$), sol baldır çevresi ve omuz çevresi arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu çalışmanın sonucunda sedanter yetişkinlere 8 haftalık yüzme antrenmanının antropometrik ölçümlerine olumlu etki yaptığı bulunmuştur. Anahtar Kelimeler : Spor, Yüzme, Sedanter, Antropometri

An Investigation Of The Effects Of 8 Weeks Swimming Training On Anthropometric Variables in Sedantry Adults

The aim of this study was to examine the effect of 8-week swimming training on sedentary in adults. A total of 30 sedentary adults volunteered to study (average age of 37,88,5 years). Participants were randomly assigned to 15 (8 males, 7 females) control and 15 (8 males, 7 females) experimental groups. For the experimental group were applied 8-week swimming, 3 days a week, 1 hour swimming training. The control group did not perform any training. Participants take height and weight measurements. Data were analyzed by T test ($p<0,05$). No significant difference was found between left arm circumference, right arm circumference and shoulder circumference. A significant difference was found between the waist circumference, chest circumference, left calf circumference and right calf circumference when pre-test post-test was compared to the study group participating in the study ($p>0,05$). No significant difference was found between the hip circumference, waist circumference, chest circumference, left calf circumference and right calf circumference, left arm circumference, right arm circumference and shoulder circumference when pre-test post-test values of the control group participating in the study were compared ($p>0,05$). Comparing pre-test post-test scores between the two groups, a significant difference was found between left arm circumference, right arm circumference, right calf circumference, hip circumference, waist circumference, chest circumference and body mass index ($p<0,05$), There was no significant difference between left shoulder circumference and shoulder circumference. As a result of this study, 8-week swimming training have a positive effect on the antiprometric measurements of for adults was found. **Keywords :** Sports, Swimming, Sedantary, Anthropometry

Yetişkinlerde Vücut Yağ Oranlarının 50 Metre Serbest Stil Yüzme Hızları İle İlişkisi

¹Ali Coşkun, ²Eda Bucak

¹Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Bayramiç Meslek Yüksekokulu, Çanakkale

²Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Çanakkale

Email : alicoskun@comu.edu.tr, alicoskun17@gmail.com

Bu çalışmanın amacı yetişkinlerdeki vücut yağ oranlarının 50 metre serbest stil yüzme hızıyla ilişkisinin incelenmesidir. Bu çalışmaya yaşları 19 ile 44 arasında olan 9 kadın 10 erkek yetişkin katılmıştır. Katılımcıların vücut yağ yüzdeleri Omron Vücut kompozisyonu ölçüm aleti tarafından analiz edilmiş ve 50 metre serbest stil yüzme hızları kronometre ile ölçülmüştür. Ölçümler sonucunda veriler spearman testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların yaş ortalaması $27,95 \pm 6,15$ yıl, boy ortalaması $172,05 \pm 10,05$, cm hız ortalaması $49,83 \pm 4,28$ sn Vücut yağ oranı ortalaması $26,53 \pm 4,28$ kg/m² olarak bulunmuştur. Kadınların vücut yağ oranları ile 50 m serbest stil yüzme hızı süreleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($p>0,05$). Erkeklerin vücut yağ oranlarının ile 50 m serbest stil yüzme hızı süreleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p>0,05$). Bu çalışmanın sonucunda katılımcıların vücut yağ yüzdeleri ile 50 metre serbest stil yüzme hızları arasında bir ilişki olmadığı söylenebilir. Anahtar Kelime : Spor, Yüzme, Vücut yağ yüzdesi, Serbest Stil

Investigation the Relation with the Body Fat Percentages to 50 Meters Free Style Swimming Speed in Adults

The aim of this study is to examine the relationship of body fat percentages in adults to 50-meter free-style swimming speed. 9 female and 10 male adults aged between 19 and 44 years participated in this study. Participants' body fat percentages were measured by Omron body percentage analyzer and 50-meter free-style swimming speeds were measured with a chronometer. As a result of the measurements, the data were analyzed by spearman test. The average age of participants was 27.95 ± 6.15 years, the mean height was 172.05 ± 10.05 , the mean speed was 49.83 ± 4.28 seconds, and the body fat average was 26.53 ± 4.28 kg / m². There is no significant relationship between body fat percentage of women and 50m freestyle swimming speeds ($p>0,05$). There was no significant relationship between male body fat percentage and 50 m free style swimming speed ($p>0,05$). As a result of this study, it can be concluded that there is no relationship between participants' body fat percentages and 50-meter free-style swimming speeds.

Keywords : Sports, Swimming, Body fat percentage, Freestyle

2016-2017 Turkcell Süper Liginde Oynanan Maçlarda Kullanılan Köşe Vuruşlarının Maç Analizi

²Raif Zileli, ¹Mehmet Söyler

¹Çankırı Karatekin Üniversitesi, Yapraklı Meslek Yüksekokulu (Çankırı, Türkiye)

²Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi, Sağlık Yüksekokulu (Bilecik, Türkiye)

Email : raif.zileli@bilecik.edu.tr, mehmetsoyler@karatekin.edu.tr

Bu çalışmanın amacı, ev sahibi ve deplasman takımlarının köşe vuruşlarındaki farklılıkların incelenmesidir. Bu çalışmada 2016 - 2017 Turgay Şeren Sezonu Turkcell Süper Ligi takımlarından rasgele seçilmiş toplam 30 maç analiz edilmiştir. Çalışmada ev sahibi ve deplasman takımlarının kullandıkları köşe vuruşları; ceza alanı 6 bölgeye ayrılarak, tehlikeli bölgeyi bulmak amacıyla incelenmiştir. Ev sahibi takımlar ile deplasman takımlarının köşe vuruşunun kullanıldığı yön (sağ,sol), topun ceza alanında bulunduğu oyuncu (kaleci, defans, forvet) ve atak sonucu (gol, aut, köşe vuruşu, uzaklaştırma, kalecide kalma) parametreleri arasındaki farklar araştırılmıştır. Karşılaşmalar el çetelesi ile aynı araştırmacı tarafından analiz edilmiştir. Elde edilen verilerin istatistiksel analizinde Mann Whitney U Testi, verilerin çözülmesinde ise SPSS 21,0 programı kullanılmıştır.Yapılan çalışma sonucunda, ev sahibi takımlar ile deplasman takımlarının köşe vuruşunun kullanıldığı yön (sağ,sol), topun ceza alanında bulunduğu oyuncu (kaleci, defans, forvet) ve atak sonucu (gol, aut, köşe vuruşu, uzaklaştırma, kalecide kalma) parametreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p>0.05$). 1., 2., 4., 5., 6. bölgelere atılan köşe vuruşları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmayıp, sadece 3. bölgeye atılan köşe vuruşlarında deplasman takımları lehine istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0.05$).

Sonuç olarak deplasman takımlarının köşe vuruşundan gol bulmak için kaleyi en büyük açıyla gören ön hedef bölgeyi daha fazla kullandıklarını söyleyebiliriz.

2016-2017 Match Analysis Of Corner Hits Used in The Matched in Turkcell Super Ligger

The aim of this study is to examine the differences in the corner strokes of the home and away teams. In this study, a total of 30 games selected randomly from 2016 - 2017 Turgay Sheren Season Turkcell Super League teams were analyzed. Corner strokes used by the home and away teams in the study; the penalty area was divided into 6 regions and examined to find the dangerous area. The distances between the parameters of the home teams and the away team's corner strokes (right, left), the player they encountered in the ball penalty area (goalkeeper, defender, striker) and the result of the attack (goal, aut, corner kick, retirement, stay) parameters were investigated. The matches were analyzed by the same researcher as the hand gangster. Mann Whitney U test was used for the statistical analysis of the data obtained and SPSS 21.0 program was used for the analysis of the data. In the result of the study, the direction (right and left) where the corner kick of the host teams and the displacement teams are used, striker) and attacker (goal, hand, corner, distance, stay) parameters ($p> 0.05$). There was no statistically significant difference between the corner strokes shot in the 1st, 2nd, 4th, 5th and 6th regions. There was a statistically significant difference ($p <0.05$) in favor of the displacement teams in the corner strokes shot only in the 3rd region.

As a result, we can say that the displacement teams are using more of the frontal target region which has the greatest angle to find goals from the corner kick.

Voleybol Oyuncularında 12 Haftalık Pilometrik Eğitim Fiziksel Uygunluk Parametrelerini Etkiler mi?

²Özge Çınar-Medeni, ³Elif Turgut, ⁴Gül Baltacı, ¹Fatma Filiz Çolakoğlu

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

²Çankırı Karatekin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, Çankırı.

³Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara.

⁴Özel Ankara Güven Hastanesi, Ankara

Email : ozgecinar@gmail.com, elif.turgut.pt@gmail.com, ybaltaci@hacettepe.edu.tr, fcolakoglu@gmail.com

Giriş: Pilometrik egzersizlerin sağlıklı popülasyonda ve diğer spor dallarında dikey sıçrama yüksekliğine etkisini inceleyen çalışmalar mevcuttur. Fakat voleybol oyuncularında karada yapılan pilometrik egzersizlerin anaerobik kapasiteye, dikey sıçrama yüksekliği ve dinamik dengeye etkisini araştıran bir çalışma bulunamamıştır.

Amaç: Voleybolcularda pilometrik eğitiminin anaerobik güç, dikey sıçrama ve dinamik dengeye etkisini incelemek Yöntem: Çalışmaya 35 voleybol oyuncusu dâhil edildi. 18'i (yaş:15.61±1.04, VKİ:20.90±1.67) normal antrenman programına ek olarak 12 hafta pilometrik eğitim programı verildi. 17'si (yaş:15.59±0.87, VKİ:20.43±2.13) ise normal antrenman programlarını uyguladı. Anaerobik güç dikey sıçrama testi ile, denge değerlendirmesi Y-denge testi ile yapıldı. Gruplar arası karşılaştırmalar zaman (eğitim öncesi, sonrası) ve grup farklılığının sonuçlar üzerindeki etkisini incelemek için varyans analizi ile yapıldı. Anlamlı bulunan sonuçlarda ikili karşılaştırmalar Wilcoxon testi ile yapıldı.

Bulgular: Dikey sıçrama testi, anaerobik güç ve Y-denge testinde gruplar arasında fark bulundu ($p<0.05$). 1. Grupta eğitim sonrası dikey sıçrama testi gelişmiş ve anaerobik güç eğitime bağlı olarak artmış bulundu ($p<0.05$). 1. Grupta her iki bacakta da bütün yönlerde Y denge testi skorları gelişmişken ($p<0.05$), ikinci grupta her iki bacağın posterolateral ve posteromedial yöndeki denge skorları gelişmiş bulundu ($p<0.05$).

Sonuç: Pilometrik egzersizler doğaları gereği anaerobik egzersizlerdir ve bu nedenle dikey sıçrama yüksekliği, anaerobik performansta gelişme sağlamıştır. Bazı egzersizlerin tek ayak üzerinde yapılmış olması dengeyi geliştirici yönde etkisini de açıklamaktadır.

Does 12 Weeks Of Plyometric Training Affect Physical Fitness Parameters in Volleyball Players?

Background: In literature there are some studies investigating the effects of plyometric training on vertical jump height. However we could not find any study which investigates the effect of land based plyometric training on anaerobic capacity, vertical jump height and dynamic balance in volleyball players.

Objective: To investigate the effect of core stabilization training on anaerobic power, vertical jump and dynamic balance. Methods: 35 volleyball players were included in the study. 18 of them (age:15.61±1.04, BMI:20.90±1.67) trained with plyometric exercises in addition to normal training program. 17 players (age:15.59±0.87, BMI:20.43±2.13) performed only normal training program. Anaerobic power was evaluated with vertical jump test and dynamic balance with Y-balance test.

Comparisons were performed with analysis of variance to investigate the effect of time (pre-post training) and group difference on outcome scores. For significant results, pairwise comparisons were done with Wilcoxon test.

Results: For vertical jump, anaerobic power and Y-balance test there were differences between groups ($p<0.05$). In Group 1, vertical jump and anaerobic power were improved after training ($p<0.05$). In group 1, Y-balance test scores were improved for all directions in both legs ($p<0.05$), in Group 2 Y balance test results were improved for posterolateral and posteromedial directions in both legs ($p<0.05$).

Discussion: Plyometric exercises are anaerobic in nature and because of this plyometric training improved anaerobic power and vertical jump. Because some of plyometric exercises were performed on single leg, balance abilities were improved.

Anaerobik Egzersizin Sporcu ve Sedanterlerde Basit Görsel ve İşitsel Reaksiyon Zamanına Etkisi

¹Fırat Akcan, ¹Mustafa Özdal, ²Davut Sinan Kaplan, ²Caner Yıldırım

¹Gaziantep Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Gaziantep

²Gaziantep Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Fizyoloji Anabilim Dalı, Gaziantep

Email : firatakcan@yahoo.com, mozdal@hotmail.com, davutsinankaplan@hotmail.com, caneryildirim27@gmail.com

Giriş ve Amaç: Hem takım hem de bireysel sporlar için basit görsel ve işitsel reaksiyon zamanı önemli bir performans unsurudur. Bu çalışmanın amacı, anaerobik egzersizin sporcu ve sedanterlerde basit reaksiyon zamanlarına akut etkisini incelemektir.

Yöntem: Çalışmaya 18-30 yaş aralığında aktif olarak spor yapan erkek (n=78) ve bayan (n=78), (n=156, yaş;21,58±2,25 yıl, kilo;68,01±13,49 kg, boy;1,75±0,68 m, VKİ;22,02±3,82 kg/m²) ve sedanter erkek (n=12) ve bayan (n=12), (n=24, yaş;21,70±1,68 yıl, kilo;63,04±11,45 kg, boy;1,71±0,09 m, VKİ;21,39±2,36 kg/m²) olmak üzere toplam 180 kişi gönüllü olarak dahil edildi. Gruplara yaş, boy uzunluğu, vücut ağırlığı, basit görsel reaksiyon zamanı, basit işitsel reaksiyon zamanı ve anaerobik bir test olan RAST (Running-based Anaerobic Sprint Test) ölçümleri ve testleri uygulandı. Katılımcılara ön test olarak; yaş, boy ve vücut ağırlığı, basit görsel ve işitsel reaksiyon zamanı ölçümlerinden sonra ısınma yaptırıldı ve son test olarak da anaerobik bir test olan RAST testi uygulamasını takiben basit görsel ve işitsel reaksiyon zamanı ölçümleri tekrarlandı. Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizinde, SPSS paket programı SPSS 22.0 istatistik programı (SPSS Inc., Chicago, Illinois, ABD) kullanıldı. Anlamlılık değeri olarak 0,05 kabul edildi. Grup içi verilerin karşılaştırılması için paired samples T testi, gruplar arası verilerin karşılaştırılması için independent samples T testi kullanıldı.

Bulgular: Grupların ön test ve son test parametreleri karşılaştırıldığında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark gözlenmedi (p<0,05). Gruplar arası karşılaştırmalarda, basit görsel ve işitsel reaksiyon zamanı değerlerinde istatistiksel açıdan sporcu grubu ile kontrol grubu arasında sporcu grubu lehine anlamlı bir fark gözlemlendi (p<0,05).

Sonuç: Sonuç olarak anaerobik egzersizlerin sporcuların reaksiyon zamanlarında bir değişikliğe yol açmazken sedanterlerde ise reaksiyon zamanını olumsuz etkilediği söylenebilir.

Effect of Anaerobic Exercise on Simple Reaction Time of Athletes and Sedentaries

Effect of Anaerobic Exercise on Simple Reaction Time of Athletes and Sedentaries

Introduction/Aim: Simple visual and auditory reaction time is an important performance element for both team and individual sports. Aim of this study is to investigate acute effect of anaerobic exercise on simple reaction time of athletes and sedentaries.

Materials and Methods: Totally 180, 78 male and 78 female athletes actively in sport (n=156, age;21,58±2,25 year, weight;68,01±13,49 kg, height;1,75±0,68 m, VKİ;22,02±3,82 kg/m²), 12 males and 12 female sedentaries (n=24, age;21,70±1,68 year, weight;63,04±11,45 kg, height;1,71±0,09 m, VKİ;21,39±2,36 kg/m²) were included in the study as voluntary.

Age, height, body weight, simple visual reaction time, simple auditory reaction time and RAST as an anaerobic exercise measurements and tests were applied to the groups. As a pre-test for participants; Age, height and weight, simple visual and auditory reaction time measurements were applied, after warm up RAST anaerobic test were applied to participant and simple visual and auditory reaction time measurements were repeated as final test. SPSS package program SPSS 22.0 statistical program (SPSS Inc., Chicago, Illinois, USA) was used for data analysis. The significance value was accepted as 0,05. Paired samples T test was used for comparison of intra-group data, and independent samples T test was used for comparison of intergroup data.

Results: There was no statistically significant difference in simple visual and auditory reaction time values between pretest and posttest parameters of the groups ($p<0,05$). Statistically significant difference was find between the athletes' group and control group in favor of the athletes' group in terms of simple visual and auditory reaction time values in the intergroup comparisons ($p<0,05$).

Conclusion: As a result, it can be said that anaerobic exercises did not lead to a change in the reaction times of the athletes, but they negatively affected the reaction time in sedentaries.

SUNULMADI

PB123

Küçük Kız Hentbol Oyuncularının Bazı Antropometrik ve Motorik Özelliklerinin Antrenman Yaşına Göre Karşılaştırılması

²Cenab Türkeri, ²Kamil Dikici, ¹Ilknur Özdemir

¹Pamukkale Üniversitesi, Acıpayam Meslek Yüksekokulu, Denizli

²Çukurova Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Adana

Email : cturkeri@cu.edu.tr, kdikici@cu.edu.tr, nurozdemir@pau.edu.tr

Çalışma küçükler kategorisinde iki farklı kız takımında hentbol oynayan öğrencilerin antrenman yaşlarına göre antropometrik ve motorik özelliklerinin karşılaştırılması amacıyla yapılmıştır. Çalışma grubunu 2014-2015 Eğitim Öğretim yılında küçük kız takımlarında hentbol oynayan sırasıyla yaş ortalaması 13,9 ve 13,6 olan 2 takım, n=30 (n1=14; n2=16) kız öğrenci oluşturmaktadır. Katılımcıların antropometrik özellikleri, dikey ve yatay sıçrama, maksimum şınav, 1 dk mekik, 30 m sürat, 20 m mekik, sağ ve sol el kavrama kuvveti değerleri tespit edilmiştir. Katılımcılar antrenman yaşlarına göre 2 kategoriye (1.grup 2,31; 2.grup 12 ay) ayrılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 16.00 programı kullanılarak antrenman yaşlarına göre antropometrik ve motorik özelliklerdeki sıra ortalaması farklılıkları karşılaştırmak için Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Çalışma sonucunda; 1. grubun boy (U=64,500, z=-1,979 p=,048), kulaç (U=105,000, z=-4,660, p=0,00), ön kol (U=47,000, z=-2,703, p=,006), ayak (U=53,500, z=-2,462, p=,013) uzunlukları, biacromial (U=48,500, z=-2,640, p=,007), malleoler (U=32,500, z=-3,339, p=,001) genişlikler, göğüs derinliği (U=64,500, z=-1,976, p=,048), durarak uzun atlama ve sağ el kavrama kuvveti istatistiksel olarak anlamlı düzeyde 2. gruptan yüksek bulunmuştur. Ayrıca 1. grubun dikey sıçrama, maksimum şınav, sol el kavrama kuvveti, 1dk mekik, 30m sürat, 20 m mekik koşusu test değerleri de istatistiksel olarak anlamlı olmamasına rağmen yüksektir. Sonuç olarak; 2 ay antrenman yapmasına rağmen antropometrik özellikleri daha iyi olan takımın motorik özellikleri de yüksek bulunmuştur. Normalde antrenman yaşı fazla olan sporcuların motorik özelliklerinin daha iyi olması beklenir. Ancak çalışmamızda yaş gruplarından kaynaklandığı düşünülen farkın denek sayısı azlığından bu sonucu vermiş olması da muhtemeldir.

Comparison Of Some Anthopopometric And Motoric Properties Of Small Handball Players According To Their Training Ages

The study was conducted to determine some lower and upper extremity values according to their training ages with motoric properties in small handball players from two different female handball teams. The Study Group consisted of 2 female teams n=30 (n1=14; n2=16) whose mean age was 13,9 and 13,6. The players were from small female handball teams in 2014-2015 Academic Year. The anthropometric properties of the participants, vertical jump, standing long jump, maximum push-up, 1-minute sit-up, 30-m speed, 20-m sit-up, right and left- hand grip force values of the participants were recorded. The participants were divided into 2 categories according to their training ages (1st Group 2,31; 2nd Group 12 months). SPSS 16.00 Program was used in analyzing the data. Mann-Whitney U test was used to compare the differences in anthropometric and motoric properties according to training ages. It was determined that the height (U=64,500, z=-1,979 p=,048), overarm (U=105,000, z=-4,660, p=0,00), forearm (U=47,000, z=-2,703, p=,006), feet size (U=53,500, z=-2,462, p=,013), biacromial (U=48,500, z=-2,640, p=,007), malleolar width (U=32,500, z=-3,339, p=,001), chest depth (U=64,500, z=-1,976, p=,048), standing long jump and right-hand grip force values of the 1st Group were higher than those of the 2nd Group at a statistically significant level.

In addition, the vertical jump, maximum push-up, left and right-hand grip force, 1-minute sit-up, 30-m speed, 20-m shuttle run test values of the 1st Group were higher although it was not at a statistically significant level. As a conclusion, although they did training for 2 months, the motoric properties of the team were found to be higher if their anthropometric properties were better. Normally, it is expected that the players with older training age values have better motoric properties. However, the difference detected in our study, which is considered to stem from age groups, might have stemmed from the low number of participants.

PB146

8 Haftalık Step-Aerobik Egzersizlerinin Sedanter Kadınlarda Vücut Kompozisyonu Üzerine Etkisinin İncelenmesi

¹Sibel Yıldırım, ¹Faruk Yamaner, ²Osman İmamoğlu

¹Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Çorum

²Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi Samsun

Email : sblmyldrm@hotmail.com, yamanerf@hotmail.com, osmani55@hotmail.com

İnsanı anatomik ve fizyolojik olarak inceleyen bilim dalları, "insan vücudunun hareket etmek için şekillendiği" ortak kanısına varmışlardır (Aslan ve Çınar, 2012:28). Bugün her yaştan insan, kendi yaşam koşullarına uygun biçimde ve düzeyde düzenli olarak bedensel egzersiz yapabilir ve buna herhangi bir yaşta başlayabilir (Biçer ark., 2009:2).

Bu çalışmanın amacı sedanter kadınlarda 8 haftalık step-aerobik egzersizlerinin vücut kompozisyonu üzerine etkisini incelemektir.

Çalışmaya 19-56 yaşları arasında sedanter 18 kadın (Çalışma grubu= 10 ve kontrol grubu =8) seçilmiştir. Çalışma grubuna haftada 3 gün 1'er saat step-aerobik egzersizleri yaptırılmıştır. İstatistiksel işlemlerde T- testi kullanılmıştır.

Çalışma grubunun yaş ortalaması 36,60±8,75 yıl, boy uzunluğu 161,70±5,93 cm iken kontrol grubunun yaş ortalaması 39,38±15,36 yıl, boy uzunluğu 158,38 ±4,07 cm'dir. Çalışma grubunun vücut ağırlığı 76,02±9,07 kg' ve egzersiz sonrasında ise 73,71±8,19 kg ve vücut yağ yüzdesi egzersiz öncesi % 38,48±5,43 ve egzersiz sonrası % 35,79±4,47 olarak bulunmuştur. Çalışma grubunda vücut ağırlığı, Beden kitle indeksi ve yağ yüzdesindeki düşme istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (p<0,05). Kontrol grubunun vücut ağırlığı, Beden Kitle indeksi ve yağ yüzdesindeki değişim anlamlı bulunmamıştır (p>0,05).

8 hafta süreyle haftada 3 gün ve 1 saat süreli düzenli uygulanan step-aerobik egzersizlerinin, sedanter kadınlarda vücut ağırlığında azalma ve yağ yüzdesinin düşmesinde etkili olduğu görülmüştür. Sedanter kadınlara maksimal kalp atım sayısının %40-60'ı ile step aerobik egzersizleri yaptırılırsa haftada 3 gün ve bir saat süreli yapılması önerilir.

Investigating The Effects Of 8 Weekly Step-Aerobic Exercises On Body Composition in Sedentary Women

Scientific branches, which are anatomically and physiologically thin, have come to the common belief that "the human body is shaped to move" (Aslan and Cinar, 2012: 28). Today, people of all ages can exercise their bodily exercise regularly and in accordance with their living conditions and start at any age (Bicer et al., 2009: 2).

The aim of this study is to investigate the effects of 8 weekly step-aerobic exercises on body composition in sedentary women.

The participants of the study are 18 sedentary women who are between the ages of 19-56 (study group=10 and control group=8). Step-aerobic exercises are performed for 1 hour 3 days in a week for the study group. T-test is used for statistical procedures.

The average age of study group is $36,60 \pm 8,75$ and their height is $161,70 \pm 5,93$ cm while the average age of control group is $39,38 \pm 15,36$ and the height is $158,38 \pm 4,07$ cm. The body weight of the study group is found to be $76,02 \pm 9,07$ kg and $73,71 \pm 8,19$ kg after exercise and the percentage of body fat is found to be $38,48 \pm 5,43\%$ before exercise and $35,79 \pm 4,47\%$ after exercise. Body weight, body mass index and decrease in fat percentage in the study group are statistically significant ($p < 0.05$). Body weight, body mass index and decrease in fat percentage in the control group are not statistically significant ($p < 0.05$).

8 weekly step-aerobic exercises regularly applied for 1 hour 3 days in a week are found to be effective in reducing body weight and fat percentage in sedentary women. Sedentary women are advised to perform step aerobic exercises for 1 hour 3 days in a week if step aerobic exercises are performed with 40-60% of maximal heart rate.

Germe Egzersizlerinin Tenisçilerde Yer Vuruş Performansına Ve Çevikliğe Olan Etkisi

¹Mustafa Kaya, ¹Metin Polat

¹Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Kayseri

Email : mkaya@erciyes.edu.tr, polat.metin@gmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışmada, tenisçilerin 6 hafta süreyle uyguladıkları germe egzersizlerinin yer vuruş performansına ve çevikliğe olan etkisi araştırıldı.

Yöntem: Çalışmaya, 18-23yaş arasında toplam 40 tenisçi gönüllü olarak katıldı. Katılımcıların 10'u bayan olmak üzere 20 gönüllü kontrol grubu, 10'u bayan olmak üzere 20 gönüllü ise deney grubu olmak üzere iki gruba ayrıldı. Erkek gönüllülerin yaş, boy uzunluğu ve vücut ağırlığı değerleri deney grubunda sırasıyla $20,60 \pm 1,34$ yıl, $173,20 \pm 4,04$ cm, $67,40 \pm 4,19$ kg iken kontrol grubunda $20,60 \pm 1,50$ yıl, $174,20 \pm 3,73$ cm, $68,00 \pm 4,32$ kg olduğu tespit edilmiştir. Bayan gönüllülerin yaş, boy uzunluğu ve vücut ağırlığı değerleri deney grubunda sırasıyla $19,70 \pm 0,82$ yıl, $167,00 \pm 3,23$ cm, $55,10 \pm 4,58$ kg iken kontrol grubunda $20,20 \pm 0,91$ yıl, $167,80 \pm 2,97$ cm, $56,10 \pm 4,58$ kg olduğu tespit edilmiştir. Kontrol grubuna 6 hafta boyunca rutin tenis antrenmanları uygulanırken, deney grubuna ise tenis antrenmanlarına ilave olarak PNF, statik ve dinamik germe egzersizleri quadriceps, gastrocnemius, hamstring ve kalça fleksör kaslarına 90'ar saniye süresince tut-gevşe tekniğiyle uygulandı. Çevikliğin ölçülmesi T testi, yer vuruş performansı hewitt testi ile belirlendi. Grupların ön test ve son test değerlerinin karşılaştırılmasında Wilcoxon Signed Rank Test, grupların birbirleriyle karşılaştırılmasında ise Mann-Whitney U testi uygulandı. Anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak belirlendi.

Bulgular: Deney grubunda hem erkek hem de bayanlarda Hewitt testi ön test son test değerleri anlamlı farklılık gösterirken ($p < 0,05$), çeviklik testi değerlerinde anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir ($p > 0,05$). Kontrol grubunda hem erkek hem de bayanlarda Hewitt testi ön test son test değerleri anlamlı farklılık gösterirken ($p < 0,05$), çeviklik testi erkeklerde anlamlı ($p < 0,05$), bayanlarda ise anlamlı bir fark göstermemiştir ($p > 0,05$). Deney grubu ve kontrol grubunun ön test değerlerinin karşılaştırılmasına göre, erkeklerde hewitt testi sonuçları anlamlı iken ($p < 0,05$), diğer değerler anlamlı bulunmamıştır ($p > 0,05$). Deney grubu ve kontrol grubunun son test değerlerinin karşılaştırılmasına bakıldığında ise anlamlı bir sonuç tespit edilmemiştir ($p > 0,05$).

Sonuç ve Kaynaklar: Sonuç olarak, yapılan bu çalışmada, hem tenis hem de germe egzersizlerinin birlikte uygulanması vuruş kuvvetinde olumlu bir etki oluştururken, çeviklik üzerinde olumsuz bir etki oluşturduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte sadece tenis egzersizlerinin uygulanması, hem vuruş kuvvetinde hem de çeviklik üzerinde olumlu bir etki oluşturmuştur. Key words: Stretching Exercise, Tennis, Hewitt test, Agility.

The Effects Of Streching Exercises On Groundstroke Performance And Agility On Tennis Players

Introduction: In this study, it has been investigated the effects of stretching exercises applied for six weeks of tennis players on groundstroke performance and agility.

Methods: Ages between 18-23, total 40 tennis players have voluntarily participated into the study. Participants were divided into two groups: 10 female and 10 male were in control group while 10 female and 10 male were in test group.

While routine tennis exercises have been applied throughout six weeks in control group, both stretching and tennis exercises have been applied in test group. In the comparison of groups in pre-test and post-test values, Wilcoxon Signed Rank Test from non-parametric tests was used, and in the comparison of groups with each other, Mann-Whitney U test was used. Significance level is determined as $p < 0.05$. In test group, while Hewitt test results have shown significant difference in pre test and post test values both in males and females ($p < 0.05$), there has not been observed any significant difference in agility test results ($p > 0.05$). In control group, while Hewitt test results have shown significant difference in pre tests and post test values both in males and females ($p < 0.05$), the agility test has not shown significant difference in females ($p > 0.05$), but it has shown significant differences in males ($p < 0.05$). According to the comparison of pre-test results of control and test group, while the Hewitt test results are significant at males ($p < 0.05$), other values were not found significant ($p > 0.05$). When the post results of control and test groups were compared, there has not been detected any significant result ($p > 0.05$).

Results: As a result, in this study it has been understood that when both tennis and stretching exercises were applied together, they have a positive effect on groundstroke performance, but have a negative effect on agility. In addition, applying only tennis exercises has a positive effect on both groundstroke performance and agility.

Keywords: Stretching Exercise, Tennis, Hewitt test, Agility.

PB243

Elit Taekwondoculara Ağırlık İpi ve Stabilizasyon Antrenman Programlarının Alt Ekstremitte Performansı Üzerine Etkisi

¹Ceren Suveren Erdoğan, ¹Fatmanur Er, ²Gökhan İpekoğlu, ³Ferhat Güder, ⁴Gül Baltacı, ⁵Mitat Koz ,
¹Filiz Fatma Çolakoglu

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Ankara

²Sinop Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi , Sinop

³Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu ,Bartın

⁴Özel Güven Hastanesi, Fizik Tedavi Ve Rehabilitasyon Bölümü , Ankara

⁵Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : cerensuveren86@gmail.com, cerensuveren86@gmail.com, lider83@hotmail.com, gokhanipekoglu@hotmail.com, ferhatguder1981@gmail.com, ybaltaci@hacettepe.edu.tr,

Amaç: Çalışmanın amacı elit taekwondocular üzerinde uygulanan 12 haftalık ağırlık ipi antrenmanı ve stabilizasyon antrenmanının alt ekstremitte performansı üzerindeki etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışma en az 3 yıldır profesyonel olarak taekwondo branşıyla ilgilenen 31 sporcunun katılımıyla gerçekleştirildi. Denekler ağırlık ipi antrenman grubu (İA) (n = 8), stabilizasyon antrenman grubu (SA) (n = 14) ve kontrol grubu (K) (n = 9) olmak üzere rastgele seçim yöntemi ile 3 gruba ayrıldı. Çalışmada ön test ve son test yöntemi kullanıldı. Alt ekstremitte performansı, wingate testi, dikey sıçrama testi, 20 metrelik sprint testi, T testi ve uzun atlama testi kullanılarak ölçüldü. İstatistiksel analiz, Mann-Whitney U ve Kruskal-Wallis grup karşılaştırma testleri kullanılarak yapıldı.

Bulgular: Temel karakteristik özellikler arasında İA, SA ve K grupları arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır ($p > 0.05$). İA ve SA gruplarının dikey sıçrama, t-test, 20 m sprint ve durarak uzun atlama parametrelerinin antrenman sonrası ortalamalarında antrenman öncesine göre ($p < .05$ - $p < .01$) düzeyinde anlamlı derecede farklılıklar tespit edilmiştir. Kontrol grubunda ise herhangi bir farklılığa rastlanmamıştır ($p > .05$). Gruplar arasında ise, İA ve SA grubu kontrol grubuna göre sıçrama ,çeviklik, hız değerlerinde ve yüzdelik ortalamalarında anlamlı fark gözlemlenmiştir ($p < .05$ - $p < .01$). Wingate Anaerobik Performans değerlerinde ve yüzdelik ortalamalarında gruplararası karşılaştırmada anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p > 0.05$). Üç grubun antrenman öncesi ve sonrası ortalamalarında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p < .05$).

Sonuç olarak, 12 haftalık antrenman programı sonucunda gruplar arasında bir farklılık yokken, en yüksek değerler İA grubunda gözlemlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Çeviklik, Sıçrama Antrenmanı, Performans, Taekwondo, Alt ekstremitte.

The Effect Of Weighted Rope - Jump And Stabilization Training Program On Lower Extremity Power Performance in Elite Taekwondo Practitioners

Purpose: The purpose of this study is to compare the effects of 12-week standard versus weighted rope-jump and stabilization training program on lower extremity performance in elite taekwondo practitioners.

Methods: Thirty- one taekwondo practitioners with at least three years of experience were included in this study. Subjects were randomly separated into three study groups; Weighted rope-jump (WRJ) training (n = 8), stabilization training (n = 14) and control group (n = 9). All subjects were assessed at baseline and after 12-week training. Lower extremity performance was measured by using wingate test, vertical jump test, 20-meter sprint test, T-test, and long jump test. Statistical analysis were done by using the group comparison tests Mann- Whitney U and Kruskal-Wallis.

Results: There were no significant differences in baseline characteristics between the groups WRJ, ST and C ($p > 0.05$). There was a significant difference between the pre-training and post-training mean values of the vertical jump, t-drill, 20 m sprint and standing long jump parameters of WRJ and ST groups ($p < .05$ - $p < .01$). No differences were found in the control group ($p > .05$). There were significant differences between the experiment groups (WRJ and ST) and the control group in terms of mean and percentile jump, agility, velocity values ($p < .05$ - $p < .01$). There was no significant difference in Wingate anaerobic performance values and the mean percentile values between the groups ($p > 0.05$). There was a significant difference between the mean pre- and post-training values of the three groups ($p < .05$).

In conclusion, while there was no difference between the groups at the end of the 12-week training program, the highest values were observed in the WRJ group.

Keywords: Agility, Jumping, Training, Performance, Taekwondo, Lower extremity.

PB254

Boksörlerin Bench Press Maksimal Kuvvet'in %60 Şiddetindeki Güç Çıktılarının Tekrar Sayıları Açısından Değerlendirilmesi

¹Aylin Göz, ¹Rıdvan Çolak, ²Eda Agascioglu

¹Ardahan Üniversitesi, Ardahan

²Çankaya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara

Email : colak.ridvan@gmail.com, aylingoz27@hotmail.com , colak.ridvan@gmail.com, edaagascioglu@gmail.com

Giriş ve Amaç: Direnç çalışmalarını yüksek hızlarda uygulamak güç antrenmanı olarak bilinir ve güç pek çok spor dalında performansın önemli bir belirleyicisidir. Bu çalışma antrenmanlı erkek boksörlerin maksimal kuvvet (1TM)'in %60 şiddetindeki güç verilerini tekrar sayıları açısından incelemeyi amaçlamaktadır.

Gereç ve Yöntem: Araştırmaya, düzenli olarak antrenman yapan Ardahan ilindeki 9 erkek boksör (yaş=23,56±3,82yıl; boy=1,77±0,64m boy; vücut ağırlığı=73,34±12,02 kg; vücut kitle indeksi=23,50±3,04 kg/m²) gönüllü olarak katılmıştır. Bench press maksimal kuvvet değeri doğrudan bir tekrar maksimum (1TM) yöntemiyle belirlenmiştir. 1 TM %60 şiddetindeki güç değerleri, kaldırılan ağırlığın süresi ve mesafe dikkate alınarak hesaplanmıştır [Güç= %60 1TM x (yol/zaman)]. Bench press hareketi, 1 ile 9 tekrar arasında uygulanarak tekrar aralarında 3-5 dk dinlenme verilmiştir. Ağırlığın ne kadar sürede kaldırıldığı fotosel yardımıyla tespit edilmiştir (Sport Expert, Tümer Mühendislik, Ankara/TÜRKİYE). Veriler, bağımlı gruplarda t testi ile 0,05 anlamlılık düzeyi dikkate alınarak incelenmiştir. Bulgular: Bench pres 1 TM'nin %60 şiddetinde 1 ile 9 tekrar arasında ortaya konan ortalama güç değerleri arasında sadece 5-6, 7-8, 8-9 tekrarlar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir (p>0.05), bunun dışındaki tekrarlar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır (p<0.05).

Sonuç: Erkek boksörlerin bench pres hareketini 1TM'nin %60 şiddetinde patlayıcı bir şekilde çalışmaları durumunda, tekrar sayılarının en az 1-5 arasında olması güç gelişimine dönük daha iyi sonuçlar ortaya çıkarabilir.

Anahtar Kelimeler: 1 Tekrar Maksimum, Güç, Bench Press

Kaynaklar: 1. Aşçı, A., Açıkada, C., (2007). Power Production Among Different Sports With Similar Maximum Strength. The Journal of Strength and Conditioning Research, 21, 10-16. 2. Bompa TP, Haff GG. Periodization Teory and Methodology of Training Fifth Edition. IL. USA: Human Kinetic Champaign;2009; p 272- 273 3. Haff GG, Nimphius S. Training Principles for Power. Strength and Conditioning Journal. 2012; 34 (6) :2-12. doi: 10.1519/SSC.0b013e31826db467

Evaluation of Power Outputs of 60% Maximal Strength on Trained Male Boxers in Terms of Number of Repetitions

Introduction and Aim: High-velocity resistance training, also referred to as power training. Power is an important determinant of performance in many sports. This study aim at evaluation power outputs of 60 % maximal strength trained male boxers in terms of number of 1 to 9 repetitions.

Material and Methods: A total of 9 volunteer boxers (age=23.56±3.82 years; height=1,77 ± 0,64 m; body weight=73.34 ± 12.02 kg, body mass index =23,50 ± 3.04 kg/m²) who regularly trained participated in this work. Bench press maximal strength values was determined by directly one repetition maximum (1RM) method. The power ratings were calculated by considering the 60% weight of 1 RM, the duration of the lift being carried, and the distance covered [power= 60% 1TM x (distance/time)]. In the 1 to 9 repetitions of bench press, repeat intervals varied between 3 to 5 minutes. The duration of the lift being carried out was identified with the aid of photocell (Sport Expert, Tümer Engineering/Turkey). The data were analyzed using the paired t-test with a statistical software (SPSS version 15.0). When not specified, p<0.05 was considered significant.

Results: Mean power values, which are derived from 1 to 9 repetition of bench press (1RM) based on 60 % power, are not statistically significant (p>0.05) between repetitions 5 to 6, 7 to 8, 8 to 9, but statistical values are significantly meaningful (p<0.05) in the other repetitions.

Conclusion: In the case of bench press of the male boxers exercising at the 60% of 1TM would contribute much to development of power, which is between at least 1 to 5 repetitions.

Keywords: One Repetition Maximun, Power, Bench Press References: 1. Aşçı, A., Açıkada, C., (2007). Power Production Among Different Sports With Similar Maximum Strength. The Journal of Strength and Conditioning Research, 21, 10-16. 2. Bompa TP, Haff GG.

Çankırı İlinde Yaşayan Obez Ev Hanımlarında 12 Haftalık Aerobik Egzersizin Beden Kitle İndeksi Üzerine Etkisinin İncelenmesi

¹Ayça Genç, ²Mehmet Söyler, ³Raif Zileli

¹Muş Alparslan Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Muş

²Çankırı Karatekin Üniversitesi Yapraklı MYO, Çankırı

³Bilecik Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu, Bilecik

Email : a.genc@alparslan.edu.tr, mehmetsoyler@karatekin.edu.tr, raif.zileli@bilecik.edu.tr

Amaç: Bu çalışmada, obez ev hanımlarında 12 haftalık yürüyüş egzersizinin Beden Kitle İndeksi üzerine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Materyal ve Metod: Çalışmaya son altı ayda düzenli olarak egzersiz yapmamış ve egzersiz yapmasına engel olacak düzeyde herhangi bir sağlık problemi olmayan 34 gönüllü obez ev hanımı katıldı. Çalışmaya katılan gönüllülerin (n=34), yaş ortalamaları (39,3 ± 11,3 yıl), boy uzunluklarının ortalamaları (166,4 ± 8,5 cm) ve vücut ağırlıklarının ortalamaları (82,44 ± 15,02) olarak tespit edildi. Gönüllülere, 12 hafta boyunca haftada 4 gün, günde 50 dk Karvonen formülüne göre %75 egzersiz şiddetinde yürüyüş egzersiz programı uygulandı. Gönüllülerin beden kitle indeksleri, 12 haftalık yürüyüş programının başında ve sonunda alınan boy uzunluğu ve vücut ağırlığı ölçümleri ile hesaplandı. Veriler SPSS 17.0 istatistik paket programı ile analiz edildi. İstatistik hesaplamalarında Wilcoxon Testi yapıldı ve anlamlılık değeri p<0.05 olarak alındı.

Bulgular: Yapılan istatistiksel analizler sonucu gönüllülerin ön test- son test değerlerine bakıldığında Beden Kitle İndeksi (z=-4,57, p<0,05) değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Sonuç: Sonuç olarak, obez ev hanımlarında 12 haftalık aerobik tarzda yapılan yürüyüş egzersizin Beden Kitle indeksi üzerine pozitif etkileri olduğu saptanmıştır. Bu nedenle doğru şiddette yapılan yürüyüş egzersizinin Beden Kitle İndeksi düzenlenmesi açısından etkili olduğu söylenebilir. Anahtar Kelime: Obez, Kadın, Beden Kitle İndeksi, Yürüyüş

Kaynaklar: 1-World Health Organisation (WHO). Obesity: Preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO consultation on obesity. Geneva, 3–5 June 1997. (Geneva: World Health Organisation, 1998 WHO/NUT/NCD/98:1.2 2-Allison DB, Saunders SE. Obesity in North America: An overview. Med Clin North Am 2000; 84: 305-32.) 3-Başkal N. Obezite. İçinde: Erdoğan G (ed) Klinik Endokrinoloji. Ankara: 2003:325-53 4-3-Aykut M, Öztürk Y, Özer A, Aslan A. Erişkin Kadınlarda Şişmanlık Durumu ve Şişmanlığı Etkileyen Bazı Faktörler. 8. Ulusal Halk Sağlığı Kongre Kitabı, 23-28 Eylül 2002: Diyarbakır:744-47 5-Arslan C, Ceviz D. Ev Hanımı ve Çalışan Kadınların Obezite Prevalansı ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Değerlendirilmesi

Study On The Effects Of 12-Week Aerobic Walking Exercise On Body Mass index in Obese Housewives in Çankırı Province

Objective: The aim of this study is to investigate the effects of 12-week aerobic (walking) exercise on body mass index in obese housewives in Çankırı province.

Materials and methods: 34 voluntary obese housewives without any health problems that prevent them from doing exercise who did not exercise regularly and had a diet program of their own participated in the study. The mean age of the subjects (n=34) was 39.3 ± 11.3 years and their mean height was 166.4 ± 8.5 cm. The subjects participated in a 60-75 minutes long aerobic (walking) exercise programme for 4 days a week, for 12 weeks. The measurements of the body compositions of the subjects before and after the exercise was performed via bioelectrical impedance (BIA) method. The data were analyzed using the statistical package program SPSS 17.0. Statistical calculations were made using Wilcoxon Test and $p < 0.05$ was taken as the significance value.

Results: After the statistical analysis, statistically significant difference was detected between the preliminary and final test values of the subjects in terms of Body Weight ($z=-5.08$, $p<0.05$), Waist Circumference ($z=-5.08$, $p<0.05$), Body Fat Percentage ($z=-4.71$, $p<0.05$), Visceral Organ Fat Percentage ($z=-5.08$, $p<0.05$), Body Muscle Percentage ($z=-2.44$, $p<0.05$) and Body Mass Index ($z=-4.57$, $p<0.05$).

Conclusion: In conclusion, it was found that 12-week long aerobic (walking) exercise had positive effects on body composition in obese housewives. Thus, it can be said that aerobic exercise is effective in regulating the body composition.

Keywords: Obese, Women, Body Composition, Aerobic Exercise

Kaynaklar: 1-World Health Organisation (WHO). Obesity: Preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO consultation on obesity. Geneva, 3–5 June 1997. (Geneva: World Health Organisation, 1998 WHO/NUT/NCD/98:1.2 2-Allison DB, Saunders SE. Obesity in North America: An overview. Med Clin North Am 2000; 84: 305-32.) 3-Başkal N. Obezite. İçinde: Erdoğan G (ed) Klinik Endokrinoloji. Ankara: 2003:325-53

Derinlik Sıçraması Optimal Platform Yüksekliği İle Anaerobik Güç İlişkisinin Belirlenmesi

¹Burak Gündoğan, ²Menderes Kabadayı, ³Hüseyin Özkamçı, ¹Faruk Yamaner

¹Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum

²Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun

³Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri Ve Teknolojisi Yüksekokulu, İzmir

Email : burakgundogan@hotmail.co.uk, menderes@omu.edu.tr, huseyin.ozkamci@deu.edu.tr, yamanerf@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışma, 19-26 yaş erkek basketbol ve hentbolcularda derinlik sıçraması optimal platform yüksekliği ile anaerobik güç ilişkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Çalışmaya Aksaray Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulunda okuyan lisanslı ve aktif olarak spor hayatını devam ettiren yaş ortalamaları $22,07 \pm 2,19$ yıl, boy ortalamaları $191,20 \pm 10,11$ cm, vücut ağırlıkları $89,51 \pm 12,13$ kg, vücut yağ oranları $\%12,39 \pm 4,66$, antrenman yaşları $12 \pm 2,07$ yıl olan 15 erkek sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Deneklere 4 farklı platform yüksekliğinden (20 cm, 30 cm, 40 cm, 50 cm) eller belde olmak suretiyle derinlik sıçraması yaptırılmıştır. Derinlik sıçrama değerlerinin belirlenmesi Sport Expert SE-JT 100 sıçrama ölçer cihazı kullanılarak yapılmıştır. Sıçrama yüksekliği ve havada kalış süresi incelenmiştir. Anaerobik güç ölçümü ise, 6x35 metre tekrarlı anaerobik sprint testi (RAST) ile yapılmıştır. Deneklerin anaerobik güç verileri, RAST sonuçlarına göre hesaplanmıştır. Her bir sporcu için elde edilen derinlik sıçraması optimal platform yüksekliği ve anaerobik güç parametreleri arasındaki ilişki Sperman Korelasyonu Testi ile değerlendirilmiştir. Tüm işlemler SPSS 17 paket programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: Yapılan analiz sonucunda derinlik sıçraması optimal platform yüksekliği ile maksimal anaerobik güç parametreleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı pozitif yüksek ilişki tespit edilmiştir ($r=0,87$, $p<0,05$, $p<0,01$).

Sonuç: Elde edilen verilerin ışığında, derinlik sıçraması optimal platform yüksekliği ile anaerobik güç parametreleri arasındaki ilişki düşünüldüğünde, optimal platform düşüş yüksekliğinin anaerobik güç parametresini ciddi anlamda temsil ettiği ve anaerobik güç yerine kullanılabilir bir parametre olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Anaerobik güç; Basketbol; Derinlik sıçraması; Hentbol

Determination Of The Relationship Between The Optimal Platform Height Of A Depth Jump And Anaerobic Power

Introduction and Aim: The present study was conducted to determine the relationship between the optimal platform height of a depth jump and anaerobic power in basketball and handball male players at the age of between 19 and 26.

Method: 15 licensed male student athletes, who were actively engaged in sports, from the Academy of Physical Education and Sports of Aksaray University voluntarily participated in the study. Of the athletes, average of the age was 22.07 ± 2.19 years, average of the height was 191.20 ± 10.11 cm, body weight was 89.51 ± 12.13 kg, body fat percentage was $\%12.39 \pm 4.66$ and the training age was

12±2.07 years. The subjects were instructed to perform depth jumps from a platform with 4 different heights (20 cm, 30 cm, 40 cm, and 50 cm) with akimbo position. Sport Expert SE-JT 100 jump meter was used to obtain the values of depth jumps. The height of jump and the endurance were measured. A 6x35 m running-based anaerobic sprint test (RAST) was used to measure anaerobic power. Anaerobic power data of subjects was calculated by result from RAST. The relationship between optimal platform height and anaerobic power parameters obtained for each athlete was assessed by the Sperman Correlation Test. All calculations were performed using SPSS 17 packet program.

Results: A statistically significant positive high relationship between the optimal platform height of depth jumps and maximal anaerobic power parameters was found ($r=0.87$, $p<0.05$, $p<0.01$).

Conclusion: In the light of the data obtained and in consideration of the relationship between the optimal platform height of depth jumps and anaerobic power parameters, it is considered that fall height of optimal platform actually represents the anaerobic power parameter and this parameter can be substituted with anaerobic power.

Keywords: Anaerobic power; Basketball; Depth jump; Handball

Futbol Antrenörlerinin Yeterlilikleri ve Futbolcuların Algılarının Araştırılması

¹Kemal Göral, ¹Özcan Saygın, ¹Halil İbrahim Ceylan

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla

Email : kgoral@mu.edu.tr, osaygin@mu.edu.tr, halil.ibrahimceylan60@gmail.com

Bu çalışma, Futbol antrenörlerinin yeterlilikleri ve futbolcuların algılarını araştırmak amacıyla yapılmış ve Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Koordinasyon Birimi tarafından 15/221 proje numarası ile desteklenmiştir. Çalışmaya, profesyonel ve amatör liglerde oynayan 512 futbolcu ile bu liglerde aktif olarak görev yapan 51 antrenör olmak üzere toplam 563 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmadan elde edilen veriler SPSS programında kaydedilmiştir. İstatiksel analiz sonucunda; güdüleme yeterliliği, teknik öğretme yeterliliği, müsabaka stratejileri yeterliliği, karakter oluşturma yeterliliği alt boyutlarında ve toplam antrenör yeterliliği puanlarında istatistiksel olarak, antrenörler lehine anlamlı fark tespit edilmiştir ($p<0,05$). Antrenörlerin yeterlilik puanları arasındaki ilişkiler incelendiğinde, müsabaka stratejileri yeterliliği ile karakter oluşturma yeterliliği arasında bir ilişkiye rastlanmazken ($p>0,05$), antrenör yeterlilik ölçeğinin diğer alt boyutlarının birbirleri ile istatistiksel olarak anlamlı düzeyde pozitif ilişkiye sahip oldukları ($p<0,05$); futbolcuların antrenör yeterliliği puanlamalarına göre, antrenör yeterlilik ölçeğinin tüm alt boyutlarının birbirleri ile istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ($p<0,05$) pozitif ilişkide bulundukları tespit edilmiştir. Sonuç olarak, güdüleme, teknik öğretme, müsabaka stratejileri ve karakter oluşturma yeterliliklerinden oluşan antrenör yeterliliklerinin, antrenörlerin, sporcularının ve takımlarının performansları üzerinde önemli etkisinin olduğu, bu yüzden antrenörlerin performanslarının yükseltilmesi, daha iyi gelişim gösterebilmeleri ve futbolcuların algılarının daha pozitif olabilmesi için ilgili kurum ve kuruluşların eğitim seminerlerine önem vermelerinin oldukça yararlı olacağı düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Futbol, Antrenör, Yeterlilik, Futbolcu

Investigation Of Efficacy Of Soccer Coaches And Perception Of Soccer Players

This study was conducted in order to investigate the efficacy of soccer coaches and perception of soccer players and It was supported by Muğla Sıtkı Koçman University Scientific Research Projects Coordination Unit with project number 15/221. A total of 563 volunteers (512 soccer players who played in professional and amateur leagues and 51 soccer coaches who worked actively in these leagues), participated in the study. Data obtained from the study were recorded in the SPSS program. At the end of the statistical analyze; statistically significant difference was found in sub-dimensions of coach efficacy scale in favor of coaches in terms of motivation efficacy, technical teaching efficacy, competition strategies efficacy, character formation efficacy and total coach efficacy score ($p<0,05$). When the relationships between efficacy scores of soccer coaches were examined, it was found that there was no relationship between competition strategies efficacy and character formation efficacy ($p>0,05$), other subscales of coach efficacy scale had a statistically significant positive correlation with each other ($p<0,05$); according to the scores of the coach efficacy of the soccer players, it was determined that all the subscales of the coach efficacy scale were statistically positively correlated with each others. As a result, the coach efficacy which consisting of motivation, technical teaching, competition strategies and character formation efficacy had significant effects on the performances of their coaches, athletes and teams, so that, in order to increase the performance, to be able to show better development of soccer coaches and to be more positive of soccer players' perceptions, it is thought that it will be very useful for relevant institutions and organizations giving importance to the training seminars.

Keywords: Soccer, Coach, Efficacy, Soccer

Halk Oyunu Oynayan ve Oynamayan Çocukların Cinsiyet ve Yaş Gruplarına Göre Eurofit Test Bataryası ile Fiziksel Uygunluk Özelliklerinin Değerlendirilmesi

¹Gamze Erikoğlu Örer, ¹Gözde Algün Doğu

¹Ankara, Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor Bilimleri Bölümü, Ankara

Email : basketball.08@hotmail.com, gzdalgn@hotmail.com

Giriş ve Amaç:Halk oyunlarında hareketlerin fiziksel aktiviteler olması sebebiyle hareket ve antrenman bilimi alanıyla yakın ilişkide olduğu bilinmektedir¹.Fiziksel uygunluğun ölçülmesinde amaç; bireylerin potansiyellerinin belirlenmesi, bu doğrultuda bireylerin ihtiyaçları da dikkate alınarak egzersiz programları hazırlanması ve belirli aralıklarla ölçümlerin tekrarlanarak programların amaçlarına ulaşip ulaşmadığının tespit edilmesidir². Bu çalışmanın amacı; 7–12 yaş çocuklarda cinsiyet ve yaş gruplarına göre Eurofit test bataryası ile fiziksel uygunluk parametrelerinin değerlendirilmesi ve fiziksel normlarının; halk oyunlarını oynayan çocuklar ile oynamayanların karşılaştırılmasıdır.

Yöntem:Ölçümler en az 1 yıldır halk oyunu çalışmalarına katılan çocuklar ile sedanter 7-12 yaş kız ve erkek 50 öğrenciye uygulanmıştır. Çocukların ailelerinden aydınlanmış onamları alınmış ve çocuklar gönüllü olarak katılmışlardır. Ayrıca AYBÜ'den etik kurul raporu alınmıştır. Eurofit test bataryasına göre; denge, sağlık topu fırlatma, otur-uzan, mekik testi, dikey sıçrama, 20m. sürat, durarak uzun atlama ve el-pençe kuvveti testleri yapılmıştır. Ölçümler Mann Whitney- U testi ile değerlendirilmiş, anlamlılık düzeyi 0. 05 kabul edilmiştir. Bulgular:Halk oyunu oynayan kız çocuklar ile oynamayan kız çocuklarının vücut ağırlığı-BMI değerlerinde anlamlı fark bulunmuştur (p<0.05). Halk oyunu oynayan erkekler ile kızların esneklik-mekik değerlerinde istatistiksel anlamlı fark bulunmuştur (p<0.05). Halk oyunu oynamayan erkekler ile kızların sürat değerleri karşılaştırıldığında anlamlı fark bulunmuştur (p<0.05). Halk oyunu oynayan kızlar ile oynamayan kızların sağlık topu fırlatma, dikey sıçrama(anaerobik güç), mekik, sürat ve uzun atlama değerleri istatistiksel açıdan karşılaştırıldığında anlamlı fark bulunmuştur(p<0.05) .

Sonuç:Halk oyunlarında hareketlerin, müzik ile uyum içinde olması, zorluk derecesi yüksek hareketlerin beceri gerektirmesi, uzun süreli performansların birçok motorik özelliklerin gelişmesine katkıda bulunduğu görülmüştür. Halk oyunları hareketleri sayesinde vücudunu daha koordineli kullanabilen çocuklarda kilo ve boy orantısı gibi değişkenlerin dengelendiği görülmekte, belli bir dönem halk oyunları oynatıldıktan sonra çocukların kuvvet, esneklik, sürat, sıçrama, anaerobikgüç, denge becerilerinin gelişimi açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

1.Gerek,Z.,(2007).HalkOyunlarıveSporEğitimiAlanÜniversiteÖğrencilerininFizikselUygunluklarınınEurofitileKarşılaştırılması,GaziÜniversitesiSağlıkBilimleriEnstitüsüBedenEğitimi ve SporAnabilim Dalı,DoktoraTezi,Ankara.

2.AkgünN.EgzersizFizyolojisi.Ankara:GSGMYayınıNo:75Cilt1–3,1989: 201

Assessment of Physical Fitness Characteristics of the Children Performing and not Performing Folk Dances with Eurofit Fitness Testing Battery with respect to Gender and Age Groups

Introduction and Aim: The aim of this study is to assess physical fitness parameters and physical norms of the children aged 7-12 year-old with Eurofit Fitness testing battery with respect to gender and age groups by comparing with those who do not perform folk

dances.

Method: The measurements has been made on total of 50 sedentary male and female children who are aged between 7-12 year-old and performing folk dances for at least 1 year. Informed consent of the children has been obtained from their guardians and children have participated willingly. In addition, ethical committee report has been obtained from Ankara Yıldırım Beyazıt University. According to Eurofit testing battery, measurements are carried out by performing flamingo balance test, throwing medicine ball, sit-and-reach, sit-up, vertical jump, 20 m. sprint, standing long jump and hand grip tests in given order. Measurements are assessed with Mann Whitney-U test, level of significance has been regarded as 0.05.

Findings: There is a significant difference between body weight-BMI values of female children performing folk dances and those not performing folk dances ($p<0.05$). There is a statistically significant difference observed between male and female children who perform folk dances ($p<0.05$). There is a significant difference between speeds of male and female children who perform folk dances ($p<0.05$). There is also a significant difference between female children performing folk dances and those not performing in the results of throwing medicine ball, vertical jump (anaerobic power), sit-up, agility and long jump when compared statistically ($p<0.05$) .

Result: It is observed that movements being in harmony with music, high difficulty level poses requiring skills, long term performances have contributed improvement of motor capabilities.

Farklı Klasmanlardaki Futbol Hakemlerinin Denge, Proprioepsiyon ve Fiziksel Performans Parametrelerinin Değerlendirilmesi

¹Mehmet Kağan Bingül, ²Barış Gürol

¹Şehit Murat Tuzsuz Mesleki Ve Teknik Anadolu Lisesi, Eskişehir

²Anadolu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

Email : mkaganbingul@gmail.com,

Giriş ve amaç: Bu çalışmanın amacı; farklı klasmanlardaki futbol hakemlerinin proprioepsiyon ve denge değerleri ile bazı fiziksel performans değerlerinin ilişkilerinin incelenmesidir. Araştırmaya; Türkiye Futbol Federasyonu'na (TFF) bağlı olarak hakemlik yapan 60 erkek futbol hakemi gönüllü olarak katılmıştır. Hakemler 3 gruba [(klasman hakemleri (KH) n=20, il hakemleri (İH) n=20, aday hakemler (AH) n=20] ayrılmıştır.

Yöntem: Futbol hakemlerine; antropometri, proprioepsiyon (omuz eklemi 30°, 80°, 130°) denge, esneklik, sıçrama ve çeviklik testleri uygulanmıştır. Verilerin analizi için One Way Anova testi uygulanmıştır. Post hoc Tukey testi ile gruplar arası farkın hangi gruptan kaynaklandığı araştırılmıştır. Klasman hakemlerinin hakem ve yardımcı hakem arasındaki farkları Mann Whitney U testi ile incelenmiştir.

Bulgular: Esneklik testi değeri KH için 27.43 ± 10.95 , İH için 28.40 ± 7.64 ve AH için 34.85 ± 6.05 olarak bulunmuştur. AH, İH ve KH'den istatistiksel olarak anlamlı şekilde daha esnek bulunmuştur ($p=0.015^*$). Çeviklik testi değeri KH için 2.44 ± 0.10 , İH için 2.58 ± 0.13 ve AH için 2.51 ± 0.14 olarak bulunmuştur. KH, İH'den istatistiksel olarak anlamlı şekilde daha çevik bulunmuştur ($p=0.004^*$). Boy uzunluğu ile yaş arasında ($r=0.343^{**}$, $p=0.007$), vücut ağırlığı ile boy uzunluğu arasında ($r=0.581^{**}$, $p=0.000$), vücut ağırlığı ile vücut kütle indeksi arasında ($r=0.839^{**}$, $p=0.000$), vücut ağırlığı ile vücut yağ yüzdesi arasında ($r=0.714^{**}$, $p=0.000$), vücut ağırlığı ile antrenman yaşı arasında ($r=0.264^*$, $p=0.042$), vücut ağırlığı ile yaş arasında ($r=0.394^{**}$, $p=0.002$), vücut kütle indeksi ile vücut yağ yüzdesi arasında ($r=0.811^{**}$, $p=0.000$), antrenman yaşı ile kinestetik denge arasında ($r=0.286^*$, $p=0.027$), antrenman yaşı ile yaş arasında ($r=0.702^{**}$, $p=0.000$) istatistiksel olarak pozitif yönlü ilişki vardır. Vücut ağırlığı ile esneklik arasında ($r=-0.292^*$, $p=0.024$), vücut yağ yüzdesi ile esneklik arasında ($r=-0.278^*$, $p=0.032$), yaş ile esneklik arasında ($r=-0.409^{**}$, $p=0.000$) istatistiksel olarak negatif yönlü ilişki vardır.

Sonuç: Çeviklik ve reaksiyon egzersizlerinin daha çok uygulanması ve antrenman içeriğinin bir parçası olması sonucuna bağlı olarak klasman hakemlerinde daha iyi çeviklik sürelerine ulaşılmıştır. Proprioepsiyon egzersizleri ile yaralanmaları önleme, çevre kontrolü ve saha algısının da gelişebileceği düşünülmektedir.

The Evaluation Of Balance, Proprioception And Physical Performance Parameters Of Soccer Referees From Different Divisions

Introduction: The purpose of this study was to investigate the relationship between proprioception, balance and athletic performance parameters of the soccer referees. Sixty male soccer referees from Turkish Football Federation (TFF) voluntarily participated to the study. The referees were divided into three groups [classifying referees n=20, province referee n=20, candidate referee n=20].

Methods: Anthropometry, shoulder proprioception, balance, flexibility, jumping and agility were tested. Tests were analyzed statistically with One Way Anova test and Post hoc Tukey test. Classifying referees analyzed statistically with Mann Whitney U test.

Results: In flexibility test, there was significantly differences between groups classifying referees 27.43 ± 10.95 , province referees 28.40 ± 7.64 and candidate referees 34.85 ± 6.05 ($p=0.015^*$). In agility test, there was significantly differences between groups

(classifying referees 2.44 ± 0.10 , province referees 2.58 ± 0.13 and candidate referees 2.51 ± 0.14) ($p=0.004^*$). There was significantly positive relationships between height-age ($r=0.343^{**}$, $p=0.007$), body weight-height ($r=0.581^{**}$, $p=0.000$), body weight-body mass index ($r=0.839^{**}$, $p=0.000$), body weight-body fat percent ($r=0.714^{**}$, $p=0.000$), body weight-training age ($r=0.264^*$, $p=0.042$), body weight-age ($r=0.394^{**}$, $p=0.002$), body mass index-body fat percent ($r=0.811^{**}$, $p=0.000$), training age-kinesthetic balance ($r=0.286^*$, $p=0.027$), training age-age ($r=0.702^{**}$, $p=0.000$) test results. There was significantly negative relationships between body weight-flexibility ($r=-0.292^*$, $p=0.024$), body fat percent-flexibility ($r=-0.278^*$, $p=0.032$), age- flexibility ($r=-0.409^{**}$, $p=0.000$) test results.

Conclusion: In conclusion, classifying referees have better agility test results. Proprioception test is an effective method to avoid injuries and area control awareness for soccer referees.

SUNULMADI

Artistik Cimnastikte Yunus Takla Hareketinin, Öne Salto Öğretimine Etkisinin İncelenmesi

¹Olca Mülazımoğlu, ¹Yakup Akif Afyon, ¹Mert Bakırsini

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla

Email : olcaymulazimoglu@yahoo.com, yaafyon@gmail.com, olcaymulazimoglu@mu.edu.tr

Amaç:Bu çalışmanın amacı artistik cimnastikte öne salto öğretimi sürecinde, öncelikle yapılan yunus takla öğretimi çalışmalarının etkisinin incelenmesidir.

Yöntem:Çalışmaya, düzenli olarak antrenmanlara devam eden 28 kız sporcu gönüllü ve ailelerinden izinli olarak katılmıştır. Rastgele yöntemle deney (n=14, yaş=8,07±0,27 yıl) ve kontrol grubu (n=14, yaş=8,79±0,43 yıl) oluşturulmuştur. Her iki grup da daha önce hiç öne salto ve yunus takla eğitimi almamıştır. Deney gurubu, haftada 2 gün birer saat süreyle 4 hafta yunus takla öğretimine katılmışlardır. Daha sonra deney ve kontrol gurubu birlikte 6 hafta öne salto öğretimine katılmışlardır. Öğretim sürecinin sonunda her iki gurup öne salto hareketini 2 defa uygulamışlardır. Uygulamalar kamera ile görüntülenmiştir. Her sporcunun öne salto hareketinin 10 safhada değerlendirildiği Öne Salto Öğrenme Düzeyi Ölçeğine (ÖSÖDÖ) göre, uzman antrenör 10 kriteri hareketin doğruluğuna göre en düşük 1 ve en yüksek 3 puan vererek değerlendirmiştir. Sporcunun en yüksek puan aldığı deneme değerlendirmeye alınmıştır. Denek ve kontrol grubunun öne salto uygulamasından aldıkları 10 kriter ve toplam puanlar arasında karşılaştırma analizleri yapılarak, 0,05 anlamlılık düzeyinde yorumlanmıştır.

Bulgular:Denek grubunun ÖSÖDÖ puan ortalamaları (X1=21,21±4,15) kontrol grubundan (X2=15,79±2,75) anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (t=4,08;p<0,05). Öne salto hareketi safhalarının 10 kriterde değerlendirilmesine baktığımızda, “K3. gövdenin bacaklara yaklaştırılması”, “K5.ellerin dizi kavraması”, “K7.açılma hareketi”, “K8.kontrollü yere iniş” ve “K9.hareket yüksekliği” kriterlerinden elde edilen puanlarda denek daha yüksek ve kontrol grubu ile arasında anlamlı fark bulunmuştur (p<0,05). “K1.çift ayakla yapılan sıçrama”, “K2. kalçanın yukarıya çekilmesi”, , “K4. başın göğse doğru çekilmesi”, “K6. dönüş hızının ayarlanması” ve “K10. yön hatası doğruluğu” kriterlerinden elde edilen puanlarda denek ve kontrol grubu arasında anlamlı fark yoktur (p>0,05).

Sonuç: Öne salto hareketinin uygulanış safhalarında özellikle yerle temas kesildikten sonra havada gerekli koordinatif safhaların gerçekleştirilmesi sürecinde yunus takla öğretimi uygulanan denek grubunun daha başarılı olduğu gözlenmiştir. Antrenörlere, artistik cimnastik sporcularına öne salto öğretiminden önce yunus takla hareketinin öğretilmesini önerebiliriz.

Examination of The Effects of Dive Roll Movement in Artistic Gymnastics, on Basic Somersault Training

Aim:The aim of this research is to examine the effects of Dive Roll Movement (DRM) in artistic gymnastics, on Basic Somersault Trainings (BST).

Methods:28 female athletes regularly continuing their training were voluntarily participated in the study by the consent of their families. Experimental group (n=14,age=8.07±0.27years) and control group (n=14,age=8.79±0.43years) were established by simple random sampling method.

Experimental group was participated in DRM training for 4 weeks for 2 days a week for one hour. Then, the experimental and control groups were participated in BST for six weeks together. At the end of the training period, both groups performed Basic Somersault (BS) twice. The expert trainer evaluated their performances by giving 10 points as a maximum value 3 points as a minimum value according to the accuracy of the movement by using The BST Level Scale (BSTLS), in which each athlete's BST were evaluated in 10 stages. The level of significance was 0,05.

Findings: The mean BSTLS scores of the experimental group ($X_1=21,21\pm4,15$) were significantly higher than the control group ($X_2=15,79\pm2,75$) ($t = 4,08$; $p < 0,05$). When the evaluation criteria of the BS movement phases is considered, the experimental group have higher in the points obtained from the criteria of "C3.attaching torso to the legs", "C5.grasping knees by hands", "C7.separation of the torso from legs", "C8.controlled landing" and "C9.height of the motion" and it was found that there was a significant difference between them and the control group ($p < 0.05$).

Results: It was observed that the subjects in experimental group who performed DRM were evaluated to be more successful, during the performance phase of the BS drills, especially during the coordination phase in taking off after the contact with the ground was cut off. It might be suggested that the coaches should teach DRM before BST.

Supramaksimal Eksantrik Kuvvet Egzersizleriyle Dominant Olan ve Dominant Olmayan Ekstremitelerde Oluşan Kas Hasarının Karşılaştırılması

¹Adem Yapıcı, ²Hasan Birol Yalçın, ³Güler Buğdaycı

¹Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Hatay

²Abant İzzet Baysal Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Bolu

³Abant İzzet Baysal Üniversitesi Tıp Fakültesi, Bolu

Email : ademyapici@mku.edu.tr, yalcin_h@ibu.edu.tr, gbugdayci@ibu.edu.tr

Son yıllarda egzersize bağlı kas hasarıyla ilgili araştırmalar hızla artmış ve bu konuda çok sayıda çalışma yayınlanmıştır. Bu çalışma supramaksimal eksantrik kuvvet egzersizleriyle dominant olan ve dominant olmayan ekstremitelerde oluşan kas hasarının karşılaştırılması amaçlı yapılmıştır. Çalışmaya herhangi bir kas- iskelet ve metabolik rahatsızlığı bulunmayan 10 erkek denek gönüllü olarak katılmıştır. Denekler A.İ.B.Ü. Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinden oluşmaktadır. Çalışma çapraz test modeli kullanılarak yapılmıştır. Dinlenik ve çalışmanın bitimini takip eden ilk dk., 6., 24., 48. ve 72. saatlerde venöz kan örnekleri alınmıştır. İstatistiksel analizler için Dominant olan ve dominant olmayan koldaki etkileşiminin belirlenmesi için Wilcoxon Signed Ranks Testi istatistiksel analizler için kullanılmıştır. Tüm analizler için anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir. İstatistiksel analizler, egzersiz sonrası Kreatin Kinaz (CK) aktivite düzeyinde dominant olan ve dominant olmayan kolda 24. ve 48. saatte anlamlı fark olduğunu göstermektedir ($p < 0,05$). Bununla birlikte, zaman aralıklarında Laktat Dehidrogenaz (LDH) aktivite düzeyinde dominant olan ve dominant olmayan kolda istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p > 0,05$). Sonuç olarak, elde edilen verilere göre her iki kolda da toparlanmanın gerçekleştiği, ancak dominant olan kolda dominant olmayan kola oranla daha hızlı bir toparlanmanın gerçekleştiği tespit edilmiştir.

To Comparison The Effects Of Supramaximal Eccentric Contractions On The Damage Of Muscle And Recovery Between Dominant And Non-Dominant Arm

In recent years, research on exercise-induced muscle damage increased rapidly, and many studies have been published on this subject. The purpose of the present study is to examine the effects of supramaximal eccentric contractions on the damage of muscle and recovery between dominant and non-dominant arm. Ten male subjects without any musculoskeletal and metabolic disorders voluntarily participated and they were university students in the School of Physical Education and Sport at Abant İzzet Baysal University. The study was conducted by using cross validation research design. Venous blood samples were taken from the subjects right after (1st minute) and at 6th minute, 24th, 48th, 72nd hours after muscle damaging exercise protocol as well as resting blood sample. Wilcoxon Signed Ranks test was used for statistical analysis to determine the differences between dominant and non-dominant arm. The significance level was set of $p < 0.05$ for all analyzes. Statistical analyzes showed statistically significant changes in serum Creatine Kinase (CK) activity for both dominant and non-dominant within time intervals of 48th and 72 hours ($p < .05$). However, there was no statistical significant difference in both dominant and non-dominant arm in terms of Lactate Dehydrogenase (LDH) activities within time intervals ($p > .05$). As a result, the data revealed that while the recovery occurred in both arms, it was faster in dominant than non-dominant arm.

The Relationships Between Arm-Span, Agility And Sprint Ability in Young Elite Basketball Players

²Gökhan İpekoğlu, ²Erkal Arslanoğlu, ²Ahmet Mor, ¹Ergün Çakır

¹Kafkas Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Spor Yüksekokulu , Kars

²Sinop Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Sinop

Email : ergn_cakir@hotmail.com, gokhanipekoglu@sinop.edu.tr, arslanoglu@sinop.edu.tr, ergn_cakir@hotmail.com

Basketball is a complex sport (Delextrat and Cohen, 2009; Meckell et al., 2009; Metaxas et al., 2009) which requires high intensity activities such as jumping (for rebounds, blocks and shots), turns, dribbles, sprints, screens and low intensity activities such as walking, stopping and jogging. The high intensity movements of basketball players are closely related to the development of strength, speed and agility (Castagna et al., 2007). The purpose of this study is to examine the relationship between arm-span, agility and sprint ability in young basketball players. Twelve male elite young basketball players participated in this study. The mean measurements gathered were as follows: age 15.15 ± 1.3 yrs; body height 186.88 ± 6.5 cm; body mass 71.3 ± 6.7 kg. The subjects were informed about the possible risks and benefits of the study and gave their informed consent to participate in this study. Anthropometric measurements (height, body weight, arm-span) was evaluated using the Tanita Body Analyzer, sprint ability was determined by single sprint performance (10 m), agility performance was measured using the T drill agility test. Statistically significant ($p < 0.01$) correlations were found between arm span and agility ($r = -0.378$, $p = 0.001$) and 10m sprint times ($r = -0.342$, $p = 0.004$). The correlation was significant between 10m sprint times and agility ($r = 0.300$, $p = 0.11$). The results of this study indicate that agility and sprint performance is depend on arm span. While a long arm span may influence negatively agility and sprint performance, development of agility or sprint performance effects positively each other. Coaches and trainers are advised to pay attention to the results of study for talent identification and development.

Futbol'da 3 Farklı Alt Yapı Spor Kulüplerindeki 10 -12 Yaş Grupların Sürat Testleri ve Son Vuruş(Bitiricilik) Testlerin Birbirleriyle Olan İlişkisi

²Yaşar Birgönül, ¹Fethi Uludağ

¹Süleyman Demirel Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Isparta

²Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü, Balıkesir

Email : ybirgonul@gmail.com, uludagfethi@gmail.com

Bu çalışmada Isparta da bulunan özel idare spor kulübü, Isparta Galatasaray futbol okulu ve batmanda bulunan Fenerbahçe futbol okulunda bulunan 10-12 yaş grubu arasındaki sporcular yer almıştır. Çalışma süresince toplam da 3 kulüpten 36 sporcu ile çalışılmıştır. Çalışmanın amacı kulüplere ait alt yapı oyuncularları arasındaki benzer ve farklı özellikleri ölçmek ve belirlemektir. Çalışma süresince sporculara uygulanan testler; 10-20-30-40-50 metre sürat testleri ve bitiricilik (son vuruş) testidir. Bu testler sonucunda elde edilen veriler spss16.0 programı ile istatistiksel olarak değerlendirilmiştir ve yanılma payı 0.05 olarak belirlenip uygulanmıştır.

Football in 3 Different Building Sports Club Relationship Between 10 -12 Years Of Gruppel Surgical Tests And Last Hit (Treatment) Tests

In this study, a sports club between Isparta and Isparta Galatasaray football school and Fenerbahçe soccer school in Batman, between 10- 12 age group, took place. A total of 36 athletes from 3 clubs worked during the study. It was to measure and determine similar and different characteristics among the infrastructure players of the working clubs. Tests applied to the athletes during the study; 10-20-30-40-50 meters speed test and finishing (last stroke) test. The data obtained as a result of these tests were evaluated statistically with the SPSS16.0 program and the error margin was determined and applied as 0.05.

PB361

Futbol'da 3 Farklı Alt Yapı Spor Kulüplerindeki 10 -12 Yaş Grupların Sürat Testleri ve Son Vuruş(Bitiricilik) Testlerin Birbirleriyle Olan İlişkisi

²Yaşar Birgönül, ¹Fethi Uludağ

¹Süleyman Demirel Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Isparta

²Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü, Balıkesir

Email : ybirgonul@gmail.com, uludagfethi@gmail.com

Bu çalışmada Isparta da bulunan özel idare spor kulübü, Isparta Galatasaray futbol okulu ve batmanda bulunan Fenerbahçe futbol okulunda bulunan 10-12 yaş grubu arasındaki sporcular yer almıştır. Çalışma süresince toplam da 3 kulüpten 36 sporcu ile çalışılmıştır. Çalışmanın amacı kulüplere ait alt yapı oyuncularları arasındaki benzer ve farklı özellikleri ölçmek ve belirlemektir. Çalışma süresince sporculara uygulanan testler; 10-20-30-40-50 metre sürat testleri ve bitiricilik (son vuruş) testidir. Bu testler sonucunda elde edilen veriler spss16.0 programı ile istatistiksel olarak değerlendirilmiştir ve yanılma payı 0.05 olarak belirlenip uygulanmıştır.

Football in 3 Different Building Sports Club Relationship Between 10 -12 Years Of Gruppel Surgical Tests And Last Hit (Treatment) Tests

In this study, a sports club between Isparta and Isparta Galatasaray football school and Fenerbahçe soccer school in Batman, between 10- 12 age group, took place. A total of 36 athletes from 3 clubs worked during the study. It was to measure and determine similar and different characteristics among the infrastructure players of the working clubs. Tests applied to the athletes during the study; 10-20-30-40-50 meters speed test and finishing (last stroke) test. The data obtained as a result of these tests were evaluated statistically with the SPSS16.0 program and the error margin was determined and applied as 0.05.

Futbolcularda Aralıklı ve Statik Germe Yöntemlerinin Anaerobik Performans Üzerine Etkisi

¹Onur Tütüncü, ¹Aksel Çelik

¹Dokuz Eylül Üniversitesi, Spor Bilimleri Ve Teknolojisi Yüksekokulu, İzmir

Email : onurtutuncu@icloud.com, akselcelik73@gmail.com

Giriş & Amaç: Futbolda başarılı bir sonuç için sprint, sıçrama, ani yön değiştirme ve şut atma gibi motorik özellikler önemli bir yere sahiptir(1). Literatür incelendiğinde statik germe sonucunda sprint ve sıçrama performans çıktılarında bozulmalar meydana geldiği görülmüştür(2). Buna ek olarak Statik ile Aralıklı germe yöntemlerini karşılaştıran çalışma sayısı sınırlı olduğundan hangi germe yönteminin daha faydalı olduğuna dair kesin bir sonuca varmak mümkün olamamıştır(3,4). Bu çalışmanın amacı, erkek futbolcularda Aralıklı ve Statik Germenin esneklik ve anaerobik performans(20m sprint–Dikey Sıçrama) parametreleri üzerine olan etkisini araştırmaktır.

Yöntem: Bu araştırmanın örneklemini profesyonel futbol kulüplerinin alt yapılarında futbol oynayan 15-17 yaş aralığında olan toplam 63 futbolcu oluşturmuştur. Katılımcılar aralıklı germe, statik germe ve kontrol grubu olmak üzere toplam 3 gruba randomize olarak ayrılmışlardır. Statik germe grubundaki futbolculara 30sn'lik 2 set olarak germe uygulanırken aralıklı germe grubunda 10sn'lik 3 tekrar ve 2 set olarak germe uygulanmıştır. Her iki grupta da germe ve dinlenim süreleri eşit tutulmuştur. Futbolcuların esneklik seviyeleri, dikey sıçrama ve 20m sprint performansları germe uygulamaları öncesinde ve sonrasında ikişer kez ölçülmüştür.

Bulgular: Farklı germe yöntemleri sonrasında statik germe grubunda dikey sıçrama ve sprint performansı negatif yönde etkilenirken, aralıklı germe grubunda dikey sıçrama ve sprint performansında herhangi bir değişim bulunmamıştır. Statik ve aralıklı germe grubu esneklik seviyelerinde test öncesi verilerine göre anlamlı bir artış bulunmuştur. Gruplar arası ortalama farklarında statik grubu ile kontrol grubu arasında anlamlı bir fark bulunmasına karşın aralıklı germe ile statik germe grupları arasında bir fark tespit edilmemiştir.

Sonuç: Statik germe yöntemi anaerobik performansı negatif yönde etkilerken, aralıklı germenin ise anaerobik performans üzerine herhangi bir etkisinin olduğu tespit edilmemiştir. Her iki germe türü de esneklik seviyesinde bir artışa neden olmuştur. Sonuç olarak ısınma periyodunda statik germe yöntemi yerine aralıklı germe yönteminin kullanılmasının daha yararlı olacağı düşünülmektedir.

Kaynakça: 1.Strudwick T,Reilly,T. Work-rate,profiles,of,elite,PremierLeague,footballplayers. Insight.2001;2(2):28-9.

2.Behm DG, Chaouachi A. Review,of,the,acute,effects,of,static,and,dynamic stretching,on,performance.European,journal,of,applied,physiology.2011Nov1;111(11):2633-51.

3.Magnusson, S. P., et al.,A biomechanical evaluation,of,cyclic,and,static,stretch,in human,skeletal,muscle.International,journal,of,sports,medicine1998;19.05:310-16.

4.Çelik,A.,Acute,effects,of,cyclic,vs,static,stretching,on,shoulder,flexibility,strength,and,spike,speed,in,volleyball,players.The ,Turkish,Journal,of,Physical,Medicine,and,Rehabilitation.2017;63(2):124-32

The Effects Of Cyclic And Static Stretching Methods On Anaerobic Performance In Soccer Players

Introduction & Aim Objective: Sprint, jump, sudden change of direction and shoot that are motor skills important for a successful score in soccer. When the literature is examined, it has been observed that the static stretching method causes impairment in sprint and jump high performance outputs but there is limited work on Cyclic,stretching. The aim of the study was to investigate the effect of Cyclic and Static Stretching on flexibility and anaerobic performance (20 m sprint - Vertical Jump) parameters in male soccer players.

Method: A total of,63 professional soccer players aged,15-17 years participated in this study. Participants were randomly divided into three groups that were cyclic, static, and,control group. In static stretching group were applied 30 seconds and 2 sets whereas in cyclic stretching group 10 seconds, 3 rept. and 2 sets were applied. In both groups stretching and rest periods were equally applied totally. Soccer players' flexibility levels, vertical jump and 20 m sprint performances were measured twice before and after the practice.

Result: In the results of different stretching methods, there was not any change,in vertical jump,and sprint performances in the cyclic stretching group whereas there was a statistically significant difference in both vertical jump,and sprint performance were effected negative direction in the static stretching group. level of flexibility significantly increased in both static and cyclic group but there were not any difference between the cyclic and the static groups. Despite increased of flexibility; there wasn't any significant difference between control group and cyclic group too.

Conclusion: The static stretching method affected anaerobic performance negatively while the cyclic stretching method didn't any change on the anaerobic,performance.Both cyclic,and,static stretching caused,an increase in,the level of,flexibility. As a result, it's better to use the cyclic method instead of the static,method in the warming period.

References: 1.Strudwick T,Reilly,T. Work-rate,profiles,of,elite,PremierLeague,footballplayers. Insight.2001;2(2):28-9.

2.Behm DG, Chaouachi A. Review,of,the,acute,effects,of,static,and,dynamic stretching,on,performance.European,journal,of,applied,physiology.2011Nov1;111(11):2633-51.

3.Magnusson, S. P., et al.,A biomechanical evaluation,of,cyclic,and,static,stretch,in human,skeletal,muscle.International,journal,of,sports,medicine1998;19.05:310-16.

4.Çelik,A.,Acute,effects,of,cyclic,vs,static,stretching,on,shoulder,flexibility,strength,and,spike,speed,in,volleyball,players.The ,Turkish,Journal,of,Physical,Medicine,and,Rehabilitation.2017;63(2):124-32

Çocuklarda İp Atlama Eğitim Programının Kuvvet, Sürat ve Max VO2 Üzerine Etkileri

¹Nebahat Eler, ²Serdar Eler, ¹Hakan Acar, ¹Mustafa Ertuğrul Çıplak

¹Bülent Ecevit Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Zonguldak

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : nebahateler@gmail.com, serdereleler@hotmail.com, hakanacar1979@gmail.com, ertugrulciplak@gmail.com

Amaç: Bu çalışmanın amacı 10-12 yaş erkek çocuklarda ip atlama eğitim programının kuvvet, sürat ve max VO2 üzerine etkilerinin incelenmesidir.

Metod: Çalışmaya 120 deney (ip atlama) grubu 120 kontrol grubu olmak üzere 240 erkek öğrenci katılmıştır. Denek grubu 10 hafta düzenli beden eğitimi ve spor derslerine devam edip aynı zamanda haftada 3 gün ip atlama egzersizleri yaparken, kontrol grubu ise yalnızca beden eğitimi derslerine devam etmişlerdir. Her iki grubunda 10 haftalık periyot öncesi ve sonrası boy uzunluğu, vücut ağırlığı, vücut yağ oranı, bacak kuvveti, 20 m sürat testi ve max VO2 testi ölçümleri alınmıştır. Elde edilen veriler SPSS 16 programında değerlendirilmiştir. İstatistiksel analizde bağımlı ve bağımsız gruplarda t testi kullanılmıştır.

Bulgular: Ön test ve son testler sonucunda, kontrol grubunun sürat değerleri haricinde tüm parametrelerde anlamlı düzeyde farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0.05$). Ön test ve son test arasındaki ölçüm farkları gruplara göre karşılaştırıldığında ağırlık, vücut yağ oranı, 20 m sürat, maxVO2 ve bacak kuvveti ölçümlerinin ip atlama grubu lehine anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği saptanmıştır ($p<0.05$).

Sonuç: 10-12 yaş erkek çocuklarda ip atlama eğitim programının kuvvet, maxVO2 ve özellikle sürat üzerinde olumlu etkisi olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar kelimeler: Atlama ipi, sürat, kuvvet, maxVO2, çocuklar.

The Effects of the Rope-Jump Training Program on Strength, Speed and Max VO2 in Children

Aim: The aim of this study is to examine the effects of rope-jump training program on strength, speed and max VO2 in 10-12 year old boys.

Method: 240 male students; subject group (rope-jump): (n=120) and control group: (n=120) participated in the study. The subject group continued 10 weeks of regular physical education and sport lessons and at the same time rope jump training program exercise 3 days a week, while the control group continued physical education and sports lessons only. Body weight, body fat percentage, leg strength, 20 m speed test and max VO2 test measurements were taken before and after the 10 week period in both groups. The obtained data were evaluated in the SPSS 16 program. In the statistical analysis, t test was used in dependent and independent groups.

Results: As a result of pre-test and post-test, significant differences were found in all parameters except speed of control group ($p < 0.05$). When the measurement differences between pre-test and post-test were compared according to the groups, it was determined that weight, body fat ratio, 20 m sprint, maxVO₂ and leg strength measurements were significantly different in favor of rope jump group ($p < 0.05$).

Conclusion: In 10-12 year old boys, rope-jump training program was the result of having a positive effect on strength, maxVO₂ and especially speed.

Keywords: Jump Rope, Speed, Strength, Maxvo₂, Children

Adolesanların Düzenli İnterval Antrenmanlara Cevaplarının İncelenmesi

¹Oktay Çakmakçı, ¹Hüseyin Galip Yılmaz, ¹Mehmet Kılıç, ¹Ekrem Boyalı, ¹Doğukan Hakan Atçeken

¹Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

Email : ocakmakci2000@gmail.com, hgyilmaz@gmail.com, mkilicbesyo@gmail.com, eboyali@gmail.com, dohaat70@gmail.com

Giriş ve Amaç; Araştırma; 8 haftalık yaygın ve yoğun antrenman türlerinin bazı temel motorik özellikler üzerine etkilerinin incelenmesi amacı ile yapılmıştır.

Yöntem; Çalışmaya; düzenli güreş antrenmanı yapan yaşları 12-13 yıl arası olana 10 erkek yoğun interval, 10 erkek yaygın interval antrenmanı yapan gruplardan oluşan toplamda 20 güreşçi çocuk gönüllü olarak katılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 16.0 paket programı kullanıldı. Deneklerin öntest ve sontest değerlerinin karşılaştırılmasında Nonparametric testlerden olan 2 Related samples, tekrarlı ölçümlerde ise Repeated Measures testi yapıldı. Önemlilik düzeyi $p < 0,05$ olarak değerlendirildi.

Bulgular; Elde edilen bulguların istatistik analizleri neticesinde; A grubu (yoğun interval) ve B grubu (yaygın interval) öntest ve sontest parametrelerinin benzer olduğu, iki grup arası sontest VVY (vücut yağ yüzdesi, dominant el pençe kuvveti, bacak kuvveti, 30 m sürat, ve MaxVO2 düzeylerinde önemli ($P < 0.05$) farklılık vardır. Grupların öntest ve sontest karşılaştırmalarında A grubunun ölçülen bütün parametrelerinde anlamlı ($P < 0.05$) farklılık varken B grubunun VA (vücut ağırlığı) BKİ (Beden kitle indeksi) VYY, 30 m sürat, dikey sıçrama, anaerobik güç, MaxVO2, reaksiyon zamanları ve esneklik düzeylerinde önemli ($P < 0.05$) farklılık elde edilmiştir.

Sonuç; A grubuna uygulanan yoğun interval antrenmanlar sonucunda anaerobik güç ve kuvvet parametrelerinde önemli gelişimin olduğu, B grubuna uygulanan yaygın interval antrenmanlar sonucunda ise VYY ve aerobik dayanıklılık parametrelerinde anlamlı gelişimin sağlandığı görülmektedir.

Anahtar Kelimeler; Adolesan, Yoğun interval, Yaygın interval, temel motorik özellikler

The Inquiry of Adolescents Answers to the Regular Interval Training

Introduction and Purpose; The research was made for the purpose of investigating the effects of 8-week extensive and intensive training types on some basic motor characteristics.

Method; 20 male wrestler children who participated to regular wrestling training, aged 12-13 years old, volunteered to join in the study. Half of them composed intensive interval training group and the others were extensive interval training groups. SPSS 16.0 package program was used to analyze the data. In the comparison of pretest and posttest values of subjects, two related samples from nonparametric tests and Repeated Measures test for repeated measurements were performed. The significance level was evaluated as ($p < 0.05$).

Results; As a result of statistical analysis of the obtained findings; Group A (intense interval) and group B (extensive interval) pretest and posttest parameters were similar, but there was a significant difference ($P < 0.05$) between the two groups in posttest BFP (body fat percentage), dominant hand grip strength, leg strength, 30 m sprint, and MaxVO₂ levels. In the pretest and posttest comparisons of the groups, while there was a significant difference ($P < 0.05$) in all the parameters measured in group A, it was found that there was a significant difference ($P < 0.05$) in BW (body weight), BMI (body mass index), BFP, 30 m sprint, vertical jump, anaerobic power, MaxVO₂, reaction times and elasticity levels of group B. Result; Significant improvement were found in anaerobic power and force parameters resulted from intensive interval training applied to group A, in consequence of extensive interval training applied to group B, it was seen that BFP and aerobic endurance parameters were significantly improved.

Keywords; Adolescence, Intensive Interval, Extensive Interval, Basic Motoric Characteristics.

SUNULMADI

Farklı Taktiksel Dizilişlerin Profesyonel Futbol Takımının Aktivite Profiline Etkileri (Galatasaray Örneği)

¹Onat Çetin, ²Erdi Tokul, ¹Malik Beyleroğlu, ³Muhsin Hazar

¹Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

²Trabzonspor A.Ş., Trabzon

³Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : onatcetin2007@gmail.com, Erditokul@hotmail.com, mbeyler@sakarya.edu.tr, muhsingazi.edu.tr

Futbolda taktiksel diziliş bir futbol takımındaki oyuncuların sahaya nasıl konumlandıklarını ifade etmektedir. Taktiksel dizilişler takımın amaca ulaşmada uygulayacağı taktik varyasyonların, hangi oyuncular tarafından, hangi mevkide ve ne şekilde uygulanacağını belirlemesi bakımından önemlidir. Bu araştırmanın amacı futbolda iki farklı taktiksel dizilişin profesyonel futbol takımının aktivite profiline etkilerinin incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda 2016-2017 Türkiye Süper Ligi Futbol sezonunda iki farklı taktiksel diziliş (4'lü savunma dizilişi 4-2-3-1 ve 3'lü savunma dizilişi 3-6-1, 3-4-2-1) ile aynı rakiplere karşı mücadele etmiş Galatasaray futbol takımının 8 maçı incelenmiştir. Video tabanlı bilgisayar analiz sisteminden elde edilen veriler doğrultusunda yapılan araştırmada Galatasaray futbol takımının iki farklı taktiksel dizilişte göstermiş olduğu toplam koşu mesafesi(km), yüksek şiddetli koşu mesafesi (20km/h-24km/h), sprint mesafesi (>24km/h), yüksek hızlı koşu mesafesi (>20km/h), yüksek şiddetli koşu sayısı, sprint sayısı, hızlı koşu sayısı ve ortalama hız performans parametreleri karşılaştırılmıştır. Elde edilen verilerin analizi için SPSS 22 programı kullanılmıştır. Futbol takımına ait baz alınan maç sayısı 30'dan az (8 maç) ve değişkenler normal dağılım göstermediğinden dolayı non-parametrik analiz yöntemleri kullanılarak veriler analiz edilmiştir. 3'lü savunma dizilişi ve 4'lü savunma dizilişine ilişkin verilerin karşılaştırılması için Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Yapılan testte anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak belirlenmiştir. Sonuç olarak 3'lü savunma dizilişi ile oynanan maçlarda toplam koşu mesafesi, yüksek şiddetli koşu mesafesi, yüksek hızlı koşu mesafesi (>20km/h), yüksek şiddetli koşu sayısı, hızlı koşu sayısı ve ortalama hız değerleri 4'lü savunma dizilişi değerlerine oranla yüksek olduğu görülmüş, sprint mesafesi ve sprint sayısı değerleri ise 4'lü savunma dizilişi ile oynanan maçlarda daha yüksek bulunmuştur. Ancak incelenen maç sayısının az olmasından dolayı elde edilen veriler arasındaki farklılıkların istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ($p > 0,05$) görülmüştür. Her ne kadar 3'lü savunma dizilişi ile oynanan maçlarda futbol takımının aktivite profili önemli oranda etkilense de istatistiksel açıdan daha fazla maçın incelenmesine ihtiyaç duyulmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Taktiksel Diziliş, Aktivite Profili.

The Effects Of Different Tactical Formations On Professional Soccer Team's Activity Profile (Galatsaray Example)

The tactical formations on soccer stands for how players in a soccer team are positioned on the field. Tactical formation is important that the team will implement in order to determine which players and on which game positions and how to apply tactical variations throughout the match.

The purpose of this study is to examine the effects of two different tactical formations on the professional soccer team's activity profile. For this purpose, in the 2016-2017 Turkish Super League Football season, eight matches of the Galatasaray soccer team, which have struggled against the same competitors with two different tactical formations (4-defender formation I 4-2-3-1 and 3-defender formation 3-6- 1, 3-4-2-1) were examined.

The matches were analysed using video based computerized tracking system. Total running distance (km), high intensity running distance (20km/h-24km/h), sprint distance (>24km/h), high speed running distance (>20 km/h), , the number of high-intensity runs, the number of sprints, the number of fast runs and the average speed performance parameters were compared between the games that were performed by Galatasaray with two different tactical formations.

SPSS 22 program was used for the analysis of the obtained data. Since the number of matches based on the soccer team is less than 30 (8 games) and the variables do not show a normal distribution, the data are analyzed using non-parametric analysis methods. The Mann Whitney U test was used to compare data for 3-defender formation and 4-defender formation. The significance level of the test was determined as $p < 0,05$.

As a result, it was found that the total running distance, high intensity running distance, high speed running distance (>20km / h), high intensity running number, number of fast runs and average speed values were higher , while the sprint distance

Keywords: Soccer, Tactical Formations, Activity Profile

İşitme Engelli Judo Ve Judo Milli Takım Sporcularının Görsel Reaksiyon ve Denge Yetilerinin Karşılaştırılması

¹Gökhan Deliceoğlu, ¹Tuğba Pehlivan Çavuş, ²Erkan Tortu, ²Tuğba Kocahan

¹Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

²Spor Genel Müdürlüğü Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı, Ankara

Email : deliceoglugokhan@hotmail.com, tugbadefne06@hotmail.com, tortuerkan@hotmail.com, kocahantu@gmail.com

Araştırmamanın amacını işitme engelli judo milli ile judo milli takım sporcularının görsel reaksiyon ve postural salınım değerlerinin karşılaştırılması oluşturmaktadır.

Araştırma grubunu 10 erkek, 7 kadın işitme engelli ve 17 erkek, 8 kadın judo milli olmak üzere toplam 42 sporcu oluşturmaktadır. Araştırma grubunun Görsel reaksiyon süreleri için Witty-Sem ölçüm cihazı ile postural salınım değerleri Kistler marka 'Force Plate' sistemi ile elde edildi. Sporcuların anterior-posterior ve medial-lateral yöndeki postural salınım değerleri için 'Force Plate' platformunun merkez noktasında pozisyon değişikliklerinde 1 dk dinlenme verilerek çift, sol tek ve sağ tek ayak üzerinde 30 sn dengede durarak ölçümler gerçekleştirilmiştir. Görsel reaksiyon ölçümünde sporculara Witty-Sem reaksiyon test cihazına ait bir pano üzerine sabitlenmiş 8 lamba üzerinde rastgele yanan renkler arasından mavi rengi yakalamaları istenmiş ve 60 adet tekrar sonrasında test sonlandırılmıştır. Verilerin çözümlenmesi için SPSS 17.0 paket programı kullanılarak Mann-Whitney U analizi uygulanmıştır. Anlamlılık değeri $P < 0,05$ olarak ele alınmıştır. Kadın ve erkek judo milli sporcuların Postural salınım değerleri incelendiğinde; Kadın işitme engelli judo milli ve judo milli takım sporcuların, ZSolToplam=-2,662; ZSolA-P=-2,671; ZSolM-L=-2,546; ZSağToplam=-2,083; ZSağA-P=-2,199; ZSağM-L=-2,083 ($p < 0,05$) anlamlı fark bulunurken ZÇiftToplam=-1,389; ZÇiftA-P=-1,736; ZÇiftM-L=-,696, $p > 0,05$ değerlerinde ise anlamlı bir fark bulunmamıştır. Erkek sporcuların ZSolToplam=-,998; ZSolA-P=-,721; ZSolM-L=-1,442; ZSağToplam=-,998; ZSağA-P=-,832; ZSağM-L=-1,054; ZÇiftToplam=-,527; ZÇiftA-P=-,536; ZÇiftM-L=-,666; $p > 0,05$ değerlerinde ise anlamlı bir fark bulunmamıştır. Araştırma grubuna uygulanan görsel reaksiyon testi sonuçları incelendiğinde; toplam reaksiyon süresinde anlamlı bir fark belirlenmemiştir (ZE TpZmn=-1,255; ZKTpZmn=1,157, $p > 0,05$).

Sporcuların görsel reaksiyon değerlerinde anlamlı bir etki bulunmazken, postural salınım değerlerinde ise kadın judo milli sporcularının, erkek sporculardan ve işitme engelli kadın ve erkek judo milli sporcularına göre postural salınım değerlerinin daha iyi olduğu belirlenmiştir. Kadın sporcularda işitme engelinin tek ayak postural salınımı performansını düşürmede etkili olduğu görülürken erkek sporcularda böyle bir etki gözlenmemiştir. İşitme engelinin postural salınımda önemli etkiye sahip olabileceği sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Denge, Salınım, Görsel Reaksiyon Süresi

Comparing Body Sway And Visual Reactions Of Hearing Impaired Judo Athletes And National Judo Athletes

The aim of research is comparing visual reactions and postural oscillation values of hearing impaired judo athletes and national judo athletes. There are in total 42 athletes in research group, 10 male, 7 female hearing impaired and 17 male, 8 female national judo.

Witty-Sem measuring device was used for the times of the visual reaction and Force Plate system was used for the values of body sway. The values of anterior-posterior and medial-lateral body sway were measured by standing 30 seconds on left and right foot at the center point of the Force Plate platform. One minute resting was given between position changes. Visual reaction test was made by immobilizing 8 lamps with random colours on the Witty-Sem panel. It was asked to catch blue and it was repeated 60 times.

Mann-Whitney U of SPSS 17.0 package program was used for analysing the data. Significance value was considered as $P < 0,05$.

It was found a considerable difference $Z_{LeftTotal} = -2,662$; $Z_{LeftA-P} = -2,671$; $Z_{LeftM-L} = -2,546$; $Z_{RightTotal} = -2,083$; $Z_{RightA-P} = -2,199$; $Z_{RightM-L} = -2,083$ ($p < 0,05$), almost no difference $Z_{PairTotal} = -1,389$; $Z_{PairA-P} = -1,736$; $Z_{PairM-L} = -,696$, $p > 0,05$ between female hearing impaired judo athletes and national judo athletes. It wasn't found out a considerable difference $Z_{LeftTotal} = -,998$; $Z_{LeftA-P} = -,721$; $Z_{LeftM-L} = -1,442$; $Z_{RightTotal} = -,998$; $Z_{RightA-P} = -,832$; $Z_{RightM-L} = -1,054$; $Z_{PairTotal} = -,527$; $Z_{PairA-P} = -,536$; $Z_{PairM-L} = -,666$; $p > 0,05$ between male athletes. The results of visual reaction test didn't show any considerable difference in total reaction time ($Z_{TpZmn} = -1,255$; $Z_{KTpZmn} = 1,157$, $p > 0,05$).

It wasn't found any considerable affect in visual reaction values. The body sway values of female national judo athletes were better than male national judo athletes and hearing impaired male and female judo athletes. It was observed that hearing impaire reduced the performance of one foot postural oscillation of female athletes. It wasn't observed any difference with male athletes. It was concluded that hearing impaire has an important affect with body sway.

Keywords: Body sway, Visual Reaction Time

Euro 2016'da Atılan Gollerde Hücumun Başlatılması İle Gol Vuruşu Arasındaki Sürecin İncelenmesi

¹Erdi TOKUL, ¹Erdi Tokul, ²Olcay Mülazımoğlu

¹Trabzonspor A.Ş., Trabzon

²Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla

Email : erditokul@gmail.com, erditokul@gmail.com, olcaymulazimoglu@yahoo.com

Bu bildiri Tokul Erdi(2017) 2016 Avrupa Futbol Şampiyonasında Atılan Gollerin ve Şutların Teknik ve Taktik Kriterler Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla. çalışmasından üretilmiştir. Çalışmaya örneklem oluşturan toplam 108gol değerlendirmeye alınmıştır. Gollerin dağılımları ki-kare dağılım fark analizleri yapılarak anlamlılık düzeyi 0,05 düzeyinde değerlendirilmiştir. Amaç, EURO2016'da atılan gollerin, hücumun başlatılması ile gol vuruşu arasındaki süreci teknik ve taktik açıdan analiz etmektir. Şampiyonada atılan 108golden, müsabakaların 2.devresinde 64gol(%59,26), 1.devresinde 42gol(%38,89) atılırken 2gol(%1,85) uzatma devrelerinde atılmıştır. Kendi kalesine 3gol, penaltıdan 8gol hariç tutulmuş, 97gol değerlendirilmiştir. Takımların, 1.bölgeden başlattıkları ataklar sonrası 40gol(%41,2), 2.bölgeden 17gol(%17,5), 3.bölgeden ise 6gol(%6,2), duran toplardan 34gol(%35,1) atılmış olup bu gollerin bölgelere göre dağılımda anlamlı fark($\chi^2=30,05$; $p<0,01$) olduğu tespit edilmiştir. Gollerde oyun alanı etkisi açısından, hücumun merkez, sağ kanat veya sol kanattan gelmesi kriterinde dağılımlar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır($p>0,05$). Gollerde pas sayısı etkisi açısından 1-3pas, 4-6pas ve 7veya daha fazla pas kriterinde dağılımlar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır($p>0,05$). Golün atıldığı bölge kriterine göre en yüksek değer ceza sahası içinden 78gol(%72,22), ceza sahası dışından ise 19 gol(%17,59) kaydedilmiş ve dağılımlar arasında anlamlı fark olduğu($\chi^2=35,89$; $p=0,000$) bulunmuştur. Gol vuruşu yapan golcünün topa temas sayısı açısından, tek temasla 59gol(%60,8), 2temasla 19gol(%19,6), 3ve üstü temasla 15gol(%15,5), dokunuş veya çarpma sonucu 4gol(%4,1) atıldığı bu gollerin dağılımları arasında anlamlı fark olduğu($\chi^2=71,37$; $p<0,01$) bulunmuştur. Golcünün vuruş biçimi kriterine göre, ayak üstü vuruşla 49gol(%50,5) en yüksek orana sahipken, ayak içi vuruşla 22gol(%22,7), kafa vuruşu ile 22gol(%22,7) diğer dokunuş veya çarpma sonucu 4gol(%4,1) atılmıştır bu gollerin dağılımları arasında anlamlı fark olduğu($\chi^2=42,59$; $p=0,01$) bulunmuştur.

Sonuç; Üst düzey futbolun oynandığı bu şampiyonada, müsabakaların ikinci yarısında, sahanın 1.bölgesinden başlatılan hücumlarla, farklı sayılarda paslaşmalarla merkez veya kanatlardan, ceza sahası içine aktarılan toplara tek temas ve ayak üstü ile gol vuruşu yapmanın daha etkili olduğu gözlenmiştir. Futbolda teknik ve taktik verimlilik için, bu genellenmiş bilgiler doğrultusunda antrenmanların yönlendirilmesi antrenör ve futbolculara önemli katkı sağlayabilir.

In Euro 2016, The Analysis Of The Duration Between Initiating The Attack And Kicking A Goal On Goals Scored

This study was produced by Tokul Erdi (2017) Investigation of Goals and Shots in EURO2016 in terms of Tactical and Technical Criteria, Postgraduate Thesis, Institute of Medical Sciences, Muğla Sıtkı Kaçman University, Muğla. 108goals were evaluated in this study. Goals were analysed with chi-squared distribution and p-value was set as 0.05. The objective is to analyse the duration between initiating the attack and kicking a goal on goals scored, in EURO 2016. Among the 108goals, 64 were scored in second halves(59.26%), 42 in first halves(38.89%), 2 in extra-time(1.85%). 3own and 8penalty goals were excluded, thus 97goals were evaluated.

40 goals scored with attacks started from defensive third(41.2%), 17 from middle third(17.5%), 6 from final third(6.2%), 34 from set pieces(35.1%), and statistically significant differences were found($\chi^2=30.05$; $p<0.01$). No significant relationship was found between distribution of goals scored after 1-3 passes, 4-6 passes or more than 7 passes($p>0.05$). However, there was significant relationship between distributions of 78 goals scored from inside the penalty area(72.22%) and 19 goals scored from outside the penalty area (17.59%)($\chi^2=35.89$; $p=0.000$). In terms of the number of touches; 59 goals were scored with one- touch(%60.8), 19 with two-touch(%19.6), 15 with 3 or more touches(15.5%), and 4 with slight touch or unintentional hit(%4.1), and a significant relationship between distributions were found($\chi^2=71.37$; $p<0.01$). In terms of type of shots, majority of goals(50.5%) were scored with on foot(49 goals), 22 with inside of the boot(22.7%), 22 headers(22.7%), 4 with unintentional hit(%4.1), significant relationship between distributions was found($\chi^2=42.59$; $p=0.01$).

Result; -In this elite football tournament- it is more effective to attempt to score in the second half of games, with attacks starting from defensive third, with varying number of passing combinations through the middle or wings, by feeding the striker inside the penalty area, and shoot with on foot, one-touch finish. In light of generalised findings, it may be of significant benefit to coaches and players to achieve higher tactical and technical efficiency in football.

Gerçek Zamanlı Görsel ve İşitsel Geribildirim Yönteminin Dokunmatik Ekranda İsabet Üzerine Etkisi : Karşılaştırmalı Bir Çalışma

¹Feridun Fikret Özer, ²İzzet Kırkaya, ²Canan Bastık, ³Deniz Şimşek, ⁴Abdullah Ruhi Soylu

¹Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor ABD, Eskişehir

²Bursa Teknik Üniversitesi Ortak Dersler Bölümü

³Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü

⁴Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Biyofizik ABD

Email : ffo@anadolu.edu.tr, izzet.kirkaya@btu.edu.tr, canan.bastik@btu.edu.tr, ds@anadolu.edu.tr, a.ruhi.soylu@gmail.com

Giriş: Akıllı cihazlar hayatımızın vazgeçilmez bir parçası olup, dokunmatik ekranla olan etkileşimimiz sürekli devam edecek olarak görülmektedir. Kinesiyolojik açıdan bakarsak, akıllı cihazın ekranı üzerinde, etkileşime geçmek istenilen herhangi bir yer için koordinasyona ve el-parmak hareketlerinin belirlenen bölgede doğru konumlanmasına ihtiyaç vardır. Bu araştırmada amaç farklı spor branşlarında olan kişilerin (futbol, basketbol ve sedanterler) tablet ekranında rastgele çıkan hedeflerin (siyah zemin üzerine kırmızı renkte en az 4 cm x 4 cm boyutunda artı işaretleri) merkezine ne kadar doğru bastığını ölçerek kıyaslamaktır. Çalışmamıza 14 futbolcu (Boy: 177,12±7,23cm; Ağırlık: 72,78±10,16kg; Yaş: 25±2,82yıl), 12 basketbolcu (Boy: 179,16±11,29cm; Ağırlık: 75,75±16,29kg; Yaş: 22,75±2,17yıl), 13 sedanter (Boy: 172,92±5,89cm; Ağırlık: 65,69±7,7kg; Yaş: 23,2±2,8yıl) toplam 39 kişi gönüllü olarak katılmıştır.

Yöntem: Android 6.01 işletim sistemi üzerinde Samsung Tab A, SM-P550. 9.7 inç ekranlı cihazı kullanarak yazdığımız yazılım ile periyodik olarak 0.75 saniyede bir düzenli olarak çıkan artı işaretlerine (rahatlıkla duyulan ses çıkaran metronom eşliğinde), gönüllü katılımcılar dokunmuşlardır (deneklerden artı işaretinin merkezine dokunmaları istenmiştir).

Bulgular ve Sonuç: Hata değerleri (dokunulması istenilen nokta ile dokunulan nokta arasındaki uzaklık)> Futbolcu Grubu: 2.45 mm (median)- 3.31mm (range); Basketbol Grubu: 2.47mm (median)-4.22mm (range) ve Sedanter Grup 3.17mm (median)-6.33mm (range). 14 futbolcu, 12 basketbolcu ve 13 sedanterle yapılan çalışma sonucunda futbolcu ve basketbolcuların sedanterlere göre istatistik olarak daha düşük hatalı dokunuş yaptığı ortaya çıkmıştır (p<0.05).

Anahtar Kelimeler: Motor Kontrol, Reaksiyon

The Effect Of Real-Time Visual And Augmented Feedback Method On Touchscreen Typing Activity: A Comparative Study

Introduction: Smart devices are indispensable part of our lives and it seems that our interaction with touch screens will continue. In kinesiological point of view, on smart devices, a position which wanted to interacted, needs coordination and correct locating of hand-fingers moves at correct area. The purpose of that research is to compare how accurately subjects from different branches (football, basketball and sedantary) hits the center of targets which occurs randomly on the screen of smart device (red colour crosses on black ground and at least size of 4 cm x 4 cm .)

In our study, 14 football player (Height: $177,12 \pm 7,23$ cm; Weight: $72,78 \pm 10,16$ kg; Age: $25 \pm 2,82$ years), 12 basketball players (Height: $179,16 \pm 11,29$ cm; Weight: $75,75 \pm 16,29$ kg; Age: $22,75 \pm 2,17$ yıl), 13 sedantary (Height: $172,92 \pm 5,89$ cm; Weight: $65,69 \pm 7,7$ kg; Age: $23,2 \pm 2,8$ years), totally 39 subjects were participated voluntarily.

Methods: It was asked from the subjects, to touch center of the crosses voluntarily, which occurs periodically in every 0.75 seconds (accompanied with metronome which is clearly audible) on Samsung tab A, SM-P550 9.7 inches screen with Android 6.01 OS.

Results and Discussion: Error value (distance between the point we wanted from subjects to touch and the point that subjects touched.) on Football Players: 2.45 mm (median) – 3.31 mm (range) ; Basketball Players: 2.47mm (median) - 4.22mm (range) and Sedanraties: 3.17mm (median)-6.33mm (range). Result of this study showes (14 football players, 12 basketball players and 13 sedantaries participated) football players and basketball players statistically made less incorrect touch than sedantaries ($p < 0.05$).

Keywords : Motor Control, Reaction

Uzun Süreli Hareket Eğitiminin 4-7 Yaş Çocuklarının Biyomotor Yetileri Üzerine Etkileri

²Yeliz Özensoy Özveren, ¹İlilge Özsu, ³Bahtiyar Özçaldıran

¹Uşak Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Uşak

²Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir

³Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir

Email : yozensoy@hotmail.com, ilbilgeozsu@gmail.com, bahtiyarozcaldiran@gmail

Giriş ve Amaç: Araştırmamızda 4-7 yaş aralığındaki kız ve erkek çocuklarda uzun süreli hareket eğitimi çalışmalarının çocukların yardımcı biyomotor yetilerinin gelişimine yönelik etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır, çocuklar arasında anlamlı farklılıklara rastlanabilmesi amacıyla da çalışma tüm eğitim yılına yayılmıştır.

Yöntem: Çalışmaya İzmir İli Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı okul öncesi ve ilköğretim okullarında öğrenim gören, 140 öğrenci katılmıştır. Öğrenciler kayıtlı oldukları okuldaki her zaman katıldıkları okul etkinlik programına devam ettiler, çalışma grubu (yaş:5,4 yıl; boy: 117,1 cm; kütle: 17,6 kg) bu etkinliklerin yanı sıra çocukların denge ve çeviklik becerilerinin geliştirilmesi için 7 ay boyunca, haftada 3 gün, günde 1 saat 15 dakika 3 egzersize (Denge, Çeviklik1, Çeviklik2) katıldılar. Statik denge becerisi için Flamingo yöntemi kullanılmıştır. Çeviklik 1 egzersizinde aralarında 3 m mesafe olan birbirine paralel iki çizgi arasında 1 dakika boyunca yapılan mekik koşusu, Çeviklik 2 egzersizinde ise aynı parkurda 10 saniye boyunca yapılan mekik koşusu kaydedilmiştir. İlk yapılan ve son yapılan bu uygulamalarda elde edilen değerler sırasıyla ön-test ve son-test değerleri olarak kaydedilmiştir. Kontrol grubu (yaş:5,4yıl; boy: 114,6 cm; kütle:21,3 kg) sadece ön-test ve son-testlere katılmıştır. Gruplara ait ön-test ve son-test değerleri istatistiksel olarak karşılaştırılmıştır.

Bulgular: Çalışma ve kontrol gruplarına ait yaş, boy uzunluğu, vücut ağırlığı ve vücut kitle indeksi ortalamalarına bakıldığında, gruplar arasında anlamlı farklılıkların olmadığı görülmüştür ($P>0,01$). Grupların denge ve çeviklik becerileri ölçümlerinde ise, Çalışma grubunun değerlerinin, Kontrol grubunun değerlerinden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($P>0,01$).

Tartışma Sonuç: Uzun süreli hareket eğitimi çalışmalarının okul öncesi dönemdeki çocukların denge ve çeviklik becerileri üzerine olumlu etkileri olduğu görülmüştür. Çocuklarda spor eğitimine erken yaşlarda başlanması ve eğitim programlarında motor becerileri geliştirici oyunlara yer verilmesi gerektiği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Çocuk ve Spor, Hareket Eğitimi, Denge, Çeviklik

The Effects Of Long Term Movement Education On Coordinative Abilities in 4-7 Old Children

Introduction and aim: It is aimed to investigate the effects of long term movement training on developments of coordinative abilities in 4-7 years old girls and boys and the study extended over a period of whole education year to observe statistically differents between children.

Methods: 140 students studying pre and primary schools of Education Ministerial in İzmir took part in this study. All students maintained the usual school activity program in their school but beside this, the study group (mean age: 5,4 years; height: 117,1cm; body mass, 17,6 kg) participated 3 exercises (Balance, Agility1 and Agility2) for 1 hour and 15 minutes for 3 days per week throughout 7 months to develop balance and agility skills of children. Flamingo method was used for static balance skill. In Agility 1 exercise children performed shuttle runs between two parallel line with a distance of 3 m between them for 60 seconds, in Agility 2 exercise it was used the same of Agility 1 for 10 seconds. Values obtained from first and last of these exercises were recorded as pre-test and post-test, respectively. Control group (mean age:5,4yıl; height: 114,6 cm; mass:21,3 kg) participated only pre-test and post-test. Values obtained from groups compared statistically.

Results: There are not statistically differences between groups ($P>0,01$) according to age, height and body mass values. In balance and agility measurements, it was concluded that the values of the Study Group were greater than values of Control Group ($P>0,01$).
Discussion and Conclusion: It was seen that long term movement training have positive effects on coordinative abilities of pre and primary school children. So, it can be said that it should be started to sports education early ages and included plays which develop motor abilities of children in education programs.

Keywords: Child and Sports, Movement Training, Balance, Agility

Tabata Antrenmanlarının Yüzücülerin Vital Kapasiteleri Üzerine Etkisinin İncelenmesi

¹Yakup Akif Afyon, ¹Ölcay Mülazımoğlu, ²Abdurrahman Boyacı, ¹Begüm İskender

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla

²Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Programı, İstanbul

Email : yafyon@mu.edu.tr, olcaymulazimoglu@yahoo.com, a.rahmanboyaci@gmail.com,

Giriş ve Amaç:Bu çalışmanın amacı, yüzücülerde 4 hafta uygulanan Tabata Antrenmanlarının sporcuların vital kapasitelerine etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Rastgele yöntemle gruplandırılan 10 deney (yaş=21,50±1,649 yıl, boy=174,70±3,772 cm, kilo= 76,40± 4,647 kg) ve 10 kontrol (yaş=21,10±1,449 yıl, boy=173,00±4,136 cm, kilo=74,50±4,034 kg) grubu olmak üzere toplamda 20 gönüllü üniversiteli erkek sporcusundan oluşan iki grup üzerinde yapılmıştır. Her iki grubun vital kapasite ölçümleri SPIR-O-FLOW (Peak flow pocket monitor) marka spirometre cihazı ile yapılmıştır. Her iki grubun başlangıçta vital kapasite ölçümleri (ön-test) yapılmış ve 4 hafta süre kontrol ve denek grubu normal yüzme antrenmanlarını yapmıştır. Denek grubu normal antrenmanlara ek olarak haftada 3 gün, 1 seti 20 saniye çalışma, 10 saniye dinlenme şeklinde 4dk. süren, 2 set, toplam 8dk. Tabata Antrenman protokolünü uygulamışlardır. Daha sonra her iki grubun vital kapasiteleri tekrar (son-test) ölçülmüştür. Her iki grubun ön-test ve son-testleri ile grup içi ve gruplar arasındaki farklılaşmalar (Paired-Samples t-test) incelenmiştir. Elde edilen bulgular %95 güven aralığında %5 anlamlılık (0.05) düzeyinde değerlendirilmiştir.

Bulgular: Deney grubu (4,99±0,514 L.) ve kontrol grubu (4,65±0,389 L.) ön-test vital kapasite değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir (t=1,332;p=0,216). Kontrol grubu ön-test (4,65±0,389 L.) ve son-test (4,77±0,349 L.) ölçümleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur (t=-4,811;p=0,001). Deney grubu ön-test (4,99±0,514 L.) ve son-test (5,56±0,548 L.) ölçümleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir (t=-14,401;p=0,000). Daha yüksek vital kapasite ortalaması olan deney grubu son-test (5,56±0,548 L.) ortalaması ile kontrol grubu son-test (4,77±0,349 L.) ölçümleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir (t=3,222;p=0,01).

Sonuç: 4 hafta süreyle yüzme antrenmanlarına ek olarak uygulanan Tabata Yüksek Yoğunluklu İnterval Antrenmanlar yüzücülerin vital kapasitelerini geliştirmiştir KAYNAKLAR:Tabata, I., Nischimura, K., Kouzaki, M., Hirai, Y., Ogita, F., Miyachi, M. and Yamamoto, K. (1996) Effects of moderate-intensity endurance and high-intensity intermittent training on anaerobic capacity and VO2 max. Medicine & Science in Sports & Exercise 28(10), 1327-1330.

Investigation of the Effect of Tabata Training on Vital Capacities of Swimmers

Aim: The purpose of this study was to investigate the effects of Tabata Training on the vital capacities of athletes for 4 weeks in swimming.

Methods: This study was conducted to two groups, one is the experimental group consisting from 10 individuals (Age=21,50±1,65yrs, height=174,70±3,77cm, weight=76,40±4,65kg) and the other is the control group consisting from 10 individuals (Age=21,10±1,45yrs, height=173,00±4,14cm, weight=74,50±4,03kg) summing up 20 volunteer college male athletes. Measurements of vital capacity of both groups were performed by SPIR-O-FLOW (Peak flow pocket monitor) spirometer device. In both groups, initial vital capacity measurements (pre-test) were recorded and the control and subject groups performed regular swimming trainings for 4 weeks. In addition to the regular workouts, the subject group did Tabata Training protocol for 3 days a week, 1 set for 20 seconds training with 10 seconds break which is 4 minutes in total and 2 sets, 8 minutes in total. The vital capacities of both groups were then measured again (post-test). Pre-test and post-test of both groups and Paired-Samples t-test between groups were finally analyzed. The findings were evaluated at the 95% confidence interval at the level of 5% significance (0.05).

Findings: It was found that there was no statistically significant difference between the pre-test vital capacity values of the experimental group (4,99±0,51L.) and the control group (4,65±0,39L.), ($t=1,332$; $p=0,25$). A statistically significant difference was found between pre-test values of the control group (4,65±0,39L.) and post-test value (4,77±0,349L.) of the control group ($t=-4,81$, $p=0,001$). A statistically significant difference was found between the pretest (4,99±0,51L.) and post-test (5,56±0,55L.) measurements of the experimental group ($t=-14,40$; $p=0,000$). It was found that there was a statistically significant difference between the post-test (5,56±0,548L.) of the experimental group and post-test (4,77±0,349L.) of control group ($t=3,222$; $p=0,01$).

Result: Tabata High Density Interval Training, which was performed in addition to regular swimming training for 4 weeks, improved the vital capacities of swimmers.

Keywords: Swimmer, Tabata Training, Vital Capacity

Tenise Özgü Core Antrenmanlarının Çevikliğe Etkisi

¹Harika Canbay, ¹Mine Gül, ¹Gazanfer Kemal Gül

¹Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

Email : *gazanfergul@gmail.com, minegul7@gmail.com, canbayharika@gmail.com*

Bu araştırma, 8-10 yaş arasında bulunan sporculara uygulanan tenise özgü Core antrenmanlarının çevikliğe etkisinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmaya İzmit Tenis Kulübü'nde yaş $9,37 \pm 0,62$ yıl, boy $138,19 \pm 4,51$ cm, vücut ağırlığı $31,81 \pm 5,167$ kg ve VKI ortalamaları $16,57 \pm 1,92$ olan 16 kadın gönüllü sporcu katılmıştır. Antrenmanlar öncesi T testi, 505 ve Illinois Çeviklik testleri uygulanarak rastgele yöntem ile deney (n=8) ve kontrol (n=8) grubuna ayrılmıştır. Kontrol grubu kulüp antrenmanlarına devam ederken, kapsam ve şiddet eşit kalacak şekilde deney grubuna 8 hafta, haftada 3 gün, antrenman başlangıcında 20-25 dakika Core antrenmanı uygulanarak kulüp antrenmanlarına devam edilmiştir. Antrenmanlar %60-80 şiddette, 20 sn tekrar, 20 sn dinlenme ve 2 set olarak belirlenen core egzersiz programı uygulanmıştır. Her iki gruba da son test ölçümleri yapılarak veriler SPSS 22.0 programında tanımlayıcı istatistikler, grup içi Wilcoxon testi ile gruplararası Mann Whitney U testi ile yapılmıştır. Deney ve kontrol grubu çeviklik testleri sonucu grup içi analiz sonucunda anlamlılık fark tespit edilmiş ($p < 0.05$). Her iki grubun son ölçüm gruplararası istatistiksel fark tespit edilmemiştir ($p > 0.05$). Sonuç olarak 8-10 yaş tenise özgü core antrenmanlarının çeviklik becerilerine etkisi olmadığı tespit edilmiştir. Anahtar Kelimeler: Tenis, Kor (core), Çeviklik

The Effect Of Agility Of Tennis-Specific Core Training

This research applied to athletes between the ages of 8-10 tennis-specific agility was conducted to examine the effect of core training. In this research, from İzmit Tennis Club, 16 female volunteers athletes participated who have age $9,37 \pm 0,62$ years, height $138,19 \pm 4,51$ cm, body weight $31,81 \pm 5,167$ kg and BMI $16,57 \pm 1,92$ averages. Before the training T test, 505 tests and Illinois agility test applied and athletes are separated with random method into two groups experimental (n=8) and control (n=8) groups. While the control group continued to practice the club training, the 8-week core training was given to the experimental group 3 days a week for 20-25 minutes at the beginning of the training, and the club training was continued afterwards. Core exercise program with 60-80% intensity, 20 sec repeat, 20 sec rest and 2 sets was performed regularly. Final test measurements were made descriptive statistics, Wilcoxon test for group intra and between the two groups with Mann-Whitney U test by data program SPSS 22.0. The results of study, the experimental and control group on agility tests found a significant difference ($p < 0.05$). Final measurement in both groups we detected a statistical difference between the groups ($p > 0.05$). As a result, at the age of 8-10, tennis-specific core skills training does not have influence to the agility.

Keywords: Tennis, Core, Agility

Masa Tenisinde Robot Ve Terebant Çalışmalarının İsabetli Forehand Vuruş Tekniğine Etkisi

¹Gazanfer Kemal Gül, ¹Mine Gül, ¹Merve Gençtürk

¹Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

Email : gazanfergul@gmail.com, minegul7@gmail.com, gencturk.merve@hotmail.com

Çalışmanın amacı; terabant direnç egzersizleri ile masa tenisi robotuyla yapılan teknik antrenmanların forehand vuruş tekniğinde isabete etkisinin karşılaştırılmasıdır. Çalışmaya, yaşları $11,725 \pm 0,81$ (yıl), boyları $154,875 \pm 6,255$ (cm), ve ağırlıkları $48,956 \pm 195$ (kg) değerlerine sahip olan gönüllü 8 denek 8 kontrol olmak üzere 16 erkek masa tenisiçi katılmıştır. 8 hafta boyunca denek1 grubuna haftada 3 gün terabant direnç egzersizleri, denek 2 grubuna ise masa tenisi robotuyla teknik antrenman yaptırılmış, çalışma sonunda forehand vuruş tekniğine isabet etkisi karşılaştırılmıştır. Araştırma boyunca, denek1 ve denek2 grubuna değişimli karşılıklı testi ve hedef servis testi uygulanarak sporcuların forehand ve forehand servis vuruş tekniklerindeki becerileri ölçülmüştür. Elde edilen veriler bilgisayar ortamına aktarıldıktan sonra SPSS 22.0 programında, her grubu kendi içinde ilk ve son test sonuçlarını karşılaştırmak için Wilcoxon, iki grubun ilk ve son test sonuçlarını karşılaştırmak için ise Mann-Whitney U testi ile analiz yapılmış ve karşılaştırılmıştır. Araştırma sonucunda, terabantla antrenman yapan deney1 grubunun, robotla antrenman yapan deney2 grubuna göre forehand vuruş tekniğine isabet etkisi anlamlı olarak artış göstermiştir. Anahtar kelimeler: Masa Tenisi, Forehand, Robot Antrenmanı, Terabant Antrenmanı

The Effect Of Forehand Stroke Technique Of Robot And Terberant Studies On The Table Tennis

Purpose of the study; the terabant resistance training and the technical training of the table tennis robot are compared with the hit effect in the forehand stroke technique. Sixteen male table tennis volunteers, 8 volunteers and 8 control volunteers, aged $11,725 \pm 0,81$ (years), $154,875 \pm 6,255$ (cm) and $48,956 \pm 195$ (kg) were included in the study. For 8 weeks, first group were treated with resistance terabant training for 3 days a week, the second group, they were trained by using a table tennis robot. At the end of the study, the impact on the forehand stroke technique was compared. Throughout the study, subjects were subjected to alternate reciprocal test and target service test for the group of subjects 1 and 2, and the athletes' forehand and forehand service skills were measured. After transferring the obtained data to the computer environment, each group was analyzed by Wilcoxon to compare the first and last test results in the SPSS 22.0 program, and Mann-Whitney U test was used to compare the first and last test results of the two groups. As a result of the research, the experimental group 1 training with the terabant significantly increased the impact on the forehand stroke technique according to the experiment group 2, which was performed with the robot.

Keywords: Table Tennis, Forehand, Robot Training, Terabant Training

Futbol Hakemlerine Uygulanan Spesifik Antrenmanların Aerobik Kapasite, Sprint Yeteneği ve Yüksek Şiddetli İnterval Koşu Kapasitesine Etkisi

¹Barış Baydemir

¹Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Çanakkale

Email : barisbaydemir@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Futbolun fizyolojik özellikleri üzerine yapılan çalışmalar, çoğunlukla oyuncularla ilgilidir. Futbol hakemleri de müsabakada en az oyuncular kadar mesafe katetmektedir. Yönettikleri liglerdeki futbolcular gibi komplike antrenmanlara tabi tutulmamalarına rağmen yönettikleri maçlarda üst düzey performans beklenmektedir. Araştırmacılar, elit bir futbol hakeminin maksimum kalp hızı yaklaşık %85-90 ile 9-13km mesafe katettiğini, bu mesafenin yaklaşık %4-18'i yüksek yoğunlukta ve kan laktat konsantrasyonunun 4-5 mmol/L aralığında olduğu bildirilmişlerdir (Ardigo ve ark. 2015). Bu sebeple futbol hakemlerine spesifik antrenman uygulanarak aerobik kapasite, tekrarlı sprint yeteneği ve yüksek şiddetli interval koşu kapasitesine etkisi araştırılmıştır.

Yöntem: Araştırmaya Çanakkale'den 31 futbol hakemi (25 erkek 6 kadın) gönüllü olarak katıldı. Futbol hakemlerine 16 hafta spesifik antrenmanlar ve ön-son test olarak FIFA Atletik Testi ile Cooper Testi uygulandı. Analiz için istatistiksel paket programları kullanıldı. Ölçümlerde farklar olup olmadığını belirlemek için "Bağımlı Örneklem t-Testi " uygulandı. Sonuçlar anlamlılık düzeyi "0.05"e göre değerlendirildi.

Bulgular: Hakemlerin FIFA Atletik Testi, Cooper Testi, kilo ve vücut kütle indeksine ilişkin ön test ve son test değerleri karşılaştırıldığında sonuçlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ($p<0.05$) bulunmuştur.

Sonuç: Futbol hakemlerine uygulanan spesifik antrenmanlar sonucunda aerobik, sprint ve yüksek şiddetli interval koşu kapasitelerinde olumlu gelişmeler olmuştur.

Kaynaklar: 1. Ardigo, LP., Padulo, J., Zuliani, A., Capelli, C. (2015). A low-cost method for estimating energy expenditure during soccer refereeing. Journal of sports sciences, 33(17),1853-1858.

The Effect Of Specific Training For Football Referees On Aerobic Capacity, Sprint Ability and High-Intensity interval Runiing Capacity

Introduction and Aim: Studies on the physiological characteristics of football are mostly concerned with players. Soccer referees are at least as far away as players in the competition. Though they are not subject to complicated training like the football players in the league that they manage, top performance is expected in the games they manage. Researchers have reported that an elite soccer about has a maximum heart rate of approximately 85-90 to 9-13 km, with approximately 4-18% of this distance at high density and a blood lactate concentration of 4-5 mmol/L. (Ardigo et al. 2015). Therefore soccer referees were subjected to specific training and their effects on aerobic capacity, repeated sprinting ability and high-intensity interval running capacity were investigated.

Method: A total of 31 football volunteers participated in the survey, 25 men and 6 women in Çanakkale. The football referees were given 16 weeks specific training and as a pre and post test, the Cooper Test with the FFA Athletic Test was applied. Statistical package programs were used for the analysis. The dependent within-group “Paired t-Test” was applied in order to determine whether there was any difference before and after preparatory training sessions in the referee. The results were evaluated according to a significance level of “0.05”.

Results: A statistically significant difference ($p < 0.05$) was found between the pre-test and post-test values of the referees' FIFA Athletic Test (40 m and 40 x 75 m), Cooper Test, weight and body mass index.

Conclusion: As a result of specific training applied to football referees, aerobic, sprint and high-intensity interval running capacities have been positive developments.

References: 1. Ardigo, LP., Padulo, J., Zuliani, A., Capelli, C. (2015). A low-cost method for estimating energy expenditure expenditure during soccer refereeing. *Journal of sports sciences*, 33(17), 1853-1858.

Koordinasyon Antrenmanlarının Tenis Becerisine Etkisi

¹Gazanfer Kemal Gül, ¹Esra Karademir, ¹Mine Gül

¹Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

Email : gazanfergul@gmail.com, esrakrdmr94@gmail.com, minegul7@gmail.com

Araştırmada 10-12 yaş aralığında bulunan erkek sporculara uygulanan koordinasyon antrenmanlarının tenis becerilerine etkisi amaçlanmıştır. Antrenman yaşları $3,44 \pm 0,96$ yıl, yaş ortalamaları $11,56 \pm 0,62$ yıl, boy ortalamaları $151,31 \pm 6,55$ cm ve ağırlık ortalamaları $49,19 \pm 9,10$ olan 16 gönüllü sporcu tesadüfi yöntemle deney (n=8) ve kontrol (n=8) grubuna ayrılmıştır. Kontrol grubu kulüp antrenmanlarına devam ederken, deney grubu kapsam ve şiddet aynı olmak kaydı ile antrenmanlara 8 hafta, haftanın 3 günü 90 dk koordinasyon becerileri eklenmiştir. Antrenman öncesi ve sonrası ITN tenis beceri testi ölçümleri alınmıştır. Elde edilen veriler Microsoft Office Excel programına yüklenerek tanımlayıcı istatistik gruplararası Mann-Withney U ve grup içi Wilcoxon analizleri için SPSS 22 paket programına aktararak analiz yapılmıştır. Veriler değerlendirildiğinde kontrol grubunun ilk ve son ölçümlerinde; yer vuruşu derinliği, vole derinliği ve çabukluk puanı testlerinde anlamlı farklılık bulunmuştur ($p < 0,05$). Yer vuruşu hassasiyeti, toplam skor, servis ve ITN derecesi testlerinde ise anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p > 0,05$). Deney grubunun ilk ve son ölçümlerinde; yer vuruşu derinliği, yer vuruşu hassasiyeti, vole derinliği, servis, toplam skor, çabukluk puanı ve ITN derecesi testlerinde anlamlı farklılık bulunmuştur ($p < 0,05$). Deney ve kontrol grubu son ölçüm analiz değerleri incelendiğinde ise; Yer vuruşu hassasiyeti, vole derinliği, toplam skor, çabukluk puanı, servis ve ITN derecesi testlerinde anlamlı farklılık bulunmuştur ($p < 0,05$). Yer vuruşu derinliği testinde ise anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p > 0,05$). Sonuç olarak uygulanan koordinasyon çalışmalarının 10-12 yaş grubu erkek tenisçilerde tenis becerisine etkisi olduğu söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Tenis, Koordinasyon, ITN Testi.

The Effect Of Coordination Training Of Tennis Skills

In this research the effect of coordination training to the age range 10-12 male athletes of the tennis skills. Training age $3,44 \pm 0,96$ years, with an average age of $11,56 \pm 0,62$ years, of average height $151,31 \pm 6,55$ cm and weight averages $49,19 \pm 9,10$ 16 who randomly volunteer athletes (N=8) and experimental (N=8) is divided into the control group. The control group continue their club training and experimental group –same extend- applied their coordination skills in 8 weeks, 3 times a week, 90 min. Pre-workout and post-ITN tennis skill test measurements were taken. The program is loaded into Microsoft Office Excel descriptive statistics of the obtained data between two groups Mann-Whitney U and Wilcoxon for group 22 are transferred to the SPSS package program for the analysis and the analysis conducted. The first and last measurements of the control group when the data are evaluated in the depth of the shot, the quickness and the depth of vole significant difference in test score was found ($p < 0.05$). The sensitivity to kick in, total score, service, and ITN is the degree of the tests were found significant differences ($p > 0.05$). The experimental group the first and last measurements of the depth of the shot location, shot accuracy, depth vole, service, total score, score the tests found no significant differences in the degree of quickness and ITN ($p < 0.05$). The analysis of the values of the final measurement in the experimental and control groups when we examined the sensitivity to kick in, depth vole, total score, score, quickness, service, and ITN is the degree of the tests were found significant differences ($p < 0.05$). Place the kick depth test significant differences in were found ($p > 0.05$). As a result, the coordination of the work applied 10-12 age group male tennis players in tennis it can be said that the ability of influence. Key words:

Kürekçilere Uygulanan Dairesel Antrenmanların 2000 Metre Ergometre Performansına Etkisi

¹Ceylan Kaya, ¹Gazanfer Kemal Gül, ¹Mine Gül

¹Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

Email : ceylaniskender@gmail.com, gazanfergul@gmail.com, minegul7@gmail.com

Bu çalışma, 14-16 yaş erkek kürekçilerde uygulanan dairesel antrenmanların 2000 metre kürek ergometre performansına etkisini belirlemek amacı ile yapılmıştır. Bursa İznik Spor Kulübünde lisanslı olarak kürek çeken 8 erkek sporcu ilk ölçümlerin ardından tesadüfi yöntemle deney (n=4) ve kontrol (n=4) grubu olarak ayrılmışlardır. Araştırmadaki deney grubunun spor yaşı $2,25 \pm 0,57$ yıl, yaş ortalaması $15 \pm 0,81$ yıl, boy ortalaması $169 \pm 4,082$ cm, vücut ağırlık ortalamaları $66,5 \pm 3,87$ kg olarak tespit edilmiştir. Kontrol grubunun spor yaşı $2,25 \pm 0,57$ yıl, yaş ortalaması $15,25 \pm 0,95$ yıl, boyları $169 \pm 4,83$ cm, vücut ağırlık ortalamaları $65,88 \pm 3,83$ kg olarak tespit edilmiştir. Deney grubundaki sporculara sezon içi antrenman programlarına eklenmiş 8 haftalık haftada 2 gün dairesel antrenman çalışmaları uygulanmıştır. Kontrol grubu ise sezon içi antrenmanlarına devam etmiştir. Antrenmanlar sonunda alınan son ölçüm verileri SPSS programına aktararak grup içi ilk ve son ölçümleri Wilcoxon testi, iki grup arasında ölçümler için Mann-Whitney U testi kullanılarak istatistiksel analizi yapılmıştır. Yapılan analizlerin hassasiyet derecesi ($p < 0,05$) olarak alınmıştır. 8 hafta boyunca teknik antrenmanlarla birlikte yapılan dairesel antrenman çalışmalarının 2000 metre ergometre performansına, deney ve kontrol gruplarında grup içi ve gruplararası analizlerinde istatistiksel bakımdan anlamlı bir fark olmadığı ($p < 0,05$), ancak matematiksel olarak gelişiminde etkisi olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak dairesel antrenman çalışmalarının, kürek sporunda 2000 metre ergometre performansını etkilemediği söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Kürek, Dairesel Antrenman, Kürek Ergometresi.

The Effect Of 2000 M Ergometer Performance In Rowers Of The Circular Training

This study was carried out with the aim of determining the effect of circular training on the 2000 meter rower ergometer performance in 14-16 year male rowers. Eight male athletes who were rowing licensed in Bursa İznik Sports Club were randomly assigned to subject (n = 4) and control (n = 4) groups after the first measurements. Control group continued training during the season. The subject group was determined the sport age average was $2,25 \pm 0,57$ years, age $15 \pm 0,81$ years, height $169 \pm 4,082$ cm and body weight $66,5 \pm 3,87$ kg. Control group was determined the sport age average was $2,25 \pm 0,57$ years, age $15,25 \pm 0,95$ years, age $169 \pm 4,83$ cm and body weight $65,88 \pm 3,83$ kg. Subject group, the athletes 2 days per week for 8 weeks have been added to the training programs were applied to the study of circular. At the end of the training, the last measured data were transferred to the SPSS program and the first and last measurements of the groups were performed using the Wilcoxon test and the Mann-Whitney U test was used for the measurements between the two groups. For 8 weeks, the training of the circular training with the technical training, 2000 meter ergometer performance, there was no statistically significant difference in intra- group and intergroup analyzes ($p < 0,05$), but mathematically it was found to be an effect on development. As a result, it can be said that circular training activities do not affect 2000 meter ergometer performance in rowing.

Keywords: Rowing, Circular Training, 2000 m Ergometer.

İşitme Engelli Milli Takım Karatecilerine uygulanan antrenmanların Postural Salınım ve Anaerobik Kapasiteye Etkisi

¹Nazlı Çirkin, ²Gökhan Deliceoğlu, ³Nazlı Çirkin, ⁴Erkan Tortu, ⁴Tuğba Kocahan

¹Özel İnci Ortaokulu. Ankara

²Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi. Kırıkkale

³Özel İnci Ortaokulu. Ankara

⁴Spor Genel Müdürlüğü Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı. Ankara

Email : nzlckrn@hotmail.com, deliceogligokhan@hotmail.com, nzlckrn@hotmail.com, erkan.tortu.sgm.gov.tr, kocahantu@gmail.com

İşitme Engelli Milli Takım Karatecilerine uygulanan Antrenmanların Postural Salınım Ve Anaerobik Kapasiteye Etkisi

Amaç: Araştırmanın amacını işitme engelli karate milli takım sporcularına uygulanan tekniğe dayalı kuvvet ve koordinasyon antrenmanları sonrası anaerobik kapasite ve postural salınım değerlerinin karşılaştırılması oluşturmaktadır.

Yöntem: Araştırma grubunu 15 erkek milli karateci (Xyaş=22,95±3,46 yıl; Xbu=168,54± 7,72cm; Xva=74,53±9,76 kg) oluşturmaktadır. Araştırma grubunun alt ekstremitelere ait anaerobik güç ve kapasite değerlerini ölçmek için 'Monark Ergonometrik 894' marka bisiklet ergometresine postural salınım değerlerini ölçmek için Kistler marka 'Force Plate' cihazı kullanıldı. Sporcuların toplam, anterior-posterior (ön-arka) ve medial- lateral (sağ-sol) yöndeki postural salınım değerleri için 'Force Plate' platformunun merkez noktasında olacak şekilde pozisyon değişikliklerinde 1 dk dinlenme verilerek çift ayak, sol tek ayak ve sağ tek ayak üzerinde 30 sn dengede durarak ölçümler gerçekleştirildi. Daha sonra sporcuların anaerobik güç ve kapasitelerini test etmek için % 7,5 kefe ağırlığında 30 sn. Wingate testi uygulandı. Verilerin çözümlemesi için SPSS 17.0 paket programı kullanılarak Wilcoxon işaretli sıralar testi uygulandı. Anlamlılık değeri P<0,05 olarak ele alındı.

Bulgular: Araştırma grubuna uygulanan teknik ağırlıklı kuvvet ve koordinasyon antrenmanlarının Postural salınım değerlerine etkisi incelendiğinde, anaerobik kapasiteye ait olan zirve güç, ortalama güç, minimum güç ve güç düşüşü yüzdesi değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemektedir (Z.zg=,589; Z.zg=,0,79; Z.mg=,236; Z.gd%=,078, p>0,05). Çift ayak postural salınım değerlerinde anlamlı bir farklılık görülmezken, sol ve sağ ayağa ait toplam, ön-arka ve sağ-sol salınım değerlerinde anlamlı bir farklılık görülmektedir (ZSolTotal= 2,589; ZSolA-P=2,353; ZSolM-L= 2,589; ZSağTotal= 2,981; ZSağA-P= 2,824; ZSağM-L= 2,824; ZÇiftTotal= 235; ZÇiftA-P=118; ZÇiftM-L= 510, p<0,05).

Sonuç; Sporcuların anaerobik kapasite ve çift ayak postural salınım değerlerinde anlamlı bir etki bulunmazken, tek ayak postural salınım üzerindeki değerlerinin daha iyi olduğu saptanmıştır. Bu sonuç ile sporculara uygulanan tekniğe dayalı kuvvet ve koordinasyon antrenmanları özellikle postural salınım üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu söylenebilir.

The Effect Of Postural Sway And Anaerobic Capacity Of Trainings Applied To Hearing Impaired National Karate

Background: The purpose of there search is to comparethe anaerobic capacity and postural oscillation (Sway) valuesafterthetechniquesbased on thestrenghtandcoordinationexercisesappliedtotheDeaf Karate nationalteamathletes.

Method: Research Group 15 men's National karate (Xage=22,95±3,46 years; Xheight=168,54±7,72 cm; Xweight=74,53±9,76 kg). Tomeasuretheanaerobicpowerandcapacityvalues of thelowerextremity of theresearchgroup, the Kistler brand 'Force Plate'devicewasusedtomeasurethe 'Monarkergonomic 894' brandbicycleergometricsand postural oscillationvalues. Thetotal, anterior-posterior (front-back) andmedial-lateral (right-left) directionfor postural oscillationvalues in the 'Force Plate' platform to be at thecenterpoint of thepositionchanges 1 min rest bygivingthedoublefoot, leftsinglefootandmeasurementswerecarriedout on therightonefoot in thebalance of 30 sec. Thentheathletesweightheanaerobicpowerandcapacityto test the7.5% of the Kefe 30 sec. wingate test wasapplied.Using the SPSS 17.0 package program toanalyzethedata, theWilcoxonmarkedsequences test wasperformed. Thesemanticsvaluewasdiscussed as $P < 0,05$.

Results: When theim pact of technical-weightedstrenghtandcoordinationtrainingsappliedtotheresearchgroup is examined on postural oscillationvalues, thepeakpower of theanaerobiccapacity is statistically in theaveragepower, minimum powerandpowerdroppercentagevalues A significantdifference is not observed ($Z_{pp} = ,589$; $Z_{ap} = ,0,79$; $Z_{mp} = ,236$; $Z_{pd} = ,078$, $p > 0,05$). There is nosignificantdifference in thedouble- foot postural oscillations, but there is a significantdifference in the total, anterior-posteriorandmedial-lateraloscillations of theleftandrightfeet ($z_{lefttotal} = 2.589$; $Z_{left a-p} = 2,353$; $Z_{left m-l} = 2.589$; $Z_{righttotal} = 2.981$; $Z_{rightA-P} = 2.824$; $Z_{right m-l} = 2.824$; $Z_{double total} = ,235$; $Z_{double a- p} = ,118$; $Z_{double m-l} = ,510$, $p < 0,05$). Conclusion: As a result; athleteshave a significanteffect on theanaerobiccapacityanddoublefootpostureoscillations, whilethevalues on thesingle- foot postural oscillationwerebetter. Thisresult can be saidthatthetechnique-basedstrenghtandcoordinationtrainingappliedtoathletes has a significanteffect on the postural oscillation.

Judocularlarda Alt Ekstremitte Kas Kuvvetinin Anaerobik Güç ve Kapasite Yetileri Üzerine Etkisinin İncelenmesi

¹Burak Ustundağ, ²Ali Ahmet Doğan, ²Gökhan Deliceoğlu, ¹Tuğba Kocahan

¹Gençlik ve Spor Bakanlığı Spor Genel Müdürlüğü Sağlık İşleri Daire Başkanlığı, Ankara

²Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

Email : burak.ustunda@gmail.com, aadogan61@hotmail.com, deliceoglugokhan@hotmail.com, tugba.kocahan@sgm.gov.tr

Giriş ve Amaç Araştırmada, judocularlarda alt ekstremitte kas kuvvetinin anaerobik güç ve kapasite yetileri üzerine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem Araştırma grubunu, Ankara'da bulunan Türkiye Olimpiyat Hazırlık Merkezinde (TOHM) judo branşında 13 – 18 yaş aralığında 10 genç erkek ve 10 genç kadın toplam 20 sporcu oluşturmuştur. Araştırmaya katılan sporcuların ilk olarak antropometrik ölçümleri (boy ve vücut ağırlığı) ikinci olarak 60°/sn ve 240 °/sn hızda izokinetik kuvvet testi (alt ekstremitte) daha sonra da wingate anaerobik güç ve kapasite testi (WAnT) yapılmıştır.

Bulgular İstatistiksel analizler SPSS 17.0 programıyla yapılmıştır. Tanımlayıcı istatistiksel analizler sonrasında kadın ve erkek sporcular arasındaki farklılığın araştırılmasında ilişkisiz örneklemeler için t-testi, değişkenler arasındaki ilişkinin yordanması için regresyon analizi testi uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi için p<0,05 seçilmiştir.

Sonuç Erkek judocular kadın judoculara oranla tüm kuvvet parametrelerinde yüksek değerlere ulaşmıştır. Judocuların 60°/sn ve 240°/sn hızda dominant, nondominant bacaklarının, ekstansiyon ve fleksiyon esnasında bacak kaslarının ortalama kuvvet değerleri ile WAnT değerleri arasında; erkek judocuların DME240°/sn ve DMF240°/sn değerleri dışında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Sonuç olarak erkek judocuların anaerobik güç üretirken, DME240°/sn ve DMF240°/sn izokinetik kuvvet parametrelerinden etkilendiği söylenebilir.

Kaynaklar BANGSBO J (2007) Aerobic and anaerobic training in soccer-with special emphasis on training of youth players. Fitness Training in Soccer. PAASUKE M, ERELİNE J, GAPEYEVA H (2001) Knee extension strength and vertical jumping performance in nordic combine athletes. J. Sports Med Phys Fitness 41, s:354-361. BAŞPINAR Ö (2009) Futbolcularlarda İzokinetik Kas Kuvvetinin Anaerobik Güce Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Pamukkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Antrenman ve Hareket Anabilim Dalı.

Assessing The Lower Extremity Muscle Strength's Effects On The Ability Of Anaerobic Power and Capacity in Judo Athletes

Introduction And Purpose Of Study This study, it's aimed to assess the lower extremity's muscle strength effects on the ability of anaerobic power and capacity.

Method Study group involved 20 young, male and female Ankara Turkey Olympic Preparation Center judo athletes age ranged from 13 to 18. Firstly anthropometric measurements (height and weight) of the study participants, secondly in 60° and 240°/second isokinetic muscle test (lower extremity) and lastly Wingate anerobic power and capacity test (WAnT) was performed.

Analyze Of Datas Statistical analysis was performed using SPSS 17.0 program. T test to determine the difference between male and female athletes, regression analysis test to determine the relationship between variables was conducted after descriptive statistical analysis. $p < 0,05$ was chosen as significance level.

Findings Male judo athletes, reached high values in all strength parameters compared to female judo athletes. There was no statistically significant difference between WAnT values and mean values of muscles of dominant and non dominant legs during flexion and extension in 60° and 240°/second except for the difference between WAnT and male judo athletes' DME240°/sn and DMF240°/sn. As a result, it can be said that male judo athletes anaerobic power is affected by DME240°/sn and DMF240°/sn isokinetic force parameters.

Resources BANGSBO J (2007) Aerobic and anaerobic training in soccer-with special emphasis on training of youth players. *Fitness Training in Soccer*. PAASUKE M, ERELİNE J, GAPEYEVA H (2001) Knee extension strength and vertical jumping performance in nordic combine athletes. *J. Sports Med Phys Fitness* 41, s:354-361. BAŞPINAR Ö (2009) Anaerobic Dwarfism of Isokinetic Muscle Force in Footballers. Master Thesis. Pamukkale University Institute of Health Sciences, Department of Training and Movement.

Basketbolcularda Vertimax V8 Elastiki Direnç Platformu Ve Klasik Kuvvet Antrenmanlarının Dinamik Dengeye Etkisinin İncelenmesi

¹Oğuzhan Yüksel, ¹Mustafa Said Erzeybek, ²Fatih Kaya, ³Sadettin Kirazcı

¹Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kütahya

²Erzincan Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Erzincan

³Ortadoğu Teknik Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Ankara

Email : oguzhan.yuksel@dpu.edu.tr, msaid.erzeybek@dpu.edu.tr., fkaya@erzincan.edu.tr,

Amaç; Bu çalışmada, erkek basketbolcularda iki farklı kuvvet antrenmanının dinamik denge üzerindeki etkileri incelendi.

Gereç ve Yöntem; Çalışmaya 18 yaş ve üzeri 25 erkek basketbolcu gönüllü olarak katıldı. Katılımcılar vertimax kuvvet antrenman grubu ve geleneksel kuvvet antrenman grubu olarak rasgele yöntemle iki gruba ayrıldı (vertimax n=13; klasik n=12). Her iki antrenman programı 6 hafta boyunca günde 3 kez uygulandı. Vertikal pozisyonda sağ ve sol ayak üzerinde 60 saniye süre içerisinde kayıt altına alınan dinamik denge değerleri EasyTech marka Libra seesaw denge tahtası ile değerlendirildi. Değerlendirmelerde denge, IBP (Denge hassasiyet indeksi), recovery time right (görsel helezon denge hattı ekran alıntısına sağ yönden geri dönüş zamanı), recovery time left (görsel helezon denge hattı ekran görüntüsüne sol yönden geri dönüş zamanı) skorları kullanıldı. Tüm testler görsel geribildirimle gerçekleştirildi. İstatistiksel analizlerinde three-factor mixed ANOVA (one between- and two within-subjects factors) kullanıldı.

Bulgular; Antrenman periyodu sonunda dinamik denge, IBP(Denge hassasiyet indeksi), recovery time right (görsel helezon denge hattı ekran alıntısına sağ yönden geri dönüş zamanı) ve recovery time left (görsel helezon denge hattı ekran alıntısına sol yönden geri dönüş zamanı) skorunda ortaya çıkan değişimler vertimax ve klasik antrenman gruplarında ve sağ ve sol ayak açısından benzerlik göstermektedir. Vertimax grubunun dinamik denge, IBP (Denge hassasiyet indeksi) ve recovery time right (görsel helezon denge hattı ekran alıntısına sağ yönden geri dönüş zamanı) skorlarındaki değişimlerin daha iyi olduğu tespit edilmiştir. Her iki antrenman grubunda süreç sonunda sağ ve sol ayakların recovery time right (görsel helezon denge hattı ekran alıntısına sağ yönden geri dönüş zamanı) değerleri karşılaştırıldığında sol ayağa ait görsel helezonik hareket alanının sağ taraftan dönüş zamanının daha kısaldığı görülmektedir. (p< 0.05).

Sonuç; Elde edilen sonuçlar göstermiştir ki, sezon öncesi çalışmaların içine dahil edilen vertimax kuvvet antrenmanları katılımcıların denge performansını olumlu etkilemektedir.

Anahtar Kelimeler: Dinamik Denge, Basketbol, VertiMax Antrenman

The Investigation Of The Effects Dynamic Balance Of Classical Strength And Vertimax V8 Elastic Resistance Platform For Basketball Players

Objective; In this study, the effects on the dynamic balance of two different strength training in male basketball players. Method; Over 18 year-old and 25 male basketball players participated voluntarily. Participants were divided into two groups by the random method as the vertimax strength training group and the traditional strength training group (VertiMax, n=13; classic n=12). Both training programs were administered 3 times a day for 6 weeks. In the vertical position, the dynamic balance values recorded on the right and left foot for 60 seconds were evaluated with EasyTech Libraseesaw balance board. The scores in the evaluations were IBP (balance sensitivity index), recovery time right (The return time of the visual helix balance from right side), and recovery time left (The return time of the visual helix balance from left side). All tests were performed with visual feedback. As statistical analysis were used three-factormixed ANOVA.

Finding; At the end of the training period, IBP (balance sensitivity index), recovery time right (The return time of the visual helix balance from right side), recovery time left (The return time of the visual helix balance from left side) showed the dynamic balance score are similar in vertimax and classical training groups right and left feet. Vertimax group in the dynamic balance, the changes IBP and recovery time right scores were found to be better. In both training groups, when the recovery time right values of the right and left feet are compared at the end of the process, it's seen that the rotation time from the right side of the visual helix motion area of the left leg is shorter ($p<0.05$).

Conclusion; The results show that the Vertimax strength training included in the pre-season workings positively affects the participants' balance performance.

Keywords: Dynamic Balance, Basketball, VertiMax Training

11-13 Yaş Yüzücülerde Bazı Antropometrik ve Performans Özelliklerinin İncelenmesi

¹Erkan Demirkan, ¹Sema Can, ¹İsmet Alagöz, ¹Tuğrul Özkadı, ¹Sibel Yıldırım

¹Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum

Email : erkandemirkan@hitit.edu.tr, semacan@hitit.edu.tr, alagoz.ismet@gmail.com, kadi.tugrul@gmail.com, sblmyldrm@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Düzenli yapılan antrenmanın fiziksel gelişim ve değişime neden olduğu bilinmektedir. Bu çalışmanın amacı 11-13 yaşları arasında spor yapan ve yapmayan çocukların bazı antropometrik ve performans özelliklerinin karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Bu çalışmaya 11-13 yaşları arasında değişen (kız: yaş = 12.8 ± 0.9 yıl; erkek: yaş = 11.9 ± 0.7 yıl), yüzme sporu ile uğraşan, ulusal düzeyde müsabık (kız: = 4.7 ± 0.9 yıl; erkek: = 4.5 ± 0.7 yıl) 12 kız ve 10 erkek ile herhangi bir sporla uğraşmayan (kız: yaş = 11.1 ± 0.3 yıl; erkek: yaş = 11.2 ± 0.6 yıl) 15 kız ve 15 erkek olmak üzere toplam 52 kişi katılmıştır. Ölçüm yapılacak gruplara, çalışma hakkında detaylı bilgi verildikten sonra aynı ortam ve şartlarda bazı antropometrik ve performans ölçümleri (flamingo denge testi, esneklik, uzun atlama, dikey sıçrama) yapılmıştır. İstatistiksel analiz için bağımsız gruplar için t-testi uygulanmıştır.

Bulgular: İstatistiksel analizler sonucunda, spor yapan ve yapmayan erkek çocuklarda boy uzunluğu, kol çevresi, ön kol çevresi, bacak çevresi ve bacak boyu uzunluklarında; kız çocuklarında ön kol çevresi, bacak çevresi ve bacak boyu uzunluklarında anlamlı düzeyde farklılık tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Aynı zamanda her iki cinsiyette de denge, esneklik, uzun atlama ve dikey sıçrama ölçümlerinde anlamlı düzeyde farklılıklar bulunduğu tespit edilmiştir ($p < 0.05$).

Sonuç: Yapılan bu çalışma bulguları, düzenli olarak yüzme sporu yapan çocukların, spor yapmayan çocuklara göre bazı antropometrik ve performans özellikleri üzerinde anlamlı düzeyde gelişmeye neden olduğunu göstermektedir.

Anahtar kelimeler: Yüzücü, Antropometri, Performans

Investigation Of Some Anthropometric and Performance Characteristics in 11-13 Age Swimming

Introduction and aim: It is known that regular training is caused by physical development and change in athletes. The purpose of this study is to compare some anthropometric and performance characteristics of children aged 11-13, doing sport and not.

Method: In this study, a total of 52 children participated that the age ranging from 11-13 years (female: Mage = 12.8 ± 0.9 yr; male: Mage = 11.9 ± 0.7 yr), 12 girls and 10 boys who the competitors at the national level dealing with the sport of swimming (female: M = 4.7 ± 0.9 yıl; male: M = 4.5 ± 0.7 yr) and 15 girls and 15 boys who not engaged in any sports (female: Mage = 11.1 ± 0.3 yr; male: Mage = 11.2 ± 0.6 yr). For the groups to be measured, after giving detailed information about the study, some

anthropometric and performance measurements (flamingo balance test, flexibility, long jump, vertical jump). T-tests were performed for independent groups for statistical analysis.

Results: As a result of the statistical analyzes, there was a significant difference in boys doing sport and not, boy lengths, arm circumference, forearm circumference, leg circumference and leg length; in the forearm circumference, leg circumference and leg length of girls ($p < 0.05$). At the same time in both genders, there was significant differences found in the balance, flexibility, long jump and vertical jump measurements ($p < 0.05$).

Conclusion: The study results indicate that children who regularly swimming to compare to the children not doing sport have caused significant developments on some anthropometric and performance characteristics.

Keywords: Swimmer, Anthropometry, Performance

Avrupa Basketbol Ligindeki Kural ve Format Değişikliklerinin Saha İçi Performansa Olan Etkilerinin İncelenmesi

¹Aydiner Attila

¹İstanbul Gelişim Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İstanbul

Email : aattila@gelisim.edu.tr

Giriş ve Amaç Euroleague’de son yıllarda meydana gelen kural ve format değişiklikleri ile birlikte basketbol oyununu hızlandırmak, güzelleştirmek ve seyir zevkini artırmak amaçlanmaktadır. Bu çalışmanın amacı, Euroleaguedeki takımların 2015-2016 ve 2016-2017 sezonlarındaki saha içi performanslarını verimlilik puanları üzerinden karşılaştırmalar yaparak analiz etmektir.

Yöntem Euroleague verilerine göre kural ve format değişiklikleri öncesi ve sonrası durumlar karşılaştırılarak değerlendirmeler yapılmıştır. Nicel araştırma kullanılan bu çalışmada betimsel istatistiklerin yanında, sezonlar arası karşılaştırmalar da independen T test istatistikleri kullanılmıştır. Analizler SPSS 24 paket programında $p < 0.05$ güven katsayısı dikkate alınmıştır. Bulgular Araştırmalar sonucunda 2015-2016 sezonunda ortalama atılan sayı $76,290 \pm 6,2115$ iken 2016-2017 sezonunda $79,154 \pm 4,1745$ olduğu görülmüştür. Önceki sezona göre maçların skorlarında anlamlı düzeyde artış kaydedilmiştir ($P < 0.05$). 2015-2016 sezonunda maçlar iki takım arasında ortalama 12.46 sayı farkla sonuçlanırken 2016-2017 sezonunda bu rakam 9.83 olmuş ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p < 0.05$).

Sonuç Sezonlar kıyaslandığında skor artışının anlamlı düzeyde olduğu ortaya çıkmıştır. Diğer bir önemli bulgu ise maçların önceki Euroleague sezonuna göre daha yakın skorla tamamlanmış olmasıdır. Format ve kural değişikliklerinin maçlardaki sayı ve takımlar arası rekabetin artışına olan etkisinden bahsetmek mümkün görülmektedir.

The Examination Paper Of The Effects Of Rules And Format Changes On Game Performance in Euroleague Basketball

Introduction and Purpose With the change of the rules and format in last year of Euroleague, the purpose was to speed up, beautify and improve the vision enjoyment of basketball game. The purpose of this study is, to analyze the game performances of the teams in Euroleague in 2015 – 2016 and 2016 – 2017 seasons by comparing upon their productivity points.

Method This study was conducted of calculations, covering Euroleague players’ productivity points that is used to measure players’ game performances.

According to Euroleague datas; examinations were made by comparing the condition before and after the rule and format changes. In this study that used quantitative research, besides descriptive statistics, independent test statistics were used in seasonal comparisons. By creating the analyzes in SPSS 24 package programme, $P < 0.05$ confidence coefficient was taken into account. Evidences As a result of the studies, it was seen that the average shots made in the 2015 – 2016 season was $76,290 \pm 6,2115$, whereas it was $79,154 \pm 4,1745$ in the 2016 – 2017 season.

Compared to previous season , there was a significant increase recorded in game scores ($P < 0.05$) . In 2015 – 2016 season while matches were resulting in an average of 12.46 point difference between the two teams , in 2016 – 2017 season this figure was 9.83 and found statistically significant ($P < 0.05$).

Conclusion When the seasons were compared , it is found that score increase was on a noticable level . Another important evidence was that the games were completed with closer scores compared to previous Euroleague season. Thus ,it is possible to say that format and rule changes effect the increase in scores and competition between teams.

Revize Edilen Hentbol Oyun Kurallarının 2017 Avrupa Hentbol Şampiyonası'nda Değerlendirilmesi

¹Murat Bilge, ²Marta Bon

¹Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale

²Sports Faculty, Ljubljana Slovenia

Email : muratbilge@gmail.com, marta.bon@fsp.uni-lj.si

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, 2015 sezonunda değiştirilen beş önemli hentbol oyun kuralının (pasif oyun, kaleci değiştirme, mavi kart , son 30 saniye ve sakatlanan oyuncu kuralları), Avrupa Şampiyonasına yansımalarının değerlendirilmesidir.

Yöntem: 2017 Kadınlar 17 yaş altı Avrupa Şampiyonası'nda Makedonya'da oynanan 20 maçın ilgili başlıklar altındaki canlı analizi yapılmıştır. Analizler, maçların canlı olarak izlenip, devamında video kayıt desteği ile ilgili parametrelerin maçların tamamında verilendirilip, betimsel istatistiklerinin ortaya konmasıyla sağlanmıştır. Bulgular: Yenilenen pasif kuralı sonrası, oynanan 20 maçta hakemlerin toplam 129 pasif oyun kararı sonucu, takımların 2,93 pas ortalamasıyla ve %36,4 başarı yüzdesiyle pozisyonu sonlandırdıkları tespit edilmiştir. Bu turnuvada sakatlanan oyuncunun hakem kararı gereği üç hücum oyundan alınması kuralı, 5 kez gerçekleştirilmiştir. Kaleci değişim kuralının, özellikle 7:6 avantaj olarak maçlarda görülmemesinin yanında, takımlar eksik kaldıkları hücumların sadece %16,72'sinde yenilenen kuralı uygulamışlardır. Mavi kart ve son 30 saniye kuralına ise bu turnuvada hakemler tarafından gerek duyulmamıştır.

Sonuç: Yapılan analizler sonucu, bazı takımların yeni kurallara adapte olmaya çalıştığı görülürken, alt yaş Avrupa Şampiyonası'na katılan çoğu takımın ilgili parametrelerde zamana ihtiyaç duydukları görülmüştür. Anahtar Kelimeler: Yeni oyun kuralları, Hentbol, Avrupa Şampiyonası.

Assesment of the Revised Handball Rules at the European Handball Championships 2017

Introduction: The purpose of this study is to asses five new rules changes in 2015 (passive rule, goalkeeper substution rule, blue card, last 30 second rule, injured player rule) in European Handball Championships. Methods: Twenty played games in 2017 U17 WECh in Macedonia were analysed in related parameters. Analyses were reported by watching the games at the hall and videos after the games. All the datas related to the aims analysed by descriptive statistics and percentages.

Findings: After twenty games, referees totally 129 times decided to use the new passive rule and the teams used 2,93 pass average after the decision and ended the positions %36,4 with success. In this tournament, after an injury rule used 5 times, and the injured players couldn't play three attacks after the decision. New goalkeeper substution rule, especially with the advantage in 7:6 attack, was not use by the teams except when the teams were in numerical inferiority with %16,72 success. Referees didn't need to apply blue card and last 30 second rule according to the tournament.

Result: At the end of the analyse, it was identified that some teams tried to adapt to the new rules. But most of the participant teams of ECh need time to improve their tactical elements under new rules. Key words: Rewised handball rules, European Handball Championships

2017 Avrupa Hentbol Şampiyonası'nda Takımların Hücum Taktik Tercihlerinin Değerlendirilmesi

¹*Murat Bilge*, ²*Marta Bon*

¹*Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale*

²*Sports Faculty, Ljubljana Slovenia*

Email : muratbilge@gmail.com, marta.bon@fsp.uni-lj.si

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, Avrupa Şampiyonasına katılan takımların hücum tercihlerinin değerlendirilmesidir. Yöntem: 2017 Kadınlar 17 yaş altı Avrupa Şampiyonası'nda Makedonya'da oynanan 20 maçta takımların hücum parametrelerinin canlı analizi yapılmıştır. Analizler, maçların canlı olarak izlenip, devamında video kayıt desteği ile ilgili parametrelerin maçların tamamında verilirilip, betimsel istatistiklerinin ortaya konmasıyla sağlanmıştır.

Bulgular: Oynanan 20 maçta takımların toplam 2422 hücumu; atak etkinliği, kale atışı etkinliği, kaleci etkinliği, top kaybı etkinliği, faul yapma-faule maruz kalma ortalamaları gibi parametrelerin yanı sıra, hücum tercihleri (organize hücum, basit-kombine-uzatılmış hızlı hücum ve hızlı santra) ve sayısal eşitlik - eşitsizlikte hücum etkinliği başlıkları altında analiz edilmiştir. Elde edilen bulgular, turnuvada dereceye giren takımlar ve diğerleri ile karşılaştırılmıştır.

Sonuç: Dereceye giren takımlar ve diğerleri ile yapılan karşılaştırma sonucunda, maçın sonucuna etki eden analiz parametrelerinin önemi vurgulanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Maç Analizi, Avrupa Hentbol Şampiyonası.

Assesment of Teams' Offense Tactical Preferences at the European Handball Championships 2017

Introduction: The purpose of this study is to asses teams' offense tactical preferences in European Handball Championships.

Methods: Twenty played games in 2017 U17 WECh in Macedonia were analysed in related parameters. Analyses were reported by watching the games at the hall and videos after the games. All the datas related to the aims analysed by descriptive statistics and percentages.

Findings: After twenty games, totally 2422 attack of the teams' analysed under some attack parameters (attack efficiency, goal throw efficiency, goalkeeper efficiency, turnover efficiency, doing foul-getting fauled averages and attack preferences; organize attack, basic-combined-extended fast break, fast throw-off and attack efficiency in numerical equality-superiority-inferiority). Findings between first four teams and the others' compared with descriptive statistics and the percentages. Result: At the end of the comparison of the first four ranking teams and the others, the importance of the game analyse parameters that effects the result of the game were highlighted.

Keywords: Game Analyse, European Handball Championships

Altyapı Erkek Basketbolcularda Calf Çevresi ve Bazı Motorik Özellikler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Elif Öz, ¹Çağdaş Özgür Cengizel

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : elifoz@gazi.edu.tr, cagdasozgurengizel@gmail.com

Giriş ve Amaç: Basketbolcuların fiziksel özellikleri ve performanslarına etki eden atletik özellikleri sportif başarı üzerinde de etkilidir (Yücesir ve ark., 2003). İyi bir basketbolcu olma kriterleri içerisinde biyomotorik özelliklerin üst düzeyde olması büyük bir avantaj yaratmaktadır (Pazarözyurt ve İnce, 2009). Dolayısıyla bu araştırmanın amacı, altyapı erkek basketbolcularında calf çevresi ile bazı motorik özelliklerinin arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya 13-16 yaşları arasında 80 erkek altyapı basketbol oyuncusu gönüllü olarak katılmıştır. Deneklerin boy uzunluğu, vücut ağırlığı, calf çevresi ölçülerek; bazı motorik özelliklerin belirlenmesi için dikey sıçrama, yatay sıçrama, 20 m sürat ve Illinois çeviklik testleri uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Calf çevresi ile bazı motorik özelliklerin birbirleriyle ilişkilerinin incelenmesi Pearson korelasyon analiz testi (anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olmak üzere) ile gerçekleştirilmiştir. Bulgular: Altyapı erkek basketbolcularda calf çevresi ile dikey sıçrama arasında pozitif ($r=0,328$, $p=0,003$), sürat performansı ile negatif ($r=-0,268$, $p=0,016$) ilişki belirlenmiş olup; yatay sıçrama ve çeviklik performansı ile herhangi bir ilişki saptanmamıştır.

Sonuç ve Kaynaklar: Altyapı erkek basketbolcularda calf çevresi artışının, dikey sıçrama ve sürat performanslarının anlamlı artışına sebep olduğu tespit edilmiştir. Dolayısıyla; altyapı erkek basketbolcularda dikey sıçrama ve sürat performansında artış sağlamak için calf çevresinin artırılmasına yönelik çalışmaların uygulanması önerilmektedir. Pazarözyurt, İ., İnce, G. (2009). Spormetre, 7(1):9-18. Yücesir, İ., Bayraktar, B., Metin, G. (2003). İ Ü Spor Bilimleri Derg., 11(3):1-3.

Investiigation Of The Relationship Between Calf Circumference And Some Motoric Parameters in Male infrastructure Basketball Players

Introduction and Aim: The athletic and physical characteristics of the basketball players effects on their sportive achievements (Yücesir and et al., 2003). It is a great advantage to have a high level of biomotoric parameters within the criteria of being a good basketball player (Pazarözyurt ve İnce, 2009). Furthermore, the aim of this study is to examine the relationship between calf circumference (CC) and some motoric characteristics of the male infrastructure basketball players.

Method: 80 male infrastructure basketball players (13-16 age group) voluntarily participated in this study. The body height, body weight and CC were measured and vertical & horizontal jump, 20 m sprint, Illinois agility test were performed by subjects. Data were analysed using by SPSS package software. Pearson correlation test (significant level $p < 0,05$) was used to determine the relationship between CC and some motoric characteristics.

Results: It was determined positive relationship between CC and vertical jump ($r=0,328$, $p=0,003$) and negative relationship was found between CC and speed ($r=-0,268$, $p=0,016$). There was no relationship between CC and horizontal jump and agility performance.

Conclusion and References: It was found that increasing of CC results in significant increasing of vertical jump and speed performance. It is suggested to apply the trainings to increase the CC to provide vertical jump and speed performance in infrastructure basketball players. Pazarözyurt, İ., İnce, G. (2009). Spormetre, 7(1):9-18. Yücesir, İ., Bayraktar, B., Metin, G. (2003). İ Ü Spor Bilimleri Derg., 11(3):1-3.

İşitme Engelli Erkek Sıklet Sporcularının Postural Salınım Değerlerinin İncelenmesi

¹Tugba Kocahan, ¹Gülcan Karaman, ²Gökhan Deliceoglu, ¹Erkan Tortu

¹Spor Genel Müdürlüğü Sağlık İşleri Daire Başkanlığı, Ankara

²Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

Email : kocahantu@gmail.com, cenksamikaraman@gmail.com, deliceoglugokhan@hotmail.com, tortuerkan@hotmail.com

Araştırmanın amacı işitme engelli sıklet sporcularının postural salınım değerlerinin incelenmesidir. Araştırma grubunu (Xyaş=25,63±6,37yıl; Xbu=175,0,3± 6,97cm; Xva=77,64±12,29 kg) toplam 47 erkek sıklet (judo, taekwondo, güreş, karate) sporcusu oluşturmaktadır. Araştırma grubunun postural salınım değerlerini ölçmek için Kistler marka 'Force Plate' analiz cihazı kullanılmıştır. Sporcular 5 dk ısınma hareketleri yaptıktan sonra postural salınım testine alınmışlardır. Sporcular Test sırasında "Force Plate " platformunun merkez noktasında pozisyon değişikliklerinde 1 dk dinlenme verilerek çift ayak, sol tek ayak ve sağ tek ayak üzerinde 30 sn durarak ölçümler gerçekleştirilmiştir. Araştırma grubunu oluşturan sporcuların çift, sağ ve sol ayak postural salınım değerleri arasındaki ilişkiyi bulmak için SPSS 17.0 paket programında Korelasyon analizi yapılmıştır. Anlamlılık değerleri için (P<0,05) kabul edilmiştir. İşitme engelli sıklet sporcularının sağ bacak postural salınım değerleri (Xsağtotal=1289,15±460,63 mm; Xsağap=791,14±334,99mm; Xsağml=835,01±294,21mm) ve sol bacak postural salınım değerlerinin (Xsolttotal=1269,30±388,51mm; Xsolap=777,05±247,11mm; Xsolml=851,05±265,55mm) çift bacak postural salınım değerleri (XÇifttotal=314,54±147,60mm; XÇiftap=223,86±108,96mm; XÇiftml=171,07±87,98 mm) üzerinde düşük düzey, pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmektedir (P<0,05). Sonuç olarak, işitme engelli sıklet sporcularının postural salınım değerleri incelendiğinde, sol bacak postural salınım değerlerinin, sağ bacak postural salınım değerlerine oranla daha yüksek düzeyde çift bacak postural salınım değerleri üzerinde etkili olduğu görülmektedir.

The Examination Of The Postural Sway Values in Male Hearing Impaired Weight Athletes.

Purpose:The aim of this research is to examine the postural sway values in male hearing impaired weight athletes.

Method: The research group is comprised of 47 male weight athletes (judo, taekwondo, wrestling, karate). The participants age, heights and weight are respectively Xage=25,63±6,37 years; Xh=175,0,3± 6,97cm; and Xw=77,64±12,29 kg. Measurements of the athletes were analyzed with Force Plate (Kistler). After 5 minutes warm up the athletes are called for postural sway test. During the test the athletes stand on the central point of the force plate. Data were collected for 30 second at each position (both legs, left leg and right leg) and the athletes rested 1 min between the measurements. The SPSS correlation test for Windows 17.00 package program was used to find relation between both legs, right and left leg postural sway values. Level of significance was set at (P<0.05).

Findings: The right leg (Xrighttotal=1289,15±460,63 mm), (Xrightap=791,14±334,99mm) (Xrightml=835,01±294,21mm) and the left (Xlefttotal=1269,30±388,51mm), (Xleftap=777,05±247,11mm), (Xleftml=851,05±265,55mm) postural sway values have an effect on both legs postural sway values (Xbothtotal=314,54±147,60mm), (Xbothap=223,86±108,96mm), (Xbothml=171,07±87,98 mm) and have a significantly low-level positive relation on it (P<0,05). According to results, when examining the postural sway values in male hearing impaired weight athletes, the study showed that both legs postural sway values were more affected by left leg postural sway values than by the right leg ones.

Futbolcularda Dikey Sıçrama Performansının Hızlanma, Maksimal Hız Ve Yön Değişim Hızı Üzerine Etkisi

¹Bahar Ates

¹Uşak Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Uşak

Email : atesbhr@gmail.com

Giriş ve Amaç: Son yıllarda futbol çok hızlı oynanan bir oyun haline gelmiştir. Birçok çalışma, futbolda sportif performans açısından, değişen düşük ve yüksek şiddette sıçramaların, sprintlerin ve hızlı yön değişimi gibi aktivitelerin önemine vurgu yapmıştır. Yapılan çalışmalar sıklıkla bu hareket kabiliyetleri arasındaki ilişkileri incelemeye odaklanmış fakat elde edilen bulgular tutarsızlığını korumaktadır. Bu çalışma, futbolcularda dikey sıçrama performansının ivmelenme, maksimal hız ve yön değişim hızı yetenekleri üzerindeki etkinliği değerlendirmek amacıyla yapıldı.

Yöntem ve Metot: Çalışmaya 3. Lig profesyonel bir futbol takımında oynayan, yaş ortalaması 24.6±2.7 yıl, boy ortalaması 1.80±0.06 cm, ağırlık ortalaması 75.4±5.75 kg ve vücut yağ yüzde (%) ortalaması 11.8±1.38 olan 18 sporcu gönüllü olarak katıldı. Hafif yürüyüş, koşu ve dinamik germe egzersizlerinden oluşan 10 dakikalık bir ısınma protokolünün ardından, sporcular aktif sıçrama (CMJ), hız (10- ve 20 m sprint) ve yön değişim hızı (Pro Agility Çeviklik Testi ve T-Testi) testlerini uyguladı. Test sırası, bir testin başka bir testin performansını olumsuz etkilemeyecek şekilde düzenlendi.

Bulgular: Sporcuların CMJ ile 10-m, 30-m ile T-Testi performans değerleri arasında negatif yönde neredeyse güçlü bir korelasyon tespit edildi, sırasıyla, ($r = -0.59$; $p < 0.05$) ($r = -0.63$; $p < 0.05$), ($r = -0.61$; $p < 0.05$). Buna karşın CMJ ile Pro-Agility Çeviklik Testi arasında anlamlı bir korelasyona rastlanılmadı ($r = -0.22$; $p > 0.05$).

Sonuç: Bu çalışmanın sonuçları futbolcularda güç ve hız yeteneği arasında orta-güçlü bir düzeyde ilişki olduğunu göstermektedir.

Anahtar kelimeler: Güç, Çeviklik, Doğrusal Hız, Futbol, Alan Testleri.

Influence Of Vertical Jump On Acceleration, Maximal Speed And Change Of Direction in Professional Soccer Players

Introduction and Aim: In recent years football has become a fast-paced game. Numerous studies have lay emphasis on alternation of high- and low-intensity activities, including jumps, sprints and quick change of directions in terms of sportive performance in football. Studies have frequently focused on studying the relationships between these movement abilities but the findings appeared to be inconsistent. In this study, we evaluated the efficacy of vertical jump performance on acceleration, maximal speed and change of direction speed in professional soccer players.

Material and Methods: A total of 18 football players, mean age: 24.6 ± 2.7 years, mean height: 1.80 ± 0.06 cm, mean weight: 75.4 ± 5.75 kg and mean body fat percentage 11.8 ± 1.38 %, in a 3rd Division Professional Soccer Team were voluntarily participated in this study. After the warm-up protocol including light walking, jogging, and dynamic stretching, players completed assessments of countermovement jump (CMJ), speed (10-, and 20-m sprints) and change of direction speed (Pro Agility and T-test) tests. The order of testing was arranged so that one test would not adversely affect the performance of another test.

Results: Players displayed negative moderate-to-strong correlations between 10 m, 30 m and T-test with the CMJ, respectively, ($r = -0.59$; $p < 0.05$) ($r = -0.63$; $p < 0.05$), ($r = -0.61$; $p < 0.05$). However, no significant correlation was found between CMJ and Pro Agility Test ($r = -0.22$; $p > 0.05$).

Conclusion: The results of this study show that there is a moderate-strong relationship between power and speed ability in soccer.

Keywords: Power, Agility, Linear speed, Soccer, Field Tests.

Futbolcularda Şiddeti Giderek Artan Bir Yüklenme Sonrasındaki Kan Laktat Toparlanmasının Dönemsel Değişikliklerinin İncelenmesi

¹Gürkan Diker, ¹Zühal Yurtsızoglu, ²Hüseyin Özkamçı, ¹Abdulkerim Darendeli

¹Cumhuriyet Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Sivas

²Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu İzmir

Email : gdiker@cumhuriyet.edu.tr, zyurtsiz@cumhuriyet.edu.tr, huseyin.ozkamci@deu.edu.tr, xkdsup@gmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı amatör bir futbol takımının hazırlık dönemi öncesi ve müsabaka dönemi öncesinde yapılan şiddeti giderek artan bir yüklenme sonrasındaki kan laktat konsantrasyonlarının yarılanma sürelerinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya, yaşları 21.5 ± 1.7 , boy uzunlukları 174.5 ± 4.2 ve vücut ağırlıkları 67.3 ± 4.2 olan toplamda 12 amatör futbol oyuncusu katılmıştır. Hazırlık ve müsabaka döneminin öncesinde Yo-Yo IRT1 testleri yapılmıştır. Teste başlamadan sporcunun kulak memesinden alınmak üzere dinlenik kan laktat konsantrasyonları belirlenmiştir. Testin tamamlanmasının hemen ardından ve takip eden 3 dakikalık aralar ile kan laktat konsantrasyonları belirlenmiştir. Yo-Yo IRT1 testi sonrasında laktat eliminasyon süresinin göstergesi olarak, test sonrasında ulaşılan en yüksek kan laktat değeri yarılanma süresi olarak kabul edilmiştir. Bu işlemler Microsoft Excel programında zamana karşı LA grafiği çizildikten sonra her bir sporcu için elde edilen regresyon eşitliği kullanılmıştır. Aynı gruba iki farklı zamanda yapılan testlerin verileri Bağımlı Gruplarda t-Testi ile değerlendirilmiştir. Tüm sorgulamalar SPSS 17.0 paket programında gerçekleştirilmiştir ve 0.05 hata payı kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışmanın bulguları incelendiğinde, hazırlık dönemi öncesi Yo-Yo IRT1 testi performansı ortalamalarının $1430 \pm 447,4$ m olduğu, müsabaka dönemi öncesi Yo-Yo IRT1 testi performansı ortalamalarının ise $1843,3 \pm 475,8$ m olduğu görülmektedir. Hazırlık dönemi öncesi laktat yarılanma süreleri (ort= $23,1 \pm 4$ dk) ve müsabaka dönemi öncesi laktat yarılanma süreleri (ort= $19,2 \pm 3,8$ dk) değerlendirildiğinde istatistiksel olarak farkın olduğu görülmektedir ($p < 0,05$).

Sonuç: Hazırlık dönemi antrenman programlarının içeriğinin büyük kısmının dayanıklılık gelişimine katkıda bulunduğu göz önüne alındığında, yapılan antrenmanların dayanıklılığın gelişimiyle beraber laktat toparlanmasında da önemli katkıların olduğu görülmektedir. Futbol gibi yüksek şiddetli aktivitelerin sürekli olarak tekrarlandığı sporlarda, aktivitelerin kalitesini tekrarlar arası toparlanmanın hızı belirlemektedir. Bu açıdan bakıldığında, özellikle hazırlık döneminde yapılan antrenmanlarda toparlanma sürelerine yönelik çalışmaların üzerinde durulması önerilmektedir.

Anahtar kelimeler: futbol, kan laktat, Yo-Yo IRT1

In Soccer Players Examination Of Seasonal Changes Of Blood Lactate Recovery After An Increasing Intense Load

Introduction and Purpose: The aim of this study is to examine half life period of blood lactate concentrations after an increasing intense training of an amateur soccer team before the preparation and the competition period.

Method: In this study, 12 amateur soccer player participated whose ages 21.5 ± 1.7 , height 174.5 ± 4.2 , body weight 67.3 ± 4.2 . Before the preparation and competition season, Yo-Yo IRT1 tests were conducted. Before starting, retting blood lactate concentrations were determined by taking blood samples from athlete's ear. Right after the test completed, blood lactate concentrations were determined after every 3 minutes constantly. As the indicator of the lactate elimination time after the Yo-Yo IRT1 test, the highest blood lactate value reached after the test was accepted as the half-life time. these operations are used after the lactate graphic is plotted against time on Microsoft Excel and then the regression equation obtained for each athlete was used. Aynı gruba iki farklı zamanda yapılan testlerin verileri Bağımlı Gruplarda t-Testi ile değerlendirilmiştir. All queries are performed by the SPSS 17.0 software package was used and 0.05 tolerance.

Findings: When the findings of the study were examined, it was observed that the average of the Yo-Yo IRT1 test performance before the preparation period was 1430 ± 447.4 m and that the Yo-Yo IRT1 test performance averaged before the competition period was 1843.3 ± 475.8 m. Statistically significant differences were observed when the lactate half-time (mean = 23.1 ± 4 min) before the preparation period and the lactate half-time before the competition period (mean = 19.2 ± 3.8 min) were evaluated ($p < 0.05$).

Conclusion: As a result, considering that most of the contents of preparatory training programs contributed to the development of endurance, it is clearly seen that with the development of durability of training, conducted trainings also play a role in lactate recovery. In sports where repeated high intensity activities regularly carry on like soccer, recovery speed Between repetition determines the quality of activity. Thus, especially in trainings of preparation period, recovery time training is suggested to maintain.

Keywords: Blood lactate, Soccer, Yo-Yo IRT1

PB665

Futbol Oyuncularının Yön Değiştirme, Sprint ve Dayanıklılık Performanslarının İlişkisinin İncelenmesi

¹Gürkan Diker, ²Hüseyin Özkamçı, ³Raif Zileli, ⁴Sadi Ön

¹Cumhuriyet Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Sivas

²Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu İzmir

³Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu Bilecik

⁴Ahi Evran Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Kırşehir

Email : gdiker@cumhuriyet.edu.tr, huseyin.ozkamci@deu.edu.tr, raif.zileli@bilecik.edu.tr, sadion@ahievran.edu.tr

Giriş ve Amaç: Bu çalışma futbol oyuncularının yön değiştirme, sprint ve dayanıklılık performanslarının olası ilişkilerinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Çalışma yaşları $21,5 \pm 1,01$, boy uzunlukları $176,8 \pm 2,5$ ve vücut ağırlıkları $70,6 \pm 3,2$ olan 14 amatör futbol oyuncusuyla yapılmıştır. Çalışmada 2 aylık hazırlık periyodu sonrasında Yo-Yo IRT1 testi, topsuz yön değiştirme testi ve 20 metre sprint testi değerlendirilmiştir. İstatistiksel olarak yön değiştirme, sprint ve dayanıklılık performanslarının arasındaki ilişki Spearman korelasyon analizi yöntemiyle değerlendirilmiştir.

Bulgular: Çalışmanın bulguları değerlendirildiğinde sadece yön değiştirme performansı ile 20 metre sprint performansı değerleri arasında anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir ($r = ,65$) ($p < 0,05$). Futbol, içerisinde yön değiştirmeli koşuların ve farklı mesafelerde sprint koşularını oldukça fazla oranda bulunduran bir spordur. Bu çerçevede sprint ve çabukluk özelliklerinin gelişimi başarıda önemli bir unsurdur. Sonuç: Sonuç olarak birbirleriyle ilişkili olan sürat ve çabukluk özelliğinin yapılacak olan antrenman programlarında bulundurulması ve belli periyotlarda bu özelliklerin test edilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Anahtar kelimeler: dayanıklılık, yön değiştirme, sprint

The Relationship Between Change Of Direction, Speed And Endurance Performances in Soccer Players

Introduction and Purpose: The purpose of this study was examine the possible relationships between change of direction, sprint and endurance performances in amateur soccer players.

Method: Fourteen soccer players (age= $21,5 \pm 1,01$ height = $176,8 \pm 2,5$ m, body mass = $70,6 \pm 3,2$ kg) participated in this investigation. In the study, Yo-Yo IRT1 test, change of direction test without ball and 20 meter sprint test were evaluated after 2 months of preparation period.

Findings: When the findings of the study are evaluated, it is seen that there is a significant relationship between change of direction performance and of sprint performance of 20 meters. Spearman correlations ($p \leq 0.05$) calculated relationships between change of direction, sprint and endurance performances.

Conclusion: Football is a game that containing lots of direction change runs and sprint conditions at different distances. So the the development of sprint and quickness features are important for success. As a result in the training programs need to contain related to each other speed and quickness features and in determined periods, these features are important to test.

Keywords: Change Of Direction, Endurance, Sprint

6 Haftalık Aralıklı Hipoksiye Maruz Kalma Sürecinin Maksimal Oksijen Tüketimi ve İzokinetik Diz Yorgunluk İndeksine Etkileri

¹*İzzet Kırkaya*, ²*Elvin Onarıcı Güngör*, ²*Gülsün Güven*, ²*İlker Yılmaz*

¹*Bursa Teknik Üniversitesi, Bursa*

²*Anadolu Üniversitesi, Eskişehir*

Email : izzet.kirkaya@btu.edu.tr, eonarici@anadolu.edu.tr, gaydin@anadolu.edu.tr, ilkery@anadolu.edu.tr

Bu çalışmanın amacı 6 hafta aralıklı normoksik hipoksiye maruz kalan gönüllü katılımcıların, maxVo2 ve izokinetik diz ekstansör-fleksör yorgunluk indekslerini belirleyip, kontrol grubuyla karşılaştırmaktır. 17 erkek gönüllü katılımcı [(hipoksi grubu n=10; yaş=21,2±1,4yıl, vücut ağırlığı=73,28±6,5kg), (kontrol grubu n=7; yaş=22,4±2,8yıl, vücut ağırlığı=69,37±8,86kg)], çalışmaya dahil olmuştur. Aralıklı normoksik hipoksi süresince katılımcılar haftada 3 gün 1'er saat, normoksik hipoksi odasında 3000m oksijen seviyesine simüle edilmiş odada süreci geçirmişlerdir. MaxVo2 giderek artan bisiklet protokolü ile belirlenmiştir. İzokinetik yorgunluk indeksi ise 180osn-1 açısal hızla 50 tekrarlı diz ekstansiyon-fleksiyon testiyle bulunmuş ve yorgunluk indeksi "Yorgunluk İndeksi = 100-[(son 3 tekrarın ortalaması /ilk 3 tekrarın ortalaması) x100]" formülüyle hesaplanmıştır. Hipoksi ve kontrol grubu arasındaki istatistiksel farklılığın değerlendirilmesinde 2 yönlü karışık dizayn ANOVA kullanılmıştır. Ölçümlerin güven aralığı % 95 ve p değeri "P < 0.01 – 0.05" olarak Kabul edilmiştir. 6 haftalık antrenman sürecinin öncesinde ve sonrasında testler tekrarlanmıştır. Sağ, sol diz ekstansör ve fleksör izokinetik yorgunluk indekslerinde herhangi bir değişiklik olmamıştır (p>0,05). Kontrol grubu ön test maxVo2 değeri 35,93±2,04mmol/lit son test maxVo2 değeri ise 35,45±1,43mmol/lit olmuştur. Bu değerler hipoksi grubunda ise ön test=37,48±1,17mmol/lit; son test=39,01±1,16mmol/lit olarak bulunmuştur (p>0,05). Hipoksi grubunda artış gözlemlense de bu artış istatistiksel olarak anlamlı değildir. Gruplar arası ve zaman etkileşiminde de istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır (grup*zaman p=0.360) Katayama ve ark (2003), 3 haftalık 4500m simüle edilmiş aralıklı hipoksiye maruz kalma sürecinde maxVo2 değerlerinde benzer bir artış görmüştür. Ivamoto ve ark (2014), ise düşen arteriyel oksijenin izokinetik kas kuvvetini etkilemediğini söylemişlerdir. Aralıklı hipoksi sürecinde egzersiz yoğunluğunu arttırmak (sadece hipoksik ortama maruz kalmamak) ya da yükselti seviyesini değiştirmek maxVo2 ve izokinetik diz yorgunluk indeks oranlarını değiştirebilir.

The Effects of 6 Week Intermittent Hypoxia Exposure on Maximal Oxygen Consumption and Isokinetic Knee Fatigue Index

The aim of this study is to determine maxVo2 and isokinetic knee extensor-flexor fatigue indexes of the participants who exposed to 6 weeks intermittent normobaric hypoxia and compare it to control group. 17 male participants [(hypoxia group n=10; age=21,2±1,4years, body weight=73,28±6,5kg), (control group n=7; age=22,4±2,8years, body weight=69,37±8,86kg)], attended in this study. During the intermittent normobaric hypoxia, participants spent their time in the room simulated at the level of 3000m oxygen three days a week. Every training bouts lasted 60 minutes. MaxVo2 was determined with progressive cycle protocol. Isokinetic fatigue index calculated with the formula "Fatigue Index = 100-[(work last 3 repetitions/work first 3 repetitions) x100]" In evaluation of the difference between hypoxia and control group, two way mixed ANOVA was used and confidence level of the measurements was established as %95 and p valued as p<0,01-0,05. Before and after 6 weeks tests were repeated. Right and left knee extensor-flexor isokinetic fatigue index did not Show any statistically significant changes (p>0,05).

Control group's preliminary maxVo2 $35,93 \pm 2,04$ mmol/l post test maxVo2 $35,45 \pm 1,43$ mmol/l these values for hypoxia group as pre test $=37,48 \pm 1,17$ mmol/l; post test $=39,01 \pm 1,16$ mmol/l ($p > 0,05$). Even if a little increase was observed in hypoxia group, this increase is not statistically significant. There was no statistically significant interaction between the intervention and time on variables (group*time $p = 0,360$). Katayama et al (2003), observed a similar increase in maxVo2 at 4500m intermittent simulated hypoxia. Ivamoto et al (2014) stated that decreasing arterial oxygen does not affect isokinetic muscle force. Increasing the intensity of exercise (not only to exposure hypoxia) or altering the hypoxia level in the intermittent hypoxia process may change the maxVo2 and isokinetic knee fatigue index ratios.

PB673

Elit Judoculararda Aerobik Antrenman Programının Kardiyopulmoner Parametreler Ve Oksijen Saturasyonu Üzerine Etkisi

¹Tugay Yılmaz, ²Önder Dağlıoğlu

¹Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor AD, Gaziantep

²Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Gaziantep

Email : tugayyilmaz027@gmail.com, daglioglu@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Judocuların maksimal performansı için teknik, taktik, psikolojik, faktörlerin yanında fiziksel ve fizyolojik parametrelerin gelişiminin etkisi çok önemlidir. Egzersiz performansının belirlenmesinde kardiyopulmoner egzersiz testleri (KPET) en yaygın kullanılan test yöntemidir. Bu çalışmadaki amaç elit judoculararda aerobik antrenman programının kardiyopulmoner parametreler ve arterial oksijen saturasyonu üzerine etkisini ortaya koyabilmektir.

Metot: Çalışmaya 18-25 yaş arası 22 erkek milli judocu gönüllü olarak katıldı. Deney ve kontrol grubu olarak iki farklı grup oluşturulup deney grubuna haftada 3 gün aerobik antrenman programı uygulandı. Her iki grup normal judo antrenmanlarına devam etti. Antrenmana başlamadan önce ve antrenman bittikten sonra vücut ağırlığı (VA), vücut kitle endeksi (BMI) vücut yağ yüzdesi (VYY), istirahat kalp atım sayısı (İKAS), sistolik kan basıncı (SKB), diastolik kan basıncı (DKB), oksijen tüketimi (VO₂), maksimal oksijen tüketimi (VO₂max), maksimal iş yükü (WRmax), maksimal dakika ventilasyon (VEmax) ve oksijen saturasyonu (SpO₂) değerleri ölçüldü. Deneklere KPET olarak Ramp protokolü uygulandı. Oksijen saturasyonu ölçümleri pulse oksimetre cihazıyla ölçüldü. Grupların kendi içindeki analizinde Paired Samples T testi, gruplar arasındaki analizde Independent Samples T testi kullanıldı.

Bulgular: Deney grubunda İKAS SKB, DKB, VYY, VO₂, VO₂max, WRmax, VEmax ve SpO₂ değerlerinde p<0.05 düzeyinde anlamlılık bulundu. Deney grubunun VA ve VKİ verilerinde herhangi bir anlamlılık bulunmadı (p>0.05). Kontrol grubunun İKAS SKB, DKB, VYY değerlerinde p<0.05 düzeyinde anlamlılık bulundu. Kontrol grubunun verilerinde herhangi bir anlamlılığa rastlanmadı (p>0.05).

Sonuç: Sonuç olarak; Judoculara uygulanan aerobik antrenman programının kardiyopulmoner parametreler ve oksijen saturasyonu üzerine olumlu etkisinin olduğu söylenebilir.

The Effect Of Aerobic Training Program On Cardiopulmonary Parameters And Oxygen Saturation in Elite Judokas

Introduction and Aim: The impact of the development of physical and physiological parameters, as well as technical, tactical, psychological, and factors, is important for the development of maximal performance in Judokas. Cardiopulmonary exercise tests (CPET) is the most widely used test method in determining exercise performance. The aim of this study is to show the effect of aerobic training program on cardiopulmonary parameters and arterial oxygen saturation in judokas.

Method: A total of 22 male national judoist from 22 to 25 years old participated in the study voluntarily. Experimental and control groups were formed as two different groups and aerobic training program was applied to experimental group for 3 days a week. Both groups continued their regular judo training. Pre and post the training programme, body weight (BW), body mass index (BMI) body fat percentage (%BF), resting heart rate (RHR), systolic (SBP) and diastolic (DBP) blood pressure, oxygen consumption (VO₂), maximal oxygen consumption (VO₂max), maximal workload (WRmax), maximal minute ventilation (VE_{max}) and oxygen saturation (SpO₂) were measured. Subjects were administered the Ramp protocol as CPET. Oxygen saturation measurements were measured with a pulse oximeter. Paired Samples T Test was used for analysis of among the groups their own, Independent Samples T Test was used for analysis of between the groups.

Results: In the experimental group, RHR, SBP, DBP, %BF, VO₂, VO₂max, WRmax, VE_{max} and SpO₂ values were significant at $p < 0.05$ level. There was no significance in the BW and BMI data of the experiment group ($p > 0.05$). The RHR SBP, DBP, %BF values of the control group were found to be significant at $p < 0.05$ level. There was no significance in the data of the control group ($p > 0.05$).

Conclusion: As a result; It can be said that the aerobic training program applied to the judokas has a positive effect on cardiopulmonary parameters and oxygen saturation.

PB675

15-25 Yaş Arası Erkek Okçuların Bazı Fiziksel Parametrelerinin Sedanter Erkek Sporcularla Karşılaştırılması

Derya Coşkun, Yüksel Savucu A. Serdar YÜCEL, Mustafa KARADAĞ, Serdar ORHAN, Ercan GÜR

Fırat Üniversitesi Elazığ

Email : ysavucu@hotmail.com

Bu araştırmanın amacı, 15-25 yaş arası erkek okçuların bazı fiziksel parametrelerinin sedanter erkek sporcularla karşılaştırılması incelenmesidir. Çalışmada Elazığ Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü Okçuluk Kulübüne devam eden okçular ile daha önce herhangi bir spor branşını yapmamış aynı yaş grubu sedanter bireylerin bazı fiziksel karşılaştırmaları yapılmıştır. Gruplara; yaş, boy, kilo, BMI, el pençe kuvveti, esneklik ve denge testleri uygulanmıştır. Elde edilen verilerin analizinde aritmetik ortalama ve t testi kullanılmıştır. Çalışmada erkek okçuların boy, kilo ve beden kitle indeksi ortalamaları 179.0 ± 7.71 cm, 74.3 ± 9.44 kg ve 23.2 ± 2.49 , sedanter bireylerde ise 178.5 ± 5.57 cm, 71.8 ± 9.10 kg ve 22.7 ± 2.45 olarak bulunmuştur. Ayrıca erkek okçuların sağ el kavrama kuvveti, sol el kavrama kuvveti, sırt kuvveti değer ortalaması ve bacak kuvveti değer ortalaması sırasıyla 46.3 ± 7.52 , 43.8 ± 7.72 , 116.9 ± 17.7 ve 110.8 ± 25.9 derece, sedanter bireylerin ise sırasıyla 39.9 ± 6.75 , 38.8 ± 6.19 , 97.2 ± 24.7 ve 82.5 ± 24.2 derece olarak tespit edilmiştir. Çalışma sonunda erkek okçuların sağ el kavrama kuvveti, sol el kavrama kuvveti, sırt ve bacak kuvveti değerlerinin sedanter bireylere oranla daha yüksek olduğu görülmüştür. Anahtar Kelimeler: Okçuluk, sedanter, fiziksel parametre, erkek

Comparison of Male Archers Aged Between 15-25 with the Sedentary Male Athletes

The purpose of this study is to make the comparative analysis on some physical parameters of male archers aged between 15-25 with sedentary male athletes. In the study, some physical characteristics of the archers attending Elazığ Provincial Directorate of Youth and Sports Archery Club and of the sedentary individuals at the same age group who didn't perform in any sports branches before were compared. The groups were applied age, height, weight, BMI, hand grip strength, flexibility and balance tests. Arithmetic mean and t test were used in the analysis of data obtained. Height, weight and body mass index averages of male archers were found to be 179.0 ± 7.71 cm, 74.3 ± 9.44 kg and 23.2 ± 2.49 while these averages were 178.5 ± 5.57 cm, 71.8 ± 9.10 kg and 22.7 ± 2.45 in sedentary individuals. Right hand grip strength, left hand grip strength, back strength average and leg strength average of male archers were determined to be 46.3 ± 7.52 , 43.8 ± 7.72 , 116.9 ± 17.7 and 110.8 ± 25.9 degree respectively while these values of sedentary individuals were found to be 39.9 ± 6.75 , 38.8 ± 6.19 , 97.2 ± 24.7 and 82.5 ± 24.2 degree. It has been concluded following the study that right hand grip strength, left hand grip strength, back and leg strength values of male archers are higher than the sedentary individuals.

Keywords: Archery, Sedentary, Physical Parameter, Male

Sedanter Erkeklerde Aerobik Egzersizin Solunum Fonksiyonları ve Aerobik Kapasite Üzerine Etkisi

¹Gamze İşleyen, ²Önder Dağlıoğlu

¹Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor AD, Gaziantep

²Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Gaziantep

Email : gmz.isleyen@gmail.com, daglioglu@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Sedanter veya sporcuların iş yapabilme kapasiteleri ve sürdürülebilirlikleri kardiyovasküler, metabolik ve respiratuvar sistemlerin işleyişiyle yakından ilişkilidir. Solunum sisteminin işleyişi genel olarak akciğer hacim ve kapasitelerinin ölçülmesiyle belirlenmektedir. Bu çalışmanın amacı; sedanter erkeklerde aerobik egzersizin solunum fonksiyonları ve aerobik kapasite üzerine etkisini araştırmaktır.

Yöntem: Çalışmaya 18-23 yaş arası sağlıklı-sedanter 24 erkek birey gönüllü olarak katıldı. Deney ve kontrol grubu olarak iki farklı grup oluşturulup, deney grubuna haftada 3 gün aerobik egzersiz programı uygulandı. Egzersiz öncesi ve sonrası vücut ağırlığı (VA), vücut yağ yüzdesi (VYY), istirahat kalp atım sayısı (İKAS), sistolik kan basıncı (SKB), diastolik kan basıncı (DKB), Maksimal oksijen tüketimi (MaxVO₂), vital kapasite (VC), inspiratuvar kapasite (IC), zorlu vital kapasite (FVC), zorlu ekspirasyon volümü (FEV₁), zorlu ekspirasyon oranı (FEV₁%) ve maksimum istemli solunum (MVV) ölçümleri yapıldı. Solunum parametreleri M.E.C. Pocket Spiro USB-100 cihazı ile ölçüldü. Grupların kendi içindeki analizi Paired Samples T testi, gruplar arası analizi Independent Samples T testi kullanılarak yapıldı.

Bulgular: Deney grubunun VA, VYY, İKAS, SKB, DKB, MaxVO₂, VC, IC, FVC, FEV₁, FEV₁% ve MVV değerlerinde anlamlılık bulundu (p<0.05). Kontrol grubunun VA, VYY, SKB ve DKB değerlerinde anlamlılık bulundu (p<0.05). Diğer verilerinde anlamlılık bulunmadı. Gruplar arasındaki karşılaştırmada deney grubu lehine MaxVO₂, VC, IC, FVC, FEV₁, FEV₁% ve MVV değerlerinde anlamlılık bulundu (p<0.05).

Sonuç: sonuç olarak; sedanterlere uygulanan aerobik egzersizin egzersizin solunum fonksiyonları ve aerobik kapasite değerleri üzerinde olumlu etkisi olduğu düşünülmektedir. Düzenli ve planlı olarak yapılan aerobik temelli egzersizler solunum fonksiyonları ve aerobik kapasiteyi pozitif yönde etkileyeceği söylenebilir.

The Effect Of Aerobic Exercise On Pulmonary Function And Aerobic Capacity in Sedentary Men

Introduction and Aim: Sedanter or athlete's capacity to work and their sustainability are closely related to the functioning of cardiovascular, metabolic and respiratory systems. The function of the respiratory system is generally determined by measuring lung volumes and capacities. The aim of this study is; sedanter is to investigate the effect of aerobic exercise on respiratory functions and aerobic capacity in men.

Method: 24 healthy volunteers from the age of 18 to 23 participated in the study. Experimental and control groups were divided into two groups and aerobic exercise program was applied to the experimental group for 3 days a week. Pre and post exercise, body weight, body fat percentage, resting heart rate, systolic blood pressure (SBP), diastolic blood pressure (DBP), maximal oxygen

consumption (MaxVO₂), vital capacity (VC), inspiratory capacity (IC), forced vital capacity (FVC), forced expiratory volume (FEV₁), forced expiratory rate (FEV₁%) and maximal voluntary volume (MVV) measurements. Respiratory parameters were measured with the "M.E.C. Pocket Spiro" instrument. Paired Samples T Test was used for analysis of among the groups their own, Independent Samples T Test was used for analysis of between the groups.

Results: Significant values were found in BW, %BF, RHR, SBP, DBP, MaxVO₂, VC, IC, FVC, FEV₁, FEV₁% and MVV values of the experimental group. BW, %BF, SBP and DBP values of the control group were significant ($p < 0.05$). There was no significance in the other data. In the analysis between groups, MaxVO₂, VC, IC, FVC, FEV₁, FEV₁% and MVV values were found to be significant in favor of the experimental group ($p < 0.05$).

Conclusion: it is thought that the aerobic exercise applied to the sedentaries has a positive effect on the respiratory functions and the aerobic capacity values of the exercise. It can be said that regular and planned aerobic exercises will affect respiratory functions and aerobic capacity positively.

Futbolcuların Dikey Sıçrama, 30m. Sürat, Wingate Anaerobik Güç Testi Sonuçlarının İncelenmesi

¹Ömer Zambak, ¹Yağmur Akkoyunlu, ¹Mustafa S. Erzeybek

¹T.C Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, .Kütahya

Email : omer_zambak@yahoo.com, yagmur.akkoyunlu@dpu.edu.tr, msaid.erzeybek@dpu.edu.tr

Amaç Yüksek hız futbolda başarılı bir performans için hayati öneme sahiptir. Güç üretiminin hız kalitesi için temel teşkil ettiği düşünülür. Çalışmanın amacı dikey sıçrama, 30 m. sprint testi, wingate testi sonuçları arasındaki bağıntıyı belirlemektir. Çalışmamıza 2015-2016 yılında 1. amatör ligde farklı takımlarda mücadele etmiş 35 futbolcu (18-24yaş) katıldı. Belirsiz aralıklarda tekrarlanan yüksek hızda sprintler, anaerobik kapasitenin kullanılması, rakipten daha yükseğe sıçrayabilme becerisi oyunun sonunda sonuçta bir takımın kazanması için futbolda özellikle geçerlidir. Futbolda yüksek yoğunlukta yapılan hızlı mücadeleler takımların başarısında kritik öneme sahiptir (Little et al.2005, Faude et al.2012, Rienzi et al.2000). Bu noktadan bakılacak olursa sürat ile kuvvet ve anaerobik kapasite arasında bir bağ görülmektedir(Bompa et al. 2015).

Yöntem; Sporcular çalışmamıza gönüllülük esasına göre alınmış, ölçümler öncesi bilgilendirilmiştir. Ölçümler 2016 yılı sezon öncesi antrenmanlar başlamadan yapıldı. Dikey sıçrama testi için jump metre (T.K.K.5406 JUMP MD (JUMP METER) cihazı kullanılmıştır. 30m. maksimum sprint ölçümleri için 'ultrak 8Lap kronometre' kullanılmıştır, ve ölçümler tartan pistte alınmıştır. Wingate anaerobik güç testinde 'wingate the monark (894E) ergometre' kullanıldı. Dikey sıçrama ve wingate ergometre ölçümleri laboratuvar ortamında gerçekleştirilmiştir. Deneklerden alınan değerler arasındaki bağıntıyı incelemek için Spss 18 Pearson Korelasyon testinden yararlanılmıştır.

Bulgular 30m. max sprint testi (r ; 0,054) wingate anaerobik güç testi ve 30m. max sprint testi (r ; -0,054) dikey sıçrama ölçümleri arasında bağıntı belirlendi. Wingate anaerobik güç testi (r ; 0,208) ile dikey sıçrama ölçümleri arasında bağıntı belirlendi.

Sonuç; Futbolcuların 30m. maksimum sprint, wingate anaerobik güç ve dikey sıçrama verileri arasında zayıf düzeyde bağıntı belirlendi.

Examining The Results of Vertical Jump, 30 m. Sprint, Wingate Anaerobic Power Test of Soccer Players

Aim High speed has a vital importance for successful performance to play football. Power generation is considered to be the basis for speed qualities. The aim of the study is to determine the relationship between the vertical jump, the 30-m sprint test, and the wingate test. 35 footballers (aged 18-24) playing in 1st amateur league for 2015-2016 season voluntarily participated in research. Repeated high speed sprints at varying intervals, the use of anaerobic capacity, the ability to leap higher than the opponent is particularly useful for winning a team at the end of the match of football. The fast-paced challenges in the high-intensity during football matches are critical to the success of teams (Little et al.2005, Faude et al.2012, Rienzi et al.2000). From this point, there is a connection between speed, strength and anaerobic capacity (Bompa et al. 2015).

Method; Subjects voluntarily joined the research group then were comprehensively informed before all tests. Measurements were made before the start of the pre-season training in 2016. For vertical jump test Jump meter (t.k.k 5406 jump md (jump meter) device is used. For 30m. maximum sprint test ' Ultra 8 Lap chronometer' device was used for maximum, and all tests were taken on tartan track surface. For wingate anaerobic power test used 'wingate the monark (894E) ergometer' was used. Vertical jumping and wingate ergometer measurements were performed in the laboratory environment. The tests were performed using the spss 18 for windows package program pearson correlation test was used for statistical analysis Findings Correlation was determined between 30m. sprint (r ; 0.054) wingate anaerobic power test and 30m. sprint (r ; -0.054) vertical jump measurements, again correlation found between and wingate (r ; 0,208) the vertical jump measurements.

Result Weak correlation was found between the values of 30m. maximum sprint test, wingate anaerobic power test and vertical jump test applied to footballers

Türkiye B1 Futbol Milli Takımının 8 Haftalık Bireysel Kuvvet Ve Kondisyon Programı Sonrası Fiziksel Gelişimlerinin Değerlendirilmesi

¹Türker Biyıklı, ²Uğur Güler, ¹Yeşim Albayrak Kuruoğlu, ²Ecem Akgül, ²Sinan Çetinkaya

¹Nişantaşı Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, İstanbul

²Athletic House Performance Institute, İstanbul

Email : turker.biyikli@nisantasi.edu.tr, ugur.guler@athletichouse.com.tr, yesim.kuruoglu@nisantasi.edu.tr, ecem.akgul@athletichouse.com.tr, sinan.cetinkaya@athletichouse.com.tr

Amaç: Bu çalışmada, Türkiye B1 Futbol Milli Takımının 8 haftalık bireysel kuvvet ve kondisyon programı sonrası fiziksel gelişimlerinin değerlendirilmesi amaçlanmaktadır.

Yöntem: Bu çalışmaya Türkiye B1 Futbol Milli Takımında yer alan 9 erkek sporcu (yaş = 25.09± 3,53) katılmıştır. Sporcuların ön test ölçümleri (dikey sıçrama, dizüstü sağlık topu atma, otur ve uzan, 20 m. sürat, işitsel reaksiyon, kavrama kuvveti sağ –sol el, pro agility, anaerobik güç ve Cooper testi) yapıldıktan sonra, elde edilen verilere göre 8 haftalık "NASM OPT" modeli ile bireysel antrenman programı düzenlenmiş ve haftada 3 gün olarak uygulanmıştır. 8 hafta antrenman programından sonra bu ölçümler tekrar edilmiştir. Tüm değişkenlerin tanımlayıcı istatistikleri (minimum, maksimum, ortalama ve standart sapma) yapıldıktan sonra, ön test ve son test arasında fark olup olmadığının belirlenmesi amacıyla paired sample t-test uygulanmış ve 0,05 anlamlılık düzeyi dikkate alınmıştır. Tüm istatistik analizler SPSS 13.0 paket programı kullanılarak yapılmıştır.

Bulgular: Sekiz hafta süresince "NASM OPT" modeliyle bireysel antrenman yapan B1 Futbol Milli Takım sporcularının 20 metre sürat, çeviklik, anaerobik güç ve maksimal oksijen kapasitesinde anlamlı farklılık bulunurken ($p<0,05$), diğer değişkenlerde ön test ve son test arasında ortalama olarak gelişme olmasına rağmen anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$).

Sonuç: 8 haftalık ön test sonuçlarına göre "NASM OPT" modeliyle hazırlanan bireysel kuvvet ve kondisyon antrenmanları ile B1 Futbol Milli Takımı sporcularının bazı fiziksel uygunluk parametrelerinde olumlu düzeyde gelişme gözlenmiştir. İşitsel reaksiyon parametresinde, sporcuların algıları işitsel olmasına rağmen anlamlı bir farklılık bulunmasa da, 8 haftalık süreçte ön test ve son test arasında gelişme gözlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: B1 futbol, NASM OPT, Kondisyon, Motorik

Evaluating Physical Improvements Of Turkish National B1 Football Team After 8 Week Individual Strength And Conditioning Programme

Aim: In this study, it is aimed to evaluate the physical development of Turkish B1 Football National Team after 8 weeks of individual strength and fitness program.

Method: Nine male athletes (age = 25.09 ± 3.53) participated in this study from Turkey B1 Football National Team. After performing the pre- test measurements of the athletes (vertical jump, medicine ball throw, sit and reach, 20 m sprint, auditory reaction, grip strength right-hand hand, pro agility, anaerobic power and Cooper test), an 8 week individual training program was prepared by "NASM OPT" model and implemented as 3 days a week. After 8 weeks of training, measurements were repeated. After making descriptive statistics (minimum, maximum, mean and standard deviation) of all variables, a paired sample t-test was performed to determine whether there was a difference between pre-test and post-test and a significance level of 0.05 was considered. All statistical analyzes were performed using SPSS 13.0 package program.

Results: There was a significant difference in the 20 meter speed, agility, anaerobic power and maximal oxygen capacity of the B1 Football National Team athletes performing individual training with the "NASM OPT" model for eight weeks ($p < 0.05$). However, there was no significant difference between the pretest and posttest in the other variables ($p > 0.05$).

Conclusion: Based on the results of the 8 week pre-test, the individual strength and conditioning training prepared by the "NASM OPT" model and some physical fitness parameters of the B1 Football National Team athletes were observed to develop favorably. Although there was no significant difference in auditory reaction parameters despite the presence of perceptual audiences of the athletes; improvement was observed between pre-test and post-test in the 8-week period.

Keywords: B1 football, NASM OPT, Fitness, Motoric

KKTC U-15 Gençler Liginde Relatif Yaş Etkisi

1Çağan Kılıç, 1Şerif Ali Kutlay, 1Mustafa Ferit Acar

1Girne Amerikan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Girne, KKTC

Email : ferdinckilic@hotmail.com, serifalikutlay@gau.edu.tr, mustafaferitacar@gau.edu.tr

Bu çalışma; Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti (KKTC) 'ndeki U-15 gençler liginde relatif yaş etkisinin olup olmadığını incelemiştir.

Bu çalışmada; Kıbrıs Türk Futbol Federasyonuna bağlı U-15 ligindeki 31 takımdan 2001-2002-2003 doğumlu 457 genç erkek futbolcu yer almıştır. U-15 genç futbol takımlarındaki tüm oyuncuların doğum tarihleri Kuzey Kıbrıs Türk Futbol Federasyonu 'ndan elde edilip, sezon boyunca takımlarında yer alan genç futbolcuların doğum tarihleri istatistiksel olarak incelenmiştir.

Bu çalışmanın sonuçları; U-15 liglerindeki takımların genç futbolcularının %33.70 'inin birinci yaş çeyreğinde, %21.44 'ünün ikinci yaş çeyreğinde, %29.76 'sının üçüncü yaş çeyreğinde, 15.10 'unun ise dördüncü olduğunu ortaya koymuştur.

Elde edilen sonuçlar; KKTC U-15 gençler futbol liginde relatif yaş etkisinin varlığını göstermiştir. Bu sonuçlar KKTC 'deki altyapı antrenörlerinin ve yöneticilerin relatif yaş ekisini göz önünde bulundurmaları gerektiğine işaret etmektedir.

Relative Age Effect in U-15 Youth League of the TRNC

The present study examined whether relative age effect exists in the Turkish Republic of Northern Cyprus (TRNC) U-15 league or not.

457 young male football players participated in this study born in 2001-2002-2003 from 31 teams in the U-15 league of the Cyprus Turkish Football Association. The birth dates of all players in the U-15 youth football teams have been obtained from the Turkish Cypriot Football Federation and the birth dates of the young football players who participated in their teams during the season was analyzed statistically.

Results of the present study revealed that %33.70 of the players are in the first age quarter, %22.44 of the players are in the second age quarter, % 29.76 of the players are in the third age quarter and %15.10 of the players are in the fourth age quarter in the U-15 teams.

Results showed that relative age effect observed in the U-15 league of the TRNC. These results indicates that youth team coaches and managers should consider relative age effect in TRNC.

Futbolcularda Kısa ve Uzun Süreli Egzersizin Postural Salınım Üzerine Etkisi

²Gökhan Deliceoğlu, ¹Tuğba Kocahan, ¹Ender Kaya

¹Sağlık İşleri Daire Başkanlığı, Ankara

²Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

Email : deliceoglugokhan@kku.edu.tr, kocahantu@gmail.com, enderkaya0855@gmail.com

Giriş Amaç Araştırmanın amacı erkek futbolculara uygulanan kısa ve uzun süreli egzersizin postural salınım üzerine etkisini incelemektir.

Yöntem Araştırma grubu (Xyaş=18,84±1,68 yıl) U-21 lig seviyesindeki iki farklı takımdan 18 futbolcudan oluşmaktadır. Futbolcular 1 gün ara ile önce wingate test protokolünde kısa süreli egzersiz (dinlenik Xkah=70,80±3,5 atım/dak; Xlaktat=0,91±0,26 mmol; egzersiz sonrası Xkah=180,45±10,3 atım/dak; Xlaktat=6,84±1,54 mmol) daha sonra mekik koşusu ile uzun süreli egzersiz (dinlenik Xkah=72,65±6,4 atım/dak; Xlaktat=0,86±0,34 mmol; egzersiz sonrası Xkah=192,25±9,7 atım/dak; Xlaktat=10,17±1,67 mmol) ortamına getirilmiştir. Wingate test protokolün de ısınmalarının ardından 30 saniye boyunca kilosunun % 7,5'ine denk gelen dirence karşı maksimal eforla bisiklet çevirmesi istenmiştir. Mekik testinde ise en yüksek eforu zorlamaları istenilen futbolcular 2 kez üst üste koşu sinyali kaçırıldığında test sonlandırılmıştır. Postural salınım için Kistler marka 'force plate' platformu kullanılmıştır. Sporculara uygulanan egzersiz protokolü öncesi ve her iki egzersiz protokolünden 30 sn sonrasında alınan postural salınım değerleri arasındaki farklılığı bulmak amacıyla Karışık Ölçümler için ANOVA uygulanmıştır.

Bulgular Futbolculara uygulanan kısa ve uzun süreli egzersiz protokolü sonrasında; toplam, anterior-posterior ve medial-lateral yönlerde salınım hızı ve alanına ait ön test ve son test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmektedir (P<0,05). Kısa süreli egzersiz protokolündeki salınım hızı değişimi incelendiğinde, toplam salınım alanı %118,9, anterior-posterior yönde %127,2 ve medial-lateral yönde ise %102,0 artış göstermiştir. Uzun süreli egzersiz protokolündeki değişimde ise toplam salınım hızı %54,9, anterior-posterior de % 29,1 ve medial-lateral yönde ise %70,4 oranında artmıştır. Taranan alana göre Postural salınım incelendiğinde kısa süreli egzersizde, toplamda % 361,1 anterior-posterior yönde % 101,4 ve medial-lateral yönde ise % 96,6 artış göstermiştir. Uzun süreli egzersiz protokolündeki değişim incelendiğinde toplam salınım %119,9, anterior-posterior de %30,7 ve medial-lateral yönde ise % 45,4 oranında artış göstermiştir.

Sonuç Sonuç olarak postural salınım hızı ve taranan alan bakımından kısa süreli yorgunluğun, uzun süreli yorgunluğa göre toplam, anterior-posterior ve medial-lateral yönlerinde salınım değerlerini daha çok etkilediği söylenebilir.

Effect Of Short And Long Time Fatigue On Body Sway Balance in Football Players

Aim The purpose of the study is to investigate the effect of short and long term exercise on postural sway applied to male soccer players.

Methods The study group (Xage=18,84 ±1,68 years) consists of 18 soccer players from two different teams in U-21 league level. Soccer players had a short-term exercise in the wingate test protocol (Resting XHR=70,80±3,5 beats / min; Xlactate= 0,91±0,26 mmol;

Post exercise XHR=180,45±10,3 beats / min; Xlactate=6.84 ±1.54 mmol) followed by prolonged exercise with shuttle running (Resting XHR=72.65±6.4 beats / min; Xlactate=0.86±0.34 mmol; Post exercise XHR=192.25 ± 9.7 beats / min; Xlactate=10.17±1.67 mmol). Short-term exercise was created by wingate exercise test. Long-term exercise was created by the shuttle test. Postural sway were measured on the force plate platform.

Results After a short and long exercise protocol applied to footballers; there is a statistically significant difference between pretest and posttest values of total, anterior-posterior and medial-lateral directions of sway velocity and area ($P<0,05$). When the change in the sway velocity in the short-term exercise protocol was examined, the total sway velocity of increase was 118.9%, 127.2% in the anterior-posterior direction and 102.0% in the medial-lateral direction. In the long-term exercise protocol, the sway velocity of increase was 54.9%, 29.1% in the anterior-posterior and 70.4% in the medial-lateral direction. When the postural sway is examined according to the area to be scanned, in a short period of exercise; an increase of 361.1% in total, 101.4% in anterior-posterior direction and 96.6% in medial-lateral direction. When the changes in the long-term exercise protocol were examined, the total sway rate increased by 119.9%, 30.7% in the anterior-posterior and 45.4% in the medial-lateral direction.

Conclusions As a result, it can be said that the short-term exercise in terms of the rate of postural sway velocity and the area to be scanned influenced the sway in total, anterior-posterior

PB817

Voleybol Genç Takım Oyuncularının Farklı Formlardaki Sıçrama ve Adımlama Özelliklerinin İncelenmesi

¹Gökhan Deliceoğlu, ¹Sinem Vardar, ²Erkan Tortu, ²Tuğba Kocahan

¹Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

²Sağlık İşleri Daire Başkanlığı, Ankara

Email : deliceoglugokhan@kku.edu.tr, sinemvardar97@hotmail.com, tortuerkan@hotmail.com, kocahantu@gmail.com

Giriş Amaç: Araştırmanın amacını Voleybol genç takım oyuncularının farklı formlardaki sıçrama ve adımlama özelliklerinin incelenmesi oluşturmaktadır.

Yöntem: Araştırma grubunu (Xyaş=14,57±2,39 yıl) 29 kız voleybolcu oluşturmaktadır. Sporcuların squat, aktif, blok, çoklu (10 adet), sağ ve sol ayak sıçrama ve adımlama testleri için Optojump cihazı kullanıldı. Genç voleybolcular, 10 dk'lık genel ısınma protokolünden sonra 30 sn süresince adımlama testi uygulandı. Adımlama sırasında sağ ve sol ayağın yerde kalış süresi elde edilen voleybolculara sırasıyla squat, aktif, eller serbest olarak file üstüne yükselerek blok, sağ ve sol ayak üzerinde sıçrama yapıldı. Daha sonra çoklu sıçrama olarak adlandırılan ve ortalama değeri elde edilen ardı ardına 10 adet sıçramaları istendi. Araştırman grubundan elde edilen çoklu sıçrama değerlerinin diğer sıçrama ve sağ-sol ayak yerde kalış süreleri arasındaki ilişki için SPSS 17.0 paket programı kullanılarak Regresyon analiz yapıldı.

Bulgular Voleybolculardan elde edilen parametrelere göre elde edilen regresyon analizi sonuçlarına göre çoklu sıçrama ile adımlama ve farklı formlardaki sıçramalar arasında yüksek düzeyde ilişki görülmektedir ($R=,853$, $R^2=,727$). Açıklanan varyans değişimin yaklaşık % 73 olduğu görülen çoklu sıçrama ($X=30,59\pm5,60$ cm) değerleri ile sol ayak sıçrama ($X=17,27\pm4,02$ cm) üzerinde orta düzeyde, sağ ayak sıçrama ($X=17,87\pm3,56$ cm), squat sıçrama ($X=33,59\pm5,70$ cm), aktif sıçrama ($X=35,33\pm5,73$ cm) ve blok sıçrama ($X=43,69\pm6,59$ cm) üzerinde ise yüksek düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki görülmüştür. Çoklu sıçrama ile sıçrama sırasında yerle temasın önemi göz önünde bulundurularak yapılan adımlama testi arasındaki ilişki incelendiğinde, sağ ayak temas ($X=,156\pm0,033$ sn) ve sol ayak temas ($X=,158\pm0,028$ sn) süresi ile orta düzeyde negatif ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmektedir ($p<0,05$). Voleybolda müsabaka sırasında ardı ardına sıçrama özelliğine ihtiyaç duyan voleybolcuların çift ayak sıçramalarının benzer etkiler oluşturduğu belirlenmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak yerde kalış ve tek ayak üzerindeki sıçramaların hareket patternine etkisinde farklılık yarattığı özellikle baskın ayağın sıçramada daha etkin olduğu belirlenmiştir.

Examination Of The Stepping And Different Forms Jump Characteristics Of Volleyball Young Team Players

Introduction Purpose: The purpose of the research is to examine the characteristics of the bounce and stepping of the different forms of volleyball young team players.

Method: The research group ($X_{age}=14,57\pm2,39$ years) consists of 29 female volleyball player. The Optojump device was used for squat, active, block, multi (10 ads), right and left foot jump and stepping tests. Young volleyball, a steping test was performed after the 10 min general warming protocol during 30 sec. During stepping, the right and left foot was made in the place of the volleyball, respectively, squat, active, hands-free, bounce on the right and left foot of the block, rising on top of the mesh. It was then called multiple jumps and was asked to bounce 10 pieces after the average value was obtained. Regression analysis was done using SPSS 17.0 package program for the relationship between the multiple bounce values from the research group and the other bounce and right-to-left foot space stay.

Results According to the parameters obtained from the volleyball, the results of the regression analysis are a high level of relationship between multiple jumps and stepping and jumps in different forms ($R=,853$, $R^2=,727$). The variance described is approximately 73% of the variation of the multiple bounce ($X=30,59\pm5,60$ cm) with values on the left foot bounce ($X=17,27\pm4,02$ cm) on the intermediate level, right foot leap ($X=17,87\pm3,56$ cm), squat jump ($X=33,59\pm5,70$ cm), active jump ($X=35,33\pm5,73$ cm) and block jump ($X=43,69\pm6,59$ cm) on a high level and statistically significant relationship has been observed. When the relationship between a multi-jump and a stepping test is examined with regard to the importance of contact, the right foot contact ($X=,156\pm0,033$ sec) and the left foot contact ($X=,158\pm0,028$ sec) are moderately negative and statistical is seen as a meaningful relationship ($p<0,05$). Volleyball was determined to have a similar effect on the double-foot leaps of volleyball

Üst Düzey 6 Avrupa Futbol Liginin Karşılaştırılması: Gol Dakika Dağılımı

¹Bülent Yapıcıoğlu, ¹Kutay Arslan

¹Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir

Email : bulent.yapicioglu@ege.edu.tr, kutay_arslan@outlook.com

Gol, kurallara uygun bir vuruş sonucu topun tamamının kale direkleri ve gol çizgisi arasında kalan alandan geçmesi durumu olarak tanımlanır. Özellikle son dönemlerde maç analistleri takımların teknik kadrolarında yer almakta, detaylı gol analizleri yaparak teknik direktörlere destek olmaktadır. Bu çalışmanın amacı 2017-2018 futbol sezonunda 6 büyük Avrupa Liginde şu ana kadar oynanan maçlarda kaydedilen gollerin dakika analizlerini yapmak ve bu analizleri karşılaştırmaktır. Türkiye (Süper Lig), İngiltere (Premier League), Almanya (Bundesliga), İspanya (Primera Division), İtalya (Seri A) ve Fransa (Ligue 1) Liglerinde kongre bildirim tarihine kadar oynanan toplam 358 maçın tamamında atılan 982 gol değerlendirmeye alınmıştır. Bu çalışmalarda kabul edilen 1-15dk, 16,30dk, 31-45dk, 46-60dk, 61-75dk ve 76-90dk zaman aralığı dağılımının yanı sıra 45+ ve 90+ dakikalarda atılan goller ayrıca değerlendirmeye tabi tutulmuştur. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistiklerden frekans ve yüzde dağılımı kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda tüm liglerde atılan 982 golün 438'i (%44,6) ilk devrede ve 544'ü (%55,4) ikinci devrede kaydedilmiştir. 24 gol (%2,4) 45+ ve 41 gol (%4,2) 90+ da gerçekleştirilmiştir. Liglere göre 45+ ve 90+ lık süreçlerde en çok gol kaydedilen lig 18 golle Spor Toto Süper Lig olurken, en az gol kaydedilen lig 8 golle İspanya Ligi olmuştur.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Gol Analizi

Comparison of Top Leveled 6 European Football Leagues: Distribution of Goal Minutes

The Goal is defined as the situation of a ball that pass entirely through the area limited by the goal post and goal line. Especially more recently, soccer match analysts are included in the technical staff and support the soccer coaches by performing detailed goal analyses. The aim of this study was to analyse the time period of goals scored, and to compare these goals in the matches of the 6 major European football leagues in the season of 2017-2018. In total, 982 goals were scored in 358 matches in Turkey (Super Lig), England (Premier League), Germany (Bundesliga), Spain (Primera Division), Italy (Serie A) and France (Ligue 1), in the six weeks. The total playing time was divided into 15 minute time periods: 1st-15th min.; 16th-30th min.; 31st-45th min.; 46th-60th min.; 61st-75th min.; 76th- 90th min. In addition to that 45+ minute and 90+ minute time period also were added into this study to evaluate these goals. Frequency and percentage distributions which are descriptive statistics were used for analysis of research data. The results revealed that 982 of goals were scored in full time, 438 (44,6%) of goals in the first half, and 544 (55,4%) of goals in the second half of the games. 24 (2,4%) of goals were occurred in the 45+ minute, and 41 (4,2%) of goals in the period from the 90+ minute of the games. According to these leagues the highest number of goals scored were 18 goals in Turkey (Super Lig), and the lowest number of goals scored were 8 goals in Spain (Primera Division) in the period of 45+ and 90+ minute.

Keywords: Soccer, Goal Analysis

Yıldız Milli Voleybolcuların Sıçrama ve Denge Özelliklerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

²Gökhan Deliceoğlu, ¹Betül Coşkun, ³Erkan Tortu, ³Tuğba Kocahan

¹Orta Doğu Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Ankara

²Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

³Sağlık İşleri Daire Başkanlığı, Ankara

Email : deliceoglugokhan@kku.edu.tr, bcoskun@metu.edu.tr, tortuerkan@hotmail.com, kocahantu@gmail.com

Giriş Amaç: Çalışmanın amacı yıldız milli voleybol takımının sıçrama ve denge özelliklerinin cinsiyete göre karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmaya 9 kadın (Xyaş=15.67±.71 yıl) ve 14 erkek (Xyaş=16±.56 yıl) milli takım sporcusu katılmıştır. Sporcuların squat, serbest ve aktif sıçrama ile 15 saniye aktif sıçrama ölçümleri Optojump ile alınmıştır. Squat ve aktif sıçrama testlerinde ölçülen sıçrama yüksekliği kullanılarak maksimum güç değerleri hesaplanmıştır (Sayers ve diğ., 1999). Statik denge salınım değerleri Kistler marka cihazla ölçülürken, dinamik denge değerleri Y-Balance denge testi ile belirlenmiştir. Y-Balance testinden elde edilen sonuçlar sporcuların bacak boyuna göre normalize edilmiştir (Plisky ve diğ., 2009).

Bulgular: Bağımsız gruplarda t testi sonuçlarına göre, kadın ve erkek sporcular arasında squat sıçrama (Xk=23.60±2.69 cm; Xe=30.47±3.44 cm; t(21)=-5.15), aktif sıçrama (Xk=24.24±3.42 cm; Xe=33.53±3.43 cm; t(21)=-6.35), squat sıçramadan elde edilen maksimum güç (Xk=2452.89±277.17 W; Xe=3426.59±331.30 W; t(21)=-7.31), aktif sıçramadan elde edilen maksimum güç (Xk=2492±303.52 W; Xe=3612.03±365.10 W; t(21)=-7.65), serbest sıçrama (Xk=30.36±3.49 cm; Xe=41.54±4.74 cm; t(21)=-6.08); 15 saniye sıçrama havada kalış (Xk=0.41±0.02 sn; Xe=0.48±0.03 sn; t(21)=-5.76), 15 saniye sıçrama yere temas (Xk=0.23±0.03 sn; Xe=0.53±0.017 sn; t(21)=-6.38), 15 saniye sıçrama yüksekliği (Xk=21.04±1.96 cm; Xe=28.42±4.08 cm; t(21)=-5.81) değerlerinde anlamlı farklılık bulunmuştur (p<.05). Statik denge sonuçlarında ise sol bacak total (Xk=997.67±333.68 mm; Xe=1422.64±457.11mm t(21)=-2.40), sol bacak Medial-Lateral (M-L) (Xk=649.78±213.67 mm; Xe=935.57±271.15 mm t(21)=-2.67) ve sağ bacak M-L (Xk=598.89±85.36 mm; Xe=908.07±356.81mm; t(21)=-2.53) değerleri anlamlı farklılık gösterirken; dinamik dengede sağ bacak anterior (Xk=73.79±6.73 cm; Xe=66.93±6.42 cm; t(21)=2.46), posteromedial (Xk=125.18±5.25 cm; Xe=114.25±6.98 cm; t(21)=4.01), posterolateral (Xk=122.91±8.84 cm; Xe=111.11±7.88 cm; t(21)=3.35) ve sol bacak posteromedial (Xk=126.92±7.69 cm; Xe=114.82±6.47 cm; t(21)=4.07) ve posterolateral (Xk=123.06±6.28 cm; Xe=111±7.59 cm; t(21)=3.96) yönlerde anlamlı farklılık bulunmuştur (p<.05).

Sonuç: Sıçrama özellikleri ve güç değerlerinde erkek voleybolcular daha başarılı bulunurken; denge ve postural salınım parametrelerinde kadın sporcuların daha iyi oldukları görülmüştür. Anahtar kelimeler: Aktif sıçrama, squat sıçrama, denge.

Comparison Of Jump And Balance Abilities Of Youth National Volleyball Team According To Gender

Purpose: The objective of the study is to compare jump and balance abilities of junior national volleyball team in terms of gender.

Method: 9 female ($X_{age}=15.67\pm 0.71$ years) and 14 male ($X_{age}=16\pm 0.56$ years) national team volleyball athletes participated in the study. The measurements of squat, free and countermovement (CMJ) jumps, and 15 seconds CMJ were taken with Optojump. Peak power values were calculated by using the jump height measured in squat and CMJ tests (Sayers et al., 1999). While static balance sway values were determined by the device named as Kistler, dynamic balance were measured by Y-Balance test. The findings obtained in the Y- Balance test were normalized to the leg length of the athletes (Plisky et al., 2009).

Results: As a result of independent samples t-test, the values of squat jump ($M_f=23.60\pm 2.69$; $M_m=30.47\pm 3.44$; $t(21)=-5.15$), CMJ ($M_f=24.24\pm 3.42$; $M_m=33.53\pm 3.43$; $t(21)=-6.35$), peak power of squat jump ($M_f=2452.89\pm 277.17$; $M_m=3426.59\pm 331.30$; $t(21)=-7.31$), peak power of CMJ ($M_f=2492\pm 303.52$; $M_m=3612.03\pm 365.10$; $t(21)=-7.65$), free jump ($M_f=30.36\pm 3.49$; $M_m=41.54\pm 4.74$; $t(21)=-6.08$), 15 seconds CMJ flight ($M_f=0.41\pm 0.02$; $M_m=0.48\pm 0.03$; $t(21)=5.76$), 15 seconds CMJ contact-time ($M_f=0.23\pm 0.03$; $M_m=0.53\pm 0.017$; $t(21)=-6.38$) and 15 seconds CMJ height ($M_f=21.04\pm 1.96$; $M_m=28.42\pm 4.08$; $t(21)=-5.81$) of female and male athletes were found to be statistically significant ($p<0.05$). As for the static balance results, while left leg total ($M_f=997.67\pm 333.68$; $M_m=1422.64\pm 457.11$; $t(21)=-2.40$), left leg M-L ($M_f=649.78\pm 213.67$; $M_m=935.57\pm 271.15$; $t(21)=-2.67$) and right leg M-L ($M_f=598.89\pm 85.36$; $M_m=908.07\pm 356.81$; $t(21)=-2.53$) values showed significant differences; in dynamic balance results there were significant differences in the direction of anterior ($M_f=73.79\pm 6.73$; $M_m=66.93\pm 6.42$; $t(21)=2.46$), posteromedial ($M_f=125.18\pm 5.25$; $M_m=114.25\pm 6.98$; $t(21)=4.01$), posterolateral ($M_f=122.91\pm 8.84$; $M_m=111.11\pm 7.88$; $t(21)=3.35$) with right leg and posteromedial ($M_f=126.92\pm 7.69$; $M_m=114.82\pm 6.47$; $t(21)=4.07$), posterolateral ($M_f=123.06\pm 6.28$; $M_m=111\pm 7.59$; $t(21)=3.96$) with left leg ($p<0.05$).

Conclusion: While male volleyball players were found to be more successful in jump abilities and power values, it was seen that female athletes were better in balance and postural sway parameters.

Keywords: CMJ, squat jump, balance.

Yıldız Milli Voleybolcuların Düşerek Sıçrama Kutu Yüksekliği ve Yerle Temas Sürelerinin Yapılan İş ve Güç Çıktılarına Etkileri

²Gökhan Deliceoğlu, ¹Gürcan Ünlü, ¹Betül Coşkun, ³Erkan Tortu, ³Tuğba Kocahan

¹Orta Doğu Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Ankara

²Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

³Sağlık İşleri Daire Başkanlığı, Ankara

Email : deliceoglugokhan@kku.edu.tr, ugurcan@metu.edu.tr, bcoskun@metu.edu.tr, tortuerkan@hotmail.com, kocahantu@gmail.com

Amaç: Çalışmanın amacını yıldız milli voleybolcuların farklı yüksekliklerdeki düşerek sıçrama sırasında ortaya koyulan iş ve güç kapasitelerinin yerle temas sürelerine göre incelenmesi oluşturmaktadır.

Yöntem: Çalışmaya dahil edilen 14 milli voleybolcu ($X_{yaş}=16\pm.56$ yıl) 20, 40 ve 60 santimetre yüksekliklerindeki kutulardan düşerek sıçrama uygulamışlardır. Sporcuların güç ve iş çıkışları elde etmek için Kistler marka force plate kullanılmıştır. Voleybolculara her kutu yüksekliği için (a) "Sıçrayabildiğin kadar yukarıya sıçra" (b) "Önceki sıçramandan çok daha hızlı olarak en yükseğe sıçra" şeklinde 2 talimat verilmiştir. Her bir kutu yüksekliğinde yapılan ikişer denemeden elde edilen bağımlı değişkenler; normal temas süresi (NT) ve kısa temas süresi (KT) şeklinde oluşturulmuştur. Her bir kutu yüksekliğinden elde edilen değerlerin temas sürelerine göre farklılık gösterip göstermediği ilişkili örneklemeler için t-test ile, temas sürelerinin kendi içinde kutu yüksekliğine göre değişimleri tekrarlı ölçümler için ANOVA ile sınanmıştır.

Bulgular: KT sırasındaki sıçramalar tüm kutu yüksekliklerinde NT sıçramalara göre daha fazla göreceli güç (W/kg) üretmiş, ve yine 40 cm ve 60 cm yüksekliklerinde KT sıçramalarının yerle temas süresi boyunca NT gruba oranla daha fazla iş (J/kg) ortaya koydukları görülmüştür ($p<0.05$). NT 20, 40 ve 60 santimetre yüksekliklerindeki kutulardan sıçramaların maksimal göreceli güç çıktıları sırasıyla 54.91, 58.9 ve 55.1 (W/kg) olarak bulunurken, KT sıçramalarının 62, 80.5 ve 67.8 (W/kg) olarak bulundu. Bununla birlikte 20, 40 ve 60 santimetre yüksekliklerinde üretilen göreceli iş enerjileri KT için 6.3, 7.4 and 7.4 (J/kg), NT için ise 5.9, 8.4 and 8.3(J/kg) bulundu.

Sonuç: Bu çalışmanın bulguları, yıldız voleybolcuların düşerek sıçrama sırasında yerle temas sürelerinin sıçrama yüksekliğine etki etmediğini ancak kısa süreli sıçramalarda daha fazla enerji ve güç harcadığını ortaya koymuştur.

Anahtar kelimeler: Düşerek sıçrama, voleybol, pliometri yerle temas süresi, sıçrama.

The Effect Of Box Height And Ground Contact Time On Work Performed And Power Outputs For Drop Jump in Youth Turkish National Volleyball Players

Purpose: The aim is to investigate the effects of drop jump height and contact time durations on power and work performed in Youth Turkish National volleyball players.

Methods: 14 young volleyball players (Xage=16±.56 years) performed a series of drop jumps from heights of 20, 40, and 60 cm. Two instructions, (a)“jump as high as you can” and (b)“jump high more faster than your previous one”, were given to the participants for each box height. Kistler force plate was used to obtain power and work outputs. To reveal the differences between two jump trials of each box height, the data were divided into 2 dependent variables; first variable was determined as moderate ground contact time (MC) and second variable was shorter ground contact time (SC). Paired-Sample T-test was conducted to analyze differences between SC and MC times for each of given box height and Repeated-Measured ANOVA was also used to determine the differences over the box height (at 20, 40 and 60 cm) for power outputs.

Results: SC produced greater relative power(W/kg) than LC at all drop jump height and greater relative works(J/kg) at 40 and 60 cm box height ($p<0.05$). Within the groups, there were significant relative power and relative work differences between starting height in both groups. While maximal relative power values of 20, 40 and 60 cm heights were found as 54.91, 58.9 and 55.1(W/kg) from MC, 62, 80.5 and 67.8(W/kg) from SC. Moreover, relative work values at 20, 40 and 60 cm were 6.3, 7.4 and 7.4(J/kg) for SC and 5.9, 8.4 and 8.3(J/kg) for MC.

Conclusion: The findings of this study indicate that contact time durations does not play a role on the jump height but short contact time causes more power and work production during the drop jump performance.

Keywords: Drop jump, volleyball, plyometrics contact time, jump.

Genç Tenisçilerde Core Antrenmanın Denge, Anaerobik Güç ve Kuvvet Üzerine Etkisi

¹İlker Özmutlu, ¹Yasemin Arı, ¹Arif Kaan Eroğlu, ¹Umut Canlı, ²Nihal Ata

¹Namık Kemal Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Tekirdağ

²Namık Kemal Üniversitesi, Sağlık Kültür Ve Spor Daire Başkanlığı, Tekirdağ

Email : iozmutlu@nku.edu.tr, yari@nku.edu.tr, akaaneroglu@nku.edu.tr, ucanli@nku.edu.tr, nihal.ata@hotmail.com

Amaç: Bu çalışma sekiz hafta boyunca yapılan core antrenman programının genç erkek tenisçilerde denge, anaerobik güç ve kuvvet üzerine etkisinin incelenmesi amacı ile yapılmıştır.

Yöntem: Çalışmaya sağlık problemi bulunmayan yaş ortalamaları 14.10 ± 1.25 yıl ve boy uzunluğu 1.65 ± 0.09 cm olan 20 gönüllü erkek olarak katılmıştır. Deney grubuna sekiz hafta haftada üç gün core antrenman ve teknik antrenman, kontrol grubuna ise haftada üç gün sadece teknik antrenman uygulanmıştır. Deneklerin egzersiz programı öncesi ve sonrası vücut yağ yüzdesi, mekik, şınav, sağ el pençe kuvveti, sol el pençe kuvveti, flamingo denge ve anaerobik güç testi ölçümleri yapılmıştır. Deneklerin ön ve son test değerlerinin karşılaştırılmasında Paired Samples T – Testi yapılmış, gruplar arası karşılaştırmada ise Independent Samples T – Testi uygulanmıştır. Sonuçların 0.05 – 0.01 önem seviyesinde olup olmadığına bakılmıştır.

Bulgular: Çalışma sonucunda deney grubunun ön ve son testleri karşılaştırıldığında mekik, şınav, sağ el pençe kuvveti, sol el pençe kuvveti, flamingo denge ve anaerobik güç test değerlerinde anlamlı düzeyde gelişme görülmüştür ($p < 0.01$). Gruplar arası değerlendirmede deney ve kontrol grubu son test değerlerinde mekik, şınav, sağ el pençe kuvveti, sol el pençe kuvveti, flamingo denge ve anaerobik güç testi değerlerinde anlamlı düzeyde gelişme görülmüştür ($p < 0.01$, $p < 0.05$).

Sonuç: Çalışmanın bulgularına bakıldığında sekiz hafta süre ile uygulanan core antrenmanın denge, anaerobik güç ve kuvvet üzerine performans açısından olumlu etkisi olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler : Tenis, Core, Antrenman

The Effect of Core Training on Balance, Anaerobic Power and Force in Young Tennis Players

Aim: The aim of this study was to investigate the effect of the core training program on balance, anaerobic power and strength in young male tennis players for eight weeks.

Methods: Twenty volunteers men (mean age 14.10 ± 1.25 years and height 1.65 ± 0.09 cm) did not have health problems have participated to this research. Core and technical training have been carried out experimental group three times a week during eight (8) weeks, however control group has been implemented only technical training three a week in this duration. Before and after training programme of experimental have been made body fat percentage, shuttle, push up, right hand grip, left hand grip, flamingo balance and anaerobic power test measurements. Paired Samples T - Test was used to compare the pre - and post - test values of the experimentals, and Independent Samples T - Test was used in the intergroup comparisons. Whether the results are 0.05 – 0.01 at the level of significance have been controlled.

Results: While compared of experimental groups pre and post tests as a result of this study, body fat percentage, shuttle, push up, right hand grip, left hand grip, flamingo balance and anaerobic power test values have been significantly improved ($p<0.01$). In the last test values of experimental and control groups of intergroup evaluation, it has been achieved a meaning increasing shuttle, push up, right hand grip, left hand grip, flamingo balance and anaerobic power measurements ($p<0.01$, $p<0.05$).

Conclusions: As a result of this study, we can say that core training practiced for eight (8) weeks have effected balance, anaerobic power and force positive in terms of performance.

Keywords : Tennis, Core, Training

Spor yapan ve yapmayan 14-15 yaş arası öğrencilerin postür ilişkilerinin incelenmesi

¹H.Tolga Esen, ²İbrahim Cicioğlu

¹Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : tolgaesen@kmu.edu.tr,

Giriş ve Amaç: Vücut simetrisinin bozuk olması kasları, kemik ve diğer yapıları aşırı çalıştırarak ciddi problemlere neden olmaktadır (Karakuş ve Kılınç, 2006). Kötü postür, merkezi sinir sisteminde mekanik gerilimeye sebep olmakta bununla birlikte çeşitli anatomik bozukluklar ortaya çıkmaktadır. (Harrison ve diğerleri, 2007). Bu bağlamda bu çalışma, Milli Eğitimde okuyan öğrencilerin spor yapan ve yapmayanlar arasındaki postür ilişkisini tespit etmek ve postür analizi ile deformiteleri belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırma, ilköğretim döneminde olan sayıları sırasıyla 18 futbolcu, 18 voleybolcu, 16 hentbolcu ve 16 basketbolcunun yanında yine ilköğretim düzeyi 68 sedanter erkek olmak üzere toplam 136 kişiden oluşmuştur. Postür analizinde, her bir deneğin sağ lateral ve anterior plandan kamera ile 1'er adet ile fotoğrafı çekilerek bilgisayara aktarıldı. Daha sonra Body Analysis Kapture (B.A.K.) programı aracılığı ile öğrencilerin doğal duruştan farklı olarak postürel bozuklukları tespit edilmiştir.

Bulgular: Araştırmanın yapılan istatistiksel analizlerinde gruplar arasında lateral yönde; yapısal simetri, omuz simetri, bel bölgesi ve sol pelvis açısı ($p < 0,05$) da anlamlı düzeyde bulgular tespit edilmiştir.

Sonuç: Adolesan dönemde yapılan antrenman ve egzersizlerin, gelişim düzeyini ve postürel yapıyı olumsuz yönde etkilememesi için hem öğretmen hem de antrenörlerin çalışma programlarında çok yönlü gelişimi göz önünde tutmaları önerilebilir. Ayrıca adolesan dönemdeki sporcuların aşırı zorlayıcı antrenman programlarından uzak tutulmaları gerektiği düşünülmektedir.

Investigation Of Postural Relations Of 14-15 Years Old Students Who Do Sports And Do Not

Introduction and Purpose: The broken body symmetry causes serious problems by over-running muscle, bone and other structures (Karakuş and Kılınç, 2006). Bad posture causes mechanical regression in the central nervous system furthermore, it emerges various anatomical abnormalities (Harrison et al., 2007). In this context this study has been done to determine the posture relation between National Education students who engaged in sports and do not and to determine deformities with postural analysis.

Method: Study consisted of a total of 136 people in the primary period besides respectively 18 football players, 18 volleyball players, 16 handball players and 16 basketball players and also 68 sedentary males. In the posture analysis each experiment was photographed with a right lateral and anterior planar camera and transferred to the computer. Then, thanks to Body Analysis Kapture (B.A.K.) program postural disorders of students different from the natural condition detected.

Findings: In the statistical analysis of the study lateral between groups findings ($p < 0.05$) were found to be statistically significant in the structural symmetry, shoulder symmetry, lumbar region and left pelvis angle.

Result: Training and exercises done in adolescence not to adversely affect the development level and postural structure it is advisable to consider multifaceted development in their study programs of both teachers and coaches. Furthermore, the athletes in the adolescent period are thought supposed to be kept away from the overly compulsive training programs.

SUNULMADI

Ring Sporcularında Myofasyal Gevşetme Yönteminin Yumruk Frekansı Üzerine Etkilerinin İncelenmesi

¹Melih Bozdemir, ¹Yücel Ocak, ¹Mehmet Yıldız, ¹Zeki Akyıldız

¹Afyon Kocatepe Üniversitesi BESYO, Afyonkarahisar

Email : kuvvetkondisyon@aku.edu.tr, yocak@hotmail.com, mehmetyildiz@aku.edu.tr, performancelab@aku.edu.tr

Giriş: Ring sporlarında müsabakanın galibini belirleyen unsurlar arasında birçok etmen bulunmaktadır. Atılan yumruğun şiddeti ve hızı kadar yumruğun frekansı da maçın sonucunda önem arz etmektedir. Hareketlerin ortaya konulmasında veya kısıtlanmasında Myofasya büyük role sahiptir.

Amaç: Yumruk şiddetini, tekniğini ve hızını inceleyen çalışmaların haricinde yenilikçi bir şekilde tüm unsurların bileşimine sahip olan ve ring sporlarındaki maçın sonucunda etkili olan yumruk frekansına, kasları saran hareketin yapılmasında büyük rol üstlenen myofasyal gevşetmenin etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Ring sporlarında en az 2 yıl geçmişi bulunan 11 erkek kıkıks, muay-thai ve boks sporcusu (yaş: 19.54 ±6, boy 177.54±16, kilo: 83.18±37) bu çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. İlk olarak katılımcılara dinamik ısınma uygulatılıp ardından 4 dakika süren tabata antrenman protokolünde kum torbasına supramaksimal bir şekilde yumruk atmaları istenmiştir. Aynı katılımcı grup 48 saat sonra aynı şekilde dinamik ısınmaya ek olarak majör kaslarına 30 ar saniyelik periyotlarla köpük silindir yardımıyla myofasyal gevşetme uygulamışlardır. Myofasyal gevşetmenin ardından 1.test protokolünün aynısı uygulanmıştır. Atılan yumrukların geçerli sayılabilmesi için yumruğun yanak hizasında olması gerektiği konusunda katılımcılar uyarılmışlardır. Her iki protokol sonrası yumruk frekansları aksiyon kamera Gopro Hero5(ABD) ile kayıt altına alınıp Gopro Stüdyo(ABD) programında ağır çekimde sayılmıştır. Katılımcıların myofasyal gevşetme yönteminin kullanıldığı protokol ile dinamik stretching uygulanan protokol arasındaki farkın belirlenmesi için Wilcoxon testi uygulanmıştır. Ayrıca her iki protokol arasındaki ilişki içi sınıf içi korelasyon katsayısı ile sınanmıştır.

Bulgular: Çalışma sonunda Tabata protokolüne göre sırasıyla dördüncü (93.08/22.31 karşın 84.75/20.99, p<0.01) ve beşinci setlerdeki (90.25/17.24 karşın 81.83/15.01, p<0.05) yumruk frekansı ile tüm setlerdeki toplam yumruk frekansı (754.75/123.52 karşın 707.83/112.22, p<0.05) anlamlı olarak miyofasiya gevşetme yöntemi uygulamasından sonra daha fazla bulunmuştur. Bununla beraber tüm setlerde her iki protokol sonrası yumruk frekansları arasında yüksek bir sınıf içi korelasyon katsayısı (sırasıyla 0.865, 0.723, 0.839, 0.937, 0.830, 0.626, 0.813, 0.902, 0.891, p<0.01) belirlenmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak, ring sporcularında miyofasyal gevşetme egzersizlerinin total yumruk frekansı olumlu katkı sağladığı belirlenmiştir. Bu alanda daha fazla çalışma yapılmasına ihtiyaç duyulmaktadır.

Examination Of The Effects Of Self Myofascial Release On Punch Frequency in Ring Athletes

Introduction: In ring sports there are many factors that determine the winner of the competition. The frequency of the punch as well as the severity and speed of the dropped punch is also important in the result of the match. Myofascia plays a major role in the establishment or restraint of movements.

Aim: The aim of the study was to investigate the effects of myofascial release, which plays a major role in making the muscular wrapping movement, which has an innovative combination of all elements except punch violence, technique and speed.

Method: Eleven male kickboxing, muay thai and boxing athletes (age: 19.54 ± 6 , height: 177.54 ± 16 , weight: 83.18 ± 37) with at least 2 years history in ring sports voluntarily participated in this study. Punch frequencies were recorded with the GoPro Hero 5 (USA) action camera and counted in slow motion on the GoPro Studio (USA) program. The Wilcoxon test was used to determine the difference between the protocol in which myofascial relaxation of participants was used and the protocol in which dynamic stretching was applied. In addition, the correlation between the two protocols was tested by intraclass correlation coefficient method.

Results: At the end of the study, according to the Tabata protocol, the total punch frequency in all sets (754.75 / 123.52 versus 707.83) with the punch frequency in the fourth (93.08 / 22.31 versus 84.75 / 20.99, $p < 0.01$) and the fifth set (90.25 / 17.24 versus 81.83 / 15.01, $p < 0.05$) was significantly higher after application of the myofascial release method. In addition, in all sets, a high intraclass correlation coefficient (0.865, 0.723, 0.839, 0.937, 0.830, 0.626, 0.813, 0.902, 0.891, $p < 0.01$) was determined between two protocols.

Conclusion: As a result, it was determined that myofascial relaxation exercises in ring athletes contributed positively to total punch frequency. More work is needed.

Farklı Spor Branşlarındaki Sporcuların Dinamik Denge Değerlerinin Karşılaştırılması

1Cihat Korkmaz, 1Manolya Akın, 1Abdurrahman Demir, 1Derya Selda Sınar

1Mersin Üniversitesi Besyo, Mersin

Email : korkmaz.cihat68@gmail.com, manolya66@gmail.com, kanokayak@hotmail.com, derya.sinar@hotmail.com

Dinamik dengenin performansın sınırlayıcı faktörlerinden biri olduğu birçok spor branşı vardır. Dengenin eksikliği, aktivite esnasında yaralanma riskini artırabilir. Bu nedenle, hareket sonrası dengenin hızlı bir şekilde yeniden ayarlanması önemli bir yetenek olarak kabul edilir.

Araştırmaya yaş ortalaması 14,72 +- 15,8 yıl olan toplam 177; aerobik, taekwon-do, eskrim, yüzme, atletizm-atma sporcusu gönüllü olarak katılmıştır. Dinamik denge yeteneği TecnoBody Prokin cihazına easy başlık takılarak çift ayak ile 30 sn sağ-sol ayaklar için 10 sn süresince equilibrium testi uygulanmıştır. Verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edildi. Ölçüm sonuçları, ortalama (X) ve standart sapma (SS) olarak sunuldu. Grupların karşılaştırılmasında bağımsız gruplarda t testi kullanıldı. Gruplar arası farkların belirlenmesinde ANOVA uygulandı. $p < 0,01$ değeri anlamlı kabul edildi.

Çalışmaya katılan sporcularının dinamik denge yetenek analizleri incelendiğinde çiftpl, sağpl, solpl, çiftagp, sağagp, solagp, çiftms, sağms, solms, sağmecap, solmecap, sağmecml değerleri arasında anlamlı farklılığa rastlanmıştır.

Çalışmaya katılan sporcuların media lateral yan salınımlarında ve anterior posterior ekseninde ki değerler bazında branşlar arasında bir farklılığa rastlanmadığından; branşlar arasında ki bu farklılığın nedeni antrenman etkisine bağlı olarak gösterilebilir.

Anahtar Kelimeler: Aerobik, Taekwon-Do, Eskrim, Yüzme, Atletizm-Atma, Dinamik Denge

Comparison Of Dynamic Balance Values Of Sports in Different Sports Branches

There are many sports branches where dynamic balancing is one of the limiting factors of performance. Lack of balance can increase the risk of injury during activity. For this reason, it is considered an important skill to quickly rearrange the post-movement balance.

The average age of the survey was 177 years with an average age of 14,72 +- 15,8; aerobics, taekwon-do, fencing, swimming, athletics- throwing athletes participated voluntarily. Equilibrium test was applied to the TecnoBody Prokin device for 10 seconds for the left and right legs with 30 seconds for the double leg with the easy head attached to the dynamic equilibrium ability. It was found that the data showed normal distribution. The measurement results are presented as mean (X) and standard deviation (SS). Independent groups used t test for comparison of groups. ANOVA was applied when the differences between the groups were determined. A p value of < 0.01 was considered significant.

When the dynamic equilibrium ability analyzes of the athletes participating in the study were examined, significant differences were found between the values of dipleg, right, left, right, right, left, right, left, right, left, right.

Since there was no difference between the medial lateral side oscillations of the athletes participating in the study and the branches on the values in the anterior posterior axis; this difference between the branches can be shown depending on the training effect.

Keywords: Aerobic, Taekwon-Do, Fencing, Swimming, Athletics-Throwing, Dynamic Balance

12-14 Yaş Grubu Erkek Basketbolculara Uygulanan 8 Haftalık Core Stabilizasyon Eğitiminin FMS (Functional Movement Screen) Test Skorlarına Etkilerinin İncelenmesi

¹Özgür Doğan, ²Seyfi Savaş, ³Ali Zorlular

¹İstanbul Gelişim Üniversitesi, Besyo, Egzersiz ve Spor Bilimleri, İstanbul

²Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

³Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü

Email : ozgdogan@gelisim.edu.tr, seyfi@gazi.edu.tr, a.zorlular@gmail.com

Core bölgesi kaslardan oluşur, insan vücudunu korse gibi sarar ve gövdenin stabilizasyonunda görev alır. Core stabilizasyon eğitimi ile bu bölgedeki kasların kuvvetlenmesi ve daha iyi bir stabilizasyon gerçekleşebilir. Bu çalışmanın amacı; uygulanan 8 haftalık core stabilizasyon eğitiminin 12-14 yaş grubu erkek basketbolcularda FMS (Functional Movement Screen) test skorlarına etkilerini incelemektir.

Çalışmaya 27 sağlıklı sporcu (14 Deney Grubu – 13 Kontrol Grubu) katılmıştır. Deney grubuna 8 haftalık core stabilizasyon eğitimi verildi. Eğitim öncesi ve sonrasında Functional Movement Screen testi uygulandı ve skorları değerlendirildi. İstatistiksel analiz SPSS 22 paket programında ($p<0.05$) güven katsayısı dikkate alınarak gerçekleştirildi. Veriler normal dağılım sergilemediği için tanımlayıcı istatistikte Medyan ve IQR değerleri kullanıldı.

Yapılan analiz sonuçlarına göre FMS (Functional Movement Screen) ön-son test skorları arasında istatistiksel anlamlılık aranmıştır. Kontrol Grubu için öncesi ve sonrası FMS değerleri karşılaştırıldığında ($p:0,59$) anlamlı fark bulunamamıştır, Deney Grubu için öncesi ve sonrası FMS değerleri karşılaştırıldığında ($p:0,42$) anlamlı fark bulunmuştur.

Bu çalışma ile FMS'nin hareket paternlerini geliştirdiği ve performans sporcularının fonksiyonel hareketlerin kalitesinin arttırdığı sonucuna ulaşıldı. Daha geniş örneklem grubuyla yapılacak bir çalışma ile daha kesin sonuçlara ulaşılabilir.

Examination of the Effects of 8-Week Core Stabilization Training on FMS (Functional Movement Screen) Test Scores Applied to 12-14 Age Group Male Basketball Players

The core area is made up of muscles, which surrounds the human body like a corset and acts in the stabilization of the body. Core stabilization training can strengthen muscles in this area and provide better stabilization. The purpose of this study is; investigate of the effect of 8 week core stabilization training on the FMS (Functional Movement Screen) test scores of 12-14 age group male basketballs.

27 healthy athletes (14 Experiment Group - 13 Control Group) participated in the study. The experimental group was given 8 weeks to core stabilization training. Before the training, the Functional Movement Screen test was applied as Pre-post test and the scores were evaluated. Statistical analysis SPSS 22 software package was performed taking into account the confidence parameter ($p < 0.05$). Median and IQR values were used in the descriptive statistics because the data were not normally distributed.

Statistical significance was analyzed between FMS (Functional Movement Screen) pre-post test scores according to the analysis results. There was no significant difference ($p: 0,59$) in the pre-post FMS values for the Control Group. When the FMS values were compared for the Experimental Group, a significant difference was found ($p: 0,42$).

This study has achieved the result that FMS developed the movement patterns and the performance of the performance athletes increased the quality of the functional movements. More accurate results can be achieved with a study conducted with a larger sample group.

2015-2016 Sezonunda Türkiye Süper Liginde Yan Top Organizasyonlarıyla Atılan Gollerin Futbol Takımlarının Lig Sıralamasına Göre Değerlendirilmesi

²Erdal Arı, ³Hamit Cihan, ²Alparslan İnce, ¹İbrahim Can, ²Murat Sarı

¹Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Gümüşhane

²Ordu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Ordu

³Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Trabzon

Email : arierdal@hotmail.com, hamitcb@hotmail.com, ftrbesyo@hotmail.com, ibrahimcan_61_@hotmail.com, muratsari@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Futbol müsabakalarında, sahanın yan taraflarından ceza sahasına yapılan ortaları içeren yan top organizasyonlarıyla atılan gollerin, müsabakanın kazanılmasında takımlara büyük avantajlar sağladığı bilinmektedir. Bu çalışmanın amacı 2015-2016 sezonunda Türkiye Süper Liginde yan top organizasyonlarıyla atılan gollerin futbol takımlarının lig sıralamasına göre değerlendirilmesidir.

Yöntem: 2015-2016 sezonunda Süper Ligde yer alan futbol takımları lig sıralamalarına göre 1-6, 7-12 ve 13-18 sıralama aralığı olarak 3 kategoriye ayrılmıştır. Takımların sezon boyunca oynadıkları müsabakalarda yan top organizasyonlarıyla (sahanın yan taraflarından ceza sahasına yapılan ortalarla) attıkları goller, yayıncı kuruluşun resmi internet sayfasında yer alan müsabakaların özet görüntüleri izlenerek kaydedilmiştir. SPSS istatistik paket programında Shapiro Wilk katsayısıyla veri dağılımının normalliği incelenmiş ve farklı lig sıralama aralıkları arasındaki farklılıklar tek yönlü varyans analizi ile belirlenmiştir. Farklı lig sıralama aralıkları arasındaki çoklu karşılaştırmalar Scheffe testi ile yapılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Analiz sonuçlarına göre, 1-6 sıra aralığında olan takımların yan top organizasyonlarıyla attıkları gol sayısının (14.83 ± 2.23), 13-18 sıra aralığında olan takımların yan top organizasyonlarıyla attıkları gol sayısından (10.00 ± 1.26) istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Diğer sıralama aralıkları arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p > 0.05$). Sonuç olarak, Türkiye Süper Ligi 2015-2016 sezonunda UEFA'nın düzenlediği futbol organizasyonlarına katılmak için mücadele eden 1-6 sıra aralığındaki futbol takımlarının yan top organizasyonlarını, ligde kalmak için mücadele eden 13-18 sıra aralığındaki futbol takımlarından daha etkili yaptıkları ve bu organizasyonlar sonucunda daha fazla sayıda gol attıkları ifade edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Yan top organizasyonu, gol sayısı, Türkiye Süper Lig.

The Evaluation Of Goals Scored By Side Ball Organizations in Turkey Super League 2015-2016 Season According To League Ranking Of Soccer Teams

Introduction and Aim: It is known that goals scored by side ball organizations including crosses ball from sides of pitch into penalty area provides to teams in terms of winning match. The aim of this study was to evaluate goals scored by side ball organizations in Turkey Super League 2015-2016 season according to league ranking of soccer teams.

Method: Soccer teams placing in Turkey Super League 2015-2016 season were divided three categories as 1-6, 7-12 and 13-18 ranking intervals. The goals which teams scored by side ball organizations (crosses ball from sides of pitch into penalty area) during season were recorded by being watched videos of matches placing in official internet page of broadcaster institution. The normality of data dispersion was examined by Shapiro Wilk coefficient in SPSS statistic package programme and differences among different league ranking intervals were determined by one-way ANOVA. Multiple comparisons among different league ranking intervals were determined Scheffe test.

Finding and Conclusion: According to analyze results, number of goals scoring by side ball organizations of teams placing in 1-6 ranking interval (14.83 ± 2.23) was significantly higher than number of goals scoring by side ball organizations of teams placing in 13-18 ranking interval (10.00 ± 1.26) ($p < 0.05$). There was no significant difference among other ranking intervals ($p > 0.05$). Consequently, it could be said that soccer teams placing in 1-6 ranking interval and competing for joining to UEFA soccer organizations used side ball organizations more effectly and scored more goals by side ball organizations than soccer teams placing in 13-18 ranking interval and competing for staying in league in Turkey Super League 2015-2016 season.

Keywords: Side ball organization, number of goal, Turkey Super League.

Genc Voleybolculara Uygulanan Similasyon Blok Testini Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi

¹Gökhan Deliceoglu, ²Erkan Tortu, ¹Sinem Vardar, ¹Sıla Selvi

¹Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

²Sağlık İşleri Daire Başkanlığı, Ankara

Email : deliceoglugokhan@hotmail.com, tortuerkan@hotmail.com, sinemvardar97@hotmail.com, selvisila28@hotmail.com

Giriş Voleybolda sporcuların müsabaka sırasında uyguladığı blok özelliklerinin çabukluk, görsel reaksiyon ve sıçrama özelliklerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Bu çalışmayla hangi özelliğin daha etkin olduğu konusunda açıklık getirilmeye çalışılmıştır.

Araştırmanın Amacı Araştırmanın amacı genç voleybolculara uygulanan müsabakaya özgü uyarlanan simulasyon blok testini etkileyen faktörlerin incelenmesi oluşturmaktadır. Yöntem Araştırma grubunu ($X_{yaş}=17,5\pm1,9$ yıl $X_{va}=83,7\pm10,9$ kg, $X_{boy}=192,9\pm6,4$ cm) 29 genç voleybol sporcusu oluşturmaktadır. Çalışmaya katılan sporculara blok sıçrama için opto jump cihazı kullanıldı. Çabukluk yetilerini tespit etmek için uygulanan pro-agility testi için smartspeed ve görsel reaksiyon ile simulasyon blok testi için ise wity-sem kullanıldı. Voleybolculara 60 dokunuş içeren görsel reaksiyon testi sonrasında sırasıyla blok sıçrama ve pro-agility testi uygulandı. Simulasyon blok için filenin üstüne yerleştirilen önceden belirlenmiş 5 adet görsel reaksiyon uyarısına toplam 10 adet dokunuş uygulamaları istendi. Simulasyon blok testi ile diğer parametreler arasındaki ilişkinin belirlenmesi için SPSS 20.0 istatistik paket programında 'Pearson Korelasyon Katsayısı' kullanıldı.

Bulgular Voleybolculara uygulanan simulasyon blok ($X=32,49\pm4,50$ sn) testini etkilediği düşünülen blok sıçrama ($X=43,69\pm6,59$ cm), görsel reaksiyon ($X=41,20\pm3,62$ sn) ve çabukluk ($X=4,91\pm0,23$ sn) yetileri ile ilişkiye bakıldı. Voleybolculara uygulanan simulasyon blok ile görsel reaksiyon ve çabukluk yetileri arasında düşük düzeyde ancak istatistiksel olarak anlamlı ilişki görülmemektedir ($p>0,05$). Blok sıçrama ile simulasyon blok arasındaki ilişki incelendiğinde ise negatif, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki görülmektedir ($r=-,423$, $p<0,05$). Voleybolda müsabaka sırasında ardı ardına sıçrama özelliğine ihtiyaç duyan voleybolcuların çift ayak sıçramalarının benzer etkiler oluşturduğu belirlenmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak voleybolculara uygulanan müsabakaya özgü simülasyon blok sıçrama özelliğinin daha çok sporcuların blok sıçrama özelliğinden kaynaklandığı çabukluk ve görsel reaksiyonun etkin olmadığı söylenebilir.

Examination Of Factors Affecting The Simulation Block Test Applied To Young Volleyball

Introduction Purpose The aim of the study is to investigate the factors affecting the competition-specific adapted simulation block test applied to young volleyball.

Method The research group ($X_{age}=17,5\pm1,9$ years $X_{weight}=83,7\pm10,9$ kg, $X_{length}=192,9\pm6,4$ cm) consists of 29 young volleyball athletes. An opto jump device was used to block leap to athletes participating in the study. For the pro-agility test, which was implemented to detect the quickness capabilities, the Wity-sem was used for the simulation block test with smartspeed and visual reaction. After a visual reaction test with 60 touches to volleyball, the Block splash and pro-agility test were performed respectively. A total of 10 touch applications were asked for a pre-determined visual reaction that was placed on top of the file for the simulation block.

The SPSS 20.0 Statistical package program used the 'Pearson correlation coefficient' to determine the relationship between the simulation block test and other parameters.

Results A block sıçrama ($X = 43,69 \pm 6,59$ cm), a visual reaction ($X = 41,20 \pm 3,62$ sn) and a quick ($X = 4,91 \pm 0,23$ sn) with the ability to influence the simulation block ($X = 32,49 \pm 4,50$ sn) that was applied to volleyball were related to the test. There is a low level but statistically significant relationship between the simulation block and the visual reaction and the rapid capabilities of the volleyball ($p > 0,05$). When the relationship between Block Jump and simulation block is examined, negative, moderate and statistically significant correlation is observed ($R = -,423$, $p < 0,05$). Volleyball was determined to have a similar effect on the double-foot leaps of volleyball players who needed a jump after the competition.

Conclusion As a result, the competition-specific simulation block jump special applied to volleyball can be said that the speed and visual reaction of the athletes caused by the block jump feature is not effective

Futbolcuların Anaerobik Performans Değerlerinin Oynadıkları Mevkilere Göre Karşılaştırılması

¹Harun Koç, ¹Pınar Demirel, ¹Yağmur Akkoyunlu

¹Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kütahya

Email : harunkoc_38@hotmail.com, pinar_dmrl@yahoo.com, yagmur0906@gmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, farklı mevkilerde oynayan futbolcuların anaerobik güç ve kapasite değerlerinin karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmaya 4 farklı futbol sezonunda (2012-2015 yılları arası) aynı takımda hazırlık dönemi çalışmalarına katılan 71 futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Araştırma kapsamında, 30 defans (yaş: 21.90±2.20 yıl; boy uzunluğu: 178.62±7.46 cm ve vücut ağırlığı: 74.87±8.28 kg), 35 orta saha (yaş: 22.57±2.57 yıl; boy uzunluğu: 175.16±4.59 cm ve vücut ağırlığı: 72.20±6.48 kg) ve 16 forvet (yaş: 21.63±2.25 yıl; boy uzunluğu: 179.13±6.40 cm ve vücut ağırlığı: 76.31±7.17 kg) oyuncusuna ait toplam 81 ölçüm değerlendirilmiştir. Çalışma sırasında futbolculara boy uzunluğu ve vücut ağırlığı ölçümleri ile birlikte Wingate anaerobik güç ve kapasite testi (WAnT; Monark 894E) hazırlık dönemlerinin birinci haftasında uygulanmıştır. Anaerobik güç ve kapasite değişkenleri açısından futbolcuların oynadıkları mevkilere göre fark olup olmadığı Tek Yönlü Varyans Analizi ile test edilmiştir.

Bulgular ve Sonuç: Futbolcuların oynadıkları mevkilere göre anaerobik güç ve kapasite değerleri; defans oyuncularında zirve güç 820.87±122.99 W, ortalama güç 608.84±80.46 W, relatif zirve güç 11.00±1.34 W/kg, relatif ortalama güç 8.15±0.75 W/kg; orta saha oyuncularında zirve güç 788.81±116.71 W, ortalama güç 582.39±71.73 W, relatif zirve güç 10.92±1.24 W/kg, relatif ortalama güç 8.06±0.64 W/kg; forvet oyuncularında zirve güç 846.35±105.10 W, ortalama güç 629.32±61.36 W, relatif zirve güç 11.09±0.88 W/kg, relatif ortalama güç 8.27±0.67 W/kg olarak bulunmuştur. Mevkisel olarak yapılan karşılaştırmada test edilen parametrelere ilişkin istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir (p>0.05). Bu sonuçlar hazırlık dönemi başlangıcında amatör futbolcuların oynadıkları mevkilere göre anaerobik güç ve kapasite değerlerinin benzer olduğunu göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, anaerobik güç, anaerobik kapasite

Comparison of Anaerobic Performance Values of Soccer Players According to Different Positions

Objectives: The aim of the study was to compare of anaerobic performance values of soccer players according to different positions.

Methods: 71 soccer players trained at 4 different seasons (2012-2015 years) from the same team's pre-season trainings voluntarily participated to the study. Within the scope of the study, 30 defenders (age: 21.90±2.20 years; height: 178.62±7.46 cm and weight: 74.87±8.28 kg), 35 midfielders (age: 22.57±2.57 years; height: 175.16±4.59 cm and weight: 72.20±6.48 kg); 16 strikers (age: 21.63±2.25 years; height: 179.13±6.40 cm and weight: 76.31±7.17 kg) and totally 81 measurements were evaluated. During the study, the Wingate anaerobic power and capacity test (WAnT; Monark 894E) along with height measurements and body weight measurements were applied to soccer players during the first week of the preparation period. In terms of anaerobic power and capacity variables, One-way ANOVA was applied to test whether the difference was statistically significant.

Results and Conclusions: Anaerobic power and capacity values according to the positions played by footballers; for defenders: peak power 820.87 ± 122.99 W, mean power 608.84 ± 80.46 W, relative peak power 11.00 ± 1.34 W/kg, relative mean power 8.15 ± 0.75 W/kg; for midfielders peak power 788.81 ± 116.71 W, mean power 582.39 ± 71.73 W, relative peak power 10.92 ± 1.24 W/kg, relative mean power 8.06 ± 0.64 W/kg; for strikers peak power 846.35 ± 105.10 W, mean power 629.32 ± 61.36 W, relative peak power 11.09 ± 0.88 W/kg, relative mean power 8.27 ± 0.67 W/kg were found. No statistically significant difference was found between the parameters tested in the comparative tests ($p > 0.05$). These results show that at the beginning of the preparation period, anaerobic power and capacity values are similar to each positions of players.

Keywords: Soccer, anaerobic power, anaerobic capacity

İki Farklı Hentbol Antrenmanlarının 11-13 Yaş Çocukların Sürat, Çeviklik ve Reaksiyon Zamanı Üzerine Etkisi

¹Seniz Karagöz, ¹Özkan Işık, ²İrfan Yıldırım

¹Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Afyonkarahisar

²Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Mersin

Email : senizkaragoz@gmail.com, ozkanisik86@hotmail.com, iyildirim76@hotmail.com

Giriş ve Amaç: 8 haftalık geleneksel hentbol ile nöromüsküler+geleneksel hentbol antrenmanlarının 11-13 yaş çocukların sürat, çeviklik ve reaksiyon zamanı üzerine etkisini incelemektir.

Yöntem: Çalışmaya 36 (18 kız ve 18 erkek) çocuk dahil edildi. Çocuklara araştırmanın amacı anlatıldı ve gönüllü katılımları sağlandı ve velilerinden izin alındı. Araştırmaya katılan çocuklar amaçlı örnekleme modeline göre seçildi ve 3 gruba ayrıldı. Kontrol grubu temel hentbol eğitimi almış ve daha sonra hentbolu bırakmış çocuklardan oluşurken, deney grupları aktif hentbol oynayan hentbolculardan oluşmaktadır. Deney grupları geleneksel hentbol antrenmanı ve nöromüsküler+geleneksel hentbol antrenman grubu olarak ikiye ayrıldı ve toplam 24 antrenman gerçekleştirdiler. Araştırma grupları için sürat, çeviklik ve reaksiyon zamanı ölçümleri ön test ve son test olarak ölçüldü. Sürat ölçümleri 30 m. Sprint testi, çeviklik süreleri Illinois çeviklik testi ve görsel ve işitsel reaksiyon zamanı ölçümleri Nelson reaksiyon testi ile analiz edildi. Elde edilen verilerin normallik testi "Shapiro-Wilk Test" kullanılarak gerçekleştirildi. Veriler normal bir dağılım göstermedi. Ön ve son test arasındaki farklar için "Signed Rank Test" kullanıldı. Grupların arası farklılıkları saptamak için "Kruskal-Wallis H Test" kullanıldı. Gruplar arasındaki farkların kaynağının tespiti için "Pairwise Multiple Comparisons Test" kullanıldı.

Bulgular: kız ve erkeklerin sürat ve çeviklik testleri ön ve son test ölçümleri arasında fark tespit edildi. Ek olarak, kızların sağ görsel reaksiyon testleri, buna karşın erkeklerin sol görsel reaksiyon testleri arasında fark olduğu tespit edildi. Ayrıca, 8 haftalık her iki antrenman modelinin'de kız ve erkeklerin sürat ve çeviklik düzeyleri arasında fark olduğu tespit edildi.

Sonuç: 8 haftalık geleneksel hentbol ve nöromüsküler+geleneksel hentbol antrenmanların erkek ve kızların sürat düzeylerini eşit düzeyde (% 9) artırdığı tespit edildi ve geleneksel hentbol antrenmanlarının kız ve erkeklerin çeviklik düzeylerini %3 artırdığı, nöromüsküler+geleneksel hentbol antrenmanların ise %5 artırdığı tespit edildi. Özellikle müsabaka öncesi dönemde çevikliği artırmak için hentbol antrenmanlarına ek olarak nöromüsküler egzersizler uygulanabilir

Anahtar Kelimeler: Sürat, Çabukluk, Reaksiyon Zamanı, Hentbol

The Effect Of Two Different Handball Trainings On The Sprint, Agility, And Reaction Time Of 11-13 Years Old Children

Introduction and Purpose: examine the effect of 8-weeks two different handball training on sprint, agility and reaction time of 11-13 year old children.

Method: 36 children were included in the study. The purpose of this research was explained to the children's and voluntary participations were provided and permission was received from their parents. The children who participated in the research were divided into 3 (control group and experimental groups) groups. Experimental groups were divided into traditional handball and neuromuscular+traditional handball training groups and performed a total of 24 training. For all research groups, sprint, agility and reaction time measurements were performed as pre-test and post-test. Data was tested for normality with the "Kolmogorov Smirnov Test". "Signed Rank Test" was used to determine the difference between pre and post tests. The "Kruskal-Wallis H Test" was used to detect the difference between groups. The "Pairwise Multiple Comparisons Test" was used, for detecting the differences between groups.

Results: The difference between pre and post-test measurements of sprint and agility tests of girls and boys were determined. In addition, it was determined that there were difference between post-test measurements of the girls' right visual reaction tests, whereas the boys' left visual reaction tests. However, it was determined that there was a difference between the sprint and agility levels of girls and boys in both 8-weeks training models.

Conclusion: it was found that 8-weeks traditional handball and neuromuscular+traditional handball trainings were increased the sprint levels of boys and girls by equal levels (9%). In addition, traditional handball trainings were increased agility levels of girls and boys by 3%, whereas neuromuscular+traditional handball trainings were increased by 5%. In addition to traditional handball training, especially, neuromuscular exercises can be applied for increase agility during the pre-competition period.

Keywords: Sprint, Agility, Reaction Time, Handball

Sekiz Haftalık TRX Antrenmanlarının Kadın Voleybolcularda Kemik Mineral Yoğunluğu Üzerine Etkisi

¹Mustafa Kerem, ²Mehmet Günay

¹Kastamonu Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kastamonu

²Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : mkerem@kastamonu.edu.tr, mgunay@gazi.edu.tr

Giriş: Fonksiyonel egzersiz bandı (TRX) kişinin kendi vücut ağırlığını kullanarak yer çekimine karşı çalışma metoduna dayanan bir sistemdir. Omurga stabilizasyonu ve omurga kaslarının güçlendirmesi gibi eklemlerde olumlu etkilere sahiptir. Kas iskelet sistemi yaralanmalarını önlemede olumlu etki kazandırır. Bu çalışmanın amacı; 8 haftalık TRX antrenman programının kadın voleybolcuların kemik mineral yoğunluğu değerleri üzerindeki etkisini incelemektir.

Metot: Çalışmaya üniversiteler arası ligde aktif olarak oynayan 18 kadın voleybolcu (yaş: 20.00 ± 1.54 yıl, boy: 168.7 ± 4.68 cm, vücut ağırlığı: 62.68 ± 8.14 kg, Vücut Yağ oranı: 22.55 ± 8.60) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar rassal olarak TRX (n=9) ve kontrol grubu (n=9) olarak ikiye ayrılmıştır. Her iki grup rutin olarak voleybola özgü haftada 6 antrenmana katılmıştır. TRX grubu gün aşırı haftada 3 defa antrenman öncesi TRX egzersiz protokolünü uygulanmıştır. Antrenmanlar 8 hafta süresince uygulanmıştır. TRX antrenmanlarının kemik mineral yoğunluğu üzerine etkisini belirlemek için, antrenmanlara başlamadan 1 hafta önce ve antrenman sonrası Femur ve Lumbar bölgelerin kemik mineral yoğunluğu değerlendirilmiştir. Elde edilen veriler arasında farkların belirlenmesi için Wilcoxon Eşleştirilmiş İşaret testi kullanılmıştır. Tüm istatistik işlemler $p < 0.05$ güven aralığı kullanılarak işlenmiştir.

Bulgular: TRX antrenmanları sonucunda Femur boyun bölgesi ($Z = -1.96$, $p = 0.05$) ve trokanter bölgesi ($Z = -2.38$, $p = 0.02$) kemik mineral yoğunluklarında istatistiksel olarak anlamlı farklar gözlemlenmiştir. Lumbar bölge omurlarında anlamlı fark gözlemlenmemiştir ($p > 0.05$)

Sonuç Çalışmada uygulanan TRX antrenmanının içeriğini oluşturan hareketlerin özellikle femur bölgesinde fiziksel strese neden olması ve lumbar bölgenin daha stabil kalmasının, bölgeler arası kemik mineral yoğunluklarına etki ettiği düşünülmektedir. Sonuç olarak; TRX antrenmanının, özellikle yüklenme esnasında aktivasyonun yoğun olduğu bölgelerdeki kemik mineral yoğunlukları üzerinde etkili bir yöntem olduğunu söylemek mümkündür.

The Effect of 8 Weeks TRX Training on Bone Mineral Density in Women Volleyball Players

Introduction Total Resistance Exercise (TRX) is a system which is based on a method of working against gravity using one's own body weight. It has positive effects on the joints such as the stabilization of the spine and strengthening of the spinal muscles. The aim of this study was to investigate the effect of 8-week TRX training program on bone mineral density in women volleyball players.

Method 18 female volleyball players playing in intercollegiate volleyball league (Mage: 20.00 ± 1.54 year, Mheight: 168.7 ± 4.68 cm, Mbody weight: 62.68 ± 8.14 kg, Mbody fat ratio: 22.55 ± 8.60) volunteered for the study. Participants were randomly divided into two groups as TRX (n = 9) and control group (n = 9).

Both groups participated in volleyball-specific training 6 times a week. Before volleyball-specific training, every other day the TRX group exercised TRX exercise protocol three times a week. The training was performed for 8 weeks. The bone mineral density of Femur and Lumbar region was assessed 1 week before training and after training. To determine the significant differences, Wilcoxon Signed Rank Test was used at % 95 confidence level.

Findings As a result of TRX training, although significant differences emerged between femur neck region ($Z = -1.96$, $p = 0.05$) and trochanteric zone values ($Z = -2.38$, $p = 0.02$), no significant difference emerged between lumbar vertebrae values ($p > 0.05$).

Result It was thought that because of the movements which constitute the content of TRX training applied in the study, caused physical stratification in the femur region yet the lumbar region stayed stable, this affected the inter-regional bone mineral density. As a result, it is possible to say that TRX training is an effective method on bone mineral densities in the regions where activation is particularly prevalent during loading in the training.

Sekiz Haftalık TRX Antrenmanlarının Kadın Voleybolcularda Kemik Mineral Yoğunluğu Üzerine Etkisi

¹Mustafa Kerem, ²Mehmet Günay

¹Kastamonu Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kastamonu

²Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : mkerem@kastamonu.edu.tr, mgunay@gazi.edu.tr

Giriş: Fonksiyonel egzersiz bandı (TRX) kişinin kendi vücut ağırlığını kullanarak yer çekimine karşı çalışma metoduna dayanan bir sistemdir. Omurga stabilizasyonu ve omurga kaslarının güçlendirmesi gibi eklemlerde olumlu etkilere sahiptir. Kas iskelet sistemi yaralanmalarını önlemede olumlu etki kazandırır. Bu çalışmanın amacı; 8 haftalık TRX antrenman programının kadın voleybolcuların kemik mineral yoğunluğu değerleri üzerindeki etkisini incelemektir. Metot: Çalışmaya üniversiteler arası ligde aktif olarak oynayan 18 kadın voleybolcu (yaş: 20.00 ± 1.54 yıl, boy: 168.7 ± 4.68 cm, vücut ağırlığı: 62.68 ± 8.14 kg, Vücut Yağ oranı: 22.55 ± 8.60) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar rassal olarak TRX (n=9) ve kontrol grubu (n=9) olarak ikiye ayrılmıştır. Her iki grup rutin olarak voleybola özgü haftada 6 antrenmana katılmıştır. TRX grubu gün aşırı haftada 3 defa antrenman öncesi TRX egzersiz protokolünü uygulanmıştır. Antrenmanlar 8 hafta süresince uygulanmıştır. TRX antrenmanlarının kemik mineral yoğunluğu üzerine etkisini belirlemek için, antrenmanlara başlamadan 1 hafta önce ve antrenman sonrası Femur ve Lumbar bölgelerin kemik mineral yoğunluğu değerlendirilmiştir. Elde edilen veriler arasında farkların belirlenmesi için Wilcoxon Eşleştirilmiş İşaret testi kullanılmıştır. Tüm istatistik işlemler $p < 0.05$ güven aralığı kullanılarak işlenmiştir.

Bulgular: TRX antrenmanları sonucunda Femur boyun bölgesi ($Z = -1.96$, $p = 0.05$) ve trokanter bölgesi ($Z = -2.38$, $p = 0.02$) kemik mineral yoğunluklarında istatistiksel olarak anlamlı farklar gözlemlenmiştir. Lumbar bölge omurlarında anlamlı fark gözlemlenmemiştir ($p > 0.05$)

Sonuç Çalışmada uygulanan TRX antrenmanının içeriğini oluşturan hareketlerin özellikle femur bölgesinde fiziksel strese neden olması ve lumbar bölgenin daha stabil kalmasının, bölgeler arası kemik mineral yoğunluklarına etki ettiği düşünülmektedir. Sonuç olarak; TRX antrenmanının, özellikle yüklenme esnasında aktivasyonun yoğun olduğu bölgelerdeki kemik mineral yoğunlukları üzerinde etkili bir yöntem olduğunu söylemek mümkündür.

The Effect of 8 Weeks TRX Training on Bone Mineral Density in Women Volleyball Players

Introduction Total Resistance Exercise (TRX) is a system which is based on a method of working against gravity using one's own body weight. It has positive effects on the joints such as the stabilization of the spine and strengthening of the spinal muscles. The aim of this study was to investigate the effect of 8-week TRX training program on bone mineral density in women volleyball players.

Method 18 female volleyball players playing in intercollegiate volleyball league (Mage: 20.00 ± 1.54 year, Mheight: 168.7 ± 4.68 cm, Mbody weight: 62.68 ± 8.14 kg, Mbody fat ratio: 22.55 ± 8.60) volunteered for the study. Participants were randomly divided into two groups as TRX (n = 9) and control group (n = 9). Both groups participated in volleyball-specific training 6 times a week. Before volleyball-specific training, every other day the TRX group exercised TRX exercise protocol three times a week. The training was performed for 8 weeks. The bone mineral density of Femur and Lumbar region was assessed 1 week before training and after training. To determine the significant differences, Wilcoxon Signed Rank Test was used at % 95 confidence level.

Findings As a result of TRX training, although significant differences emerged between femur neck region ($Z = -1.96$, $p = 0.05$) and trochanteric zone values ($Z = -2.38$, $p = 0.02$), no significant difference emerged between lumbar vertebrae values ($p > 0.05$).

Result It was thought that because of the movements which constitute the content of TRX training applied in the study, caused physical stratification in the femur region yet the lumbar region stayed stable, this affected the inter-regional bone mineral density. As a result, it is possible to say that TRX training is an effective method on bone mineral densities in the regions where activation is particularly prevalent during loading in the training.

Süspansiyon Ve Pliometrik Antrenmanların Genç Sedanterlerin Fiziksel Kapasiteleri Üzerine Etkilerinin İncelenmesi

¹Hüseyin Topçu, ²Serkan Pancar, ¹Ramiz Arabacı, ³Yakup Zühtü Birinci, ⁴Kader Ceylan Keskin

¹Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi; Bursa

²Yeniceabat Anadolu Lisesi, Bursa

³Hacı Sevim Yıldız-2 Mesleki Ve Teknik Anadolu Lisesi,

⁴Gazi Üniv. Spor Bil.Fakültesi

Email : h.topcu88@gmail.com, sdpancar@gmail.com, ramizar@uludag.edu.tr, BURSA, kaderceylankeskin@gmail.com

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı, süspansiyon ve pliometrik antrenmanların sedanterlerin fiziksel kapasitesine kronik etkilerinin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmaya, orta öğretim kurumlarından mezun olmuş üniversite giriş sınavlarına hazırlanan ve herhangi bir düzenli fiziksel aktivite yapmayan 18 yaşında 45 sedanter erkek gönüllü katılmıştır. Denekler, rastgele seçilerek süspansiyon antrenman (SG), pliometrik antrenman (PG) ve kontrol (KG) grupları olarak 3 eşit (n=15) gruba ayrıldı. SG suspaniyon ve PG pliometrik antrenman programları 8 hafta, 3 gün/hf, 45 dk/gün olarak uygulandı. KG herhangi bir antrenman programı uygulanmadı. Antrenman programı öncesi (ön test) ve sonrası (son test) olarak deneklerin sürat, statik kuvvet, esneklik, görsel reaksiyon zamanı (GRZ), işitsel reaksiyon zamanı (İRZ), statik denge, anaerobik güç ve vücut kitle indeksleri (VKİ) belirlenmiştir. Ön ve son testlerde elde edilen sonuçlar arasında yüzde farkları hesaplanmıştır. Grupların yüzde değişimlerin karşılaştırılmasında, SPSS 23 for Windows programında One-Way ANOVA analizi kullanılmıştır. İkili karşılaştırmalarda Bonferroni testi uygulandı.

Bulgular: Elde edilen verilere göre deneklerin ağırlık (SG %1,71, PG %2,64, KG %2,65; F=0,707), BMI (SG %1,71, PG %2,64, KG %2,65; F=0,707), GRZ (SG %2,05, PG %1,07, KG %0,10; F=1,829) ve İRZ (SG %1,58, PG %1,50, KG %0,64; F=2,107) değişimleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmadı. Sürat (SG %0,50, PG %2,75, KG %0,09; F= 9,770), dikey sıçrama (SG %5,44, PG %19,35, KG %0,14; F= 11,767), esneklik (SG %12,65, PG %6,82, KG %1,60; F= 9,668), anaerobik güç (SG %35,80, PG %7,81, KG %0,55; F= 25,688), denge (SG %22,28, PG %8,48, KG %0,07; F=7,179) değişimleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur.

Sonuç: Sonuç olarak pliometrik antrenmanların sıçrama ve sürat, süspansiyon antrenmanların ise anaerobik güç, esneklik ve denge özellikleri üzerine daha etkili olduğu söylenebilir.

Investigation Of The Effects Of Suspension And Plyometric Training On The Physical Capacities Of Young Sedanteres

Introduction: The aim of study was to examine the chronic effects of suspension and plyometric exercises on the physical capacity of sedanteries.

Method: 45 male volunteers at age of 18, prepared for university entrance examinations graduated from high school and did not perform any regular physical activity, participated in the study. Subjects were randomly selected and divided into 3 groups (n = 15) as suspension training (SG), plyometric training (PG) and control (CG) groups. SG suspension and PG plyometric training programs were applied at 8 weeks, 3 days / week, 45 min / day. CG did not apply any training program. Subjects' speed, static strength, flexibility, visual reaction time (VRT), auditory reaction time (ART), static balance, anaerobic power and body mass index (BMI) were determined before (pre-test) and after (post-test) the training program. Percentage differences obtained between the results in the pre and post tests were calculated. One-Way ANOVA analysis was used to compare percentage changes in the groups. Bonferroni test was performed in binary comparisons.

Results: According to data, there were no statistically significant difference between subjects' weight (SG %1,71, PG %2,64, CG %2,65; F=0,707), BMI (SG %1,71, PG %2,64, CG %2,65; F=0,707), VRT (SG %2,05, PG %1,07, CG %0,10; F=1,829) and ART (SG %1,58, PG %1,50, CG %0,64; F=2,107) changes. There were a statistically significant difference between speed (SG %0,50, PG %2,75, CG %0,09; F= 9,770), vertical jump (SG %5,44, PG %19,35, CG %0,14; F= 11,767), flexibility (SG %12,65, PG %6,82, CG %1,60; F= 9,668), anaerobic power (SG %35,80, PG %7,81, CG %0,55; F= 25,688), static balance (SG %22,28, PG %8,48, CG %0,07; F=7,179) changes.

Conclusion: As a result, it can be said that plyometric training is more effective on leap and speed but suspension training is more effective on anaerobic power, flexibility and balance.

Effects Of Static Stretching Exercises With 15sec And 30sec Duration On Speed And Explosive Production Of Soccer Players

¹Ould Hammou Mustapha, ²Nouiwa Amar, ³Fernane Majid

¹Boumerdes University , STAPS Departement, Algeria

²Biskra University, STAPS Departement, Algeria

³Bouira University, STAPS Departement, Algeria

Email : ouldhammou@gmail.com, ouldhammou@gmail.com, ouldhammou@gmail.com

Introduction : Several studies demonstrated the adverse effects of introducing stretching on warm up in competition of soccer players. These effects was demonstrated above all on a sprints efforts, power strength and explosive jumping. Purpose : In the same case, our study explored the effects of introducing a static stretching exercises in warm up on soccer players performance.

Method : eighteen male soccer players from differents teams of Algerian regional « 1 » level, with an average age of 23.7years , height of 1m74 and body mass of 68kg, were randomly selected to take part in the study. We devided the group of players on two equal groups, experimental group(09 players) and control group(09players). The experimental group performed two static stretching protocol which consisted in performing four physicals test (using electronics photo cells and optojump)mesuring sprint and power jump abilities(10m,40m, squat jump (SJ)and counter mouvement jump(CMJ)), before warm up and stretching session ; protocol 01 : after warming up including 15min of static stretching with 15secondes stretch exercises duration ; protocol 02 : after warming up including 15min of static stretching with 30secondes stretch exercises duration. The control group perform the same protocol without stretching session.

Results : the results of statistical analysis indicated that the static stretching protocol with 15sec and 30sec influenced negatively the 40m sprint($P < 0.05$ both) , explosive power in SJ($P < 0.05$ both) and pliometric power in CMJ but only at 30sec protocol($P < 0.05$). While, the comparison between experimental group and control group demonstrated difference in 30 sec protocol in SJ and CMJ($P < 0.05$) only.

Conclusion: the findings suggest that including static stretching exercises in the warm up of soccer competition, can affect negatively 40m sprint and power of lower extremities in particular with using 30sec exercises duration

Aksaray Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda Okuyan Güreşçilerde Maksimal Yüklenenin Reaksiyon Zamanlarına Etkisi

¹Emin Süel, ¹İbrahim Şahin

¹Aksaray Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Aksaray

Email : eminsuel51@yahoo.com.tr, ibrahimsahin_68@hotmail.com

Aksaray Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulunda Okuyan Güreşçilerde Maksimal Yüklenenin Reaksiyon Zamanlarına Etkisi Emin Süel İbrahim Şahin

Anahtar kelimeler: Maksimal yükleme, reaksiyon zamanı Amaç: Araştırmanın amacı; güreşçilerde uygulanan maksimal yüklenebilir müsabaka tipi güreş antrenmanlarının reaksiyon süreleri üzerine etkisini incelemektir.

Gereç ve yöntem: Çalışma Aksaray Üniversitesi BESYO' okuyan aktif güreş yapan 21 erkek güreşçi üzerinde yapılmıştır. Araştırmaya katılan sporculara hazırlanan parkurda sırasıyla denek 70 kg ağırlığındaki mankene 3 künde 3 çırpma tekniklerini, sonra 7 metrelik halata tırmanma ve partneri ile 2 dakikayı doldurana kadar ayakta pres yaptırılmıştır. Testler iki aşamada uygulanmıştır. Birinci bölümde maksimal yükleme öncesinde sporcuların ışıık ve sese karşı reaksiyonları ölçülmüştür. Her bir sporcuya dominant ellerinin işaret parmağı ile testler uygulatılmış ve ortalamaları alınmıştır. İkinci bölümde ise güreşe uyarlanmış parkuru tamamladıktan sonra aynı işlem tekrarlanmıştır. Reaksiyon testleri Reaktion Timer (C) Hakkuş 1999 v.1.0 programı ile ölçülmüştür. Sonuçlar SPSS 15.0 paket programda iki ölçüm arasındaki farklar Paired Samples T testi ile karşılaştırılmıştır. . Bulgular: Araştırmamıza 21 güreşçi katılmıştır. Katılımcıların yaş ortalamaları 20±2,16 yıl, boyları ortalamaları 1,70±0,05 cm. ve kiloları ortalamaları ise 67,62±10,73 kg. olduğu belirlenmiştir. Güreşçilerin dinlenik olarak ve yüklemeden sonraki işitsel ve görsel reaksiyon zamanları alınmıştır. Dinlenik işitsel reaksiyon zamanları ortalaması 0,26±0,04 olarak bulunmuş, yükleme sonrasında ise 0,29±0,04 olarak ölçülmüştür. Dinlenik görsel reaksiyon zamanları ortalaması 0,26±0,04 olarak bulunmuş, yükleme sonrasında ise 0,27±0,03 olarak ölçülmüştür. Güreşçilerin dinlenik işitsel reaksiyon zamanları ile yükleme sonrasında ölçülen reaksiyon zamanları Paired Samples Test ile hesaplandığında iki ölçüm arasındaki fark 0,017 olarak hesaplanmış ve anlamlı farkın olduğu görülmüştür(p≤0,05). Güreşçilerin dinlenik görsel reaksiyon zamanları ile yükleme sonrasında ölçülen reaksiyon zamanlarında da iki ölçüm arasındaki fark 0,001 olarak hesaplanmış ve istatistiksel olarak anlamlı farkın olduğu görülmüştür(p≤0,05).

Sonuç: Araştırmamızda güreşe uyarlanmış maksimal yükleme öncesinde ve yükleme sonrasında işitsel ve görsel reaksiyon zamanları karşılaştırılmış ve her iki karşılaştırmada, yükleme sonrasında reaksiyon sürelerinde artış olduğu tespit edilmiştir.

Effects Of Maximum Loading On The Reaction Times Of Wrestlers Who Are Enrolled in The Physical Education And Sports College Of Aksaray University

Keywords:Maximum loading, reaction time Aim: Aim of this study is to investigate the effects of maximum loaded contest a like trainings on the reaction times of the wrestlers.

Material and method: This study is conducted on the 21 male students who is enrolled in the Aksaray University Physical Education and Sports College and actively dealing with wrestling. On the prepared track, every athlete is asked to do 3 times suplay throw and 3 times gut wrench on a 70 kg. dummy followed by 7 m. rope climbing and pressing each other while standing during 2 minutes. All the performance tests are applied in two phases. In the first phase, athlete's reaction to audio and visual sources are measured just before the maximum loading. Every individual participated in the test used their pointing fingers of the dominant hand and the average results are calculated. In the second phase, same process is done after completing the track which was adopted to wrestling. Reaction test results are measured using there action timer Hakkuş 1999 v.1.0 software tool. Calculations and the differences in the results between each of the phases for each athlete is compared using the Paired samples test in the SPSS 15.0 software package.

Results: 21 wrestlers participated in the research. Their average age is $20\pm 2,16$ years, average height is $1,70\pm 0,05$ cm. and the average weight is $67,62\pm 10,73$ kg. Their reaction times to audio and visual sources are measured during rest and after physical loading. Before traing while rested, athletes' average reaction to audios ource is measured to be $0,26\pm 0,04$,whereas after

Adolesan Erkek Basketbolcularda Dirençli Pliometrik Antrenmanın İzokinetik Kas Kuvveti Üzerine Etkisi

¹Ömer Pamuk, ¹Nurlan Hasanlı, ¹Aliye Gündoğdu, ²Erdal Hancı, ³Nehir Çolak, ⁴Kadir Gök, ⁴Ela Naz Döğür, ⁵Gürkan Bilgin, ⁴Ömer H. Çolak, ¹Y. Gül Özkaya

¹Akdeniz Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya /Türkiye

²Şevket Yılmaz Eğitim Araştırma Hastanesi, Spor Hekimliği A.B.D, Bursa/Türkiye

³Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu, Burdur/ Türkiye

⁴Akdeniz Üniversitesi, Mühendislik Fakültesi, Elektrik-Elektronik Mühendisliği Bölümü, Antalya /Türkiye

⁵Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Teknik Bilimler Meslek Yüksekokulu, Burdur/ Türkiye

Email : hakempamuk@gmail.com

Amaç: Bu çalışmanın amacı 12 haftalık dirençli pliometrik antrenman programının, 15-17 yaş erkek basketbolcularda izokinetik kas kuvveti parametrelerine etkisinin araştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmaya yaş ortalamaları $15,8 \pm 0,8$ yıl olan ve en az 4 yıldır düzenli basketbol antrenmanı yapan 35 erkek, gönüllü olarak katıldı. Çalışmada kontrol (K), pliometrik (P) ve dirençli pliometrik (DP) olarak üç grup oluşturuldu. On iki hafta süresince, gruplar haftada 5 gün, standart basketbol antrenmanlarına devam ettiler. K grubu sadece standart basketbol antrenmanı yaparken, P grubu haftada 3 gün pliometrik sıçrama, DP grubu ise "Vertimax©" cihazı kullanarak, haftada 3 gün dirençli pliometrik antrenman çalışması yaptı. Tüm sporcuların fiziksel özellikleri (yaş, spor yaşı, boy, kilo), izokinetik kuvvet parametreleri 12. haftanın başında ve sonunda ölçüldü. Bulgular: Antrenman öncesi dönemde, fiziksel özellikler veya kas kuvveti bakımından gruplar arasında istatistiksel farklılık bulunmadı. On iki haftalık antrenman programının DP grubunda dominant bacak fleksör izokinetik kas kuvvetini 60°, 180° ve 300° açılarda, diğer 2 gruba göre arttırdığı saptandı.

Sonuç olarak, bu çalışmada elde edilen bulgular, 12 hafta boyunca uygulanan dirençli pliometrik antrenman programının, hamstring kaslarının izokinetik kuvvetini arttırdığını ortaya koymuştur.

Anahtar Kelimeler: basketbol, adolesan, izokinetik kas kuvveti, dirençli pliometrik.

The Effect Of Resistant Pliometric Training On Isokinetic Muscle Strength in Adolescent Male Basketball Players

The purpose of this study is to investigate the effect of resistance plyometric training program for 12 weeks on isokinetic muscle strength in basketball players. Thirty five male athletes aged $15,8 \pm 0,8$ years and have been playing basketball for at least 4 years regularly participated into this study. The athletes were assigned to one of three groups as control (C), plyometrics training (P) and resistance plyometric training (RP). All groups continued to perform the regular program of basketball training included in technical-tactics, speed and agility exercises required by the basketball branch for 12 weeks. C group was performed standard basketball training

program, while P group was additionally trained by plyometric jumping exercises for 3 days a week, and RP group was performed the resistance plyometrics by using the "Vertimax©" device for 3 days a week for 12 weeks.

Physical characteristics such as age, training duration with years, height, weight, thigh length, and isokinetic muscle strength of all athletes were measured at the beginning, and at the end of the training program.

Results: No statistical differences were found in physical properties or muscle strength among groups in the pre-training period. Following the training program, DP group showed an increase in isokinetic strength in 60°, 180° and 300° angles of the flexor muscles in the dominant leg in comparison with the other two groups. In conclusion, the results obtained from this study revealed that resistance-plyometric training program applied for 12 weeks results an increase in the isokinetic muscle strength of hamstring muscles.

Keywords: Basketball, Adolescence, Isokinetic Muscular Force, Resistance Plyometrics

PB959

Anaerobik Test Sonrası Aktif ve Pasif Toparlanmanın Kan Gazları, Laktik asit ve Kan Kortizol Düzeylerine Etkisi

²Betül Akyol, ¹Serdar Serare

¹İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya

²İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Malatya

Email : serdarserare@windowlive.com, betul.akyol@inonu.edu.tr, serdarserare@windowlive.com

Giriş ve Amaç: Anaerobik egzersizde PO₂ düşer, PCO₂ artar . Yoğunlaşan laktik asit (LA) ise yorgunluğa sebep olur (Çakmakçı O. ve ark.2010). Anaerobik egzersizde kortizol hormonu da artar. Artan kortizol glikoneogenesiz etkisiyle karbonhidrat dışı kaynaklardan acil enerji sağlar (Hazar S. ve ark. 2011). Egzersizde tükenen enerji kaynaklarının yenilenmesi ise etkin bir toparlanmayla gerçekleşir. Bu çalışmanın amacı aktif ve pasif toparlanmada kortizol ve hematolojik parametrelerin düzeylerini incelemektir.

Yöntem:Çalışmaya yaş ortalamaları 19.75±1.61 yıl olan 28 gönüllü erkek futbolcu alındı. Denekler aktif ve pasif iki gruba ayrıldı.Wingate Anaerobik Testi sonrası aktif grup maksimal kalp atım hızının % 40 ±'ın da aktif toparlanırken pasif grup oturarak toparlandı. Deneklerden test öncesi, ve toparlanma safhalarında venöz kan örnekleri alınarak LA, kan gazları ve hormon düzeyleri karşılaştırıldı. LA için milimol/litre (mmol/l), PO₂ ve PCO₂ için milimetre civa (mm Hg), kortizol için mikrogram/desilitre (mcg/dl) ölçü birimleri kullanıldı.Aktif ve pasif gruplarının kendi içinde test öncesi,test sonrası,toparlanma 3.dakika. ve toparlanma 5.dakikasındaki. LA, PO₂,PCO₂ ve kortizol düzeylerinin karşılaştırmalarında Conover, aktif ve pasif gruplarının birbiriyle karşılaştırılmasında Mann-Whitney U testi kullanıldı. p<0.05

Bulgular:Aktif ve pasif toparlanma grupları karşılaştırıldığında toparlanmanın 3. ve 5. dakikasında LA ve kortizol hormonu düzeyinde anlamlı farklılık bulunmazken PO₂, düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur (p <0.05). (PO₂ aktif grup toparlanma 3.dk. : 44.85, toparlanma 5. dk. : 52.29, pasif grup toparlanma 3.dk. : 62, toparlanma 5. dk. : 73.38)

Sonuç: Yapılan istatistiklerde PO₂ açısından pasif toparlanmanın daha iyi bir yöntem olduğu saptandı. LA'nın istirahat düzeyine inmesi içinse her iki toparlanmada da 5 dakikalık sürenin yeterli olmadığı görüldü. İki toparlanma yönteminin de kortizol hormon düzeyini azaltmadığı,toparlanmanın 5. dakikasında bile yoğunluğunu koruyan kortizol'ün glikoneogenesiz etkisini devam ettirerek enerji kaynaklarının yenilenmesinde etkin olabileceği düşünülmektedir. Anahtar Kelimeler: Anaerobik test , Toparlanma, Kan gazları, Kortizol

The Effect Of Active Or Passive Recovery On Blood Gases, Lactic Acide And Blood Cortisol Levels, After Anaerobic Test

Introduction and purpose: In anaerobic exercise, PCO₂ increases pH and PO₂ decreases Lactic acid is formed and has a negative effect on muscle contraction. The intensity of cortisol hormone increases with the increase in stress and exercise intensity. The catabolism of the cortisol hormone is increased by catabolizing the proteins, the concentration of the fatty acids in

the plasma lipids of the liver and the amino acids in the plasma, without gluconeogenesis (Hazar S. et al., 2011). The balance of pH and energy resources can only be regenerated effectively.

Objective: The aim of this study is to examine the effects of active and passive recovery on hematological parameters and cortisol hormone levels.

Method: 28 volunteer male athletes participated in the study and 19.7 ± 1.61 years of age were participated. After the Wingate Anaerobic Power Test applied to the subjects who were randomly assigned to two groups, the active group was active in $40 \pm 10\%$ of the max. CAD and the passive group was sitting passively. Venous blood samples were taken before and after the test, at 3 and 5 minutes after the recovery, and blood and hormone levels were compared. For measurement unit LA milimol/litre (mmol/l), PO₂ ve PCO₂ (mm Hg), cortizol (mcg/dl) are used. Conover, Mann-Whitney U test was used in multiple comparisons between groups. $p < 0.05$

Results: Significant differences were found in the levels of lactic acid and cortisol hormones in the 3rd and 5th minutes of active and passive recovery, while PO₂ showed significant differences $p < 0.05$ Conclusion: Passive recovery increased PO₂ level and it was a better method. Lactic acid decreased to the resting level. It was determined that both recovery methods did not change the cortisol hormone level and recovered in the recovery period.

PB960

Vücut Segment Kütlelerinin Farklı Tempolardaki Şınav Hareketinde Yere Uygulanan Kuvvetlere Etkileri

¹Yahya Berk Değirmen, ¹Mehmet Zeki Özkol, ¹Faik Vural, ¹Tolga Aksit

¹Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir

Email : berkdegirmen@gmail.com, zeki.ozkol@gmail.com, faik.vural@ege.edu.tr, tolga.aksit@ege.edu.tr

Giriş ve Amaç : Çalışmanın amacı şınav hareketinin 202 (2 sn iniş:2 sn kalkış), 101 (1 sn iniş:1 sn kalkış) ve maksimal hız tempolarındaki (MHT) eksantrik ve konsantrik safhalarında yere uygulanan zirve kuvvetlerinin (YUK) tanımlanarak; sol-sağ kol, sol-sağ bacak kütleleri ile olan ilişkilerini belirlemektir.

Gereç ve Yöntem : Çalışmaya en az bir yıl kuvvet antrenman geçmişine sahip, gönüllü 24 erkek sporcu [yaş: 24.95±3.65, boy: 178±6.96 cm, kütle: 80.58±10.58 kg, BKİ (beden kütle indeksi): 25.34±2.54 kg/m², VYO (vücut yağ oranı): %12.80±5.56] katıldı. Katılımcıların vücut kompozisyonu ölçümleri bioelektrik impedans yöntemi ile kaydedildi. Yere uygulanan kuvvetlerin ölçülmesinde ise 4 adet platform tipi yük hücresi kullanıldı. Veriler SPSS 20.0 istatistik yazılımı kullanılarak analiz edildi, anlamlılık düzeyi p ≤ 0,05 olarak belirlendi.

Bulgular : Şınav hareketinin 3 farklı temposunda sol el, sağ el ve sol ayak YUK değerleri ile sol kol, sağ kol, sol bacak yağsız kütleleri arasında anlamlı pozitif ilişkiler bulundu (r= 0.47 den 0.87 düzeyine kadar). Bununla birlikte 202 ve 101 tempolarında sağ ayak YUK değerleri ile sağ bacak yağsız kütle arasında anlamlı pozitif ilişkiler bulunmasına rağmen (r= 0.48 den 0.58 düzeyine kadar), MHT temposunda anlamlı bir ilişki bulunamadı.

Sonuç: Segment kütleleri ve yere uygulanan kuvvetler arasında en yüksek ilişki katsayılarına 202 temposunda ulaşıldı. En düşük ilişki katsayılarına ise MHT temposunda ulaşıldı. Bununla birlikte yere uygulanan en yüksek kuvvet düzeyleri MHT'de, en düşük kuvvet düzeyleri ise 202 temposunda saptandı. Bu sonuçlar hareket hızındaki değişimlerin vücut segment kütlelerinin yere uyguladığı kuvvet düzeylerini etkilediğini göstermektedir. Sonuç olarak şınav hareketinde segmentlerin kuvvet üretim miktarını arttırmak için MHT temposundaki çalışmaların uygulanması gerektiğini söyleyebiliriz.

Effects of Body Segmental Masses on Ground Reaction Forces During the Varied Cadences of Push-Up Exercise

Introduction&Aim: The Purpose of the this study was to determine to peak ground reaction forces (GRF) in 202 (2s descending :2s ascending), 101 (1s descending :1s ascending) and maximum velocity cadance (MVC) in eccentric and concentric phases during the push-up exercise. In addition, correlation between left-right arms and left-right legs masses were evaluated.

Material&method: Twenty four experienced (at least one year of strength training) male athletes, reported as a mean±SD (age:24.95±3.65 years, height:178±6.96 cm, body mass:80.58±10.58 kg, body mass index:25.34±2.54 kg.m⁻², body fat ratio:12.80±5.56%) participated in this study. Subject had body composition analyzes recorded by bioelectric empedance method.

Ground reaction forces analyses were obtained using four platform type of load cells. SPSS 20.0 statistical software was used to perform all analyses. Statistical significance was accepted as $p \leq 0,05$.

Results: Positive meaningful correlations was found between left hand, right hand and left foot GRF's and Left arm, right arm, left leg fat free masses ($r=0.47$ to 0.87) during the three cadances of push up. Besides, positive meaningful correlations was found between right foot GRF and right leg's fat free mass in 202 and 101 cadances ($r=0.48$ to 0.58) although meaningful correlation wasn't found in MVC cadance.

Conclusion: Highest correlation coefficients were attained in 202 cadance between segmental masses and ground reaction forces. Besides lowest correlation coefficients were attained in MVC cadance. However highest GRF's were detected in MVC, lowest GRF's were detected in 202 cadance. These results are show that cadance variances effects to GRF's of body segmental masses. In conclusion, we recommended that MVC caddence may applicable for force generation of segments during the push up exercise.

SUNULMADI

2014-2015 Süper Lig Süleyman Seba Sezonunda Oynanan Futbol Maçlarında Atılan Şutların Bölgesel Analizi Ve Başarıya Olan Etkisi

¹Meliksah Sezgin, ¹Nalan Suna, ¹Ilhan Odabas

¹Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Email : meliksahsezgin@hotmail.com, nalansuna@gmail.com, ilhanodabas@yahoo.com

2014-2015 Süper lig süleyman seba sezonunda oynanan futbol maçlarında atılan şutların bölgesel analizi ve başarıya olan etkisi

Bu çalışmanın amacı 2014-2015 Süper Lig Süleyman Seba Sezonu'nda oynanan futbol maçlarında ceza sahası içinden ve ceza sahası dışından kaleye atılan şutların bölgesel analizini incelemek ve ligi puan durumunda ilk 3 sıra ile son 3 sırada bitiren takımlar arasındaki farkları tespit etmektir. Çalışmada 18 takımın birbiriyle oynadığı 306 lig maçında kaleye atılan 6812 şutun 637'si gol ile sonuçlanmıştır, ancak kafa ile atılan, kendi kalesine atılan, penaltıdan atılan ve duran toptan atılan goller bu sayılara dahil değildir. Değerlendirmeye alınan şutlar kaleyi bulan ve bulmayan, ceza sahası içi ve ceza sahası dışı olarak futbol analiz programında ayıklanmıştır. Verilerin toplanmasında Mathball bilgisayarlı analiz programı kullanılmıştır. İstatistiki değerlendirmelerde ise SPSS paket programı kullanılmıştır. Tüm takımların ve ligi ilk 3 ve son 3 sırada bitiren takımların ceza alanı içindeki ve dışındaki şut, isabetli şut ve gol sayılarının ortalamaları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını tespit etmek için Ki kare ($p<0,05$) ve bağımsız iki grup ortalamalar arasındaki farkın önemlilik (student t test) testi kullanılmıştır ($p<0,01$). Sonuç olarak çıkan sonuçlarda ceza sahası içinden atılan şutların isabet oranı %55 iken, ceza sahası dışından atılan şutların isabet oranı %30'dur. Ceza alanı içinden atılan şutların %17'si golle sonuçlanırken, ceza sahası dışından atılan şutların %3'ü golle sonuçlanmıştır. Atılan 637 golün %81'i ceza sahası içinden atıldığı görülmüştür. Ligi ilk 3 sırada bitiren takımların (Galatasaray, Fenerbahçe, Beşiktaş) ceza alanı içi şut isabet oranı %55 iken, ligi son 3 sırada bitiren takımların (Kardemir Karabükspor, Kayseri Erciyesspor, Balıkesirspor) ceza alanı içi şut isabet oranı benzer şekilde %54'dür. Buna göre ilk 3 takım ile son 3 takım arasında ceza alanı içi şut isabet oranlarında herhangi bir farklılık bulunmamaktadır.

Regional Analysis Of The Shots Made in The Football Matches Played in 2014-2015 Super League Suleyman Seba Season And its Effect On Success

The aim of this study was to examine the regional analysis of the shots inside and outside of the penalty area in the football matches played in 2014-2015 Turkish Super League Süleyman Seba Season and to look at the differences between the top 3 and the bottom 3 teams in terms of league points. According to this study, 637 out of 6812 shots in 206 league matches in which 18 teams have played against each other was found the net, however, such figures did not involve header goals, own goals, penalty goals, free kicks. It was sorted out such shots as finding the net or not and inside and outside of the penalty area through a football analysis program. Mathball analysis program was used to data collection. SPSS package program was used for statistical evaluations. In order to determine whether there was a significant difference between the average of all teams and the teams that finished in the top 3 and the bottom 3 for their number of shots, shot on goal and goals inside and outside penalty area, significance test (student t test) of the difference between the two independent groups and Chi-square ($p<0,05$) were used ($p<0,01$). While the ratio for inside the penalty area shot on goal of the top 3 teams was 55%, the same ratio for bottom 3 was 54% in a similar manner. Accordingly, there was no difference in terms of ratio for the shots on goal inside the penalty area between the top 3 and the bottom 3 teams ($p>0,05$).

Self-Skills, Physical And Physical Relationship With A Number Of .R 3 Basic Skills Among Players Qaraqosh Club Applicants Volley Ball

¹Ahmed M. H. Al Zubair

¹Iraq

The aim of this research is to identify the: - The degree of self-physical, physical and skill and the degree of players in the concept of basic skills tests (scrolling, setup, beating overwhelming, sending) Volleyball. - Correlation relationship between the self and the physical fitness and skill and some basic skills tests concept (scrolling, setup, beating overwhelming, sending) Volleyball. The researchers assumed as follows: - No significant correlation between the physical self and the physical and technical skills and some basic skills tests concept (scrolling, setup, beating overwhelming, sending) Volleyball. As the researchers apply the standards for research (Self footwork scale and the scale of self-physical and a measure of self-physical) as well as the application of skills tests (transmission and setup and scrolling beating overwhelming) on players Qaraqosh Club Sports applicants plane of the ball for the period from 12/12/2013 until 2/4 / 2014, as was the distribution of psychological scales first and then apply the skills tests. The researchers concluded the following: - The volleyball players applicants in Qaraqosh and Sports Club possess high self-concepts of skill, physical and physical, and basic skills somewhat good. - The players who possess the skills and self-physical and physical concepts and possess the basic skills of a good standard but there is no connection between basic skills and psychological concepts studied during the training process.

UNPUBLISHED

Spor Biyomekaniği **Sports Biomechanics**

Kadınlar Üst Ekstremitte Maksimal Kuvvet ve Yüzde Güç Parametreleri İle Sağlık ve Basketbol Topu Başüstü ve Göğüs Atış Mesafesi Arasındaki İlişki

²EDA Agascioglu, ¹Salih Mahmutoglu, ¹Zeki Çakto, ¹Rıdvan Çolak

¹Ardahan Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Ardahan

²Çankaya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara

Email : edaagascioglu@gmail.com , colak.ridvan@gmail.com

Giriş ve Amaç: Bu araştırma, omuz pres (OPr) ve benç pres (BPr) 1TM ve 1TM'nin yüzde güç değerleri ile sağlık topu baş üstü (SB), sağlık topu göğüs atış (SG), basketbol topu baş üstü (BB) ve basketbol topu göğüs atış (BG) mesafeleri arasındaki ilişkiyi tespit etmeyi amaçlamaktadır.

Gereç ve Yöntem: Araştırmaya on üç, gönüllü, kadın öğrenci katıldı. Üst ekstremitte omuz pres ve benç pres 1TM değeri, çoklu tekrar yöntemi ile belirlendi (Brzycki, 1993). Yüzde güç değerleri (1TM'nin %40-50-60-70-80-90-100) kaldırılan ağırlığın süresi ve kat edilen yol dikkate alınarak hesaplandı. Ağırlığın kaldırma süresi Fotosel Cihazı (Sport Expert, Tümer Mühendislik, Ankara/Türkiye) yardımıyla tespit edildi. Sağlık ve basketbol topu baş üstü ve göğüs atış mesafesi performans değerleri belirlendi. Pearson Korelasyon ve Paired Samples T- Testi kullanılarak istatistik analizleri yapıldı, anlamlılık düzeyi 0.05 olarak dikkate alındı.

Bulgular: Üst ekstremitte OPr-1TM ile BG ($r=0,568$, $p<0,05$) ve SB ($r=0,583$, $p<0,05$) ile arasında anlamlı ilişki saptandı. Ayrıca BPr 1TM ile BG ($r=0,660$, $p<0,05$) ve SG ($r=0,722$, $p<0,01$) arasında anlamlı ilişki saptandı. OPr yüzde güç verileri içinde sadece % 80 güç değeri ile BB mesafesi arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptandı ($r=0,605$, $p<0,05$). BPr % 100 güç değeri ile BG mesafesi ($r=0,648$, $p<0,05$) ve SG mesafesi ($r=0,721$, $p<0,05$) arasında da anlamlı ilişki bulundu. Ayrıca BPr % 90 güç değeri ile BG mesafesi ($r=0,624$, $p<0,05$) ve SG mesafesi ($r=0,726$, $p<0,05$) arasında anlamlı ilişki saptandı. Gerek OPr, gerekse BPr en yüksek güç değeri 1TM'nin ortalama %70 yükünde elde edildi.

Sonuç ve Öneriler: Bulgular, kadınlarda üst ekstremitte atış performansını geliştirmek için BPr ve OPr 1TM önemini ortaya koyarken, güç gelişimi için OPr 1TM'nin % 80 güç değerinde ve BPr 1TM'nin %100, %90 güç değerlerinde çalışmanın yarar sağlayabileceği yönündedir.

Anahtar Kelimeler: Benç pres, omuz pres, 1TM'nin yüzde güç değerleri, atış mesafesi Kaynaklar: Brzycki, M. Strength testing: predicting a one-rep max from reps-to-fatigue. Journal of Health, Physical

The Correlation Of Women Upper Extremité's Maximal Strength And Power Parameters With Medicine Ball And Basketball Ball Overhead Pass And Chest Pass Performances

Aim: The study will evaluate the connection between 1) shoulder press 1TM (SPr-1RM) and basketball ball overhead pass (BO); medicine ball overhead pass (MO); basketball ball chest pass (BC); medicine ball chest pass (MC), 2) bench press 1RM (BPr-1RM) and BO; MO; BC; MC, 3) power parameters of SPr and BPr and throw distances of BO, MO, BC, MC. Material and Methods: Thirteen female students joined in this study. The upper extremity 1RM is calculated according to method of Brzycki (1993). The power parameters obtained from 1RM percentage weights (40-50-60-70-80-90-100 %) are measured by Fotocell (Sport Expert, Tümer Mühendislik, Ankara /Turkey) considering weight lifting time and weight lifting distance. Then BO, MO, BC and MC distances were quantified. Pearson Correlation and Paired T-test analysis of SPSS 15.0 was applied for statistical analysis.

Results: There is a relationship between SPr-1RM and BC ($r=0.568$, $p<0.05$); SPr-1RM and MO ($r=0.583$, $p<0.05$). There is also a link between BPr-1RM and BC ($r=0.660$, $p<0.05$); BPr-1RM and MC ($r=0.722$, $p<0.01$). The correlation is also found between only 80 % power parameter of SPr-1RM and BO ($r=0.605$, $p<0.05$). Besides, there are relations between 100 % power parameter of BPr-1RM and BC ($r=0.648$, $p<0.05$); 100 % power parameter of BPr-1RM and MC ($r=0.721$, $p<0.05$). Moreover, the relationship was observed between 90 % power parameter of BPr-1RM and BC ($r=0.624$, $p<0.05$); 90 % power parameter of BPr-1RM and MC ($r=0.726$, $p<0.05$). Peak Power was attained from average 70% power parameters of both BPr-1RM and SPr-1RM.

Conclusion: The study result emphasizes the importance of SPr-1RM and BPr-1RM in order to improve upper extremity performance of women. Also it underlines the benefit of working out with 100, 90 % power parameters of BPr-1RM load values and 80% power parameter of SPr-1RM load value for power development of women.

Bocce Sporunda Başarı ve Denge İlişkisi

¹Taha Mustafa GEMİ, ¹Şerife Vatansever

¹Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi / Bursa

Email : tahagemi@gmail.com, serifevatansever@yahoo.com

Denge ; Kinesyolojik açıdan bakıldığında, gövdenin yerçekimi kuvvetlerinin etkisinde dizilimin korunabilmesi ve gövdeye etki eden kuvvetlerin tamamının sıfıra indirgenmesi durumudur. Denge, statik ve dinamik olmak üzere ikiye ayrılır. Statik denge, vücudun dengesini belli bir yerde veya sabit bir pozisyonda tutma yeteneği iken, dinamik denge hareket içindeki vücudun tamamının ya da belirli bir kısmının dengesini sağlama yeteneğidir. Dengenin her spor branşında başarı elde etmek için yadsınamaz bir önemi vardır. Bocce sporu için de denge unsurunun önemli olduğu düşünülmektedir. Çünkü boccede oyun özellikleri gereği, atış öncesinde ve sırasında dengenin sağlanması ve atış sürecinde dengenin devamlılığı gerekmektedir. Yapılan literatür taramasında, başka spor dallarında (tenis, voleybol, futbol vb.) denge ile ilgili araştırmalara rastlanırken, bocce sporunda denge ile ilgili herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle araştırmadan elde edilen bulguların, bocce sporu ile ilgilenen sporcu ve antrenörler için önemli olduğu ve antrenman planlamasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Araştırmanın genel amacı statik ve dinamik dengenin atış pozisyonu ve isabet oranına olumlu etkide bulunduğu ve başarı düzeyiyle doğru orantıda olduğunu kanıtlamaktır. Araştırma bocce sporunun petank disiplini ile sınırlı tutulmuştur. Araştırmada statik dengeyi belirlemek için flamingo testi , dinamik dengeyi belirlemek için yıldız testi uygulanmıştır. Bocce başarı düzeyi ise Türkiye dereceleri ve yurtdışı dereceleri baz alınmıştır.

Correlation of Success and Balance in Bocce Sport

Balance; from the kinesiological point of view, is the ability of the body to protect the sequence under the influence of gravitational forces and to reduce all the forces acting on the body to zero. Balance is divided into static and dynamic. Static balance is the ability to hold the body's balance in a certain place or at a fixed position, while dynamic balance is the ability to provide the balance of the whole body or a certain part of the body in motion. Balance is an undeniable factor in achieving success in every sports branch. It is thought that balance factor is important for Bocce sport too. Because of the features of bocce game, it is necessary to provide balance before shooting and maintain that balance in the shooting process. According to literature surveys, while there were researches found about balance in other sports branches (tennis, volleyball, football, etc.), there were no studies found relevant to "balance in bocce sport" . Therefore, results obtained from this research are considered to be important for athletes and coaches who are interested in bocce sports. They will contribute to the training planning and scheduling phases. Overall objective of the study is to prove that static and dynamic balance positively affects the shooting position, hit ratio and the level of success. The research kept limited to Bocce Sports's Petanque discipline. Flamingo test was used to determine static balance in the study, and star test was applied for determining dynamic balance. Bocce achievement level is based on Turkey Degrees and International Degrees.

Comparing Results of Biomechanical Analyses of Raw Data Determined using AutoCAD Software with Those Determined by an AutoMatlab Software For the Annexation Movement Jump On a Pony and Hands Jump Forward in Gymnastics

¹Abi Ramiz Albakri, ¹Firas Hasan Albhram, ¹Saadallah Rashid

¹Iraq

The study aims at devising a program that uses the Matlab package and also compatible with the AutoCAD software in order to automatically determine the biomechanical variables of athletic moves after feeding the program with minimum information within the movement and Comparing the results of biomechanical analyses of raw data determined using AutoCAD software with those determined by an AutoMatlab software For a number of Athletic performance moves. As the researchers recognized the fact that the number of researchers that are capable of kinematic analysis are limited , and they spend hours to determine the biomechanical variables in their researches, Thus the researchers set out to devise computer program to perform the task and optimize the time of the analyzer in determining his research's variables . The study hypothesized that the results can be precise and identical to the values of variables determined using the traditional analysis programs and methods. The sample of the study was the Iraqi male and female champions in Gymnastic in the amateur category. The researchers adopted the descriptive method which is appropriate with the nature of the study. The results of the study's variables were presented first using the traditional methods from and then the results using the devised program and comparing them . The researchers concluded that Matalab and AutoCAD packages can be tuned with the aim of determining the kinematic variables including the joints of the human body during the athletic movement. The work was a result of collaboration between researchers in the fields of biomechanics and computer science to developed such programs . The study shows that there are no differences in the results of biomechanical analyses of raw data determined using AutoCAD software with those determined by an AutoMatlab software.

SPOR ve SAĞLIK SPORT and HEALTH

Çocuk, Kadın ve Spor **Child, Woman and Sport**

Hidrolik Egzersizlerin Ev Hanımı ve Çalışan Kadınlarda Vücut Kompozisyonu Değerlerine Etkilerinin İncelenmesi

¹Songül Adıgüzel, ²Cengiz Akalan

¹Ankara Üniversitesi, Ankara

²Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : ankara_songul@hotmail.com, ankara_songul@hotmail.com, cengizakalan@gmail.com

Bu araştırmanın amacı; haftada en az üç gün 30 dakika süren hidrolik egzersizin vücut çap/çevre ölçümlerine etkilerini araştırmaktır. Ankara ilinde yapılan bu araştırmaya 18-64 yaş arası kadınlar katılmıştır. Çalışmada daha önce hiç spor yapmamış 70 gönüllü kadın yer almıştır. Ölçümler spor yapılmaya başlanıldığı aydan itibaren her ay periyodik olarak alınmıştır. Toplam üç ay ölçüm alınmıştır ve her ay vücudun 12 farklı bölgesinden ölçüm alınmıştır. Ayrıca Vücut Kitle İndeksi (VKİ), kilo ve yağ oranı üç ay boyunca kaydedilmiştir.

Ölçümlere ek olarak, gönüllülere FADA (fiziksel aktivite değerlendirme anketi) uygulanmıştır. Bu anket toplumumuz için geliştirilmiştir ve geçerlilik ve güvenilirliği kabul edilmiştir. Çalışmamızda, bu anket ev hanımı ve çalışan kadınlara uygulanmış ve bu kadınların fiziksel aktivite düzeyleri incelenmiştir. Araştırmamızda başka bağımlı değişkenler ele alınmamıştır.

Araştırmaya katılan 70 kadının 12 bölgesinden alınan ön test ve son test sonuçları karşılaştırıldığında; her bölgede istatistiksel olarak ($p<0,05$) anlamlı ilişki bulunmuştur. Yapılan çalışmada en çok ölçüm farkı olan bölge karın bölgesidir. Basen ve kalça; en çok fark gözlemlenen diğer iki bölgedir. En az fark ise; sağ baldır ve onu takiben sol baldırda görülmektedir. Araştırmaya katılan kadınlar, ev hanımı ve çalışan olarak sınıflandırılmış ve haftalık harcadıkları toplam kalori ve MET harcamasının anlamlı olduğu ($p<0,05$) saptanmıştır. Haftalık sportif kalori ve MET harcaması karşılaştırıldığında, anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Araştırmaya katılan kadınlardan alınan ön test ve son testler, vücut yağ oranı ve vücut ağırlığı açısından karşılaştırılmış olup; her iki parametrede de anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$).

Anahtar Sözcükler: Hidrolik Egzersiz, Kadın, Vücut Kompozisyonu

Investigation Effects of Hydrolic Exercises on Body Composition Parameters in Housewives and Working Women

The purpose of this study is to investigate the impact of 30 minutes of hydrolic exercise at least three days per week on body diameter/perimeter measures. The women aged between 18-64 years old have participated in this study that has been conducted in Ankara. 70 volunteer women, who have never exercised before. The measurements have been periodically taken every month starting from the beginning of the exercises. The measurements have been taken for three months in total and in every month, measurements have been taken at 12 different body parts. In addition, Body Mass Index (BMI), weight and body fat percentage have been recorded for three months.

In addition to measurements, PAAQ (physical activity assessment questionnaire) has been applied to the volunteers. This survey has been applied to the housewives and employed women and the participants' physical activity levels have been analyzed.

When the pre-test and the final test results for 12 body parts of 70 women participated this study are compared, a statistically significant relationship has been observed in every part of body. In this research, the greatest size difference has been observed at the abdomen. Hipline and hip are the other body parts at which the most considerable measurement differences are observed. The women in this study have been categorized as housewives and employed, and it is determined that the total energy and the MET expenditure was reasonable ($p < 0,05$). When the weekly sportive calorie is compared to MET expenditure, no significant difference has been observed. Pre-test and final tests which were taken from the women taking part in this study have been compared with respect to body fat ratio and body weight; and the reasonable dissimilarity has been observed ($p < 0,05$) for both parameters.

Keywords: Body Composition, Female, Hydrolic Exercise

Fiziksel Aktivite- Fiziksel Uygunluk **Physical Activity- Physical Fitness**

Quadriceps Ve Gastrocnemius Termografik Kas Aktivasyonu Yapılan Spordan Etkilenir Mi? Takım vs Bireysel Sporlar

¹Nihan Özünlü Pekyavaş, ¹Furkan Özdemir, ²Özge Çınar Medeni, ³Ayşe Uzun, ⁴Fatma Filiz Çolakoğlu, ³Gül Baltacı

¹Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi Rehabilitasyon Bölümü, Ankara

²Çankırı Karatekin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi Rehabilitasyon Bölümü, Çankırı

³Özel Güven Hastaneleri, Ankara

⁴Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : nihan_2002@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Termografik görüntüleme indirekt yoldan kas aktivasyonunu anlamamızı sağlayan noninvaziv bir yöntemdir. Çalışmamızın amacı bireysel ve takım sporu yapan sporcular arasında Quadriceps ve Gastrocnemius kaslarına yönelik termal kamera sonuçlarının karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmamıza 40 profesyonel futbol oyuncusu (Yaş, $X \pm SD$: 20.6 $\pm$ 2.3yıl; BMI, $X \pm SD$: 21.6 $\pm$ 3.2kg/m²) ve 39 profesyonel yelken sporcusu (Yaş, $X \pm SD$: 21.9 $\pm$ 3.9yıl; BMI, $X \pm SD$: 23.3 $\pm$ 2.3kg/m²) dahil edildi. Tüm sporcular en az 4 yıldır aktif olarak profesyonel antrenman programlarına katılmaktaydı. Alt ekstremiteye yönelik 1 yıl içinde herhangi bir yaralanma ya da cerrahiye sahip oyuncular çalışmaya dahil edilmedi. Sporculardan antrenman öncesi dominant ve dominant olmayan taraflarından Quadriceps Femoris ve Gastrocnemius kaslarına yönelik termal görüntülenme uygulandı. Termal görüntülenme FLIR5 Termal Kamera kullanılarak ısınma yapıldıktan sonra gerçekleştirildi. Her iki grubun istatistiksel olarak karşılaştırılması için Mann Whitney-U analizi kullanıldı. İstatistiksel anlamlılık değeri $p < 0.05$ kabul edildi.

Bulgular: Her iki grup karşılaştırıldığında gruplar arasında dominant taraf Quadriceps ($p=0.001$), dominant olmayan taraf Quadriceps ($p=0.001$) kasları, dominant taraf Gastrocnemius ($p=0.001$) ve dominant olmayan taraf Gastrocnemius ($p=0.001$) kasları arasında istatistiksel olarak anlamlı termal sıcaklık farkları olduğu görüldü. Bu ölçümler grup bazında değerlendirildiğinde ve ortalama değerler göz önünde bulundurulduğunda, termal sıcaklıkların futbol oyuncularında daha yüksek değerlerde ölçüldüğü görüldü.

Sonuç: Yoğunlukla alt ekstremita kaslarını kullanan iki spor arasında karşılaştırma yapıldığında, takım sporlarında görev alan sporcuların daha fazla kas aktivasyonuna sahip olduğu görüldü. Kasın fazla ısıya sahip olması durumunun aktivasyonunu artırmakla birlikte kası yaralanmalara da açık hale getirmekte olduğunu düşünmekteyiz. Bu sporcuların yaralanmaların önlenmesi açısından uygun ısınma ve soğuma programlarına dikkat etmesi yaralanmaların önlenmesi açısından önemli bir faktör olacaktır.

Kaynaklar: Bojsen-Moller J,etal. Physical requirements in olympic sailing. Eur J Sport Sci 2015;15:220-7. Tan B, etal. Indicators of maximal hiking performance in laser sailors. Eur J Appl Physiol 2006;98:169-76. Hildebrandt C, etal. The Application of Medical Infrared Thermography in Sports Medicine. An International Perspective on Topics in Sports Medicine and Sports Injury 2012: 257-274

Is Thermographic Quadriceps And Gastrocnemius Muscle Aktivation Affected By The Sports Performed? Team vs Individual Sports

Introduction and Purpose: Thermographic imaging is a non-invasive procedure that allows us to understand muscle activation indirectly. The aim of our study is to compare the results of thermal camera measurements for Quadriceps and Gastrocnemius muscles among individual and team athletes.

Method: 40 professional soccer players (Age, $X \pm SD$: 20.6 ± 2.3 yıl; BMI, $X \pm SD$: 21.6 ± 3.2 kg/m²) and 39 professional sailing athletes sporcusu (Age, $X \pm SD$: 21.9 ± 3.9 yıl; BMI, $X \pm SD$: 23.3 ± 2.3 kg/m²) were included in our study. All athletes have been actively participating in professional training programs for at least 4 years. Any injuries or surgery to the lower extremity within 1 year were not included in the study. Thermal imaging for the muscles of Quadriceps Femoris and Gastrocnemius from dominant and non-dominant sides were taken from athletes before training. Thermal imaging was performed after warming up using the FLIR5 Thermal Camera. Mann Whitney-U analysis was used for statistical comparison of both groups. Statistical significance was accepted as $p < 0.05$.

Results: Statistically significant differences were found between the dominant side Quadriceps ($p = 0.001$), non-dominant side Quadriceps ($p = 0.001$) muscles, dominant side Gastrocnemius ($p = 0.001$) and non dominant side Gastrocnemius skin temperature ($p = 0.001$). When these measurements were evaluated according to groups and the average values were taken into consideration, it was seen that the thermal temperatures were measured at higher values in football players.

Discussion: When a comparison was made between two sports using the lower extremity muscles, it was observed that the athletes participating in team sports had more muscle activation. We think that if the muscles have too much heat, it increases the activation of the muscles but makes the injuries more obvious. Careful attention to appropriate warm-up and cool-down programs for the prevention of injury to these athletes will be an important factor in preventing injuries.

Akıllı Telefon Kullanan Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Alışkanlıkları ve Kas İskelet Sistemi Şikayetlerinin Belirlenmesi: Çorum İl Örneği

¹Sema Can, ²Ayda Karaca

¹Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Çorum

²Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Ankara

Email : semacan@hitit.edu.tr, aydakaraca@gmail.com

Amaç: Bu çalışmanın amacı, akıllı telefon kullanan üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite (FA) alışkanlıkları ve kas iskelet sistemi şikayetlerinin incelenmesidir.

Yöntem: Bu çalışma Çorum ili Hitit Üniversitesi öğrencileri (n=387; 206 kadın, 181 erkek) üzerinde yürütülmüştür. Veri toplama aracı olarak Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi Kısa Form'u (UFAA-Kısa Form), Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi'nin (FADA) spor/egzersiz aktiviteleri bölümü ve araştırmacılar tarafından hazırlanan bilgi formu kullanılmıştır. Sorular elektronik ortamda hazırlanarak WhatsApp uygulaması üzerinden öğrencilere dağıtılmış ve kendini rapor etme yöntemiyle toplanmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler kullanılmıştır.

Bulgular: Ağrı şikayeti olan (n=182; %47) katılımcıların %71.9'unun (n=131) günde 4 saatten fazla akıllı telefon kullandığı ve %16.5'inin (n=30) günde 4 saatten fazla bilgisayar başında kaldığı görülmektedir. Ağrısı olan bir katılımcıda omuz ve boyun ağrısı şikayetinin aynı anda görülme sıklığı (n=113) %29.2, omuz, boyun, bel ve sırt ağrısı şikayetinin aynı anda görülme sıklığı ise (n=53) %13.7'dir. Akıllı telefonu kullanım amacı olarak ilk sırada sosyal medyanın (%62) yer almakta olduğu (kadın: %65.5; erkek: %58.0) görülmektedir. Öğrencilerin adım sayısı programı kullanım oranı %25.1'dir. Öğrencilerin %23.3'ü son bir aydan beri düzenli egzersiz yapmaktadır. UFAA'dan elde edilen verilere göre öğrencilerin yürüyüş hariç son bir haftada orta ve yüksek şiddetli FA oranı %51.93, günde bir seferde en az 10 dakika yürüme oranı %88.11, günlük ortalama oturma süresi ise 6.18±4.13 saattir.

Sonuç: Akıllı telefon kullanım süresinin ve oturma süresinin azaltılması, düzenli egzersiz, günlük yaşam aktivitelerinin de dahil olduğu orta ve şiddetli FA yapma oranlarının artırılması yönünde girişimlerde bulunulmalıdır.

Anahtar kelimeler: Akıllı telefon, Fiziksel aktivite, Kas-iskelet sistemi şikayetleri

Determination of Physical Activity Habits and Musculoskeletal System Complaints of University Students Using Smartphone: Example of the Province of Çorum

Aim: The objective of this study was to analyze physical activity (FA) habits and musculoskeletal system complaints of university students using the smartphone.

Method: This study was conducted on Hitit University students (n = 387; 206 female, 181 male) in the province of Çorum. Information form prepared by researchers, International Physical Activity Questionnaire-Short Form (IPAQ-SF), and Physical Activity Assessment

Questionnaire's (PAAQ) sport/exercise activities section were used as data collection tool. The questions were prepared in the electronic environment and distributed to students through WhatsApp application and collected via self-reporting method. Descriptive statistics were used in the analysis of data.

Results: It is observed that 71.9% (n=131) of the participants with pain complaint (n=182; %47) use smartphones more than 4 hours in a day and 16.5% (n=30) sit at the computer more than 4 hours in a day. The prevalence of shoulder and neck pain at the same time (n=113) in a participant having pain is 29.2% and the prevalence of shoulder, neck, back and lower back pain at the same time (n=53) is 13.7%. It is observed that the reason for using smart phone being at the first row is social media (62%) (female: %65.5; male: %58.0) Students' rate of using step counter program is 25.1%. 23.3% of students do regular exercises for the recent month. According to the data acquired from IPAQ, moderate and vigorous PA rate of students in the last week except for walking is 51.93%, walking for at least 10 minutes at a time is 88.11%, and daily average sitting duration is 6.18 ± 4.13 hours.

Conclusion: In consequence, attempts on decreasing use of smart phones and sitting time and increasing moderate and vigorous PA including daily life activities should be emphasized.

Keywords: Musculoskeletal system complaints, Physical activity, Smartphone

Kadınlarda Fiziksel Aktivite Düzeyinin İncelenmesi

²İlkay Doğan, ¹Hüseyin Gümüş, ¹İrfan Yıldırım, ³Halime DİNÇ, ³Şükran Dener, ³Savaş Altın

¹Mersin Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Mersin

²Afyon Kocatepe Üniversitesi, Veteriner Fakültesi, Biyoistatistik Anabilim Dalı, Afyonkarahisar

³Afyon Kocatepe Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Afyonkarahisar

Email : ilkaydogan@aku.edu.tr, huseyinn.gumuss@gmail.com, iyildirim76@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Dünya sağlık örgütü her yıl yaklaşık 2 milyondan fazla kişinin fiziksel aktivite yapmadığı için öldüğünü raporladığı dünyamızda, hareketsiz yaşam tarzıyla mücadele için pek çok ülkede farklı politikalar geliştirilmekte ve birçok sivil toplum örgütü fiziksel aktivite düzeyini arttırmak için çeşitli projeler üretmektedir. Üniversiteler ve bilim adamları da fiziksel aktivite alanında çeşitli bilimsel çalışmalar yaparak bu mücadeleye destek vermektedirler. Bu nedenle araştırmanın amacı çalışan ve çalışmayan kadınlarda fiziksel aktivite durumunun incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmaya gönüllü olarak 244 kadın katılmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması 34.76±6.47 olarak belirlenmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi'nin kısa formu (UFAA kısa formu) kullanılmıştır. Veri setindeki değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov-Smirnov testi ile yapılmış ve normal dağılıma uygunluk gösterdiği tespit edilmiştir. Ölçeğin geneli için ortalama puanlar elde edilmiş olup, söz konusu puanların ankete katılan kadınların demografik değişkenlere göre karşılaştırılmasında iki grup içeren değişkenler için bağımsız örneklem t testi uygulanmıştır. Buna ek olarak kategorik değişkenler için yapılan analizlerde ki-kare testi kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda; çalışan kadınların (n=119) fiziksel aktivite düzey ortalamaları çalışmayan kadınlara (n=125) göre daha fazla olduğu belirlenmiştir. Buna ek olarak, kadınların fiziksel aktivite düzeylerinin eğitim durumuna, medeni duruma ve çocuk sahibi olma durumuna göre değiştiği tespit edilmiştir.

Sonuç: Çalışan kadınların fiziksel aktivite düzeylerinin yüksek olması iş hayatlarında harcadıkları efor ve zamandan kaynaklandığı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel aktivite, Sağlık, Yetişkin kadın

Examination Of The Level Of Physical Activity in Women

Background and Purpose: In the world where the World Health Organization reports that more than 2 million people die each year because they do not have physical activity, different policies are being developed in many countries to fight against the sedentary lifestyle, and many non-governmental organizations produce various projects to increase the level of physical activity. The universities and the scientists also support this fight by conducting various scientific studies in the field of physical activity. For this reason, the purpose of the study is to examine the physical activity situation in working and non-working women.

Method: 244 women voluntarily participated in the research. The mean age of the participants was 34.76 ± 6.47 . The short form of the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ-SF) was used as data collection tool in the study. Kolmogorov-Smirnov test was used for normality test and it was found that dataset showed normal distribution. The average scores for the scale were obtained, and independent samples t-test was applied for two groups according to the demographic variables. Moreover, chi-square test was used for analysis of categorical variables.

Results: It was found that the mean of the physical activity level of working women (n=119) was higher than non-working women (n=125). Furthermore, it has been determined that the physical activity level of women statistically differ according to educational status, marital status and child ownership status.

Conclusion: As a result, it is believed that high levels of physical activity for working women are based on spending time and effort in their business life.

Keywords: Physical activity, Health, Adult women

El Ve Ayakta Görsel Ve İşitsel Reaksiyon Zamanlarını Ölçmeye Yönelik Bir Yazılım Geliştirilmesi

¹Öztürk Ağırbaş, ²Eser Ağgön, ³Recep Öz, ⁴Melih Çilingir

¹Bayburt Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

²Erzincan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

³Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi

⁴Aksaray Üniversitesi

Email : ozturkagirbas@bayburt.edu.tr, eseraggon@gmail.com, roz@erzincan.edu.tr, akdamer@hotmail.com

Giriş: Reaksiyon zamanını spor performansını belirlemede önemli bir gösterge olarak kullanılmaktadır. Amaç: Bu çalışmanın amacı, özellikle egzersiz fizyolojisi alanında yaygın olarak kullanılan hem el hem de ayak reaksiyon sürelerini görüntülü, sesli ve karışık uyarılara göre belirlemeye yönelik pratik, ekonomik ve kolayca ulaşılabilecek bir ölçüm yazılım sistemi geliştirmek ve bu yazılımın geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını yapmaktır. Yöntem: Geliştirilen sistemde reaksiyon için gerekli uyarılar arası süreler değişken olmakla birlikte elde edilen tüm kayıtlar bir veri tabanında tutulmaktadır. Sistem bir bilgisayara yüklenen yazılım ile el ve ayaklar için özel hazırlanacak butonlardan oluşmaktadır. Butonlar hassas ölçüm için uygun biçimde tasarlanmıştır. Programın yazılımı Visual Basic programında yazılmıştır. Result: Programda her denek için ayrı kayıt oluşturulurken reaksiyon zamanları haricinde farklı özellikleri de veri tabanına kayıt edilebilmektedir. Program ölçümleri rapor halinde kullanıcıya sunulabilmektedir

Anahtar Kelimeler: Reaksiyon Zamanı, El Reaksiyon Zamanı, Ayak Reaksiyon Zamanı, Görsel Reaksiyon Zamanı, İşitsel Reaksiyon Zamanı

The Development A Software To Measure Of Audial And Visual Reaction Time in Hand And Foot

Introduction:The determining the reaction time is a widely used as an indicator in sports performance AİM: The purpose of this study is to develop a reaction times device that a practical, economical and easily accessible measurement software system to determine both hand and foot reaction times, which are commonly used in the field of exercise physiology, according to visual, auditory and mixed stimuli. After this is to run the validity and reliability. **METHODS:**In the developed system to be obtained are kept in a database which are all necessary the intervals between stimuli for the reaction variable and all records. The system consists of software loaded on a computer and buttons specially prepared for hands and feet. The buttons are designed for precise measurement. The software of the program is written with Visual Basic program. **RESULT:** The program can be recorded different features separately for each subject in the database except the reaction times. Also the system metrics can be presentedas a report to the user.

KeyWords: Reaction Time, Hand Reaction Time, Foot Reaction Time, Visual Reaction Time, Audial Reaction Time

11-13 Yaş Çocuklarının Fiziksel Aktivite Düzeyleri ile Bazı Motor Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Sergen Öner, ²Fatma Öner, ³Ufuk Alpaya

¹Ömer Hayyam Orta Okulu, Şanlıurfa

²Yalıntaş Orta Okulu, Şanlıurfa

³Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : sergenoner@gmail.com, ozcelik.fatma@windovslive.com, ualpkaya@marmara.edu.tr

Giriş ve Amaç: Çocuklarda ve adolesanlarda fiziksel aktivite alışkanlığının kuvvet, esneklik, dayanıklılık üzerinde olumlu etki yaptığı belirtilmektedir.

Bu çalışmanın amacı 11-13 yaş ($X=11,55$, $SS=,85$ yıl) çocukların fiziksel aktivite düzeyleri ile bazı motor özellikleri arasında ilişkinin ortaya konulmasıdır. Bu araştırmaya Urfa ili Akçakale ilçesindeki iki devlet okulunda öğrenim gören gönüllü 105 öğrenci katılmıştır.

Yöntem: Öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerini belirlemede Physical Activity Questionnaire for Older Children (Kowalski ve ark., 2004) ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin Türk toplumuna uyarlanması Sert ve Temel (2014) tarafından yapılmıştır. Bazı motor özelliklerin ölçümünde Fitnessgram test bataryası (mekik, şınav, omuz esnekliği, gövde ekstansiyon) kullanılmıştır. İstatistiksel analizde, aritmetik ortalamalar (X) ve standart sapmalar (SS) belirlenmiş, Pearson korelasyon katsayısı kullanılarak ortalamalar arasında ilişkiye bakılmış ve anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Bulgular: Tüm öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyi ortalama puanları $X=22,66$, $SS=5,82$ puan, kadınların $X=22,57$ $SS=5,56$ puan, erkeklerin $X=22,80$, $SS= 6,28$ puanla orta düzeyde aktif oldukları görülmüştür. Öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ile bazı motor özellikleri (mekik, şınav, omuz esnekliği, gövde ekstansiyonu) arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p>0,05$). Kadın ve erkek ayırımı yapılarak ilişkiye bakıldığında da öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ile bu araştırmada ele alınan motor özellikleri arasında da anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p> 0.05$).

Sonuç: Öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri orta düzeydedir ve mekik, şınav, omuz esnekliği, gövde ekstansiyon gibi motor özellikleriyle ilişki bulunmamıştır. Anahtar kelimeler: Fiziksel aktivite, motor özellik, çocuk

Analysis of The Relationship Between The Physical Activity Levels and Motor Abilities of 11- 13 Years Old Children

Abstract Purpose: The studies of adolescents and children indicate a positive influence of habitual physical activity on strength, flexibility and body muscular endurance, The aim of this studying is to analyse the relationship between 11-13 years ($X=11,55$, $SS= ,85$ years) old children's physical activity level and their some of motor abilities. 105 volunteer students who participated to this study was at two public schools in Urfa - Akçakale districts.

Methods: Physical Activity Questionnaire for Older Children form which was developed by Kowalski et al (2004) and adapted for Turkish Society by Sert and Temel (2014) was used at the determining the level of physical activity. The fitnessgram test protocol was used to determine of some motor abilities (curl up, push up, sholder stretch, trunk lift). On statistical analysis; aritmetical averages (X) and standard deviation (SS) were determined and the relationship among averages were reviewed on using Pearson correlation coefficient at the end meaningfulness level was accepted as $p < 0,05$.

Results: The average point of physical activity level for all children ($X=22,66$, $SS=5,82$ point) was observed on average active level. Girls ($X=22,57$, $SS= 5,56$ point) and boys ($X=22,80$, $SS= 6,28$ point) are in the average active level on studying gender. There is not logical relationship observed between physical activity levels of all children and their motor abilities ($p > 0.05$). There is not a logical relationship between physical activity levels of children and their motor abilities if we look them as girls or boys seperately. ($p > 0.05$).

Conclusion: The physical activity level for all students were average level and there was no relationship between motor abilities such as curl up, push up, sholder stretch, trunk lift and physical activity level.

Keywords: Physical activity, Motor feature, child

Obez Yetişkinlerde Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi-Kısa Form'u Türkçe Versiyonunun Geçerlik ve Güvenirliği

¹Ayda Karaca, ²Sema Can, ³İsmail Gökçe

¹Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Fiziksel Aktivite Ve Sağlık Anabilim Dalı , Ankara

²Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Eğitimi Bölümü, Çorum

³Hitit Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi, Çorum

Email : aydakaraca@gmail.com, sccansema@gmail.com, gokceismail19@gmail.com

Amaç: Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi-Kısa Form'u Türkçe versiyonunun obez yetişkinlerde geçerlik ve güvenirliliğinin saptanması bu çalışmanın amacını oluşturmaktadır.

Yöntem: Beden Kitle İndeksi 30 kg/m²'nin üzerinde olan 20-60 yaşları arasındaki 46 obez kadın (yaş = 34.63, Ss = 7.82 yıl) ve 39 obez erkek (yaş = 40.67, Ss = 9.87 yıl) olmak üzere toplam 85 obez yetişkin (yaş = 37.40, Ss = 9.17 yıl) bu çalışmaya katılmayı kabul etmiştir. Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi (UFAA) Kısa Form (International Physical Activity Questionnaire - Short Form) 2003 yılında Craig ve diğ. tarafından geliştirilmiştir. UFAA-Kısa Form'un Türk popülasyonu için kültürel uyarlaması, üniversite öğrencileri üzerinde güvenilirlik ve geçerlik çalışması 2005 yılında Öztürk tarafından yapılmıştır. UFAA-Kısa Form'unun obez yetişkinlerde test-tekrar test güvenirliliği için anketler 10 gün içerisinde en az yedi gün arayla iki kez ve kendini değerlendirme yöntemiyle uygulanmıştır. Kriter geçerliği, üst kolda triceps kasına takılan Sense Wear Armband (BodyMedia, USA) kullanılarak değerlendirilmiştir. IPAQ-Kısa Form'un Türkçe versiyonunun test- tekrar test güvenirliliğini saptamak için sınıf içi korelasyon katsayısı, kriter geçerliğini analiz etmek için Pearson korelasyon katsayısı kullanılmıştır.

Bulgular: Şiddetli FA, orta şiddetli, yürüyüş, orta ve şiddetli düzeyde FA (yürüyüş dahil), orta şiddetli FA (yürüyüş dahil), oturma ve toplam FA için test-tekrar test güvenirliliği R₁=0.38 ile R₁=0.76 arasındadır. Kriter geçerliği için korelasyon katsayısı r=0.37 ile r=0.50 arasındadır.

Sonuç: UFAA-Kısa Form'u Türkçe versiyonunun 20-60 yaşları arasındaki obez yetişkinler için güvenilir ve geçerli olduğu, fiziksel aktivite düzeyinin belirlenmesinde kullanılabileceği gösterilmiştir.

Reliability And Validity Of Turkish Version Of International Physical Activity Questionnaire-Short Form in Obese Adults

Aim: This study aimed to determine the reliability, and the validity of Turkish version of International Physical Activity Questionnaire-Short Form for obese adults.

Methods: Forty-seven obese females (Mage = 34.63, SD = 7.82 yr) and 39 obese males (Mage = 40.67, SD = 9.87 yr), a total of 85 obese adults (Mage = 37.40, SD = 9.17 yr, aged 20-60 yr), participated voluntarily in this study. International Physical Activity Questionnaire-Short Form was developed by Craig et al. in 2003

Cultural adaptation of the IPAQ-short form was made in Turkish, and both validity and reliability of the Turkish version of the IPAQ-short form were tested for university students by Öztürk in 2005. The Turkish version of IPAQ was completed twice within ten days at least seven days interval to define test-retest reliability in obese adults by self-report technique. Criterion validity was assessed using the Sense Wear Armband (BodyMedia, USA) which was worn on the triceps muscle of the upper arm. Intraclass correlation coefficient (R1) was calculated to determine the test-retest reliability of the Turkish version of IPAQ. Pearson correlation coefficient (r) test was used to analyze data concerning criterion validity.

Results: Test-retest reliability was moderate-to-high for vigorous intensity PA, moderate PA, walking, MVPA (including walking), moderate PA (including walking), sitting and total PA (ICC range from 0.38–0.76). The Pearson correlation coefficient for criterion validity was moderate (range from 0.37 to 0.50).

Conclusion: The Turkish version of the IPAQ-Short Form is the valid and reliable questionnaire for obese Turkish adults (ranges 20-60 ages).

Mikro İşletme Sahipleri Ve Çalışanlarının Fiziksel Aktivite Ve Oturma Sürelerinin Bazı Sosyodemografik Değişkenlere Göre İncelenmesi

¹Ayda Karaca, ¹Serhat Sağınç, ²Yeşim Albayrak Kuruoğlu

¹Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Fiziksel Aktivite ve Sağlık Anabilim Dalı, Ankara

²Nişantaşı Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, İstanbul

Email : aydakaraca@gmail.com, serhatsaginc@icloud.com, yesim.kuruoglu@gmail.com

Amaç: Bu çalışmanın amacı; mikro işletme sahipleri ve çalışanlarının oturma, yürüyüş, orta şiddetli fiziksel aktivite (FA), şiddetli FA ve egzersiz/spora (egzersiz amaçlı yürüyüş dahil) katılım sürelerinin (saat/hafta) bazı sosyodemografik değişkenlere göre incelenmesidir.

Yöntem: 123 kadın (yaş = 32.81, Ss = 9.39 yıl) ve 183 erkek (yaş = 37.75, Ss = 11.35 yıl) olmak üzere toplam 306 birey (169 mikro işletme sahibi ve 137 mikro işletme çalışanı) bu araştırmaya gönüllü olarak katılmıştır. Veriler 2017 yılı Mart ve Mayıs ayları arasında toplanmıştır. Demografik bilgi formu, Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi'nin Kısa Form'u (UFAA-Kısa Form) ve Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi (FADA) görüşme yöntemiyle uygulanmıştır. Verilerin analizi için tanımlayıcı istatistikler, parametrik ve non-parametrik testler kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırma kapsamındaki mikro işletmelerde, hem işverenlerin hem de çalışanların haftalık önerilen egzersiz süresine ulaşamadıkları görülmüştür. Erkeklerin hem şiddetli, hem de orta şiddetli FA'ye katılım süresinin daha uzun olduğu görülmüştür ($p<0.05$). Şiddetli FA süresi ve yürüyüş süresi bakımından yaş grupları (≤ 30 , 41-44, ≥ 41) arasında istatistiksel olarak fark bulunmuştur ($p<0.05$). Yaş ilerledikçe şiddetli FA süresinin kısaldığı, 30 yaş ve altındaki bireylerin yürüyüş süresinin, büyük yaş gruplarındaki bireylerin yürüyüş süresinden daha uzun olduğu görülmüştür. Bekar olanların şiddetli FA'ye, yürüyüş aktivitesine ve egzersiz/spora katılım süresinin evlilerden daha uzun olduğu ($p<0.05$), oturma süresinin ise evlilerden daha kısa olduğu görülmüştür ($p<0.05$). Aktivitelere (oturma, yürüyüş, şiddetli FA, orta şiddetli FA, egzersiz/spor,) katılım süreleri bakımından farklı gelir düzeyine sahip (orta düzey ve altı; iyi düzey ve üzeri) bireyler arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Aktivitelere katılım süreleri bakımından mikro işletme sahipleri ve çalışanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

Sonuç: Erkeklerin FA sürelerinin kadınlardan daha uzun olduğu, evli bireylerin oturma süresinin bekarlardan daha uzun olduğu, FA süresinin yaşla birlikte azaldığı bulunmuştur. İşverenler ve çalışanların haftalık önerilen egzersiz süresini karşılayamadıkları sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel aktivite süresi, İşverenler, Çalışan bireyler, Mikro işletme

Determining Physical Activity And Sitting Durations Among Employers and Employees At Microenterprises in Terms Of Some Sociodemographic Variables

Aim: This study aimed to determine moderate physical activity (MPA), vigorous physical activity (VPA), weekly exercise/sport participation, sitting and walking durations among employers and employees at microenterprises in terms of some sociodemographic variables.

Method: 123 females (Mage=32.81; SD=9.39 years) and 183 males (Mage=37.75; SD =11.35 years), a total of 306 individuals (169 employers and 137 employees) voluntarily participated the study. Data collection occurred in March and May 2017. Participants interviewed by using Demographic information form, International Physical Activity Questionnaire-Short Form, and Physical Activity Assessment Questionnaire. Data analysis implemented by descriptive statistics, parametric and non-parametric tests.

Results: The results indicated that both employers and employees could not achieve recommended weekly exercise duration. VPA and MPA durations of males were longer than females ($p<0.05$). A significant difference was observed among the age groups in terms of VPA and walking durations ($p<0.05$). The duration of VPA decreased with age. The walking distance of ≤ 30 age group was longest among others. The duration of VPA, walking, and exercise/sport among singles were longer than married participants ($p<0.05$). However, sitting time in married were longer than singles ($p<0.05$). No significant difference observed in the duration of any activity (sitting, walking, MPA, VPA, exercise/sport) among different levels of self-perceived income (lower and middle; upper class) ($p>0.05$). There was no significant difference in the duration of any activity between employers and employees ($p<0.05$).

Conclusion: It was found that PA duration of males was longer, whereas sitting time of married participants was longer. PA duration decreased with age. Both employers and employees did not meet the recommended weekly exercise duration.

Keywords: Physical activity duration, Employers, Employees, Microenterprise

Üniversite Öğrencilerinin Yakın Çevrede Yürünebilirlik Algısı, Fiziksel Olarak Aktif ve İnaktif Geçirdikleri Sürenin İncelenmesi

²Enes M. Erdoğan, ³Pınar Arpınar Avşar, ¹Ayda Karaca

¹Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Rekreasyon Bölümü Fiziksel Aktivite ve Sağlık Anabilim Dalı, Ankara

²Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Rekreasyon Bölümü, Ankara

³Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, Ankara

Email : enserdogan1@gmail.com, parpınar@gmail.com, aydakaraca@gmail.com

Amaç: Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin yakın çevrede yürünebilirlik algısı, fiziksel olarak aktif ve inaktif (oturarak) geçirdikleri sürenin cinsiyete, ikamet yerine ve beden kitle indekslerine (BKİ) göre incelenmesidir.

Yöntem: 249 üniversite öğrencisi (195 kadın, 54 erkek), çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Demografik bilgi formu, Yakın Çevrede Yürünebilirlik Ölçeği Kısa Form'u (NEWS-A), Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi-Kısa Form'u kendini rapor etme yöntemiyle doldurulmuştur. Verilerin analizinde bağımsız örneklem t testi, Mann-Whitney U testi, tek yönlü ANOVA testi kullanılmıştır.

Bulgular: Yakın çevredeki tesislere ulaşım süresini içeren ölçeğin (NEWS-A) B alt ölçeği skorunda cinsiyetler arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). Erkek öğrencilerin algıladıkları yürüyüş süresi daha kısadır. Hem yakın çevredeki tesislere yürüme süresi algısını içeren B alt ölçeğinin skoru hem de tesislere ulaşım algısını içeren C alt ölçeğinin skoru bakımından yurttan ve evde ikamet eden öğrenciler arasında anlamlı fark vardır ($p<0.05$). Evde kalan öğrenciler, hem yakın çevredeki tesislere yürüme süresini daha kısa, hem de ikamet ettikleri yerden tesislere ulaşımı kısa yürüme mesafesi olarak algıladıkları görülmüştür. Hem 'tesislere ulaşım' hem de 'yürüyüş ve bisiklet alanları' alt ölçekleri bakımından üç farklı BKİ grubu arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). Buna göre, BKİ değeri yüksek öğrenciler tesislere ulaşım ve yürünebilirlik bakımından olumlu algıya sahiptir. Orta ve şiddetli fiziksel aktivite süreleri bakımından (dk/hafta) cinsiyetler arasında fark bulunurken ($p<0.05$), yürüyüş süresi (dk/hafta) ve oturma süresinde (saat/gün) cinsiyetler arasında fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Orta ve şiddetli fiziksel aktiviteye katılım süresi, yürüyüş süresi ve oturma süresi bakımından hem ikamet yerine hem de beden kitle indekslerine göre istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

Sonuç: Trafik tehlikeleri ve suç alt ölçekleri haricinde, tüm alt ölçeklerde yürünebilirlik algısının olumlu olduğu gözlenmiştir. Öğrencilerin dörtte üçünün orta ve şiddetli fiziksel aktiviteye (yürüyüş dahil) haftalık katılım sürelerinin Dünya Sağlık Örgütü'nün önerdiği 150 dakika ve üzerini karşıladığı bulunmuştur.

*Bu araştırma "Aktif Kampüs Projesi: Beytepe Kampusünde Aktif Ulaşım Yoluyla Fiziksel Aktivitenin Özendirilmesi" (Hacettepe BAB-SAY-2015-5414) kapsamında gerçekleştirilmiştir.

Examining The Neighborhood Walkability Perceptions, Duration Of Physical Activity and Inactivity in University Students

Aim: The aim of this study was to investigate neighborhood walkability perceptions, duration of physical activity (PA) and inactivity in university students regarding gender, residence, and body mass index(BMI).

Methods: 249 university students (195 females, 54 males) voluntarily participated in this study. Demographic information form, Neighborhood Environment Walkability Scale-Abbreviated (NEWS-A), International Physical Activity Questionnaire- Short Form (IPAQ-SF) were used to obtain data by the interview technique. Independent sample t test, Mann-Whitney U test and one-way ANOVA were used for the statistical analysis.

Results: A significant difference was found between genders on the score of the land-use mix-diversity (subscale B) ($p<0.05$). Males had shorter perceived walking time than females. There were significant differences among students who live in a dormitory and students who live in the house, in terms of both the score of the subscale B and the score of the land-use mix-access (subscale C) ($p<0.05$). The students living in the house had shorter perceived walking time (subscale B) and distance (subscale C). A significant difference was observed among three BMI groups for the subscale C scores, also infrastructure and safety for walking (subscale E) ($p<0.05$). No significant difference was found between two genders in the weekly duration of walking, and daily sitting time ($p>0.05$), however, a difference was found in moderate-to-vigorous PA duration (min/week) between male and female students. Males had significantly higher moderate-to-vigorous PA duration ($p<0.05$). No significant difference was found between either of the residence or BMI groups in terms of moderate-to-vigorous PA, walking and sitting durations ($p>0.05$).

Conclusion: Students' perceptions of walkability attributes were observed to be positive among all subscales, except traffic hazards and crime subscales. It was found that among three-quarters of students meet the WHO's recommendation of ≥ 150 minutes of weekly PA duration.

*This study is conducted as a part of "Active Campus Project: Encouragement of Physical Activity in Hacettepe Beytepe Campus through Active Transportation" (Hacettepe BAB-SAY-2015-5414).

Sekiz Haftalık Korse Yelek Kullanımının Postür Bozukluğu ve Ağrı Durumu Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi

¹Deniz Çakaroğlu, ²Cengiz Arslan, ²Arzu Kaya

¹Siirt Üniversitesi, Siirt

²Fırat Üniversitesi, Elazığ

Email : denizceviz@hotmail.com, carslan23@gmail.com, akaya@firat.edu.tr

Amaç: Bu araştırma duruş bozukluğu olan ve ağrı sorunu yaşayan kişilerde günde 8 saat Posturex Yelek (dik durmayı sağlayan korse) kullanmanın etkilerini incelemek amacıyla yapılmıştır.

Materyal ve Metot: Çalışma 50 yetişkin kadın katılımcıdan; yaş ortalamaları 28.83 ± 8.16 olan 24 kişi yelek grubu, 26 kişi de (26.34 ± 7.85) kontrol grubu olmak üzere 2 gruptan oluşmuştur. Çalışma öncesi ve sonrası postür bozukluğunu belirlemek amacı ile omurganın eğrilik miktarını ölçen alet olan Skolyometre ve Ağrı şiddetini tespit etmek amacıyla Görsel Analog Skala (VAS) kullanılmıştır. İstatistik analizler SPSS programında, anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak değerlendirilmiştir. Zaman içindeki değişimi değerlendirmek için tekrarlı ölçümlerde ancova analizi, yelek ve kontrol grupları arasındaki farkı gösteren Bonferroni aile boyu hata kontrol yöntemi uygulanmıştır.

Bulgular: Yelek grubu incelendiğinde postür eğrilik derecesinin 2. ölçüm sonrası azaldığı $F(1,47)=475.282$, $p < .0001$,), kontrol grubuna ait eğrilik derecesinde sekiz hafta öncesi ile sekiz hafta sonrası yapılan ölçümler arasında fark olmadığı izlenmiştir. VAS bağımlı değişkeninin gruplara göre özet ancova ana etki tablosunda öntest ile sontest arasında anlamlı bir fark olduğu $F(1,47)=380.487$, $p < .0001$,) tespit edilmiştir. Çalışma grubunun sontest ortalaması VAS bakımından karşılaştırıldığında yelek ile kontrol grubu arasındaki farkın 2.080 ($p < .0001$) olduğu, kontrol grubunun VAS bakımından yüksek ağrı seviyesine sahip olduğu görülmüştür.

Sonuç: Araştırma sonucunda günde 8 saat yelek kullanımının postür ve ağrı durumu üzerinde olumlu katkıları olduğu görülmüştür. Ekonomik olması zaman ve mekân ihtiyacı duyulmaması yönüyle, günümüzde fizik tedavi alanında çok yaygın kullanılmakta, ancak etkinliğini bilimsel olarak gösteren yeterli çalışma bulunmamaktadır. Düzenli kullanıldığında deformiteleri önleyebilen ve ağrı şiddetini azaltabilen özelliğini kanıtlayabilecek daha fazla araştırma yapılması önerilmektedir.

Investigation Of Effect Of Eight-Week Use Of Corset Posturex On Posture Disorder And Pain

Objective: This study was carried out to investigate effects of Posturex use (corset for standing upright) for 8 hours/day on those with stance disorders and pain problems.

Material and Method: The study population comprises two groups of 50 adult women, 24 of whom are within the posturex group at an age range of 28.83 ± 8.16 and 26 of whom are within control group (26.34 ± 7.85). While Scoliometer, which measures the amount of spine curvature, was used to determine the posture disorder during pre-and-post-study stage, Visual Analogue Scale (VAS) was used to determine the severity of Pain.

Significance level was determined as $p < 0.05$ through SPSS. To evaluate the change in the course of time, ancova analysis was used for measurements while Bonferroni familywise error control method was used to show the difference between posturex and control group. Findings: Considering the posturex group, it was observed that posture curvature degree decreased after the second measurement $F(1,47=475.282, p < .0001,)$ and there was no difference between measurements before-and-after eight-week of period in degree of curvature for control group. It was observed within the summary ancova main effect table of VAS dependent variance that there was significant difference between pre-test and post-test $F(1,47=380.487, p < .0001,)$. Comparing the post-test of the study group regarding VAS, the difference between the posturex and control group was 2.080 ($p < .0001$) and the control group had a high level of pain regarding VAS.

Conclusion: As a result, it was found that eight-week use of posturex contributed positively to the posture and pain levels. It is cost-effective and does not require certain time and place, thus it is used commonly today in physical therapy. However, there is insufficient research that proves its scientific effectiveness. Further studies are recommended to prove that when used regularly, it can prevent deformities, reduce the severity of pain.

Spor Fizyolojisi **Sport Physiology**

Üniversite Öğrencilerinde Kan Grupları İle Abdominal Obezite İlişkisinin İncelenmesi

¹Bekir Mendes ³Mehmet Mendes, ⁴Eda Mendes

¹Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Gaziantep

²Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Gaziantep

³Onsekiz Mart Üniversitesi Ziraat Fakültesi Zootehni Anabilim Dalı, Çanakkale

⁴Sevinç Bahattin Teymur İ.H.O.O. Şahinbey/Gaziantep

Email : zeynimendes@hotmail.com, zeynimendes@hotmail.com, mmendes@comu.edu.tr, e_d_a_m_e_n_d_e_s@hotmail.com

Bu çalışmada, erişkinlerde abdominal obezitenin tespitinde kullanılan bel-kalça(B/K) oranının kan grupları ile ilişkisinin cinsiyete göre nasıl bir değişim gösterdiği incelendi. Yaş ortalaması 20.76 yıl olan kız ve erkek olmak üzere toplam 443 bireyin ölçümleri değerlendirildi. Bireylerin; yaş, vücut ağırlığı, boy, cinsiyet ve kan grupları ile abdominal obezitenin belirlenmesi için bel-kalça ölçümleri yapıldı. Farklı kan gruplarındaki öğrencilerin B/K oranı ve BKİ (Beden Kütle İndeksi) değerleri bakımından karşılaştırılmasında, Ortalamaların Analizi Tekniğinden (Analysis of Means=ANOM) yararlanıldı. Erkek ve kızlarda elde edilen sonuçlar istatistiksel olarak önemli bulunmamış olmasına rağmen, erkeklerde (AB+) kan grubundaki öğrencilerin B/K oranı ortalamasının diğer kan gruplarındaki öğrencilere göre pratik olarak önemli olabilecek düzeylerde daha düşük olduğu görüldü. Kızlarda ise B/K oranı bakımından (AB-) kan grubundaki öğrencilerin B/K oranı ortalamasının diğer kan gruplarındaki öğrencilere göre pratik olarak önemli olabilecek düzeylerde daha yüksek, BKİ değeri ortalaması bakımından da daha düşük bulunduğu ve bunun da göz ardı edilmemesinde büyük bir yarar bulunacağı düşünülmektedir. Anahtar Kelimeler: Kan grubu, obezite, erişkin,

Investigation Of Abdominal Obesity Relations With Blood Groups in University Students

In this study it was analyzed that how the the waist-hip ratio (B / C), ratio used in the detection of abdominal obesity in adults, varies according to sex and the relationship between the waist-hip ratio (B / C) and blood groups. A total of 443 individuals, male and female, with a mean age of 20.76 years were evaluated. Waist-hip measurements were made, the age, body weight, height, sex and blood groups of individuals were analyzed to determine the abdominal obesity. The analysis of Means (ANOM) was used to compare the B / C ratio and BMI (Body Mass Index) values of the students in different blood groups. Although the results obtained in males and females were not statistically significant, it was seen that in males (AB +) students in the blood group had a lower B / K ratio average at levels that could be practically important compared to the students in other blood groups. When we look at the females, the B / K ratio of the students in the blood group (AB-) in terms of B / C ratio was higher at the levels that could be practically important compared to the students in the other blood groups and lower in the mean BMI, and it is thought that there will be a great benefit if this is not ignored.

Keywords: Blood group, obesity, adult,

Siyah ve Beyaz İrk Arasında Kas Reaksiyon Özellikleri ve Morfolojisindeki Farklılıklar

¹Ufuk Şekir, ¹Güfat Arslan, ¹Osman İlhan

¹Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi, Bursa

Email : ufuksek@uludag.edu.tr, gufatarslan@hotmail.com, osmanilhn@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Ayak bileği burkulma oranları veya risk faktörleri bakımından etnik köken arasındaki farklılığı bildiren raporlar çok azdır. Bu çalışmanın amaçları siyah ve beyaz ırk arasında ayak bileği burkulma risk faktörlerinden olan ani ayak bileği inversiyonu sırasındaki peroneal ve tibial reaksiyon özelliklerinin ve peroneus longus ve tibialis anterior kaslarının morfolojik farklılığını araştırmaktır.

Yöntem: Çalışmaya sağlıklı rekreasyonel düzeyde spor yapan 25 erkek (12 siyah ve 13 beyaz ırktan) denek katıldı. Dominant bacakta peroneus longus ve tibialis anterior kaslarının elektromiyografik aktivite parametreleri (kas reaksiyon zamanı, reaksiyon süresi ve reaksiyon büyüklüğü) ayak bileği burkulma platformu ile ölçüldü. Dört farklı burkulma pozisyonu oluşturuldu: (a) ayak bileği nötralde 15° inversiyon (N15), (b) ayak bileği nötralde 30° inversiyon (N30), (c) ayak bileği 20° plantarflexiyonda 15° inversiyon (PF15) ve (d) ayak bileği 20° plantarflexiyonda 30° inversiyon (PF30). Bu kaslara ait morfolojik özellikler (pennasyon açısı, fasikül uzunluğu ve kas kalınlığı) ultrasonografik olarak değerlendirildi.

Bulgular: Sadece tibialis anterior kasının N15 (Beyaz İrk=66.5msn; Siyah İrk =46.5msn, p=0.030) ve N30 (Beyaz İrk=52.2msn; Siyah İrk =35.5msn, p=0.039) pozisyonundaki reaksiyon süresi ve peroneus longus (Beyaz İrk=%30.4; Siyah İrk =%18.8, p=0.046) ve tibialis anterior (Beyaz İrk=%11.9; Siyah İrk =%5.2, p=0.003) kaslarına ait N15 pozisyonundaki reaksiyon büyüklüğü beyaz ırktaki denekler anlamlı olarak daha büyük bulundu. Benzer şekilde, tibialis anterior kasının kasılı durumdaki fasikül uzunluğu farklılığı (Beyaz İrk=50.6mm; Siyah İrk=41.9mm, p= 0.011) dışında diğer tüm morfolojik özellikler ırklar arasında benzer bulundu (p>0.05).

Sonuç: Bu çalışmanın sonuçları peroneus longus ve tibialis anterior kaslarının elektromiyografik ve kas morfolojisi değerlendirmelerine göre siyah ve beyaz ırk arasında genel olarak ırksal bir farklılığın olmadığına işaret etmektedir.

"Bu çalışma Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu tarafından desteklenmiştir; Proje Numarası: 115S811"

Differences in Muscle Reaction Properties and Morphology between Black and White Races

Introduction: There are no known reports of differences in ankle sprain rates or their risk factors by ethnicity. The aims of this study were to explore the differences in peroneal and tibial muscle reaction properties to sudden ankle inversion, whose are risk factors for ankle sprains, and the differences in morphology of the peroneus longus and tibialis anterior muscles between black and white races.

Methods: Twenty-five healthy recreational male individuals (12 Africans and 13 Caucasians) were enrolled to this study. Electromyographic activity parameters (muscle latency, muscle reaction duration and muscle reaction magnitude) of the peroneus longus and tibialis anterior muscles of the dominant leg were measured using an ankle supination tilting platform.

There were four different supination conditions: (a) ankle in neutral position and 15° inversion (N15), (b) ankle in neutral position and 30° inversion (N30), (c) ankle in 20° plantarflexion position and 15° inversion (PF15), and (d) ankle in 20° plantarflexion position and 30° inversion (PF30). Morphology of these muscles was evaluated by ultrasonographic (pennation angle, fascicle length and muscle thickness) measurements.

Results: Only the reaction duration of the tibialis anterior muscle in N15 (Caucasians=66.5msec; Africans=46.5msec, $p=0.030$) and N30 (Caucasians=52.2msec; Africans=35.5msec, $p=0.039$) condition and reaction magnitude of the peronealis longus (Caucasians=30.4%; Africans=18.8%, $p=0.046$) and tibialis anterior (Caucasians=11.9%; Africans=5.2%, $p=0.003$) muscles in N15 condition were significantly higher in Caucasian subjects. Similarly, except the different fascicle length values of the tibialis anterior muscle in the contracted state (Caucasians=50.6mm; Africans=41.9mm, $p=0.011$), all the other muscle morphological features were similar between the races ($p>0.05$).

Conclusion: The results of this study indicates, in general, that there is no race differences between Caucasian and Africans with the evaluation of the electromyographic activity and muscle morphology measures of the peronealis longus and tibialis anterior muscles.

"This research was supported by The Scientific and Technological Research Council of Turkey (TUBITAK); Project Number:115S811"

SUNULMADI

Sakatlık ile İlişkili COL1A1 Geni rs1800012 Polimorfizminin Vücut Geliştiricilerde ve Yüzücülerde Allel Dağılımlarının Belirlenmesi

¹Sezgin Kapıcı, ¹Canan Sercan, ²Melis Atbinek, ¹Kubilay Göçücü, ³Başak Funda Eken,
¹İpek Yüksel, ⁴Gökhan Tuna, ³Korkut Ulucan

¹Üsküdar Üniversitesi, Mühendislik Ve Doğa Bilimleri Fakültesi, Moleküler Biyoloji Ve Genetik Bölümü, İstanbul

²İzmir Yüksek Teknoloji Enstitüsü, Fen Fakültesi, Moleküler Biyoloji Ve Genetik Bölümü, İzmir

³Marmara Üniversitesi, Diş Hekimliği Fakültesi, Tıbbi Biyoloji Ve Genetik Anabilim Dalı, İstanbul

⁴Trakya Üniversitesi, Kırkpınar Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Hareket Ve Antrenman Anabilim Dalı, Edirne

Email : sezginkapici@gmail.com, canan.sercan@uskudar.edu.tr, melis.atbinek@gmail.com, kubilaygoc@outlook.com, accountexit@hotmail.com, ippekyuksel@gmail.com, tunagokhan@yandex.com, korkutulucan@hotmail.com

Giris: Kollajenler, ekstrasellüler matriks ve bağ dokuda yer alan ve üçlü fibriller protein yapısında olan mekanik destek sağlayan yapılardır. Günümüzde 27 farklı tipi olduğu bilinmektedir. İnsandaki kollajenlerin %80-90'ını tip I, II ve III kollajen oluşturmaktadır. Bu proteinleri kodlayan genlerde görülebilen varyasyonlar ve polimorfizmler, aşırı elastikiyet gibi fizyolojik durumlara neden olarak işlev bozukluklarına ve sakatlıklara neden olabilmektedirler. Bu çalışmamızda COL1A1 geni rs1800012 polimorfizminin yüzücü ve vücut geliştiricilerde ki dağılımlarını araştırmayı amaçladık.

Materyal - Metot: Çalışmamıza 43 erkek aktif yüzücü ve 15 aktif vücut geliştirici olmak üzere toplam 58 sporcu katılmıştır. Periferik kandan DNA izolasyonları sonrasında gerçek zamanlı PCR metodu ile genotipleme çalışmaları tamamlanmıştır. Sonuçlar: Genotip dağılımlarına baktığımızda vücut geliştiricilerin 10'u GG (%67), 4'ü GT (%27) ve 1 tanesi TT (%6) genotipindedir. Vücut geliştiricilerin allel dağılımlarına baktığımızda ise G alleli 24 (%80), T alleli ise 6 (%20) olarak bulunmuştur. Yüzücülerde ise GG, GC ve TT genotipleri sırası ile 28 (%65), 11 (%26) ve 4 (%9) olarak bulunmuştur. Allelik dağılımda ise G alleli 67 (%78), T alleli ise 19 (%22) olarak bulunmuştur. Çalışma grubumuzun tamamında ise GG, GC ve TT genotipleri sırası ile 38 (%65), 15 (%26) ve 5 (%9) olarak bulunmuştur. Allelik dağılımlarda ise G alleli 91 (%78), T alleli ise 25 (%22) olarak bulunmuştur.

Tartışma: Kollajenler sporcu sağlığı için oldukça önemli moleküllerdir. Özellikle sakatlıklar ile ilişkilendirildiklerinde günümüze kadar yapılan çalışmalar, COL1A1 geninin T allelinin sporcu sakatlıkları ile ilişkili olduğu gösterilmiştir. Çalışma kohortumuzda sakatlık ile ilişkili olmayan ve koruyucu olarak düşünülen GG genotipinin ve G allelinin daha baskın olduğunu görmekteyiz. Bu çalışmamızın sporcu sakatlığı ile ilgili yapılacak çalışmalara kılavuz olacağını düşünmekteyiz.

Determination of Injury-Associated COL1A1 rs1800012 Polymorphism Allele Distributions in Bodybuilders and Swimmers

Introduction: Collagens are the mechanical support providers of extracellular matrix and connective tissue, and are found as three-fold fibril structures. Today, it is known that there are 27 different types of collagens. 80-90% of the collagens are type I, II and III. Variations and polymorphisms present in the genes encoding these proteins can cause dysfunctions and disabilities, leading to physiological conditions such as excessive elasticity, or sports injuries. In this study, we aimed to investigate the distribution of COL1A1 rs1800012 polymorphism in swimmers and bodybuilders.

Materials and Methods: A total of 58 athletes, 43 male active swimmers and 15 active body builders, participated in the study. Genotyping studies have been completed by real-time PCR after DNA isolations were completed from peripheral blood.

Results: When we examine the genotype distributions, 10 of bodybuilders had GG (67%), 4 had GT (27%) and 1 had TT (6%) genotypes. When we consider the allelic distributions, G allele was counted as 24 (80%) and T allele as 6 (20%). On the other hand, GG, GC and TT genotypes were found in 28 (65%), 11 (26%) and 4 (9%), respectively, in swimmers. In allelic distribution, G allele was counted as 67 (78%) and T allele as 19 (22%). In our total cohort; GG, GC and TT genotypes were found as 38 (65%), 15 (26%) and 5 (9%), respectively. G allele had a total count of 91 (78%) and T allele had 25 (22%).

Discussion: Colagens are very important molecules for athletes' health. Studies up to day, especially when associated with sport injuries, have shown that the COL1A1 gene T allele is more associated with athlete injuries. In our study cohort, we see that the GG genotype and G allele, which are not associated with normal functionality, and considered to be protective against injuries, are more dominant. We think this study will

SUNULMADI

Bilecik Devlet Hastanesi'nde Çalışan Bireylerin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Etkileyen Faktörler

¹Sermin Eroğlu, ²Güler Mercan

¹Bilecik Devlet Hastanesi, Bilecik

²Edirne Sultan 1. Murat Devlet Hastanesi, Edirne

Email : sermin_ozcan@hotmail.com, dytguleryilmaz@gmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışma Bilecik Devlet Hastanesi'nde görev yapan sağlık çalışanlarının, sağlıklı yaşam davranışı biçimlerini belirlemek amacıyla tanımlayıcı olarak yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini Bilecik Devlet Hastanesi'nde çalışan 415 sağlık çalışanından veri formunu cevaplamayı kabul eden 144 sağlık çalışanı oluşturmuştur. Yöntem: Veriler 25 şubat - 6 mart 2017 tarihleri arasında demografik soru formu ve "Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği-II (SYBDÖ-II)" ile toplanmıştır. Araştırmanın yürütülmesi için gerekli kurumdaki yazılı izin ve çalışmaya katılan sağlık çalışanlarından, araştırmanın amacı anlatıldıktan sonra onam alınmıştır. Verilerin analizi SPSS 17.0 bilgisayar istatistik programında değerlendirilmiş, verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, t-testi, tek yönlü varyans analizi, Kruskal-Wallis ve Mann Whitney-U testleri kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılan sağlık çalışanlarının SYBDÖ-II toplam puanı (127.35 ± 20.14), alt grup ölçek puanları ise; manevi gelişim (26.13 ± 4.49), kişilerarası ilişkiler (25.30 ± 4.17), beslenme (21.02 ± 4.25), sağlık sorumluluğu (20.76 ± 4.40), stres yönetimi (18.44 ± 3.89) ve fiziksel aktivite (15.71 ± 5.07) olarak saptanmıştır. En yüksek puan ortalamasının manevi gelişim, en düşük puan ortalamasının ise fiziksel aktivite boyutuna ait olduğu belirlenmiştir. Sağlık çalışanlarının cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu ve gelir durumu ile sağlıklı yaşam davranış biçimi arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ($p < 0.05$).

Sonuç: Sonuç olarak bu çalışmada sağlık çalışanlarının sağlıklı yaşam biçimi davranışları puanları orta düzeyde bulunmuştur. Sağlık çalışanlarına sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını geliştirmek amacıyla çeşitli eğitimler düzenlenmeli ve bireylerin düzenli fiziksel aktiviteye teşviki sağlanmalıdır.

Bilecik State Hospital Health Care Workers' Healthy Lifestyle Behaviours and Influencing Factors

Aim: This research was conducted as a descriptive study for the purpose of determining the healthy lifestyle behaviours of health care workers employed at Bilecik State Hospital. The sample of the study consisted of 415 health care workers employed at Bilecik State Hospital, 144 who were available for contact were involved in this study.

Methods: Data were collected between the dates of 25th february- 6th march 2017, using a demographic questionnaire form and "The Healthy Lifestyle Behaviours Scale- II (HLSB-II)". Before the study, permission was taken from the institute and health care workers. The analysis of the data was obtained by using descriptive statistical, t-test, one way anova tests, Mann-Whitney-U tests and Kruskal-Wallis variance analysis methods in SPSS 17.0.

Findings: The total scores HLSB scale-II of health care workers (127.35 ± 20.14), spiritual growth (26.13 ± 4.49), interpersonal relationships (25.30 ± 4.17), nutrition (21.02 ± 4.25), health responsibility (20.76 ± 4.40), stress management (18.44 ± 3.89) and physical activity (15.71 ± 5.07) were found. The highest mean score was spiritual growth and the lowest mean score was physical activity. A statistically significant difference was found between HLSB-II points and gender, marital status, education level, a balanced income expeditive ($p < 0,05$). Discussion: As a result, healthy life-style behaviour of health care workers was generally found to be medium level in this study. For the purpose of improving the healthy life-style behaviours of health care workers, various training programs should be organized and individuals should be encouraged for regular physical activities.

SUNULMADI

Vücut Geliştiren Sporcu ve Futbolcularda Anjiyotensin-1 Dönüştüren Enzim (Ace) Gen Polimorfizminin İncelenmesi

¹Canan Sercan, ²Sezgin Kapıcı, ³Kubilay Göçücü, ⁴Korkut Ulucan

¹Üsküdar Üniversitesi Farmakogenetik Laboratuvarı, İstanbul

²Üsküdar Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, Türkiye

³Üsküdar Üniversitesi Moleküler Biyoloji Ve Genetik, İstanbul, Türkiye

⁴Marmara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi Temel Tıp Bilimleri Tıbbi Biyoloji Ve Genetik Ana Bilim Dalı, İstanbul, Türkiye

Email : canansercan@outlook.com, sezginkapici@gmail.com, kubilaygoc@outlook.com, korkutulucan@hotmail.com

Giriş: İnsan genom projesinin önemli başarılarından birisi, insanlarda atletik performansa etki eden genlerin ve tek nükleotid polimorfizmlerinin (SNP) belirlenmesi olmuştur. Bu genlerdeki polimorfizmler, bireylerin sportif faaliyetlere olan yatkınlıklarının belirlenmesinde rol oynadığı bugüne kadar yapılan çalışmalar ile belirlenmiştir. Bizler çalışmamızda vücut geliştiren sporcu ve futbolcularda anjiyotensin dönüştüren enzim (ACE) genotip ve allel dağılımlarını belirlemeyi amaçladık.

Materyal-Metot: Çalışmamıza 21 futbolcu ve 11vücut geliştiren sporcu katılmıştır. Sporculardan DNA izolasyonu Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) kullanılarak tamamlanmıştır. ACE genotiplemesi için polimeraz zincir reaksiyonu (PCR) protokolü ile gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: 21 Futbolcuda DD %19 (4), ID %38 (8), II %43 (9) olarak bulunmuş, allel dağılımlarında ise D alleli %38 (16), I ise %62 (26) bulunmuştur. 11 vücut geliştiren sporcuda DD %9 (1), ID %73 (8), II %18 (2) allel dağılımları ise D alleli %45 (10), I alleli ise %55 (12) şeklinde saptanmıştır.

Tartışma: Çalışma grubumuzda ACE gen polimorfizminde ID genotipi ve I allelinin, baskın olduğu saptanmıştır. Bireysel performansa etki ettiği belirlenen ACE gen polimorfizmin spor dalı seçimi ve branş içi yönlendirmelerde etkin olduğunu düşünmekteyiz.

Kaynaklar: Ulucan K, Sercan C, Bıyıklı T. Distribution of Angiotensin-1 Converting Enzyme Insertion/ Deletion and α -Actinin-3 Codon 577 Polymorphisms in Turkish Male Soccer Players. Genetics & Epigenetics 2015;7 1–4 doi:10.4137/GEG.S31479.

Analysis Of Angiotensin-1 Transforming Enzyme (Ace) Gene Polymorphism in Bodybuilder And Footballers

Introduction: One of the important achievements of the human genome project has been the identification of genes and single nucleotide polymorphisms (SNPs) in humans that affect athletic performance. The polymorphisms have been determined by studies, which play a role in detecting the susceptibility of individuals to sporting activities. In our study, we aimed to determine the angiotensin converting enzyme (ACE) genotype and allele distributions in Bodybuilders and Footballers.

Material-Method: 21 footballers and 11 bodybuilders were participated to the study. DNA isolation from the athletes was completed using a commercially provided kit (Invitrogen, Van Allen Way Carlsbad, CA, USA). ACE genotyping using conventional polymerase chain reaction (PCR) protocol.

Results: In footballers, genotype frequencies and numbers were DD 19% (4), ID 38% (8) and II 43% (9). D allele was counted as 38% (16) and I as 62% (26). In bodybuilders genotypes were as DD 9% (1), ID 73% (8), II 18% (2). D and I allele was counted as 45% (10) and 55% (12), respectively.

Discussion: In our study group, ID genotype and I allele were dominant in ACE gene polymorphism. We think that ACE gene polymorphism, which is determined to affect individual performance, is effective in selection of sports and in intra-branch referrals.

References : Ulucan K, Sercan C, Bıyıklı T. Distribution of Angiotensin-1 Converting Enzyme Insertion/ Deletion and α -Actinin-3 Codon 577 Polymorphisms in Turkish Male Soccer Players. *Genetics & Epigenetics* 2015;7 1–4 doi:10.4137/GEG.S31479.

Akut Ve Kronik Egzersizin İştah, Besin Alımı ve Ghrelin Hormonu Üzerindeki Etkisi

¹Merve Gezen, ¹Şerife Vatansever

¹Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : mrvgn06@hotmail.com, serifevatansever@yahoo.com

Günümüzde gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerin en önemli sağlık sorunları arasında obezite giderek artmaktadır. Obezite, bedende yağlı kütlenin yağsız kütleye oranla aşırı derecede artması ve boy uzunluğunun, vücut ağırlığı ile kıyaslandığında vücut ağırlığının istenen kriterlerin üzerinde olması durumudur. Ghrelin yeni keşif bir peptid hormonudur ve obezitede önemli rol oynamaktadır. Ghrelin, güçlü bir büyüme hormonu endojen salgılatıcı etkisi olan, enerji dengesi ve besin alımının düzenlenmesinde rol oynayan 28 aminoasitli bir hormondur. Başlıca midenin oksintik bezlerinde bulunan özelleşmiş A-benzeri hücreleri tarafından kan akımına salınır ancak daha düşük düzeylerde olmak üzere, vücudun diğer birçok bölgesinden salındığı da gösterilmiştir. Fiziksel aktivitenin azaldığı, yüksek besin alımının ve obezitenin arttığı bu dönemde egzersiz, iştah, besin alımı ve ghrelin arasındaki ilişkinin ortaya konulması gerekmektedir. Akut egzersiz çalışmaları, şiddetli egzersizler esnasında ve sonrasında iştah ve besin alımının kısa süreli olarak baskılandığını ve bu baskılanmanın düşük ve orta şiddetli egzersizler sonrasında görülmediğini göstermektedir. Uzun süreli egzersiz çalışmalarının çoğu ise kilo verilmesi durumunda ghrelinin arttığını bildirmektedir. Bu çalışmada, akut ve kronik egzersizin iştah, besin alımı ve ghrelin hormonu üzerindeki etkisi araştırılmıştır.

Effects Of Acute And Chronic Exercise On Employee, Nutrition And Ghreline Hormone

Nowadays, among the most important health problems of developed and developing countries, obesity is increasing day by day. Obesity is the excessive increase in body fat mass compared to lean mass and body weight is above the desired criteria when compared to body weight. Ghrelin is a 28-amino-acid hormone that plays a role in the regulation of energy balance and nutrient intake, a potent endogenous secretory effect of growth hormone. Ghrelin is a newly discovered peptide hormone which plays an important role in obesity. Specifically, plasma ghrelin originates in the oxyntic gland where A-like cells exist and is secreted into the bloodstream. At a time of increased obesity, decreased physical activity, and high food consumption, the relationship between exercise, appetite, food intake and ghrelin needs to be examined. Acute exercise studies actually demonstrated suppression of appetite and acylated ghrelin during and briefly after intense bouts of activity but not after low and moderate intensity exercise. Most studies on long-term exercise show that total ghrelin increases as participants lose weight. In this study, the effects of acute and chronic exercise on appetite, food intake and ghrelin hormone were investigated.

Doping Maddeleri ve Sağlık Tehlikeleri

¹Umut Öksüz, ²Şahan Saygı, ²Simay Kanan

¹Umut Öksüz Eczanesi, Lefkoşa

²Yakın Doğu Üniversitesi, Lefkoşa

Email : umutoksuz@gmail.com, , simaykanan@hotmail.com

Giriş:Yapılan çalışmalarda, son yıllarda rekabetin yükselmesiyle birlikte atletler tarafından supplement ve doping kullanımı rakamlarında artış görülmüştür. Tüketici veya atlet olarak gıda takviyesi almak çevredeki davranış ve inançlar tarafından etkilendiği görülmüştür.

Amaç:Bu çalışmanın amacı Kuzey Kıbrıs'ta yaşayan amatör atletlerdeki doping hakkında farkındalık ve bilgiyi değerlendirmektir.

Yöntem:Anket, yüz yüze görüşme yapılarak randomize olarak seçilen 150 kişiye uygulanmıştır.

Bulgular:Sporcular %42.5 kadın %57.5'si erkektir. Atletler arasında doping maddeleri, etkileri ve konu hakkında bilgileri analiz edildi. Veri toplama aracı olarak kullanılan anket iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde, katılımcıların sosyo- demografik özelliklerini belirlemek için sorular vardı. İkinci bölümde, katılımcılara sorulan soruların, bu konudaki farkındalık ve algı düzeyini belirlemesi amaçlandı. Doping uygulama yöntemleri hakkında bilgiye sahip olup olmadıklarını sorduklarını ve %65'i hayır cevabını verdiyse, %35'i evet, %87'si doping kullanırken %13'ü aynı şekilde hissetmediklerini söylüyor. Doping kullanan sporcular genellikle doktora yönlendirildiklerini belirttiler. Bu yanıtı veren sporcuların %35'inden %8'i dışında, %23'ü eğitmeni ve %11,7'si arkadaşları tarafından yönlendirildiğini belirtti. Ancak doping etkileşimi hakkında %37.5'inin ayrıntılı bilgiye sahip oldukları, %62.5'inin bilginin olmadığını dürüstçe beyan ettikleri belirtildi.

Sonuç:Sonuç olarak, bu çalışmanın en çok göze çarpan kısmı KKTC'deki sporcuların çoğunluğunun genç nesil ve üniversite mezunları olduğu ancak doping olan maddeler hakkında bilgiye sahip olmadıkları ve sonuçlarının ciddi sağlık problemleri yaratabileceği hakkında bilgiye sahip olmadıkları ortaya çıkmıştır.

Kaynaklar: Başkaya, C. Doping: Kazanmak Uğruna Ölmek. Özgür Üniversite Forumu, Sayı:25, Ankara, Ocak-Mart 2004, 610. Bayatlı, T. Hakca Yarışma ve Doping. Doping ve Futbolda Performans Arttırma Yöntemleri. Atasü, T. (Ed). İstanbul: Form Reklam Hizmetleri, 2004, s.13. Bozkurt, İ., Pepe, K., Eröz, F., M. Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu Bölümlerinde Okuyan Öğrencilerin İlaç (Doping) Hakkında Bilgi Düzeyleri ve Düşüncelerinin Araştırılması. 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Muğla, 2006, s.490. Erikson, O.B., Mellstrand, T., Peterson, L., Renström, P., Svedmyr, N. (1990). Sports Medicine Health & Medication. London: Raynor Design.

Doping Substances and Health Hazards

Intorduction:In recent years, use of support elements and doping materials are increased by athletes. As a consumer or athlete use of dietary supplement is be affected by beliefs and attitudes.

Aim:The aim of the present study is determine the knowledge level of doping among amateur athletes in TRNC.

Method: The questionnaire was implemented randomly selected 150 people by face to face interview. Between athletes, doping substances and their effects were analysed. The questionnaire that was used as a data collection tool consist of two parts. In the first part, there were questions to determine the participants' socio-demographic characteristics. In second part, questions that asked to participants were intended to determine the level of awareness and perception on this topic.

Results: Athletes are 42.5% female, 57.5% of them male. Athletes who were asked whether they have information on the practice methods of doping and 65% answered 'no', while 35% answered 'yes', 87% believe people around them are using doping whereas 13% do not feel the same way. Athletes' who use drugs stated that they are often directed toward it by a doctor. Other than the 35,8% of athletes who gave this answer, 23,3% stated it was their trainer and 11,7% was guided by friends. But about the interaction of the drugs they use 37.5% mentioned that they have detailed information, 62.5% have honestly stated that that did not have the knowledge.

Conclusion:As a result, the part of this study which stands out the most is how the majority of athletes in TRNC are the younger generation and college graduates but they have no knowledge on drugs or health risks.

References: Başkaya, C. Doping: Kazanmak Uğruna Ölmek. Özgür Üniversite Forumu, Sayı:25, Ankara, Ocak-Mart 2004, 610. Bayatlı, T. Hakca Yarışma ve Doping. Doping ve Futbolda Performans Arttırma Yöntemleri. Atasü, T. (Ed). İstanbul: Form Reklam Hizmetleri, 2004,

Spontan Pnömotoraks Gelişen Sualtı Hokeyi Oyuncusu: Olgu Sunumu

¹Sena Yumbul, ¹Bengüsu Mirasoğlu, ¹Şamil Aktaş

¹İstanbul Tıp Fakültesi Sualtı Hekimliği Ve Hiperbarik Tıp AD, İstanbul

Email : ymbلسena@gmail.com, ,

Giriş: Pnömotoraks plevra adı verilen iki akciğer zarı arasında hava bulunmasıdır. Primer spontan pnömotoraks herhangi bir akciğer hastalığı olmayan sağlıklı kişilerde kendiliğinden gelişir ve neden bilinmez. Pnömotoraks gelişen hastalarda en sık ani başlayan göğüs ağrısı, nefes darlığı olur. Olguların %90'dan fazlasında akciğer BT'sinde, apekslerde subplevral blebler, büller saptanmaktadır. Pnömotoraks gelişiminde bu lezyonların rolü olduğu düşünülmektedir. Hastalar uzun boylu olma eğilimi göstermektedir. Negatif plevra basınç gradienti akciğer tabanlarından apekse doğru artmaktadır, uzun boylu kişilerin akciğer apekslerindeki alveoller, akciğer tabanındaki alveollere göre daha fazla germe basıncına maruz kalmakta ve teoriye göre apikal subplevral büllerin oluşumunu predispoze etmektedir.

Yöntem: Bir yıl önce spontan pnömotoraks tanısıyla tedavi olmuş, kliniğimize dalıcı sağlık raporu almak için başvuran sualtı hokeyi oyuncusu değerlendirildi.

Bulgular: Olgu: 22 yaşında bilinen kronik hastalığı olmayan erkek sualtı hokeyi oyuncusu tarafımıza başvurdu. Hasta Temmuz 2016 tarihinde araba kullanırken başlayan göğüs ağrısı şikayeti ile acil servise başvurmuş. Spontan pnömotoraks tanısıyla hastaneye yatırılıp göğüs tüpü takılarak tedavi edilmiş. Temmuz 2017 tarihinde sualtı hokeyi oynamaya tekrar başlamak için tarafımıza başvuran hastanın fizik muayenesi yapıldı. Muayenesinde göğüs duvarında dren tüpüne bağlı skar dokusu görüldü. Her iki akciğer sesleri eşit, bronkovezikülerdi. Hastanın bir yıl önce çekilmiş akciğer BT'de pnömotoraks görüldü (Şekil1). Akciğerlerde hava hapsine yol açarak akciğer barotravmasını kolaylaştırabilecek kist, kavem, kavite, bül, bleb gibi lezyonların tespiti için hastanın yeni yüksek çözünürlüklü akciğer BT'si istendi. Hastanın yeni çekilen grafisinde bilateral apikal subplevral büller saptanması (Şekil2a ve2b) nedeniyle sağlık açısından dalış yapması uygun bulunmadı.

Sonuç: Primer spontan pnömotoraks geçiren kişilerde hastalığın tekrarlama riski yüksektir. Sualtı hokeyi fiziksel efor gerektiren sportif faaliyettir. Klinik muayene, laboratuvar ve radyolojik tetkikler sonucunda efor kapasitesini sınırlayan, bilinç kaybıyla sonuçlanabilecek, dalış hastalıklarının ortaya çıkmasına neden olacak durumların araştırılması dalıcılar için hayati önem taşımaktadır.

Kaynaklar: 1.Andrew MacDuff.Spontan Pnömotoraks Tanı ve Tedavisi: Britanya Toraks Derneği Plevral Hastalıklar Rehberi2010. 2.Şamil Aktaş.Yüksek Basınçla İlişkili Patolojilere Yaklaşım. Yoğun Bakım Dergisi2005 3.Esen Kıyan. Amatör Dalıcı Muayenesi ve Seçim Kriterleri

Spontaneous Pneumothorax Developing Underwater Hockey: Case Report

Introduction: Pneumothorax is defined as the presence of air or gas between the visceral and parietal pleura of the lung. Primary spontaneous pneumothorax (PSP) is defined as the spontaneously occurring presence of air in the pleural space in patients without clinically apparent underlying lung disease. The main symptoms of a pneumothorax are sudden chest pain and shortness of breath.

Subpleural blebs and bullae are found at the lung apices on CT scanning in up to 90% of cases of PSP. The gradient of negative pleural pressure increases from the lung base to the apex, so that alveoli at the lung apex in tall individuals are subject to significantly greater distending pressure than those at the base of the lung, and the vectors in theory predispose to the development of apical subpleural blebs.

Methods: An underwater hockey player was evaluated.

Results: Case: We report a 22-year-old male, previously healthy, who was admitted to a hospital with right thoracic pain in July 2016. A chest drain was placed and the patient was admitted to the medical ward. In July 2017, he was examined to start playing underwater hockey. In his physical examination, scar tissue was seen on his right chest wall due to the chest tube. Both breath sounds were normal. Pneumothorax of the left side was confirmed by a CT (Figure1). High- resolution pulmonary CT was requested for detection of lesions such as cysts, caverns, cavities, bullae, and bleb, which could facilitate lung barotrauma by causing air trapping in the lungs. Bilateral apical subpleural bullae were confirmed by new CT (Fig.2a and 2b). Examination and radiologic study revealed contraindications to diving.

Conclusion: The risk of recurrence of PSP is high. Underwater hockey requires high physical effort. Clinical examination, laboratory and radiological examinations are highly important for divers to prevent from unexpected diving- related mortality and morbidity.

Elit Bayan Artistik Jimnastikçilerde Görülen Spor Yaralanmaları

¹Hülya İmamli, ¹Hayrettin Gümüşdağ, ¹Alpaslan Kartal

¹Bozok Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Yozgat

Email : hulya.imamli@gmail.com, Hgumusdag06@hotmail.com, Akartal6161@hotmail.com

Giriş: Artistik jimnastik branşı; bayanlarda dört farklı karakteristik özelliğe sahip; atlama masası, denge, yer ve asimetrik paralel aletlerinden oluşmaktadır. Branşın doğası gereği aletler; kompleks hareketlerin uyumlu bir şekilde ardı ardına ve seri olarak gerçekleştirilmesini gerektirmektedir. Bu zor koşullar nedeniyle artistik jimnastikçiler antrenman ve yarışmalarda pek çok yaralanmaya maruz kalabilmektedirler.

Amaç: Bu çalışmanın amacı; elit seviyede ki bayan artistik jimnastikçilerin maruz kaldıkları spor yaralanmalarının belirlenmesidir.

Metot: Elit seviyede artistik jimnastik yapmış ve yapmakta olan toplamda 20 bayan sporcu çalışmaya katılmıştır. Sporcular; ilgili literatürden derlenen; yaralanmanın karakteristiği (etkilenen anatomik bölge ve doku) ve koşulları (yaralanmanın olduğu jimnastik aleti, sebep) hakkındaki anket sorularına yanıt vermişlerdir. Verilerin analizi için Microsoft Excel programı kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışmaya katılan sporcuların yaş ortalamaları 15, ortalama sporculuk yılı 7,7 ve haftalık ortalama antrenman süreleri 25,9 saattir. Sporcuların en sık yaralandığı anatomik bölgeler; el/parmaklar (%22), ayak bileği(%18), bel (%10) ve dirsektir (%10). Yaralanmanın karakteristiğine bakıldığında; deri yaralanmaları (%38), kemik yaralanmaları (%22) ve kas yaralanmaları (%18) ile en çok görülen yaralanmalardır. Jimnastik aletleri baz alındığında en çok yaralanmaların; asimetrik paralel (%42) ve yer aletinde (%36) görüldüğü gözlemlenmiştir. Yaralanmalarda sporcuların en çok belirttiği nedenler; yetersiz kondisyon (%22) , dikkatsizlik (%21) ve aşırı yüklenmedir (%19).

Sonuç: Bu çalışmanın sonucunda; artistik jimnastik branşında yaralanmaların çoğunun dikkatsizlik, yetersiz kondisyon ve aşırı yüklenme sonucunda olduğu görülmüştür. Asimetrik paralel aletinde görülen deri yaralanmalarının aletin doğası gereği ellerin sürekli olarak asimetri barı ile temasından kaynaklandığı, ayak bileği yaralanmalarının genelde yer ve atlama masası aletlerinde daha çok yere inişlerde olduğu gözlemlenmiştir. Bel ve dirsek yaralanmalarının çoğunun aşırı yüklenme nedeniyle olduğu, kemik yaralanmalarının ise; dikkatsizlik, koruyucu aparat eksikliği ve sporcunun hareket için fiziksel ve zihinsel hazır olmamasından kaynaklandığı belirlenmiştir.

Kaynakça:Caine, D. J., Nassar, L., (2005). Gymnastics injuries. Epidemiology of Pediatric Sports Injuries. Individual Sports. Med Sport Sci. Basel, Karger, 2005, vol 48, pp 18-58

Injuries Prevalence in Elite Female Artistic Gymnasts

Introduction: Women's artistic gymnastic comprise of four different apparatus (vault, floor, balance beam and uneven bars) and each one presents unique characteristics. High complexity skills must be executed consecutively in harmony in this discipline. Because of this reason the gymnast is always under the risk of injury.

Objective: The purpose of the research is determining the injuries prevalence in elite female artistic gymnasts.

Method: A total of 20 elite female gymnasts participated in the current study. The gymnasts answered a questionnaire used to identify the injuries prevalence. The questionnaire was formulated according to epidemiological descriptive studies on gymnastic athletes found in the literature. The questionnaire included personal information (age, years of practice and per week training time) and injury circumstances.

Findings: Average age of gymnast 15 years, years of practice 7,7 and hours per week training 25,9. The gymnasts mostly injured hands/fingers (22%), ankle (%18), lower back (10%) and elbow (10%). The examination of affected tissues found that the skin injury (38%), bone injury (22%) and muscle injury (18%) are the most common injury types. The gymnastic apparatus causing the most injuries are uneven bars (42%) and floor (36%). Lack of attention, insufficient form and overuse are the other reasons for injury cited by gymnasts.

Result: According to this research, most common reasons for injuries are lack of attention, insufficient form and overuse. Vault and floor leads to high rates injuries located in the ankle, especially caused by the landing movements. Because of uneven bars characteristic, the gymnast hands have to be continuously in contact with the bars and this situation cause skin injuries in hands/fingers. Low back and elbow injuries mostly occurred because of overuse.

References: Caine, D. J., Nassar, L., (2005). Gymnastics injuries. *Epidemiology of Pediatric Sports Injuries. Individual Sports. Med Sport Sci. Basel, Karger, 2005, vol 48, pp 18-58*

Çocuklarda Egzersizin Önemi

¹Gülşen Taşkın, ²Fatma Neşe Şahin Özdemir

¹Başkent Üniversitesi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon, Ankara

²Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : gulsentaskin@hotmail.com, nesehome@hotmail.com

Giriş: Günümüzde teknolojik gelişmelerle birlikte giderek sedanter bir yaşam tarzı benimsenmektedir. Özellikle oyun çağındaki çocuklar; zamanlarının çoğunu bilgisayar başında oturarak geçirmektedir. Oysa ki; çocukluk çağından itibaren kazanılan egzersiz alışkanlığı ilerleyen yaşlarda da sağlığı önemli ölçüde etkilemektedir. Çocukluk döneminde egzersiz alışkanlığı olan bireyler ilerleyen yaşlarda egzersiz yapmaya devam etmekte ve yaşlılarına göre kronik hastalıklara daha az yakalanmaktadırlar. Çalışmamızın amacı; çocukluk çağından itibaren egzersizin sağlık üzerindeki etkilerini incelemektir.

Yöntem: Çocuklarda egzersizin önemini temel alan çalışmalar incelenmiş ve 2000-2017 yılları arasında yapılan bazı ulusal ve uluslararası çalışmalar değerlendirilmiştir. Yapılan çalışmalardan; çocukların nasıl egzersiz yapması gerektiği, egzersizin ileride oluşabilecek kronik hastalıklara etkisi ve egzersiz yapmamanın etkileriyle ilgili bilgiler bir araya getirilmiştir.

Sonuç: Gelecekteki yaşam tarzının daha sağlıklı ve uzun olabilmesi için çocukluk döneminde yapılan ve alışkanlık haline gelen egzersizler önemlidir. Bu yüzden okullardaki spor ve aktiviteler artırılmalı ve çocuklar küçük yaştan itibaren bu konuda spor bilimciler ve aileler tarafından bilinçlendirilmelidir.

Kaynaklar: 1. Faigenbaum, A.D., Stracciolini, A., ve Myer, G.D. (2011) Exercise deficit disorder in youth: a hidden truth. Acta Paediatr. 100(11):1423–1425. 2. American College of Sports Medicine (2013). ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription Ninth Edition p:202 3. Altındağ, Ö. ve Sert, C. (2009). Çocuklarda Vücut Kompozisyonu ve Fiziksel Aktivite ilişkisi: Pilot Çalışma Türk Fiz. Tıp Rehab. Derg. 55:60-3 4. Boreham, C., Riddoch, C. (2001). The physical activity, fitness and health of children Journal of Sports Sciences. 19:915-929

The Importance Of Exercise in The Children

Introduction: Nowadays, technological developments have been accompanied by a sedentary lifestyle. Especially children in the play age spend most of their time with the computer. However, the exercise habit which was earned since childhood, affects health considerably even in advanced ages. Individuals with exercise habits during childhood continue to doing exercise at later ages and are less likely to catch chronic diseases than their peers. The purpose of our study; was to investigate the effects of exercise on health since childhood.

Methods: Studies based on the importance of exercise in children were examined and some national and international studies conducted between the years 2000-2017 were evaluated. Information on how children should exercise, the effects of exercise on chronic diseases that may occur in the future, and the effects of sedentary lifestyle were summarized from the studies.

Conclusion : Exercise habit from childhood is important for healthier lifestyle. Therefore, the sports and activities in the schools should be increased and the children should be educated by the sports scientists and their families from the childhood.

Reference: 1. Faigenbaum, A.D., Stracciolini, A., ve Myer, G.D. (2011) Exercise deficit disorder in youth: a hidden truth. Acta Paediatr. 100(11):1423–1425. 2. American College of Sports Medicine (2013). ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription Ninth Edition p:202 3. Altındağ, Ö. ve Sert, C. (2009). Body Composition and Relation with Physical Activities in Children: A Pilot Study Turk. J Phys.Med. Rehab. 55:60-3 4. Boreham, C., Riddoch, C. (2001). The physical activity, fitness and health of children Journal of Sports Sciences. 19:915-929

Futbol Antrenörlerinin Bazı Kan Parametreleri, Fiziksel Uygunluk Seviyeleri ve Sağlıklı Yaşam Tarzı Davranışlarının Karşılaştırılması

Yüksel Savucu, Gür Ercan, Murat Kayapınar, Mustafa Karadağ

Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

Email : ysavucu@hotmail.com, egur@gmail.com

Bu araştırmada; futbol antrenörlerinin sağlıklı yaşam davranışlarının ne düzeyde olduğunu belirleyerek, sağlıklı yaşam biçimi davranış düzeyleri ve fiziksel uygunluk değerleri ile bazı kan parametreleri arasındaki ilişkinin ortaya konulması amaçlanmıştır. Antrenörlerin bazı demografik bilgilerini belirlemeye yönelik olarak kişisel bilgi formu hazırlanmış ve antrenörlerin kişisel bilgileri bu forma kaydedilmiştir. Antrenörlerin fiziksel uygunluklarını belirlemeye yönelik boy, kilo, beden kitle endeksi (BKİ), vücut yağ yüzdesi ölçümleri yapılmıştır. Ayrıca kan trigliserid düzeyleri, HDL, LDL kolesterol seviyeleri gibi bazı kan değerleri analiz edilmiştir. Sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını belirlemek için sağlıklı yaşam biçimi ile ilişkili olarak sağlığın geliştirilmesine yönelik olarak hazırlanmış “sağlıklı yaşam biçimi davranışları” ölçeği kullanılmıştır. Araştırma verilerinin değerlendirilmesinde frekans, yüzde dağılımları, ortalama ve standart sapmalarla beraber, bağımsız gruplar t testi, tek yönlü varyans analizi (One Way Anova) kullanılmıştır. Çalışma sonucunda futbol antrenörlerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışları toplam puanı 142.0 15,91 olarak tespit edilmiştir. Antrenörlerin eğitim düzeyleri ile fiziksel uygunluk parametreleri açısından karşılaştırılmasında BKİ, Yağ yüzdesi, bel çevresi ve kalça çevresi değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Sağlıklı yaşam biçimi davranışları alt başlıklarından sağlık sorumluluğu bakımından antrenörlerin çalıştıkları yıl lehine istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($P<0.05$) Antrenörlerin aktif spor yaşantılarından sonra fazla kilolu vücut tipi içinde yer aldıkları, sigara içen antrenörlerin kolesterol seviyelerinin yüksek olduğu ve yeterli düzeyde egzersiz yapmadıkları, dengeli ve düzenli beslenmedikleri yapılan istatistiki değerlendirmeler sonucunda tespit edilmiştir. Ayrıca eğitim düzeyinin çalışmamızda önemli sonuçlar verdiği egzersiz alışkanlığının, BKİ'nin, vücut yağının, bel ve kalça oranlarının kontrol altına almada önemli bir faktör olduğu belirlenmiştir. Anahtar Kelimeler: Futbol, Antrenör, Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranış, Fiziksel Uygunluk, Kan Değerleri

Comparison Of Some Blood Parameters, The Physical Appropriateness Levels And The Healthy Lifestyle Behaviors Of Soccer Trainers

We aimed to exhibit the relationship between some blood parameters, the physical values and the levels of healthy lifestyle behaviors by determining at which the levels of healthy lifestyle of the football trainers. Personal information forms of football trainers were prepared and recorded in order to determine some demographic information of the trainers. In order to determine the physical fitness of the trainers, their height, weight, body mass index (BMI) and the percentage of body fat were measured. Also, their blood values such as blood triglyceride levels, HDL, LDL, cholesterol levels were analyzed. “Healthy life style behaviors scale” aiming to develop the healthy lifestyle was used in order to determine the healthy life behaviors. As a statistical method, Independent Samples t Test and One-Way Anova was used with frequency, percentage distributions, mean and standard deviation ($p<0.05$). Total score of the healthy lifestyle behaviors of Football Trainers was Ascertained as 142,0-15,91. When comparing between the education levels of the trainers with their physical appropriateness parameters, meaningful differences were found statistically in the values of BMI, fat percentage, waist circumference and hip circumference ($p<0.05$). In terms of health responsibility which is one of the sub-titles of healthy lifestyle behaviors, the year when the trainers worked was statistically found meaningful on their behalf ($p<0.05$).

After the active sport lives of the trainers, it was ascertained as a result of the statistical evaluations that the trainers did not eat healthily and regularly, exercise at adequate level and those who smoke had high cholesterol levels and took place in overweight body type. Also, it is ascertained that exercise habit which gave important results in our education level study was an important factor to keep BMI, body fat, waist and hip proportions under control.

Keywords: Soccer Trainer, Healthy Life Behaviors, Physical Fitness, Blood Values.

SUNULMADI

PB724

Kapalı Ceza İnfaz Kurumundaki Tutuklu/Hükümlülerin Fiziksel Uygunluk Fiziksel Aktivite Düzeyleri: Gaziantep İli Örneği

¹Fikret Aksoy, ¹Leyla Sarac

¹Mersin Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Mersin

Giriş ve Amaç: Fiziksel aktivite ve fiziksel uygunluk düzeyinin toplumun her kesimini kapsayarak arttırılması gerekliliğinden yola çıkılarak bu çalışmada kapalı ceza infaz kurumlarındaki tutuklu/hükümlülerin fiziksel uygunluk ve fiziksel aktivite düzeylerini ortaya koymak ve yaş gruplarına göre karşılaştırmak amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmaya yaş ortalaması 34.05 (SS=8.66) olan Gaziantep Kapalı Cezaevi'ndeki 454 erkek tutuklu/hükümlü katılmıştır. Araştırmada veri toplamak amacı ile Fiziksel Uygunluk Anketi (FUA) ve Serbest Zaman Egzersiz Anketi (SZE) (Godin ve Shephard, 1985; Yerlisu-Lapa ve Yağar, 2015) kullanılmıştır. Egzersiz içermeyen formda hazırlanmış olan FUA ile yaş, cinsiyet, boy (cm.), kilo (kg.), maksimum kalp atım hızı vb. parametrelerin işleme koyularak bir fiziksel uygunluk puanı; SZE ile katılımcıların haftalık yaptıkları düşük, orta ve hafif şiddetteki fiziksel aktivite sayısının belirlenerek işleme koyulması ile fiziksel aktivite puanı elde edilmektedir.

Bulgular: Tutuklu/hükümlülerin yaş gruplarına göre fiziksel uygunluk düzeylerini karşılaştıran Kruskal Wallis analiz sonuçları 30 yaş ve altı (Sıra ort.= 303.78, n= 182), 31-40 yaş arası (Sıra ort.= 222.11, n= 185), 41 yaş ve üzeri (Sıra ort.= 114.98, n= 96) yaş grupları arasında anlamlı bir fark olduğunu, $\chi^2(2)= 127.18$, $p< .001$; fiziksel aktivite düzeyleri açısından da 30 yaş ve altı (Sıra ort.= 250.74, n= 182), 31-40 yaş arası (Sıra ort.= 224.67, n= 185), 41 yaş ve üzeri (Sıra ort.= 210.58, n= 96) yaş grupları arasında anlamlı fark olduğunu göstermiştir, $\chi^2(2)= 6.67$, $p< .05$.

Sonuç: Kapalı cezaevindeki tutuklu/hükümlülerin fiziksel aktivite ve fiziksel uygunluk düzeylerinin farklı olduğu ve yaş arttıkça, fiziksel aktivite ve uygunluk düzeylerinin düştüğü ortaya çıkmıştır.

Kaynaklar: Godin, G. & Shephard, R. J. (1985). A simple method to assess exercise behavior in the community. Canadian Journal of Applied Sport Science, 10(3), 141-146. Yerlisu Lapa T., Yağar G. (2015). Serbest Zaman Egzersiz Anketinin Türkçe Geçerlik Güvenirlik Çalışması, 2.Uluslararası Spor Bilimleri, Turizm ve Rekreasyon Öğrenci Kongresi, pp.74-75.

"Bu çalışma Mersin Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Birimi'nce 2017-2-TP2-2550 Proje Numarası ile desteklenmiştir".

The Level Of Physical Activity And Physical Fitness Of The Prisoners At Closed Penitentiary Institutions: The Sample Of Gaziantep Province

Introduction and Purpose: Considering the necessity to increase the level of physical activities and fitness of the society as a whole, it is aimed to detect the level of physical activity and fitness of the prisoners.

Method: The research was held by 454 male prisoners ($M_{age} = 34.05 \pm 8.66$), at Gaziantep Closed Penitentiary Institution. To collect data Physical Fitness Survey (PSS) and Leisure Time Exercise Survey (LTES) (Yerlisu & Lapa & Yağar, 2015), were used. Via PSS, a physical fitness score, which is calculated based on different parameters such as age, gender, height (cm), weight (kg), and maximum pulse rate; via LTES, a physical activity score, which is measured through the participants' number of weekly low, medium and light level physical activities, is found out.

Findings: Kruskal Wallis analysis results, reveal that there is an important difference ($\chi^2(2) = 127.18$, $p < .001$ as for physical fitness levels; $\chi^2(2) = 6.67$, $p < .05$ as for physical activity levels) between the age groups of 30 and younger ($M = 303.78$, $n = 82$ as for physical fitness level; $M = 250.74$, $n = 182$ as for physical activity level), between 31 and 40 ($M = 222.11$, $n = 185$ as for physical fitness level; mean: 224.67 , $n = 185$ as for physical activity level), and 41 and older ($M = 114.98$, $n = 96$ as for physical fitness level; $M = 210.58$, $n = 96$ as for physical activity level) both in terms of physical activity levels and physical fitness levels.

Result: The level of physical activity and physical fitness of prisoners are different, and that these levels decrease as the age increases.

References: Yerlisu Lapa T., Yağar G. (2015). Serbest Zaman Egzersiz Anketinin Türkçe Geçerlik Güvenirlik Çalışması, 2.Uluslararası Spor Bilimleri, Turizm ve Rekreasyon Öğrenci Kongresi, pp.74-75.

"This study was supported by the Research Fund of Mersin University in Turkey with Project Number: 2017-2-TP2-2550".

Genç Futbolcularda Alt Ekstremitte Sakatlık Geçmişi, Vücut Ağırlığı ve Bilateral Hamstring Eksantrik İmbalans Arasındaki İlişkiler

²Anıl Işık, ¹Gürcan Ünlü, ³Ömer Batın Gözübüyük, ²Turgay Aslanyürek, ⁴Can Becereli

¹Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü

²Acıbadem Sports, Sporcu Sağlığı Merkezi-FIFA Medical Center Of Excellence, İstanbul, Türkiye

³İstanbul Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Spor Hekimliği ABD

⁴Beşiktaş Futbol Akademisi, İstanbul, Türkiye

Email : anil.isik@acibademsports.com.tr, ugurcan@metu.edu.tr, omer.batin@gmail.com, aslanyurek_t@hotmail.com, canbereceli@gmail.com

Çalışmanın amacı 1) genç futbolcularda alt ekstremitte sakatlıklarının bilateral hamstring eksantrik kuvvet imbalanslar üzerine etkisini incelemek 2) hamstring eksantrik kuvvet imbalanslar(HSI), vücut ağırlığı(VA) ve sakatlık geçmişleri(SG) arasındaki ilişkileri araştırmaktır. Çalışmaya yaşları 14-19 aralığında olan 88 profesyonel futbol takımı alt yapı oyuncusu katılmıştır. Nordbord nordik hamstring kuvvet test yöntemi kullanılarak imbalans değerler elde edilmiştir. Kulüp doktorlarının raporları doğrultusunda sakatlık özgeçmişler değerlendirilmiş ve sporcularla yapılan görüşmelerle sakatlık geçmiş raporlarında doğruluk sağlanmıştır. Buna göre 88 sporcudan 22'sinde son iki yılda alt ekstremitte sakatlığı görülmüş(quadriceps,hamstring ve addüktör kaslar) 66 sında görülmemiştir. Bununla birlikte alt ekstremitte sakatlığı geçirmiş sporcuların %63'ünde(n=14) hamstring strain(HS) görüldüğü için HS bağımsız değişken olarak ayrıca ele alınmıştır. Sağ-sol hamstring pik güç farklılıkları imbalans değerler olarak kaydedilmiştir. Her iki etki analizi için ANOVA ve VA değişkeninin kontrol altına alındığı ANCOVA analizi sonucunda VA'nın HSI üzerindeki etkisi görülmesine karşın(p<0.05) alt ekstremitte sakatlanmaların eksantrik imbalans oluşturmadığı görülmüştür[F(1,85) =3.91, p<0.05 η^2 = .068], VA ile HSI arasında düşük düzeyde pozitif korelasyon görülmüştür(p<0.05, r=0.2-0.4). Bu çalışma bulguları alt ekstremitte sakatlıklarının hamstring kuvvet farklılıkları oluşturmadığı hipotezini destekler niteliktedir. Ayrıca hamstring sakatlıkları ile hamstring imbalans arasında bir ilişki bulunmamıştır. Bununla birlikte literatürde sıkça belirtildiği gibi bu çalışma da vücut ağırlığının bacak kuvvet imbalansı oluşturabileceği yönündedir. Anahtar kelimeler: hamstring imbalans, spor sakatlanmaları, futbol

The Relationship between Previous Lower Extremity Injury, Body Weight and Bilateral Eccentric Hamstring Strength Imbalance in Young Soccer Players

Investigate the effect of lower extremity (LE) injuries on bilateral hamstring eccentric strength imbalance (HSI) and to determine the relationship between body weight (BW) and HSI in young male soccer players. Eighty-eight young soccer players aged 14-19 in Turkey voluntarily participated in this study. Eccentric hamstring strength measurements were taken using NordBord® Hamstring Testing Device. In order to obtain LE backgrounds of the participants, individual interviews were administered to the players and the obtained data was verified through a review of previous injury records. While 22 (25%) out of 88 players reported LE injuries in the past two years (injured players - IP), the rest of them (75%) did not report any LE injuries (non-injured players - NP). HIS values as peak forces were computed by extracting weaker leg value from stronger leg value. Both the Analysis of Variance (ANOVA) and the Analysis of Covariance (ANCOVA) were performed controlling BW effect in order to test the effects of LE injuries on HSI. Correlation analysis was also conducted considering the previous research findings on the relationship between body weight and strength variables.

There was significant relationship between BW and HSI [($p < 0,05$) ($0.04 > r > 0.02$)] and non-significant results for HSI [$F(1,85) = 0.578$, $p > 0.05$]. However, the effect of BW was significant for HSI [$F(1,85) = 3.91$, $p < 0.05$, $\eta^2 = .068$]. This study supported the hypothesis that hamstring muscle strength imbalance is not affected by lower extremity injuries and body weight is a factor that may affect strength imbalance.

Keywords: Hamstring imbalance, lower extremity injuries, soccer

Fitnis Kulüplerine Üye Olan Sedanter Bireylerin Fiziksel Aktivite, Beslenme ve Öz Yeterlilik Düzeylerinin Belirlenmesi

¹Nevzat Demirci, ²Pervin Toptaş Demirci, ³Erdal Demirci

¹Mersin Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Mersin / Türkiye

²Mersin Üniversitesi Turizm Animasyon Bölümü, Mersin

³Kafkas Üniversitesi Sankamış Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kars

Email : nevzatdemirci44@hotmail.com, pervindemirci36@hotmail.com, erdaldemirci44@hotmail.com

Amaç: Bu çalışma uzun süreyle fitnis kulüplerine üye olan sedanter bireylerin fiziksel aktivite (FA), beslenme ve öz yeterlilik düzeylerinin belirlenmesi amacıyla planlanmıştır.

Metot: Toplam 80 katılımcı bireylerin beden kütle indeksleri (BKİ) karşılaştırarak obezite durumuna göre grup 1 (Aşırıkilolu-Obez (AO)), grup 2 (Normal Kilolu (NK)) olarak iki gruba ayrıldı. Tüm katılımcılar bir yıl süreyle izlendi. Araştırma FA, yeme alışkanlıkları, beslenme bilgisi ve öz yeterlik ile ilgili anket maddelerini içermektedir. Frekans, yüzdeler, ortalama ve standart sapmayı içeren tanımlayıcı istatistikler kullanıldı. FA, yeme alışkanlıkları, beslenme bilgisi ve öz-yeterlik arasındaki farklılıkları incelemek için T testi kullanıldı. İstatistiksel anlamlılık $P < 0.05$ olarak kabul edildi.

Bulgular: Katılımcıların yeme alışkanlıklarıyla ilgili olarak, AO grubu daha az sıklıkla kahvaltı ($P < 0.05$) ve aperatif ($P < 0.01$), daha fazla yemek yedi ($P < 0.01$). NK grupla karşılaştırıldığında yemek sırasında daha az arzu edilen davranışları gösterdi (erkeklerde $P < 0.05$). AO erkekler hafta içi veya hafta sonu daha az FA ($P < 0.01$) yaparken daha fazla hareketsiz ($P < 0.01$) zaman geçirdi. AO kadınlar hafta boyunca daha fazla yerinde oturdu ($P < 0.01$) ve NK gruba göre yürüme veya bisiklet sürmeye ($P < 0.05$) daha az zaman ayırdı. AO ve NK grubun beslenme bilgisi anlamlı olarak farklı değildi. Özellikle AO'de FA öz-yeterliliği NK grubuna göre anlamlı olarak daha düşüktü ($P < 0.01$).

Sonuç: Bu çalışma, AO ve NK bireyler arasındaki FA, yeme alışkanlıkları ve kendini etkilme arasındaki farklılıkları ortaya koymuştur. Uzun süreli fitnes kulüp üyelerinin FA, yeme alışkanlıkları, beslenme bilgisi ve öz yeterlik davranışı bir yıl süre içerisinde farklı gelişmeler gösterdi. FA sıklıkları o kadar düşüktü ki, sağlık açısından etkileri az olacaktır. Bireyler için obezite yönetimi programları, öz-yeterlik oranını artırmaya, yeme alışkanlıklarını değiştirmeye ve FA'yi arttırmaya odaklanmalıdır.

Keywords: Obezite, Fitnes, Fiziksel Aktivite, Beslenme Bilgisi, Öz Yeterlilik

The Determination of Physical Activity, Nutrition and Self-Sufficiency Levels of Sedanter Individuals who are Members of Fitness Clubs

Aim: This study was planned to determine the physical activity (PA), nutrition and self-efficacy levels of sedentary individuals who have long been members of fitness clubs.

Methods: A total of 80 participants were divided into two groups according to body mass index (BMI) according to their obesity status: Group 1 (overweight-obesity (OW)) and Group 2 (normal weight (NW)). All participants were watched for a year. The study includes questionnaires on PA, eating habits, nutrition knowledge and self-efficacy. Descriptive statistics including frequency, percentiles, mean and standard deviation were used. The T test was used to examine differences between PA, eating habits, nutrition knowledge and self-efficacy. Statistical significance was accepted as $P < 0.05$.

Results: Regarding participants' eating habits, the OW group was less frequent breakfast ($P < 0.05$) and snack ($P < 0.01$), ate more meals ($P < 0.01$). When compared with the NW group, they showed less desirable behavior during the meal ($P < 0.05$ for men). OW men spent less time ($P < 0.01$) during weekdays or weekends while doing less FA ($P < 0.01$). OW women sat more in the weekdays or weekends ($P < 0.01$) and spent less time walking or cycling ($P < 0.05$) than the NW group. The nutritional information of the OW and NW groups was not significantly different. Especially PA self-efficacy in OW was significantly lower than in NW group ($P < 0.01$).

Conclusion: This study revealed differences between PA, eating habits and self-efficacy between OW and NW individuals. PA, eating habits, nutrition knowledge and self-efficacy behaviors of long-term fitness club members showed different developments over a period of one year. The frequency of PA is so low that it will have less impact on health. Obesity management programs for individuals should focus on increasing the self-efficacy ratio, changing eating habits, and increasing the PA.

Keywords: Obesity, Fitness, Physical Activity, Nutrition Information, Self-Sufficiency

Düzenli Spor Yapan Spor Bilimleri Öğrencilerinin Sakatlanma Sıklığı

¹Bolat Gündüz, ¹Yağmur Akkoyunlu

¹Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya

Email : bolat.gunduz@dpu.edu.tr, yagmur.akkoyunlu@dpu.edu.tr

Düzenli Spor Yapan Spor Bilimleri Öğrencilerinin Sakatlanma Sıklığı

Giriş ve Amaç: Ne zaman sporu düşünsek, genellikle profesyonel sporları düşünürüz. Yetişkinler tarafından yapılan futbol, kayak veya atletik yarışmalar aklımıza gelir. Çoğu spor belirli yaş grubunun motor becerilerine uyarlanmadığı için çocuklar ve ergenler sakatlanmalar için belirli bir risk altındadır (Habelt 2011). Bu çalışmanın amacı düzenli spor yapan üniversite öğrencilerinin sakatlanma sıklıklarının araştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmamıza Dumlupınar Üniversitesi, Selçuk Üniversitesi, Uşak Üniversitesi ve Karadeniz Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri'nde 213 erkek, 94 bayan, yaş ortalaması 22,13 ± 2,253 olan toplam 307 (n=307) sporcu öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Sporculara cevaplamaları için sakatlanma ile ilgili farklı sorular içeren anket verilmiştir ve en doğru şekilde cevaplamaları istenmiştir. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistik, frekans analizi ve T test uygulanmıştır.

Bulgular: Çalışmaya katılan erkek ve kadın sporcular karşılaştırıldığında erkek sporcuların kadınlara göre daha fazla spor yaptığı belirlenmiş ve anlamlı fark bulunmuştur (t=3,275; p<0,05). Çalışmaya katılanların %15,3'ü kırık, %17,6'sı çıkık, %45'i burkulma, %17,9'u açık yara, %21,5'inde kas yırtığı, %24,8'i el bileğinden, %6,8'i dirsekten, %11,7'si omuzdan, %3,3'ü göğüs ve karından, %1,6 boyun, %3,9 yüz, %24,8 diz ve %51,4 ayak bölgesinden sakatlandığını bildirmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak, spor branşına göre eklem bölgelerine uygulanacak olan antrenman yöntemleri, sakatlıkları en aza indirebilir.

Kaynaklar: Habelt S., Hasler C. C., Steinbrück K., Majewski M., (2011): Sport Injuries in Adolescents, 6, 3(2), 18

The Frequency Of Injuries To Sport Science Student in Regular Sports

Introduction and Aim: When we think of sports, we usually think about professional sports. We think about football, skiing or athletic competitions being performed by adults. Most sports are performed, however, by children and adolescents (Habelt 2011). The aim of this study the frequency of injuries to sport science students in regular sports.

Method: In our study, 213 male and 94 female totally 307 (n=307) sport sciences students participated from Dumlupınar University, Usak University, Selcuk University and Karadeniz Technical University. For the respond, a questionnaire containing different questions about disability was given and they were asked to respond in the most accurate way. For the analysis of data, descriptive statistics, frequency analysis and indepeneces sample T Test was used.

Results: When male and female athletes participating in the study were compared, it was determined that male athletes performed more sports than women and a significant difference was found ($t=3,275$; $p<0,05$). Participants in this study, %15,3 broken, %17,6 discoloration, %45 sprain, %17,9 an open sore, %21,5 muscle tear, %24,8 wrist, %6,8 elbow, %11,7 shoulder, %3,3 chest and abdomen, %1,6 neck, %3,9 face, %24,8 knee and %51,4 injured in the foot area.

Conclusion: As a result of this study, the training methods to be applied to the joint regions according to the sports branch may reduce the injuries to the minimized.

References: Habelt S., Hasler C. C., Steinbrück K., Majewski M., (2011): Sport Injuries in Adolescents, 6, 3(2), 18

Ramazan Açlığının Vücut Kompozisyonu ve Toplam Vücut Suyu Üzerine Etkisi

¹Nigar Küçükkubas, ²Sultan Harbili, ³Ayda Karaca

¹Bozok Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Spor Yönetimi Bölümü, Yozgat

²Selçuk Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Konya

³Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Fiziksel Aktivite Ve Sağlık Anabilim Dalı, Ankara

Email : nigar.kucukkubas@hotmail.com, sharbili@selcuk.edu.tr, ayda@hacettepe.edu.tr

Giriş ve amaç: Ramazan ayı boyunca açlık veya vücut kompozisyonundaki değişimler nedeniyle birçok fiziksel ve fizyolojik parametrenin etkilendiği çalışmalarda gösterilmiştir. Bu çalışmanın amacı ramazan açlığının yetişkin erkeklerde toplam vücut suyu ve vücut kompozisyonu üzerine etkilerini incelemektir.

Metod: Araştırmaya 17 sağlıklı sedanter erkek (yaş=36.61±6.09 yıl; vücut ağırlığı=77.51±12.09; boy=175.14 ± 4.37 cm) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların vücut suyu ve vücut kompozisyonundaki değişimleri belirlemek için deri kıvrım kalınlığı (triceps, biceps, subskapula, suprailak, uyluk, abdomen ve baldır) çevre ölçümleri (karın ve kalça çevresi) ve Biyoelektrik İmpedans Analiz yöntemi (Tanita 401A, Jawon Segmental Body Composition Analyser) kullanılmıştır. Ölçümler ramazan başlangıcından iki gün önce, ramazanın 15. ve 28. günlerinde alınmıştır. Verilerin istatistiksel analizi için tekrarlayan ölçümlerde tek yönlü varyans analizi ve ikili karşılaştırmalarda Bonferroni düzeltmesi kullanılmıştır.

Bulgular: Ramazandan iki gün önce, Ramazanın 15. ve 28. günlerinde yapılan vücut ağırlığı, yağ kütlesi ve yüzdesi, yağsız vücut kütlesi, toplam deri kıvrımı kalınlığı, çevre ölçümü, vücut kütle indeksi ve toplam vücut suyu ölçümleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (p>0.05). Ramazandan iki gün önce, Ramazanın 15. ve 28. günlerinde alınan ölçümlere göre bulgular sırasıyla; Vücut Ağırlığı: 77.62±12.45, 77.17±12.07, 77.42±12.22 kg; BKİ: 25.20±3.56, 25.02±3.44, 25.16±3.47 kg/m²; Vücut Yağ Yüzdesi: 20.89±7.55, 19.78±6.85, 20.77±7.37; Toplam Vücut Suyu: 45.53±7.18, 44.76±4.14, 44.35±4.23 kg'dır (p>0.05).

Sonuç: Ramazan açlığı yetişkin erkeklerin vücut ağırlığı, yağ kitlesi, yağ yüzdesi, yağsız beden kütlesi, toplam deri kıvrım kalınlığı, çevre ölçümü, beden kütle indeksi ve toplam vücut suyu üzerinde anlamlı bir değişime neden olmamıştır.

Anahtar kelime: Ramazan açlığı, vücut kompozisyonu, toplam vücut suyu, Biyoelektrik İmpedans Analizi.

Effect Of Ramadan Fasting On Body Composition And Total Body Water

Introduction and purpose: During the Ramadan period, many studies were reported that physical and physiological parameters were affected by fasting relating with/or body composition changes. The purpose of the study is to determine the effects of Ramadan fasting on total body water and body composition.

Methods: 17 healthy sedentary men (age=36.61±6.09 years; body weight=77.51±12.09 kg; height=175.14±4.37 cm) participated voluntarily. Body fat percentage, total body water, skinfold thicknesses (triceps, biceps, subscapula, suprailiac, thigh, abdomen, calf), circumferences (abdomen and hip), body mass index, and Bioelectrical Impedance Analysis (Tanita 401A, Jawon Segmental Body

Composition Analyser) were repeated two days before, 15th and 28th day of Ramadan to follow anthropometric parameters changes. One- way repeated measures ANOVA was used in the statistical treatment of data. Bonferroni correction was used as post-hoc test to analyze the differences between measurement times.

Results: There were no significant differences in body weight, fat mass, fat percentage, lean body mass, total seven sites skinfold thicknesses, circumferences, body mass index, and total body water between two days before Ramadan fasting starts, 15th, and 28th days of Ramadan fasting ($p>0.05$). The findings of the Ramadan period; body weight: 77.62 ± 12.45 , 77.17 ± 12.07 , 77.42 ± 12.22 kg; BMI: 25.20 ± 3.56 , 25.02 ± 3.44 , 25.16 ± 3.47 kg/m²; Body Fat Percentage: 20.89 ± 7.55 , 19.78 ± 6.85 , 20.77 ± 7.37 ; Total Body Water: 45.53 ± 7.18 , 44.76 ± 4.14 , 44.35 ± 4.23 kg ($p>0.05$) two days before Ramadan, 15th, and 28th day of Ramadan respectively.

Conclusion: Ramadan fasting had no significant effect on body weight, fat mass, fat percentage, lean body mass, total seven skinfold thicknesses, circumferences, body mass index, and total body water.

Keywords: Ramadan fasting, body composition, total body water, Bioelectrical Impedance Analysis

PB921

Üniversite Öğrencilerinin Bazı Fiziksel Özellikleri İle Fiziksel Aktivite Düzeyleri, Sosyal Fizik Kaygı Düzeyi Ve Yaşam Doyumunun İlişkisinin Araştırılması

²Gözde Ersöz, ¹Yasemin Arı, ¹Erhan Kara, ¹İlker Özmutlu

¹Namık Kemal Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Tekirdağ

²Namık Kemal Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Tekirdağ *Investigating The Relationship Between Some Physical Characteristics With Social Physique Anxiety, Life Satisfaction And Physical Activity Level Of University Students*

Email : gozde0007@gmail.com, yari@nku.edu.tr, ekara@nku.edu.tr, iozmutlu@nku.edu.tr

Amaç: Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin bazı fiziksel özellikleri ile fiziksel aktivite düzeyleri, egzersiz davranışı, sosyal fizik kaygı düzeyi ve yaşam doyumunun ilişkisinin araştırılmasıdır. Yöntem: Araştırmaya lisans düzeyde öğrenim gören 18-26 yaş aralığında 76 üniversite öğrencisi (erkek= 39; $\chi_{yaş}$ = 21.46±1.60 ve nkadın= 37; $\chi_{yaş}$ = 19.94±1.33) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların sosyal fizik kaygı düzeylerini belirlemek amacıyla Sosyal Fizik Kaygı Envanteri, yaşam doyumunu düzeyini ortaya koymak amacıyla Yaşam Doyumu Ölçeği ve fiziksel aktiflik düzeylerini belirlemek amacıyla ise Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi üniversite öğrencilerine araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu ile birlikte yüzyüze uygulanmıştır. Araştırma grubunun fiziksel özelliklerini belirlemek üzere TANITA BC 545 N vücut analiz tartısı kullanılmıştır. Araştırmada ele alınan değişkenler arasındaki ilişki Pearson Korelasyonu ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Elde edilen verilere göre katılımcıların fiziksel aktivite düzeyleri ile vücut kitle indeksleri (VKI), sıvı, kas, kemik oranları ve metabolik değerler arasında pozitif; yağ oranı ve metabolik yaş arasında ise negatif ilişki bulunmuştur. Katılımcıların sosyal fizik kaygı düzeyleri ile yağ oranları arasında pozitif; sıvı oranları ve yaşam doyumları arasında ise negatif ilişki bulunmuştur.

Sonuç: Sonuç olarak üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivite düzeyinin artmasının onların fiziksel özelliklerine olumlu etki ettiğini; yağ oranı arttıkça öğrencilerin sosyal fizik kaygılarının da arttığını; yaşam doyumunu düşük olan bireylerin sosyal fizik kaygılarının daha fazla olduğunu söyleyebiliriz.

Anahtar Kelimeler: Sosyal fizik kaygı, yaşam doyumunu, fiziksel aktivite düzeyi

Investigating The Relationship Between Some Physical Characteristics With Social Physique Anxiety, Life Satisfaction And Physical Activity Level Of University Students

Aim: The purpose of this study investigating the relationship between some physical characteristics with social physique anxiety (SPA), life satisfaction and physical activity level (PAL) of university students.

Method: 76 university students (n_{male}=108; χ_{age} =19.71±1.39 and n_{female}=119; χ_{age} =19.10±1.24) voluntarily participated to this study. Social Physique Anxiety Scale, The Satisfaction with Life Scale, International Physical Activity Questionnaire and a personal information form were administered to all participants with assistance from the researcher.

TANİTA BC 545 N was used to determine the physical characteristics of the research group. Data was analysis by Pearson Corelation Analysis was used to test the relationship among variables.

Results: A positive relationship was observed between PAL and body mass index, fluid, bones and muscle ratios and metabolic values. On the other hand, a negative relationship was found between PAL and fat ratios and metabolic age. In addition, a positive relationship was found between social physique anxiety with fat ratios; a negative relationship was found between SPA with fluid ratios and life satisfaction.

Conclusion: As a result of this study, the increase of PAL in university students has a positive effect on their physical characteristics. The increase in fat ratio also causes an increase in SPA of the students. it can be argued that individuals with low life satisfaction have more social physical concerns.

Keywords: Social Physique Anxiety, Life Satisfaction, Physical Activity Level

SUNULMADI

Aktif Genç Kadınlarda Menstrual Döngünün Postural Stabilite Becerisine Etkilerinin Değerlendirilmesi

¹Özkan Güler, ¹Azize Diedhiou, ¹Fatma Neşe Sahin, ¹Gülfem Ersöz

¹Ankara Üniversitesi Ankara

Email : oguler@ankra.edu.tr, bingolazize@gmail.com, nedehome@hotmail.com, gersoz@ankara.edu.tr

Aktif Genç Kadınlarda Menstrual Döngünün Postural Stabilite Becerisine Etkilerinin Değerlendirilmesi

Giriş: Menstrüasyon kadın ve erkekler arasındaki temel biyolojik faktör olarak görülmektedir. Birçok çalışmada sakatlık görülme sıklığının kadın sporcularda, erkek sporculara göre daha yüksek olduğu belirtilmektedir. Önceki çalışmalarda postural stabilite ile sakatlık oranı arasında bir ilişki olduğu belirtilmektedir.

Amaç: Bu çalışmanın amacı fiziksel olarak aktif olan kadınlarda menstrual döngünün statik denge becerisine etkilerinin incelenmesidir.

Method: Çalışmaya düzenli olarak egzersiz yapan ve düzenli menstrual döngüye sahip (n=19, yaş: 20.4±1.2 yıl) genç kadınlar katıldı. Menstrual döngü 3 farklı faza ayrıldı. Static denge becerisi erken menstrual fazda, foliküler fazda ve luteal fazın ortasında ölçülmüştür. Dengenin ölçülmesi amacı ile Biodex SD Sistemi (Biodex, Shirley, NY) kullanıldı. Statik denge becerisi postural stability index protokolü ile ölçüldü. Tüm katılımcılara denge testi, çıplak ayak ile çift bacak ve gözler açık olarak ölçüldü. Test için katılımcılardan platform üzerine çıkmaları ve kendileri için en uygun ayak pozisyonunu almaları ve ayakta dik durmaları istendi. Testi öğrenme etkisini azaltmak amacı ile tüm katılımcılar testlerden önce bir hafta içinde 3 ayrı günde denge testini uyguladı

Sonuç: çalışmanın sonunda anterior-posterior salınım, medio-lateral salınım ve postural stabilite indeks skorları ile menstrual fazlar arasında bir farklılık görülmedi.(p<0.05)

Tartışma: aktif spor yapan kadınlarda denge becerisinin farklı menstrual dönemlerden etkilenmediği görülmektedir. Fakat menstrual dönemin luteal fazında kas ve eklem laksitesinin arttığı ve sakatlık riski olduğu bilinmektedir. Kadınlarda menstrual dönemde sakatlık riski artsa dahi bu riskin denge becerisinin bozulmasından kaynaklı olmadığı düşünülmektedir.

The Evaluation Of Postural Stability During The Menstrual Cycle in Active Woman

The menstrual cycle implies a basic difference in the biology of men and women. Several studies have demonstrated a higher incidence of sports related injuries among female athletes compared to male counterparts. Previous studies shows that there are relationship between postural stability and rate of injuries. Aim: The purpose of this study was to evaluate the change in static balance ability during the menstrual cycle among young active women. Method: The subjects were young active healthy women (n=19, age 20.4±1.2 years) with regular exercise and a normal menstrual cycle. Menstrual cycle were divided 3 phases. Postural stability index was measured in early menstrual phase, the follicular phase and mid luteal phase of the menstrual cycle. The Biodex SD (Biodex, Shirley, NY) Balance System was used to determine static balance ability. Static balance ability was measured by postural stability index protocol. All subjects were evaluated with their eyes open and double leg without footwear.

The subject were asked to step on the platform of the BSS and adopt comfortable position while maintaining stand position. To become familiar with postural stability testing on the BBS, subjects performed three practice testing sessions within a week. Result: The results of this study indicate that there were no differences in anterior-posterior sway, medio-lateral sway and postural stability index among three phases in active young woman($p<0.05$). Conclusion: In the consequence of this study, it has been found that postural stability index has not change among three phases in active young woman.. Despite, it is known that joint laxity increases in luteal phase even though there is no difference in postural stability among three phases. Therefore, postural stability may not be associated with high risk of injuries in female athletes.

The Effect Of Your Endurance Exercises In The Enzyme (CPK) And The Achievement Ran 1,500 Meters

¹Rahim Ruwyah Habib , ¹Mai Ali Aziz , ¹Suha Hafez Mahdi

¹Iraq

The athletics competition is one of the competitions that rely on the development of scientific and training programs to develop the level of sport and reach it to the upper levels. Each performance has its own specifications and requirements, including intermediate running events, including the 1500 meter running, which needs to develop some physical characteristics and special energy systems. It has to get the physiologic adjustment of the organs to perform and carry the effort during the race to achieve the best time. In this context, the problem of research was concentrated through the preparation of a special training curriculum including special endurance exercises and their impact on the study variables. The aim of the study was to study the effect of special endurance exercises in the CPK and 1500 meters, (One group) for the suitability of the nature of the research, and the sample was randomly selected from the research community represented by youth players clubs Diwaniyah province of power clubs in the run intermediate distances and the reconstruction of (18-19) year number (10) player for the year (2017). The researchers concluded that there was a positive relationship between the high rate of the enzyme (CPK) and the level of development of the achievement. The special endurance exercises led to the development of speed tolerance and the development of force which led to the development of achievement.

The Effect Of Hillside Exercises (Rise-Down) in Your Endurance And Some Physiological Variables And Achievement Ran 800 Meters

¹Rahim Ruwyah Habib, ¹Mai Ali Aziz , ¹Talib Shahd Ghanem

¹Iraq

The aim of the study was to identify the effect of the jogging exercises on the hills, the rise and fall of the special endurance (bearing speed - bearing strength), some physiological variables (lactic acid – Vo2max) and the completion of running 800 meters. In order to suit the nature of the research, the random sample was selected from the research community for the young contestants of Qadisiya governorate in the middle classes and in the age of 18-19 years and the number of (10) contestants for 2016-2017. The researchers concluded that there was a clear effect in the training of the hills prepared in the development of physical and physiological variables and achievement. The hill exercises affected up and down the tolerance of the lactic acid concentration in the blood, which led to fatigue and development of achievement. Through the conclusions, the researchers recommend the need to prepare training curricula in the public and private preparation stages on the highlands or hills to develop the physical and physiological variables of the various events of the pharmacists in addition to the need to prepare training curricula according to the physiological bases Junior, as well as knowledge of the experimental effect in the middle and ran long distances.

SUMULMADI

Sporcu Beslenmesi **Sport Nutrition**

Fitness Merkezlerinde Egzersiz Yapan Bireylerin Supplement Kullanımı İle İlgili Görüşlerinin Belirlenmesi

¹Barış Çavdar, ¹Yezdan Cinel, ¹Betül Bayazıt, ²Ozan Yılmaz

¹Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

²Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Kocaeli

Email : baris-cavdar@hotmail.com, yezdan.cinel@kocaeli.edu.tr, bayazitbetul@gmail.com, ozanyilmaz57@gmail.com

Bu çalışmanın amacı, fitness merkezlerinde düzenli egzersiz yapan bireylerin supplement kullanımı ile ilgili görüşlerini belirlemektir. Araştırmaya, Spora ve Wellness Club adlı iki ayrı fitness merkezinde haftada en az 3 gün, günde 1 saat düzenli egzersiz yapan, 25-32 yaş aralığında olan 20 erkek ve 20 kadın olmak üzere toplam 40 kişi katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, 29 sorudan oluşan supplement kullanımı ile ilgili ve 4 sorudan oluşan demografik bilgi formu olmak üzere toplam 33 soruluk anket uygulanmıştır. Çalışmada kullanılan anket araştırmacılar tarafından hazırlanmıştır. Veriler, Spora ve Wellness Club adlı iki ayrı fitness merkezine gidilerek birebir uygulanmıştır. Katılımcılar, çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Anketin uygulanmasından önce Spora ve Wellness Club yönetimlerinden gerekli izinler alındıktan sonra katılımcılar araştırmanın amacı ve içeriği hakkında bilgilendirilmiştir. Katılımcıların demografik durumları ve supplementler hakkındaki görüşlerine ait verilerin frekans ve yüzde değerlerine ilişkin dağılımları SPSS 19.0 paket programında değerlendirilerek tablo haline getirilmiştir. Elde edilen bulgular doğrultusunda, Fitness merkezlerinde egzersiz yapan bireylerin supplement kullanımları ile ilgili görüşleri incelendiğinde, katılımcıların 25'i (%62,5) supplementlerin yararlı olduğunu, 19'u (%47,5) supplementlerin kullanılmasının gerekli olduğunu, 26'sı (%65) hangi türde supplement kullandığını, 28'i (%70) supplement alımlarını neye ihtiyacı olduğunu bilerek tercihinin yaptığını, 25'i (%62,5) supplementlerin hangi dozlarda kullanılması gerektiğini ve 23'ü (%57,5) spor salonlarındaki eğitmenlerin supplementleri nasıl kullanabileceği hakkında kendisini yeterince bilgilendirdiklerini belirtmişleridir.

Anahtar Kelimeler: Fitness, egzersiz, supplement kullanımı

Determination Of The Opinions Of Supplement Use Of Exercise Individuals in Fitness Centers

The purpose of this study is to determine the opinions of individuals who exercise regularly in fitness centers on the use of supplement. A total of 40 people, 20 males and 20 females, aged between 25-32 years who exercise regularly for at least 3 days a week and two times a day at two different fitness centers called Spora and Wellness Club participated in this study. As a data collection tool in the research, a total of 33 questionnaires were applied to the use of the supplement consisting of 29 questions and a demographic information form consisting of 4 questions. The questionnaire used in the study was prepared by the researchers. Datas, two different fitness centers called Spora and Wellness Club were visited and applied individually. Participants voluntarily participated in the study After receiving the necessary permits from the Spora and Wellness Club authorities before the survey was implemented, participants were informed about the purpose and content of the research. The distributions of frequency and percentage values of the data regarding participants' demographic status and opinions about supplement were evaluated in the SPSS 19.0 package program and tabulated.

As a result of the findings, 25 (62.5%) of the participants were found to be beneficial when the supplement use of the exercise in the fitness centers was examined, 19 (47.5%) said that the use of supplements was necessary, 26 (65%) used what type of supplement, 28 (70%) prefer supplementary purchases, knowing what they need, 25 (62.5%) stated that the doses of the supplements should be used, and 23 (57.5%) stated that they were well informed about how the instructors at the sports halls could use the supplement.

Keywords: Fitness, exercise, supplement use

Futsal Oyuncularının Beslenme Durumunun Belirlenmesi

¹Beril Köse, ¹Esen Yeşil, ¹Tuğçe Çağlar, ¹Mürüvet Beyza Oğuz, ¹Simge Tuncer

¹Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Ankara

Email : berilyilmaz@baskent.edu.tr, esezer@baskent.edu.tr,

Giriş ve Amaç: Spora olan ilginin artması ile birlikte sporcu beslenmesi daha fazla merak edilen ve araştırılan bir konu haline gelmiştir. Sporcu beslenmesindeki hedef ise sporcunun antrenmana uyum sağlamasını ve antrenmanların etkilerini maksimuma çıkarmaktır. Son yılların popüler spor dallarından birisi olan futsal erkek ve kadın takımlar tarafından uluslararası platformlarda gerçekleştirilmektedir. Bu çalışmada amatör futsal takımının beslenme alışkanlıklarını saptanması amaçlanmıştır (1,2).

Yöntem: Araştırma; futsal takımında oynayan amatör 14 sporcu üzerine yapılmıştır. Bu sporculara ilişkin demografik bilgilerin, beslenme alışkanlıklarının, sporcu bilgilerinin elde edilmesi için bir anket formu uygulanmıştır. Anket formu, araştırmacı tarafından sporcularla yüz yüze görüşme tekniği ile doldurulmuştur. Günlük diyetle alınan enerji ve besin öğeleri, besin tüketim sıklığı anketi kullanılarak saptanmış ve Beslenme Bilgi Sistemi (BeBiS) programı kullanılarak hesaplanmıştır. Toplanan verilerin değerlendirilmesi, "SPSS 17.0" istatistik paket programı kullanılarak yapılmıştır.

Bulgular: Oyuncuların beden kütle indeksi (BKİ) ortalamaları $23.76 \pm 1.62 \text{ kg/m}^2$ olarak saptanmıştır. Sporcuların günlük ortalama enerji alımı 3208.46kcal bulunmuştur. Toplam enerjinin karbonhidrattan, proteinden ve yağdan gelen oranları sırasıyla; %37.1 %15.6 ve %47.1 olarak saptanmıştır. Sporcuların %87.5'inin aldıkları enerjinin %15 ve daha fazlasını protein oluşturmaktadır. Oyuncuların ortalama protein alım miktarı 1.68g/kg olarak hesaplanmıştır. Sporcuların günlük ortalama sıvı alımları 3617.7ml olarak bulunmuştur.

Sonuç: iyi bir performansın sağlanması için dengeli beslenme önemli bir faktördür. Sporcuların makro ve mikro besin öğelerinin gereksinimleri bireysel olarak değerlendirildikten sonra düzenli ve dengeli bir diyet ile karşılanmalıdır. Sporcuların beslenme bilgi düzeyi artırılmalıdır. Kaynaklar: 1.Barbero Alvarez JC , soto V. M, Barbero Alvarez V, Granda vera J. Match analysis and heart rate of futsal players during competition , journal of sports science 2010 . 2.Zorba E., Herkes İçin Spor ve Fiziksel Uygunluk, G.S.G.M. Eğitim Dairesi, Ankara, 1999.

Determination Of Nutrition Status Of Futsal Players

Introduction:The sports nutrition has become more curious and researched topic with the increasing interest in sports. The goal sports nutrition is to adapt to the training and maximize the effects of the training. Futsal is one of the popular sports branches of recent years.The aim of this study is determine nutrition status of amateur futsal team (1,2).

Method: Fourteen men who futsal players participated this study. They were interviewed using a structured questionnaire to obtain demographic information nutrition behaviors and sports information. This questionnaire form was administered by face to face interview method. Total energy, macro and micro nutrient consumption were evaluated by using food frequency questionnaire and analyzed the nutrition knowledge programme (BEBIS). Data were analyzed using SPSS 17.0. software.

Results: The mean body mass index (BMI) of players was 23.76 ± 1.62 kg/m². The percentages of carbohydrates, proteins and fats in total energy were 37.1%, 15.6% and 47.1%. It was stated that the percentage of protein in total energy intake was %15 and more in 87.5% of athletes. It was determined that players consumed 1.68 g/kg protein per day. The mean daily fluid intake of the athletes was found as 3617.7 ml.

Conclusion: Balanced nutrition is an important factor for a good performance. The requirements of athletes should be assessed individually and than these requirements should be provided with a regular and balanced diet.

References 1. Barbero-Alvarez JC, Soto VM, Barbero-Alvarez V, Granda-Vera J. Match analysis and heart rate of futsal players during competition, *Journal of Sports Sciences*, January 1st 2008; 26(1): 63 – 73 2. Zorba E., Herkes İçin Spor ve Fiziksel Uygunluk, G.S.G.M. Eğitim Dairesi, Ankara, 1999.

Farklı Spor Dallarındaki Adölesan Sporcuların Beslenme Durumunun Değerlendirilmesi

¹Tuğba Kocahan, ¹Aslıhan Nefes, ¹Ebru Arslanoğlu

¹Gençlik Ve Spor Bakanlığı Spor Genel Müdürlüğü Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı, Ankara

Email : tugba.kocahan@sgm.gov.tr, aslihan.nefes@sgm.gov.tr, ebru.arslanoglu@sgm.gov.tr

Giriş ve Amaç: Sporcular sağlıklarını korumak, antrenmanın etkilerini maksimum düzeye çıkarmak için yeterli ve dengeli beslenmelidir. Buna rağmen birçok sporcu günlük enerji ve besin ögesi gereksinimlerini karşılayamamaktadır. Adölesan dönemdeki sporcularda D vitamini, demir, kalsiyum, magnezyum, çinko gibi vitamin ve minerallerin yetersizliği sık görülmektedir. Günlük enerji gereksiniminin karşılanamadığı durumlarda sakatlık, stres kırığı, kadın sporcu üçlemesi gibi durumlarla karşılaşmaktadır. Bu çalışma, adölesan sporcuların beslenme durumunun değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Çalışmaya farklı spor dallarında müsabakalara katılan 102 sporcu (56 erkek, 46 kadın) dahil edilmiştir. Kadın sporcuların; ortalama yaşı 14.5 ± 1.9 yıl, vücut ağırlığı 54.9 ± 9.1 kg, antrenman yaşı 8.6 ± 4.9 yıldır. Erkek sporcuların ise; ortalama yaşı 14.4 ± 1.8 yıl, vücut ağırlığı 61.1 ± 13.9 kg, antrenman yaşı 8.2 ± 3.7 yıldır. '24 Saatlik Geriye Dönük Besin Tüketim Kaydı' yüz yüze görüşme yöntemiyle alınarak beslenme durumları saptanmıştır. Günlük toplam enerji ve besin ögesi miktarları Beslenme Bilgi Sistemi (BeBiS 7.2) programında değerlendirilmiştir. Verilerin istatistiksel analizi için SPSS 20.0 İstatistik paket programı kullanılmış, ortalama(X) ve standart sapma (SD) değerleri çalışmamızda kullanılmıştır.

Bulgular: Günlük ortalama enerji alımı kadın sporcularda 1815 ± 636 kkal, erkek sporcularda 2371 ± 825 kkal'dir. Çalışmaya katılan erkek sporcuların günlük ortalama karbonhidrat tüketimi 4.1 g/kg iken, kadın sporcuların 3.3 g/kg'dır. Enerjinin karbonhidrattan gelen yüzdesi erkeklerde 42.9 ± 7.7 , kadınlarda 40.0 ± 9.3 'tür. Enerjinin yağdan gelen yüzdesi ise erkeklerde 39.3 ± 6.4 , kadınlarda 42.7 ± 8.3 'tür. Erkek sporcuların günlük ortalama protein tüketimi 1.6 g/kg iken, kadın sporcuların 1.4 g/kg'dır. Erkek sporcular günlük kalsiyum gereksinimlerinin %59.7'sini, kadın sporcular ise %53.6'sını karşılayabildi.

Sonuç: Çalışmaya katılan sporcuların ortalama günlük enerji, karbonhidrat, kalsiyum, magnezyum ve demir alım düzeyleri önerilen miktarların altında; yağ ve sodyum alım düzeyleri ise günlük önerilen miktarların üzerindeydi. Sporcuların büyüme ve gelişmelerinin devam etmesi ve optimal spor performansına ulaşabilmeleri için yeterli ve dengeli beslenmeleri gerekmektedir. Sportif başarıya ulaşılabilmesi için spor diyetisyeni tarafından spor beslenmesi eğitimleri planlanmalı, gerekli durumlarda bireysel danışmanlık hizmeti verilmelidir.

Anahtar kelimeler: Adölesan Sporcu, Beslenme Durumu

Evaluation Of Nutritional Status Of Adolescent Athletes in Different Branches

Introduction: To protect the health and to maximize the effects of the training, adequate and balanced nutrition should be provided for athletes. However, many athletes are unable to meet daily energy and nutrient requirements. Vitamin D, iron, calcium, magnesium and zinc inadequacy in the adolescent athletes is common.

When intake do not meet daily energy requirement, situations such as disability, stress fractures and female athlete triad are encountered.

Objective: This study was conducted to evaluate the nutritional status of adolescent athletes.

Methods: 102 athletes who competes in different sports branches (56 male, 46 female) were included to the study. '24-Hour Retrospective Food Consumption Record' was obtained by face-to-face interview method and nutritional status was determined. Daily total energy and nutrient intake were assessed in the Nutrition Information System (BeBiS 7.2) program. SPSS 20.0 Statistical Package Program was used for statistical analysis of the data. Mean (X), standard deviation (SD) were used for analysis of the data.

Results: Daily average energy intake was 1815 ± 636 kcal for female athletes and 2371 ± 825 kcal for male athletes. The percentage of energy coming from carbohydrates were $42.9 \pm 7.7\%$ in males and $40.0 \pm 9.3\%$ in females. The percentage of energy from fat is $39.3 \pm 6.4\%$ for males and $42.7 \pm 8.3\%$ for females. The average daily protein consumption of male athletes was 1.6 g/kg, while female athletes' were 1.4 g/kg. Male athletes consumed 59.7% of the daily calcium requirements whereas female athletes consumed 53.6% of the requirement.

Conclusion: Daily average intake of the energy, carbohydrate, calcium, magnesium and iron levels of the athletes in the study were below the recommended levels; intake levels of fat and sodium were above the daily recommended levels. To achieve optimal sports performance, adequate and balanced nutrition should be planned by a sports dietitian for the adolescent athletes and personal nutritional counselling should be provided when needed.

Keywords: Adolescent Athletes, Nutritional Status

Farklı Spor Dallarındaki Sporculara Verilen ‘Spor Beslenmesi’ Eğitiminin Etkinliğinin Değerlendirilmesi

¹Tuğba Kocahan, ¹Ebru Arslanoğlu, ¹Aslıhan Nefes

¹Gençlik ve Spor Bakanlığı Spor Genel Müdürlüğü Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı, Ankara

Email : tugba.kocahan@sgm.gov.tr, ebru_arslanoglu@hotmail.com, aslihannefes@gmail.com

Giriş ve Amaç: Sporcuların yeterli ve dengeli beslenmeleri, hem sporcu sağlığı hem de spor performansı için önemlidir. Özellikle adölesan dönemde, spor beslenmesi konusunda verilecek eğitimlerle sporcuların bilgi düzeyleri artırılabilmekte ve sporcularda davranış değişikliği sağlanabilmektedir. Bu çalışma, Sporcu Eğitim Merkezlerinde kalan 14-18 yaş arası sporculara spor beslenmesi konusunda verilen eğitimin etkinliğinin değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Bu çalışmaya Sporcu Eğitim Merkezlerinde (SEM) kalan; atletizm, güreş, halter, judo ve kayak spor dallarında müsabakalara katılan toplam 227 (n=31 kadın, n= 196 erkek) sporcu katılmıştır. Sporcuların yaş ortalamaları 14.5±1.3 yıldır. Araştırma deseni; tek gruplu ön-test-son-test modeline göre yapılandırılmıştır. Konu ile ilgili ulusal ve uluslararası çalışmalar incelenerek soru havuzu oluşturulmuştur. Daha sonra araştırmada veri toplama aracı olarak kullanılan 10 sorudan oluşan ön test ve son test araştırmacılar tarafından geliştirilmiştir. Sporcu Eğitim Merkezi’ndeki sporculara yönelik ‘Sporcu Sağlığı Eğitimi’ projesi kapsamında verilen ‘Spor Beslenmesi’ eğitimi öncesinde ve sonrasında ön test ve son test uygulanmıştır. Eğitimden önceki ve sonraki değişkenlerin arasında fark olup olmadığı test edilirken Wilcoxon İşaret Testi uygulanmıştır.

Bulgular: Sporcuların ön test ve son test puan ortalamalarının sırasıyla 7.74±1.59 ve 8.97±1.18 olduğu ve bu artışın istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulundu (p<0.05). Spor dallarına göre ön test-son test puan ortalamaları değerlendirildiğinde; atletizm, güreş, judo ve kayak branşlarındaki sporcuların son test puan artışları istatistiksel olarak anlamlıydı. Sporcuların cinsiyetine göre ön test-son test puan ortalamalarına bakıldığında ise; hem kadın hem de erkek sporcuların eğitim sonrası puan ortalamalarında anlamlı bir artış olduğu bulundu (p<0.05).

Sonuç: Sporcu Eğitim Merkezlerinde kalan sporculara verilen spor beslenmesi eğitiminin etkin olduğu, sporcuların eğitim sonrasında bilgi düzeylerindeki artışın anlamlı olduğu bulunmuştur.

Anahtar kelimeler: spor beslenmesi, eğitim

Evaluation Of The Effectiveness Of ‘Sports Nutrition’ Education Given To Athletes From Various Sports

Introduction and Objectives: Athletes' adequate and balanced nutrition is crucial for both sportive health and sports performance. Especially in adolescence, athletes' knowledge can be improved and behavioral changes can be achieved via education on sports nutrition. The aim of this study is to evaluate the effectiveness of the education on sports nutrition given to athletes aged between 14-18 who are staying in Sporcu Eğitim Merkezi (SEM).

Methods: This study includes a total of 227 (n=31 female, n=196 male) athletes who compete in athletics, wrestling, weightlifting, judo, skiing who are staying in AECs. Age average of the athletes is 14.5 ± 1.3 years. Research design is modified according to pre-test - post-test model. Firstly, a question bank is formed by making a literature survey including national and international studies. Then, pre-test and post-test are developed including 10 questions which are used as a data gathering method. Pre-test and Post-test are applied before and after the education on Sports Nutrition included in the project 'Athlete Health Education' for the athletes in AECs. Wilcoxon signed rank test is applied for evaluating the difference between the variables before and after the education.

Results: The mean scores of pre-test and post-tests of the athletes were 7.74 ± 1.59 and 8.97 ± 1.18 respectively, and this increase was found statistically significant ($p < 0.05$). The analysis of pre-test and post-test mean scores of athletes showed that the increase in scores of athletes in athletics, wrestling, judo and skiing were statistically significant. The analysis of pre-test and post-test mean scores of athletes in different genders showed that there is an increase for both female and male athletes after the education, which was statistically significant ($p < 0.05$).

Conclusion: As a result, it is concluded that the education of athletes who stay in SEMs is efficient and provided statistically significant knowledge enhancement.

Keywords: Sports Nutrition, Education

Spor ve Sağlık **Sports and Health**

Erişkinlerde Kan Basıncı İle Vücut Kütle İndeksi İlişkisi

¹Bekir Mendes, ²Eda Mendes

¹Gaziantep Üniversitesi BESYO, Gaziantep

²Sevinç Bahattin Teymur İHOO, Gaziantep

Email : zeynimendes@hotmail.com, e_d_a_m_e_n_d_e_s@hotmail.com

Bu çalışmada, erişkinlerde obezitenin tespitinde kullanılan vücut kütle indeksi (VKI) ile sistolik ve diyastolik kan basıncı ilişkisinin cinsiyete göre nasıl bir değişim gösterdiği incelendi. Yaş ortalaması 20.70 yıl olan 60 erkek ile yaş ortalaması 21.50 yıl olan 60 kadın olmak üzere toplam 120 bireyin ölçümleri değerlendirildi. Bireylerin; cinsiyet, yaş, boy, vücut ağırlığı, sistolik ve diyastolik kan basıncı ölçümleri standart prosedüre göre yapıldı. Grupların VKI ve kan basıncı değerlerinin karşılaştırılmasında bağımsız t-testi, VKI değerleri ile kan basıncı ilişkisinin belirlenmesinde, pearson korelasyon analizi tekniğinden yararlanıldı. Her grupta, sistolik ve diyastolik kan basıncı arasında yapılan t-testi sonucuna göre, erkekler lehine $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı sonuç elde edilirken, her iki grupta VKI değerleri anlamlı bulunmadı. Pearson korelasyon testi sonucuna göre, VKI ile diyastolik kan basıncı arasında yüksek düzeyde bir ilişki tespit edilirken ($p=0.013$) ($r=0.271$); sistolik kan basıncı arasında düşük düzeyde bir ilişki tespit edildi ($p=0.003$) ($r=0.225$). VKI ile sistolik ve diyastolik kan basıncı değerlerinin yıllara göre değişim göstereceği göz önünde bulundurularak belli aralarla tekrarlanan çalışmalara gereksinim vardır. Anahtar Kelimeler: Erişkin, kan basıncı, obezite

The Relation Between Blood Pressure And Body Mass Index in Adults

In this study, the relation between systolic-diastolic blood pressure and body mass index that was used in determining obesity was investigated in term of sex differences. Totally 120 individual were participated in the study (male, n: 60, age: 20.70 years; female, n: 60, age: 21.50 years). Measurements that were sex, age, height, weight, blood pressure were carried out for standardized procedures. Comparison between body mass index and blood pressure parameters of groups analyzed with independent samples t test, correlation between body mass index and blood pressure parameters analyzed with Pearson correlation. In systolic and diastolic blood pressure, significant differences were found in sex variable in terms of male subjects ($p < 0.05$), while there was no significance in body mass index in sex variable ($p > 0.05$). According to Pearson correlation test, there was significant relation between body mass index and diastolic blood pressure ($p = 0.013$) ($r = 0.271$), and systolic blood pressure ($p=0.003$) ($r = 0.225$). When considering on body mass index and blood pressures show differing time, it could be required repeated measuring studies on the correlation of body mass index and blood pressure.

Keywords: Adult, Blood pressure, Obesity

Avrupa Üniversiteler Futsal Şampiyonası'nda Spor Alanlarının Fiziki Şartlarının Yaralanmalar Üzerindeki Etkisi

¹Tuba Denizci, ²Murat Çalbıyık, ¹Faruk Yamaner

¹Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Çorum

²Hitit Üniversitesi Tıp Fakültesi Çorum

Email : tubadenizci@gmail.com, drmuratcalbiyik@hotmail.com, yamanerf@hotmail.com

Amaç:Bu çalışmanın amacı Futsal müsabakalarında sahanın fiziksel özelliklerinin yaralanmalara etkisinin retrospektif olarak araştırılmasıdır.

Yöntem:9-17 Temmuz 2017 tarihleri arasında yapılan 11. Avrupa Üniversiteler FUTSAL Şampiyonası 10 ülkeden toplam 18 takım(10 erkek,7 bayan) katılmıştır.8 gün süren ortalama 216 sporcu ile oynanan 3472 dakika süren 56 maçta meydana gelen spor yaralanmaları ve mekanizmaları retrospektif olarak incelenmiştir.Araştırmaya yaralanma sonucu maçlardan uzak kalan sporcular dahil edildi.Sporcuların sağlık veri kayıtları hastane kayıtlarından alındı ve maç video kayıtları incelendi sonuçları değerlendirildi.

Bulgular:Müsabakalar ahşap ve pvc zemin olan iki ayrı sahada gerçekleşmiştir. 3 oyuncuda ayağın yerden temasının kesilmemesi, 3 oyuncuda kayma sonucu ve 1 oyuncuda ise çarpışma sonucu gerçekleşen toplamda 7 ciddi yaralanma gerçekleşti. Ayağın temasının kesilememesi sonucu ;aşıl tendon rüptürü, ayak bileği distorsiyonu, metakarpıtta fissür + 4. Falanks kırığıdır. Kayarak düşme sonucu ; 1 oyuncuda el 3 ve 4. falanksta fissür, 2 oyuncuda diz travması sonucu hemartroz ve kollateral bağ lezyonu ve çarpışma sonucu ise 1 oyuncuda ise omuz travması sonucu akut yumuşak doku yaralanması gerçekleşmiştir. Yaralanmaların 6' sı ahşap zemin olan sahada gerçekleşmiş ve oyunculardan 5' i müsabakalara devam edememiştir.Maç başına düşen yaralanma sıklığı 0,12 ve maç saati başına düşen yaralanma sıklığı ise 0,121 dir. Yaralanmalar ilk ve ikinci yarının ilk 10 dakikasında gelişmiştir.Yaralanmaların oluş mekanizması ve sıklığı incelendiğinde 3 vakanın (% 42,8) ayağın yere yapışması ve 2 vakanın (% 28,6) kayarak düşme sonucu oluşması neticesinde sahanın yapım onarım şartnameleri araştırılmıştır. Müsabakalar öncesi son 15 günün sıcaklık ortalaması 31.5° idi ve sahanın havalandırma sistemleri çalışmıyordu. Sahanın şartnamesinde saha güvenliği ve sporcu sağlığı üzerine hiçbir standartın olmadığı görülmüştür.

Sonuç: Kapalı sahaların zeminleri EN 14904 standartına uygun yapılmalı ve bu standartta belirtilen testler yetkili birim tarafından yapıldıktan sonra teslim edilmelidir. Spor sahalarının fiziki şartlarının da en az ayakkabı seçiminin sahaya uygun seçilmesi kadar önemlidir. Standartlara uygun spor alanları bu müsabakalar sırasında yaşanan bu yaralanmalar daha minime indirilebilir.

The impact of the physical conditions of sports fields on injuries in the European Universities Futsal Championship

Objectives:The purpose of this study is to retrospectively investigate the injury effects of the physical characteristics of the field in Futsal competitions.

Methods: The 1st European Universities FUTSAL Championship between 9-17 July 2017 has participated in a total of 18 teams (10 men, 7 women) from 10 countries. The sports injuries and mechanics of 56 matches played with 216 athletes for 8 days and 3472 minutes were reviewed retrospectively. The survey included athletes who remained away from injuries to injuries. The health data of the athletes were taken from the hospital records and the results of the match video recordings were evaluated.

Results: The competitions were performed in two separate areas with wooden and pvc floors. 7 serious injuries occurred totally. 3 players were unable to take off the foot from the floor. 3 players slipped down and 1 player was injured collision. By the result of taking off the foot from the floor; achilles tendon rupture, ankle distortion, metacarpal fissure and 4 phalanges fracture occurred. By the result of slipping down; 2 players had hemarthrosis, players collateral ligament lesion with knee trauma, 1 player had acute soft tissue injury resulting in shoulder trauma. Six of the injuries occurred on the wooden floor and 5 of the players couldn't continue playing. The frequency of injury per match is 0.12 and the frequency of injuries per match hour is 0.121. The injuries developed in the first 10 minutes of the first and second half. When the mechanism and frequency of the injuries were examined, 3 cases occurred by the foot adherence (42.8%) and 2 cases occurred by slipping down (28.6%). For this reason the conditions of repair and construction of the field was investigated. The temperature average for the last 15 days before the competition was 31.5 ° and the field ventilation systems weren't working. It has been found that there is no standard on field safety and athlete health in the case specifications.

Conclusion: Grounds of closed areas must be constructed in accordance with EN14904 standard and should be used after controlling by the authorized unit. The physical conditions of the sports fields are as important as the selection of the trainer. These injuries can be reduced to a much smaller extent during sports events in accordance with the standards.

Farklı Egzersiz Türlerinin Over Rezervi Üzerine Olumsuz Etkisi

¹Güner Çiçek, ²Ümit Görkem, ¹Faruk Yamaner, ¹Abdullah Güllü, ¹Esin Güllü

¹Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum

²Hitit Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Kadın Hastalıkları Ve Doğum Anabilim Dalı, Çorum

Email : gunercicek@gmail.com, drumitgorkem@hotmail.com, yamanerf@hotmail.com, abdgullu@hotmail.com, gullu.esn@gmail.com

Giriş ve amaç: Bu çalışmada, farklı egzersiz türlerinin sedanter kadınların over rezervi üzerine olan olumsuz etkisini belirlemek amaçlanmıştır. **Yöntem:** Çalışmaya kabul edilme kriterlerini karşılayan toplam 40 sedanter kadın, aerobik egzersiz (AE; n=20; yaş: 33.0±2.0 yıl) ve kuvvet egzersiz (KE; n=20; yaş: 32.7±2.1 yıl) grupları olarak kategorize edildiler. Her iki gruptaki katılımcılara 16 hafta boyunca haftada 4 gün olmak üzere şiddeti %60-70 olan 60 dakikalık iki farklı egzersiz uygulandı. Katılımcıların egzersiz öncesi ve sonrası antropometrik (vücut ağırlığı, BKİ, bel ve kalça çevresi, BKO) ve over rezervi belirteci olarak kullanılan anti-müllerian hormon (AMH), estradiol (E2), follikül uyarıcı hormon (FSH) ve luteinize edici hormon (LH) düzeyleri ölçüldü. Bu parametrelerin karşılaştırılma analizlerine 0.05 düzeyinde bakıldı. **Bulgular:** AE ve KE gruplarının ortalama fiziksel, antropometrik ve biyokimyasal parametreleri istatistiksel olarak benzerdi. Egzersiz programından sonra, her iki grubun vücut ağırlığı, BKİ, BKO, bel ve kalça çevresi değerlerinde anlamlı düzeyde azalma gözlemlendi (p<0.05). AE grubunun AMH, E2, FSH ve LH düzeylerinin karşılaştırmalarında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (p>0.05). KE grubunda ise AMH düzeyinde azalma olduğu (p<0.05), ancak FSH, E2 ve LH düzeylerinde ise artma olduğu tespit edildi (p<0.05). **Sonuç:** Kuvvet egzersizi serum AMH düzeyinde azalmayı ve serum FSH düzeyinde ise artışı tetiklemektedir. Bu nedenle, kuvvet egzersiz uygulamalarının özellikle az over rezervi değerlerine sahip kadınlar üzerinde doğurganlık açısından olumsuz sonuçlara neden olabilir. **Anahtar kelimeler:** Egzersiz, sedanter kadın, over rezervi, biyokimyasal parametre

Kaynaklar 1-Kristensen SL, Ramlau-Hansen CH, Andersen CY, et al. The association between circulating levels of antimüllerian hormone and follicle number, androgens, and menstrual cycle characteristics in young women. *Fertil Steril* 2012; 97: 779–85 2-Shaw CM, Stanczyk FZ, Eggleston BL, et al.. Serum antimüllerian hormone in healthy premenopausal women. *Fertil Steril* 2011; 95: 2718–21 3-Dölleman M, Verschuren WM, Eijkemans MJ, et al. Reproductive and lifestyle determinants of anti-müllerian hormone in a large population-based study. *J Clin Endocrinol Metab* 2013; 98: 2106–15.

Adverse Effect Of Different Exercise Types On Ovarian Reserve

Introduction and Aim: In this study, it was aimed to determine the negative effect of different types of exercise on ovarian reserve of sedentary women. **Methods:** A total of 40 sedentary women who met the criteria for admission to work were categorized as aerobic exercise (AE; n:20; age: 33.0±2.0 years old) and strength exercise (SE; n:20; age: 32.7±2.1 years old) groups. Participants in both groups received two different exercises of 60-minute with an intensity of 60-70% for 16 weeks and 4 days per week. Participants' anthropometric (body weight, BMI, waist and hip circumference, BKO), and antimüllerian hormone (AMH), estradiol (E2), follicle stimulating hormone (FSH), and luteinizing hormone (LH) levels, which used as over-reserve indicators, were measured for before and after exercise. Comparisons of these parameters were evaluated at 0.05 levels. **Results:** The mean of physical, anthropometric and biochemical parameters of the AE and SE groups were statistically similar. After exercise program, body weight, BMI, WHR, waist and hip circumference values of both groups were significantly decreased (p<0.05). There was no significant correlation between AMH, E2, FSH and LH levels of the AE group (p>0.05).

In the SE group, there was a decrease in AHM level ($p<0.05$) but an increase in FSH, E2 and LH levels ($p<0.05$). Conclusion: Strength exercise triggers to decrease in serum AMH levels and to increase in serum FSH levels. For this reason, strength exercise practices can have negative consequences for fertility, especially for women with lower ovarian reserve values.

Keywords: Exercise, Sedentary Woman, Ovarian Reserve, Biochemical Parameter

Adölesan Başüstü Sporcularda Rotator Kılıf Tendon Kalınlıkları ve Subakromial Aralığın Cinsiyete Göre Değişimi

¹Hande Güney-Deniz, ¹Gülcan Harput, ²Uğur Toprak, ³Filiz Çolakoğlu, ⁴Gül Baltacı

¹Hacettepe Üniveristesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara

²Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Eskişehir

³Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

⁴Özel Güven Hastanesi, Ankara

Email : hande.guney@hacettepe.edu.tr

Giriş ve Amaç: Omuz sıkışma sendromuna yol açan instrinsik mekanizma rotator kılıf tendon kalınlığındaki artış olarak, ekstrinsik mekanizma ise subakromial aralıkta (SAA) daralma olarak tanımlanmaktadır. Bu çalışmanın amacı adölesan başüstü sporcularda rotator kılıf tendon kalınlıkları ile SAA' nın cinsiyete göre değişimini incelemektir.

Yöntem: Çalışmaya asemptomatik 56 başüstü sporcu (yaş: 15.9±1.1 yıl, VKİ: 21.1±2.5 kg/m²) dahil edildi. Ultrason görüntüleme ile supraspinatus, infraspinatus tendon kalınlıkları ve SAA değerlendirildi. Ölçümler dominant (atıcı omuz) ve diğer taraf olacak şekilde yapıldı. Parametrelerin cinsiyete bağlı değişiminin analizinde bağımsız t-testi kullanıldı.

Bulgular: Kadın ve erkek sporcular arasında SAA benzer bulundu (p=0.373). Dominant (p=0.001) ve diğer taraf (p=0.003) supraspinatus tendon kalınlığı kadın sporcularda daha fazla bulunurken, dominant (p<0.001) ve diğer taraf (p=0.022) infraspinatus tendon kalınlığı erkek sporcularda daha fazla bulundu.

Sonuç: Supraspinatus tendon kalınlığı kadın sporcularda fazla olması ilerleyen dönemlerde bu sporcuların eksternal sıkışma sendromuna daha yatkın olabileceğini, infraspinatus tendon kalınlığının erkek sporcularda daha fazla olması ise bu sporcularda posterior omuz kompleksinde gerginlik veya internal sıkışma sendromu riskinin daha fazla olabileceğini göstermektedir. Sağlık ekibi elemanlarının, koruyucu rehabilitasyon uygulamaları ile sporcuların risklerini doğru analiz edip erken müdahale etmeleri gerekmektedir.

Kaynaklar: 1. Michener L, Yesilyaprak SSS, Seitz AL, Timmons MK, Walsworth MK. Supraspinatus tendon and subacromial space parameters measured on ultrasonographic imaging in subacromial impingement syndrome. Knee Surg Sports Traumatol Arthrosc, 2015;23(2):363-9.

2. Harput G, Guney H, Toprak U, Kaya T, Colakoglu FF, Baltaci G. Shoulder-Rotator Strength, Range of Motion, and Acromiohumeral Distance in Asymptomatic Adolescent Volleyball Attackers. J Athl Train. 2016 Sep;51(9):733-738.

Gender Related Differences in Rotator Cuff Tendon Thickness And Subacromial Space Width in Asymptomatic Overhead Athletes

Introduction and aim: The intrinsic mechanism leading to shoulder impingement syndrome is defined as the increase in the thickness of the rotator cuff tendons, and the extrinsic mechanism is defined as the decrease in the subacromial space (SAS). The aim of this study was to investigate the gender related differences in rotator cuff tendon thickness and SAS in adolescent overhead athletes.

Methods: Fifty-six asymptomatic overhead athletes were included (age: 15.9 ± 1.1 years, BMI: 21.1 ± 2.5 kg / m²) in the study. Supraspinatus and infraspinatus tendon thickness and SAS were evaluated by ultrasonography. The measurements were repeated on the dominant (throwing shoulder) and the other side. Independent t-test was used to analyze the gender-related differences of the parameters.

Results: SAS was similar between male and female athletes ($p = 0.373$). Supraspinatus tendons were thicker on both dominant ($p = 0.001$) and the other side ($p = 0.003$) in female athletes compared to male athletes. The infraspinatus tendons on both dominant ($p < 0.001$) and the other side ($p = 0.022$) were thicker in male athletes than female athletes.

Conclusion: The thicker supraspinatus tendon in female athletes might be a future indicator for the external impingement syndrome. The thicker infraspinatus tendon in male athletes might indicate a risk of posterior shoulder complex tightness or internal impingement syndrome. Healthcare team members need to analyze the injury risks factors of the athletes through preventive rehabilitation principals.

References 1. Michener L, Yesilyaprak SSS, Seitz AL, Timmons MK, Walsworth MK. Supraspinatus tendon and subacromial space parameters measured on ultrasonographic imaging in subacromial impingement syndrome. *Knee Surg Sports Traumatol Arthrosc*, 2015;23(2):363-9.

2. Harput G, Guney H, Toprak U, Kaya T, Colakoglu FF, Baltaci G. Shoulder-Rotator Strength, Range of Motion, and Acromiohumeral Distance in Asymptomatic Adolescent Volleyball Attackers. *J Athl Train*. 2016 Sep;51(9):733-738.

Bayan Futsalçılarda Menstrasyonun Sportif Performansa Etkisi

1Dursun Güler

1Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Amasya

Email : dursun.guler@amasya.edu.tr

Amaç: Bu araştırmanın amacı, bayan futsalçılarda menstruasyonun sportif performanslarına etkisini araştırılmasıdır.

Yöntem: Araştırmaya, yaş ortalamaları $20,26 \pm 1,14$ yıl, boy ortalamaları $1,62 \pm 0,07$ m, vücut ağırlığı ortalamaları $51,00 \pm 7,73$ kg ve VKİ (Vücut Kitle İndeksi) $19,38 \pm 2,23$ kg/m² olan sağlıklı 8 bayan sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Verilerin elde edilmesinde, sporculara, menstrual döngülerinin regl, regl ortası ve regl sonrası dönemlerinde esneklik, kuvvet, aerobik ve anaerobik güç ve sürat testleri uygulanmıştır. Verilerin analizinde Nanparametrik Bağımlı Gruplarda Feidman İki Yönlü Varyans Analiz Testi kullanılmıştır.

Bulgular: Verilerin değerlendirilmesi sonucunda, sporcuların birinci mekik çekme, şınav çekme, esneklik, sürat, anaerobik güç ve aerobik güç değerleri, sırasıyla $25,00 \pm 7,09$ adet, $16,88 \pm 7,24$ adet, $35,88 \pm 4,12$ cm, $5,53 \pm 0,43$ sn, $74,20 \pm 13,39$ kgm/sn ve $30,39 \pm 1,16$ ml/kg/dk; ikincisi $25,75 \pm 7,46$ adet, $13,88 \pm 6,47$ adet, $33,38 \pm 4,03$ cm, $5,40 \pm 0,46$ sn, $72,20 \pm 12,86$ kgm/sn ve $30,10 \pm 1,12$ ml/kg/dk ve üçüncüsü ise $25,75 \pm 7,50$ adet, $14,50 \pm 6,59$ adet, $33,75 \pm 4,06$ cm, $5,41 \pm 0,46$ sn, $72,80 \pm 13,45$ kgm/sn ve $30,19 \pm 1,10$ ml/kg/dk olarak tespit edildi.

Sonuç: Bayan futsalçıların mensrual döngülerinin, onların, esneklik ve anaerobik güç performanslarını olumsuz ($P < 0,01$) olarak etkilediği, diğer performans özelliklerini etkilemediği görüldü.

Anahtar Sözcükler: Menstrasyon, futsal, bayanlar, performans.

The Effect To Sportive Performance Of The Mensturation At Female Futsal Players

Purpose: The aim of this study was investigated of the effect to sportive performance of the menstration at female futsal players

Method: To this study partipated total 8 healthy female athletes voluntarily with the average of age $20,26 \pm 1,14$ years, the average height $1,62 \pm 0,07$ m, body weight averages $51,00 \pm 7,73$ kg and BMI (body mass index) $19,38 \pm 2,23$ kg/m². In obtaining the data were applied flexibility, strength, aerobic and anaerobic power and speed tests in menstrual menses, middle of the menses period and after of the the menstrual cycle to athletes. In statistical analysis of data was used The Friedman Two-Way Analysis of Variance Test at the dependent groups.

Findings: The evaluation of data as a results of the first, second and third of athletes to sit-ups, push-ups, flexibility, speed, anaerobic power and aerobic power values, respectively, were $25,00 \pm 7,09$ number, $16,88 \pm 7,24$ number, $35,88 \pm 4,12$ cm, $5,53 \pm 0,43$ sn, $74,20 \pm 13,39$ kgm/sn and $30,39 \pm 1,16$ ml/kg/dk; at $25,75 \pm 7,46$ number, $13,88 \pm 6,47$ nuber, $33,38 \pm 4,03$ cm, $5,40 \pm 0,46$ sn, $72,20 \pm 12,86$ kgm/sn and $30,10 \pm 1,12$ ml/kg/dk; at $25,75 \pm 7,50$ number, $14,50 \pm 6,59$ numbert, $33,75 \pm 4,06$ cm, $5,41 \pm 0,46$ sn, $72,80 \pm 13,45$ kgm/sn and $30,19 \pm 1,10$ ml/kg/dk.

Conclusion: As a result, female futsal players' menstrual cycle, their flexibility and anaerobic power performance negatively ($p < 0.01$) affected by, other performance characteristics did not affect showed.

Keywords: Menstruation, Futsal, Female, Performance

SUNULMADI

Sağlıklı Kadınlarda Gövdeye Uygulanan Kinezyolojik Bantın Dengeye Akut Etkisi

¹Meryem Büke, ¹Fatma Ünver

¹Pamukkale Üniversitesi, Fizik Tedavi Ve Rehabilitasyon YO, Denizli/ Türkiye

Email : meryem_buke@hotmail.com, funver@pau.edu.tr

Giriş ve Amaç: Amacımız, sağlıklı kadın bireylerde gövdeye kinezyolojik bant uygulaması sonucu statik dengedeki akut değişimini belirlemektir. Yöntem: Çalışmaya yaş ortalaması 23.1 ± 1.25 yıl olan 20 sağlıklı kadın üniversite öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Demografik bilgileri alınan katılımcılara bisiklet ergometresi üzerinde 5dk'lık ısınma egzersizi verilmiştir. Gövde fleksiyon ve ekstansiyonuna yönelik germe egzersizi verilen katılımcılar denge cihazına alınmıştır. Dominant ayak üzerinde Tecnobody Prokin-B PK 212 denge sistemi cihazıyla 30sn süreyle gözler açık (GA) ve gözler kapalı (GK) olarak statik dengeleri ölçülmüştür. Sırt ekstansörlerine gerimli olarak kinezyolojik bant uygulaması yapıp denge ölçümü tekrarlanmıştır. Bulgular: Kinezyolojik bant öncesi ve sonrası değerlere bakıldığında dominant ayak üzerinde gözler açık ve kapalı olarak gerçekleşen ölçümlerde taranılan mesafe azalmıştır. (GA $p=0.033$; GK $p=0.000$). Sonuç ve Kaynaklar: Sonuç olarak; gövdeye uygulanan kinezyolojik bant akut ölçümlerde sırt ekstansörlerini destekleyerek denge değerlerinde anlamlı artış sağlamıştır. Bu nedenle yaralanma riskini önlemek ve destek sağlamak için kinezyolojik bantın uygulanması yararlı olacaktır.

Anahtar Kelimeler: İzokinetik, denge , kinezyolojik bant

Acute Effect Of Kinesiology Band Applied To The Trunk in Healthy Women

Introduction and Purpose: Our aim is to determine the acute change in static balance in healthy female subjects, resulting in the application of kinesiology band to the trunk.

Methods: 20 healthy female university students with an average age of 23.1 ± 1.25 years participated voluntarily. Demographic information was given to participants on a bicycle ergometer with a 5 min warm-up exercise. The participants who were given stretching exercises for body flexion and extension were taken to the balance device. Static balances were measured on the dominant foot with the Tecnobody Prokin-B PK 212 balance device for 30 seconds with eyes open (GA) and eyes closed (GK). The back extensors were subjected to a kinesiological tape application and balance measurement was repeated.

Results: When the values before and after the kinesiological band were examined, the distance scanned on the dominant legs was decreased when the eyes were open and closed. (GA $p = 0.033$; GK $p = 0.000$).

Conclusion: As a result; The kinesiological band applied to the trunk supported the back extensors in acute measurements, thus providing a significant increase in balance values. For this reason, it is useful to apply kinesiology tape to prevent injury and support.

Keywords: Isokinetic, balance, kinesio tape

PB384

Bayan Judoculararda 8 Haftalık Antrenmanın Su Tüketimini İle Bazı Kan Parametreleri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi

¹Seda Çağlar, ¹Erkut Tutkun

¹Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa

Email : seda-357@hotmail.com, erkuttutkun@gmail.com

Amaç: Bu çalışmanın amacı 8 haftalık judo antrenmanlarında düzenli su tüketiminin bazı kan parametreleri üzerinde oluşturduğu etkileri incelemektir.

Yöntem: Araştırmaya 17-18 yaş aralığında aktif spor yapan 15 judocu bayan gönüllü olarak çalışmaya katıldı. Sporcuların, boy (cm), vücut ağırlığı (kg) ölçümü, vücut yağ yüzdesi Trabzon kamp eğitim merkezinde, Tanita Body Composition Analyzer ile ölçülerek kaydedilmiştir. Kan grupları ile Biyokimya-Hormon, Hematoloji, HbA1c, Sedimentasyon ölçümleri uzman bir doktor eşliğinde hastanede, ilk ölçüm 1 Haziranda yapıldı. 8 haftalık antrenman, beslenme ve düzenli su tüketimi sonucu ikinci ölçüm, 2 Ağustos tarihinde yapıldı. Su tüketimi takibi için günlük su takip çizelgesi oluşturuldu. Judocu bayan sporcuların kan parametrelerindeki ilk ve son testlerdeki farklılıklarına Bağımsız t- Testi ile bakıldı. Sonuçlar $p < 0.05$ anlamlılık düzeyinde değerlendirildi.

Bulgular: Bayan judocuların vücut ağırlıkları, vücut yağ yüzdeleri, Glukoz, HDL, Üre, Demir, Demir bağlama kapasitesi (UIBC) ön ve son test arasında anlamlı bir fark saptanmıştır.

Sonuç: Bayan judocularla yapılan 8 Haftalık antrenman ve düzenli su tüketimi ile sporcuların antrenman esnasındaki dehidrasyon önlenmiş oldu bu da sporcuların antrenmandaki performansına olumlu yönde yansıdı. Bayan judocuların 8 hafta sonunda kilo kaybı, vücut yağ yüzdelerinde azalma gözlemlendi. Düzenli su tüketimi sporcuların kan parametrelerine olumlu yönde etkilediği gözlemlenmiştir.

A Study About The Effects Of Water Consumption On Blood Parameters Of Female Jodoists During 8 Weeks Training

Purpose: The purpose of this study is to examine the effects of regular water consumption on some blood parameters in 8-week judo training.

Method: Fifteen judo women who participated in the study as volunteers participated in active sports between the ages of 17-18. The percentage of body weight (cm), body weight (kg) and body fat percentage of the athletes were measured and recorded with the Tanita Body Composition Analyzer at the Trabzon Camp Training Center. The first measurement was made on June 1, with the blood groups in the hospital in the hospital with a biochemistry-Hormone, Hematology, HbA1c, Sedimentation measurements in the hospital in conjunction with a specialist doctor. The second measurement was made on the 2nd of August, resulting in 8 weeks of training, nutrition and regular water consumption. The differences in the first and last tests of the blood parameters of Jude female athletes were examined with the independent t-Test. The results were evaluated at the level of significance of $p < 0.05$. Findings: There was a significant difference between female and female judiciary body weights, body fat percentages, Glucose, HDL, Urea, Iron, Iron binding capacity (UIBC) pre and post test.

Conclusion: 8-week training and regular water consumption with female judiciary prevented the dehydration of the athletes during training. This was also reflected positively in the performance of the athletes. At the end of 8 weeks, the weight loss and body fat percentages of the judges were reduced. Regular water consumption was positive .

Taekwondo Antrenörlerinin İlk Yardım Bilgi Düzeylerinin Belirlenmesi

¹Fatih Sarısoy, ²Sefa Lök

¹Selçuk Üniversitesi, Konya

²Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

Email : fatihsariso08@gmail.com, sefalok@selcuk.edu.tr

Amaç: Taekwondo antrenörlerinin ilk yardım bilgi düzeylerinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırma tanımlayıcı türdedir. Araştırmanın evrenini Türkiye geneli Taekwondo antrenörlerine düzenlenen kurs programına katılan antrenörler oluşturmuş ve örneklem seçim yöntemine gidilmeden araştırmaya katılmayı kabul eden tüm antrenörler örnekleme dahil edilmiştir. Araştırmayı katılmayı kabul eden 72 Antrenör örnekleme oluşturmuştur. Verilerin toplanmasında sosyodemografik bilgi formu ve farklı konulardaki ilk yardım bilgi düzeyini belirlemeye yönelik doğru ve yanlışlardan oluşan 19 maddelik İlk yardım bilgi düzeyi soru formu kullanılmıştır. Veriler antrenörlerin toplu olarak eğitim aldıkları kurs sonrası sınıf ortamında toplanmıştır. Verilerin değerlendirmesinde sayı yüzde dağılımları kullanılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların yaş ortalaması 36.27 ± 3.42 olup, % 74.2'si erkek, % 43.2'si üniversite mezunu, % 41.3'ü evli ve % 78.2'si ilk yardım konusunda herhangi bir eğitim aldığı saptanmıştır. Katılımcıların % 84.3'ünün ilkyardım eğitiminin gerekli olduğunu bildirmişlerdir. Katılımcıların farklı alanlarda ilkyardım bilgi düzeyleri değerlendirilmiş ve % 54.3'ünün yabancı cisim aspirasyonu, % 66.1'inin kanamalar, % 73'ünün bayılmalar, % 83.2'sinin kırık ve çıkıklar, % 73.6'sının kalp masajı ve solunum desteği, % 27.3'ünün zehirlenmeler, % 49.6'sının yabancı cisim batması, % 79.2'sinin yanıklar, % 59.4'ünün şoklar ve % 37.5'inin ısı artışı konularında ilk yardım bilgi düzeyinin yeterli olduğu görülmüştür.

Sonuç: Taekwondo antrenörlerinin özellikle sporcuların müsabakalarında karşılaşılabilecekleri ilk yardıma gereksinim duyulacak kanama, bayılma, kırık-çıkık, şok ve kalp masajı- solunum desteği konularında doğru bilgiyi bildikleri sonucuna varılmıştır.

Determination Of The First Aid Levels Of Taekwondo Coaches

Objective: To determine the level of first aid information for Taekwondo coaches.

Methods: Research is descriptive. Coaches participated in the course program organized for the Taekwondo coaches of Turkey in the universe of the study, including all the coaches who agreed to participate in the survey without going to the sampling method. A sample of 72 coaches who agreed to participate in the survey was created. In the gathering of the data, a socio- demographic information formula and a 19-item First Aid knowledge level question form consisting of right and wrong to determine the level of first aid information in different topics were used. The data were gathered in the classroom environment after the course in which the trainers were collectively trained. Numerical percentages are used in the evaluation of the data.

Results: The average age of the participants was 36.27 ± 3.42 , 74.2 % were male, 43.2 % were university graduates, 41.3 % were married and 78.2 % were receiving first aid training. 84.3% of participants reported that first aid training was necessary.

Participants' first aid knowledge levels were assessed in different areas and 54.3% foreign body aspiration, 66.1% bleed, 73% fainting, 83.2% fracture and dislocation, 73.6% heart massage and respiratory support, 27.3% Poisonings, 49.6 % of foreign objects, 79.2% of burns, 59.4% of shocks and 37.5 % of first aid knowledge in heat art.

Conclusion: The Taekwondo coaches were the first to know the correct knowledge of bleeding, fainting, fracture dislocation, shock and cardiac massage - respiratory support, especially when athletes are confronted with competitions.

Bouldering İle Uğraşan Sporcuların Sakatlık Profillerinin Değerlendirilmesi

¹Erkan Çetinkaya, ¹Halil Tanır, ²Mehmet Özdemir, ³Ali Şenkaynağı

¹Adnan Menderes Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Aydın

²Bingöl Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Bingöl

³Süleyman Demirel Üniversitesi, Rektörlük, Isparta

Email : erkancetinkaya@adu.edu.tr, halil.tanir@adu.edu.tr, mehmet.ozdemir@bingol.edu.tr, alisenkaynagi@sdu.edu.tr

Amaç ve Giriş: Dağcılık sporu, kaya tırmanış ve onun çeşitli versiyonlarının gelişmesiyle cazip bir spor dalı haline gelmiştir. Dağcılık sporu ile uğraşanlar antrenman ve yarışmalardan keyif almalarına karşın; spesifik ve ciddi sakatlık riski taşımaktadırlar. Dağcılarda görülen sakatlıkların belirlenmesi ve koruyucu önlemlerin alınması önemlidir. Bu nedenle bu araştırmada Spor Tırmanış Bouldering Türkiye Şampiyonası'na, Gençlik Hizmetleri ve Ekstrem dağcılık kulüplerinden katılan sporcuların sakatlık profillerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmanın örneklemini 2017 yılında Malatya'da yapılan Spor Tırmanış Bouldering Türkiye Şampiyonası'na katılan 45 sporcudan (n=16 kadın ve n=29 erkek) oluşmaktadır. Sporcuların sakatlık profillerinin değerlendirilmesinde İskandinav Kas-İskelet Sistemi Anketi (The Nordic Musculoskeletal Questionnaire-NMQ) kullanıldı. NMQ standardize sorularla bel, boyun, omuz ve genel kas iskelet yakınmalarını değerlendirir. NMQ'da; vücudun haritalandırılarak işaretlenmiş belirli dokuz semptom bölgesindeki (ayaklar-ayak bilekleri, dizler, uyluklar-kalçalar, bilekler-eller, bel, dirsekler, sırt, omuzlar, boyun) son 12 ay ve yedi gündeki rahatsızlıkların başlangıcı, prevalansı ve sonucu ile ilgili güvenilir bilgi sağlayan, kendi kendine veya kişisel görüşme tekniği ile doldurulmaktadır. NMQ'den elde edilen veriler SPSS 22.0 paket programında %95 güven aralığında 0.05 anlamlılık düzeyinde değerlendirildi.

Bulgular: Yapılan istatistiki analizlerden cinsiyete göre sakatlık görülen ekstremiteler açısından sporcular arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı (p>0.05) ancak; yaşa göre boyun, bel ve el – el bileği bölgelerinde görülen sakatlıklar açısından anlamlı bir farklılığın olduğu anlaşıldı (p<0.05). Sporcuların Beden Kitle İndeksi (BKİ) değerlerine göre boyun ve dirsek bölgelerinde görülen sakatlıklar açısından sporcular arasında anlamlı bir farklılaşmanın olduğu görüldü (p<0.05).

Sonuç: Elde edilen bulgulardan Spor Tırmanış Bouldering Türkiye Şampiyonası'na katılan sporcularda üst ekstremitelerde sakatlıklarının daha çok görüldüğü sonucuna ulaşıldı. Tırmanış Bouldering Sporunu ile uğraşan sporcuların üst ekstremiteleri kuvvetlendirmeye yönelik yapacağı antrenmanlar ile bu tür sakatlıkların görülme olasılığı azaltılabilir. Ayrıca sporcuların BKİ değerlerinin yaş ve cinsiyete göre ideal değerlerde olması da üst ekstremitelerde sakatlıklarının önlenmesine katkıda bulunabilir.

Anahtar kelimeler: Dağcılık, Bouldering, Sakatlık

The Evaluation Of Disability Profiles in Athletes interested in Bouldering

Aim and Introduction: Mountaineering sport has become an attractive sport since rock climbing and its versions were developed. Although the ones interested in mountaineering sport enjoy trainings and competitions, they have specific and serious risks of disability.

That's why, this research aimed to assess disability profiles in the athletes from the Youth Services and Extreme Mountaineering clubs participated in the Sport Climbing Bouldering Turkey Championship.

Method: The research sample consisted of 45 athletes (n=16 females and n=29 males) participated in the Sport Climbing Bouldering Turkey Championship held in Malatya in 2017. In the evaluation of disability profiles in the athletes, The Nordic Musculoskeletal Questionnaire (NMQ) was used. NMQ evaluates waist, neck, shoulder and general muscle skeleton based complaints with standardized questions. NMQ is filled by oneself or personal interview techniques which provide secure information about the onset, prevalence and result of illness in nine certain symptom parts of body (feet-ankles, knees, femurs-hips, wrists-hands, waist, elbows, back, shoulder, neck) signed by mapping in the last 12 months and 7 days.

Findings: The relevant statistical analyses indicated that there was not a significant difference in the athletes in terms of disabled extremities in accordance with gender ($p>0.05$) but there were significant differences in terms of disabilities in neck, waist and hand-wrist regions in accordance with age ($p<0.05$). According to the Body Mass Index (BMI) values of athletes, significant differences were seen in the athletes in terms of disabilities in neck and elbow regions ($p<0.05$).

Conclusion: The relevant data showed that upper extremity disabilities were seen in the athletes participated in the Sport Climbing Bouldering Turkey Championship more. When the athletes involved in the Climbing Bouldering Sport do trainings for strengthening upper extremities, these types of disabilities may be reduced.

Keywords: Mountaineering, Bouldering, Disability

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Enerji İçecekleri, Sporcu İçecekleri ve Ergojen Madde Hakkındaki Tutumlarının İncelenmesi

¹Burcu Ertaş Dölek, ²Tülay Bağcı Bosi

¹Ankara Üniversitesi, Ankara

²Hacettepe Üniversitesi, Ankara

Email : bdolek@ankara.edu.tr, tulaybagcibosi@gmail.com

Günümüzde sadece sıvı özelliği olan içeceklerin tüketimi, sporcuları ve antrenörler tarafından yeterli görülmemektedir. Buradan yola çıkarak, bu sektörde çalışacak olan, Spor Bilimleri Fakültelerinde eğitim görecekt olan kişilerin bu konudaki ön bilgileri oldukça önem taşımaktadır. Bu amaçla, Spor Bilimleri Fakültesi 1.sınıf öğrencilerinin enerji içecekleri, sporcu içecekleri ve ergojen madde hakkındaki tutumlarının incelenmesi amacıyla araştırmaya 55 erkek, 46 kadın olmak üzere, toplam 101 katılmıştır. Araştırmada, katılımcıların, sosyo demografik özellikleri ve sağlıklı yaşam davranışları, spor yapma, spora başlama ve profesyonel sporcu olma durumlarının değerlendirilmesi, enerji içeceği, sporcu içeceği ve ergojen madde tüketim durumları ve sıklığının ve tüketim amaçlarının saptanması, bu maddelerin içeriği ve sağlıkla ilgili önermelerin doğru cevaplanmasının değerlendirilmesi, tüketim durumu ile cinsiyet, yaş, anne-baba eğitim, anne-baba iş sosyo-ekonomik düzey gibi bazı değişkenlerin sigara, alkol ve bazı uyarıcı maddelerin enerji içeceği tüketimi arasındaki ilişkinin incelenmesi ve enerji içeceği, sporcu içeceği ve ergojen madde kullanımı ile ilgili öneride bulunup bulunmama durumlarını saptamak üzere hazırlanan bir veri toplama formu uygulanmıştır. Veriler SPSS 21.0 istatistik programında değerlendirilmiştir. Uygulanan anket formundaki kategorik değişkenler sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma olarak raporlaştırılmıştır. Grupların karşılaştırılmasında "ki-kare testi" kullanılmıştır. Gruplar arasında ortalama karşılaştırması için One way ANOVA testi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p<0,05$ kabul edilmiştir. Öğrencilerin %52,5'i enerji içeceklerinin yararlı olduğunu, %57,4'ü sporcu içeceklerinin yararlı olduğunu, katılımcıların %61,4'ü ise "ergojen madde" ile ilgili bir fikrinin bulunmadığını ifade etmişlerdir. Katılımcıların %62,2'si bu tür maddeleri, kendilerine sorulduğunda, başkalarına önermediklerini ifade etmişlerdir. Katılımcıların %30,7'si enerji içeceği, %30,7'si sporcu içeceği, %20,8'i ergojen madde kullanmaktadır. Bu tür maddeleri tüketimelerindeki amaçlar irdelendiğinde, performans sağlamak amacının en başta geldiği görülmektedir. Enerji içecekleri ve ergojen madde tüketimi profesyonel/lisanslı spor yapanlarda daha yaygın olmasına rağmen, istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Erkeklerin %45,5'i sporcu içeceği kullanırken, kadınlarda bu oran %13,0 olarak saptanmıştır ($p<0,001$). Araştırma sonucunda ulaşılmış tüm veriler, çocuklar ve gençler için planlanan, tüm toplum sağlığı çalışmaları için veri oluşturacaktır.

Examination Of Attitudes Of Sports Science Faculty Students About Energy Drinks, Sports Drinks And Ergogenic Substances

Consumption of beverages, which are only liquid nowadays, is not considered adequate by athletes and coaches. From this point of view, the preliminary knowledge of those who are going to study in Sports Sciences Faculties will be very important. For this purpose, a total of 101 participants, 55 male and 46 female, participated in the survey to examine the attitudes of the first year students of the School of Sports Sciences to their energy drinks, sports drinks and ergogenic aids. In the study, participants were asked to assess their socio-demographic characteristics and health behaviors, to play sports, to start sports and to be a professional athlete, to determine energy consumption, athlete's drink and ergogenic aid consumption patterns and frequency and consumption purposes, the

relationship between consumption status and consumption of energy, smoking, alcohol and some stimulants, such as gender, age, parental education, parent work, socio-economic level and energy consumption, athlete drink and ergogenic aid use a data collection form was prepared to determine the presence or absence of relevant proposals. The data were evaluated in the SPSS 21.0 statistical program. The categorical variables in the questionnaire were reported as number, percentage, mean and standard deviation. A "chi-square test" was used to compare groups. One way ANOVA test was used for the mean comparison between the groups. Statistical significance level was accepted as $p < 0,05$. 52.5% of the students stated that energy drinks were beneficial, 57.4% said sports drinks were beneficial and 61.4% of the participants said that they did not have an idea about "ergogenic aids". 62.2% of the respondents said that they did not recommend such items to others when asked to them. 30,7% of the participants drink energy drinks, 30,7% use sports drink and 20,8% use ergogenic agents.

Akut Antrenmanın Güreş Ve Tekvando Sporcularında Kas Hasarı ve Bazı Biyokimyasal Parametrelere Etkisi

²Muhammed Emre Karaman, ²Cengiz Arslan, ¹Ayşe Eda Kınacı

¹Arapgir İlçe Devlet Hastanesi, Malatya

²Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

Email : mekaraman@firat.edu.tr, carslan@firat.edu.tr, kinaciayseeda@gmail.com

Giriş ve Amaç: Araştırma, 17-18 yaş elit güreş ve tekvando sporcularında akut antrenmanın kas hasarı bazı biyokimyasal parametrelere (AST, ALT, HDL, LDL, kolesterol, trigliserit ve kreatin kinaz) etkisini araştırmak amacı ile tasarlandı.

Yöntem: Araştırmaya müsabaka hazırlık döneminde ve aynı yaş aralığında olan elit düzeydeki 6 Güreşçi (17.33 ± 0.54) ve 6 Tekvando (17.66 ± 0.54) sporcusu gönüllü olarak katıldı. 15 dakikalık ısınmanın ardından ilgili spor branşlarının müsabaka şartlarına uygun olarak 6'şar dakikalık toplam sürede, güreş ve tekvando müsabaka şartlarına uygun yüklenme şiddeti ve dinlenme aralığında maç yaptırıldı. Kan örnekleri maç öncesi ve sonrası olmak üzere iki kez sağlık görevlisi tarafından alındı. Veriler SPSS paket programında ön-son test karşılaştırılmalarında kullanılan Paired Samples t test ile analiz edildi. Güreşçiler ve tekvandocular kendi grupları içinde karşılaştırıldı ve anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edildi.

Bulgular: Güreşçi ve tekvandocuların ön-son test sonuçları incelendiğinde AST, ALT, kolesterol, LDL ve kreatin kinaz (CK) ortalamalarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilirken ($p < 0.05$), trigliserit ve HDL ortalamalarında istatistiksel olarak herhangi bir farklılaşmaya rastlanmadı ($p > 0.05$). Güreşçilerde CK ön test (172.38 ± 62.30 U/L) ve son test (488.16 ± 217.61 U/L) sonuçları ve tekvandocuların CK ön test (166.86 ± 66.91 U/L) ve son test (459.16 ± 191.84 U/L) sonuçları dikkate alındığında yüklenme şiddeti daha yoğun olan güreşçilerde kas hasarında anlamlı farklılık saptandı ($p < 0.05$).

Sonuç: Benzer yaş aralığında ve aynı müsabaka süresindeki akut yüklenmeye maruz bırakılan güreş ve tekvando sporcuların ön ve son test AST, ALT Total kolesterol, LDL ve CK değerlerindeki farklılaşmalar yüklenme şiddetinin etkisini göstermektedir. Bu çalışma ile müsabaka şartlarında yüklenme şiddetine bağlı yoğunluk ile güreşçilerde daha fazla kas hasarı olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Güreş, tekvando, akut antrenman, kas hasarı, biyokimyasal parametreler

The Effect Of Acute Training On Muscle Damage And Some Biochemical Parameters in Wrestling And Taekwondo Athletes

Introduction and Purpose: The study was designed to investigate the effect of acute exercise on muscle damage and some biochemical parameters (AST, ALT, HDL, LDL, cholesterol, triglyceride and creatine kinase) in 17-18 years old elite wrestling and taekwondo athletes. Method: Six elite wrestlers (17.33 ± 0.54) and 6 Taekwondo (17.66 ± 0.54) athletes participated voluntarily in the study during the preparation period and in the similar age.

After 15 minutes of warm-up, the match was made during the total length of 6 minutes, in accordance with the competition conditions of the related sports branches. Blood samples were taken two times by the health staff before and after the training. The data were analyzed with the Paired Samples T Test used in the pre-post test comparisons in the SPSS package program. Wrestlers and taekwondo athletes were compared within their own groups and the level of significance was accepted as $p < 0.05$.

Results: While statistically significant differences were found in the averages of AST, ALT, cholesterol, LDL and CK there was no difference in triglyceride and HDL when pre-test comparison of both wrestlers and taekwondo athletes were examined. When the pre-test (172.38 ± 62.30 U/L) and post-test (488.16 ± 217.61 U/L) CK results of the wrestlers and the pre-test (166.86 ± 66.91 U/L) and post-test (459.16 ± 191.84 U/L) CK results of the Taekwondo were taken into account, there was a significant difference in muscle damage in wrestlers.

Conclusion: Differences in pre- and post-test AST, ALT cholesterol, LDL and CK values of wrestling and taekwondo athletes exposed to acute loading at similar age and during the same event were influenced by loading severity. With this study, it can be said that the intensity due to the severity of the load in the competition conditions caused more muscle damage in the wrestlers.

Keywords: Wrestling, Taekwondo, Acute Training, Muscle Damage, Biochemical Parameters

Boks Ve Güreş Milli Takım Sporcularının Vücut Kompozisyonu İle Maksimal Oksijen Tüketim Kapasitelerinin İncelenmesi

¹Tuğba Kocahan, ²Gökhan Deliceoğlu, ¹Aslıhan Nefes, ¹Erkan Tortu, ¹Ebru Arslanoğlu

¹Gençlik Ve Spor Bakanlığı Spor Genel Müdürlüğü Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı, Ankara

²Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

Email : tugba.kocahan@sgm.gov.tr, deliceoglugokhan@hotmail.com, aslihan.nefes@sgm.gov.tr, erkan.tortu@sgm.gov.tr, ebru.arslanoglu@sgm.gov.tr

Giriş ve Amaç:Kardiyorespiratuvar dayanıklılık kapasitesinin en iyi göstergesi aerobik kapasite olarak kabul edilmektedir. Aerobik kapasiteyi gösteren, klinikte kullanılan, en önemli ve güvenilir parametre maksimum oksijen tüketimidir (VO₂max). Aerobik kapasite tanımlanırken kullanılır. Maksimal oksijen tüketim kapasitesi, egzersiz sırasında insanların bir dakikada tükettiği maksimum oksijen miktarıdır. Düzenli aerobik egzersiz; aerobik kapasiteyi ve maksimum oksijen kapasitesini geliştirmek için önemli bir faktördür. Düzenli aerobik egzersiz ve fiziksel aktivite aynı zamanda vücut kompozisyonunu geliştirmek için ana bileşenlerdendir. Araştırmanın amacı boks ve güreş milli takım sporcularının vücut kompozisyonu ile maksimal oksijen tüketim kapasitelerinin (VO₂max) incelenmesidir.

Yöntem:Araştırma grubunu Boks (n=32, Xyaş=22,3±2,9 yıl) ve Güreş (n=32, Xyaş=24,1±2,6 yıl) sporcuları oluşturmaktadır. Çalışmaya katılan sporcuların vücut kompozisyonu ölçümleri Tanita MC-980 marka Biyoelektrik impedans analiz cihazı (BIA) ile yapıldı. Bu analiz ile elde edilen verilerden; vücut yağ yüzdesi, yağsız vücut kütlesi ve yağ kütlesi değerleri çalışmada kullanıldı. Aerobik kapasite ölçümleri için ise 'Cosmed K5' cihazı kullanılarak koşu bandında 5 km/s sabit hızda 2 dakikalık ısınmanın arkasından her bir saniyede 0,016 km/s artan (dakikada 1 km/s) hız ve her bir dakikada % 0,25 artan bir eğimde koşturuldu. Verilerin istatistiksel analizi için SPSS 20.0 istatistik paket programı kullanıldı. Parametreler arasındaki ilişkinin belirlenmesi için 'Pearson Korelasyon Katsayısı' kullanıldı.

Bulgular:Araştırma grubunu oluşturan güreş milli takım sporcularından elde edilen değerlerin (XVo₂max= 53,9±7,2 ml/kg/dk; Xyağsız kütle= 69.0±8,1 kg; Xyağ%=10,47±3,68) boks milli takım sporcularından elde edilen değerlerden (XVo₂max= 53,2±9,9; ml/kg/dk; Xyağsız kütle= 65.2±9,9 kg; Xyağ%=8.6±4.3) daha yüksek olduğu görülmektedir. Güreş ve boks milli takım sporcularından elde edilen relatif Vo₂max değerleri ile vücut yağ yüzdesi, yağ kütlesi ve yağsız kütle değerleri arasında orta düzeyde, negatif ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görüldü (p<0,05).

Sonuç: Boks ve güreş milli takım sporcularında aerobik kapasitenin vücut kompozisyonundan etkilendiği sonucuna varılmıştır. Optimal spor performansı için optimal vücut kompozisyonu ve aerobik kapasitenin geliştirilmesi oldukça önemlidir.

Anahtar Kelimeler:Vücut Kompozisyonu,Maksimal Oksijen Tüketim Kapasitesi, Boks, Güreş

Analysis Of Maximum Oxygen Consumption Capacities With Body Composition Of Wrestling And Boxing National Team Athletes

Introduction and Objective: The best indication of cardiorespiratory endurance capacity is considered aerobic capacity. The most important and reliable parameter used in clinic and showing aerobic capacity is maximum oxygen consumption (VO₂max). Regular aerobic exercise is an important factor to improve aerobic capacity and maximum oxygen capacity. Regular aerobic exercise and physical activity are also the main components to improve body composition and cardiovascular capacity at the same time. The purpose of the study; Boxing and wrestling of national team athletes is the examination of body composition with maximal oxygen consumption capacities (VO₂max).

Method: The research group is composed of boxing (n=32, Xage=22,3±2,9 year) and wrestling (n=32, Xage=24,1±2,6 year) athletes. Body composition measurements of the participating athletes were performed with Tanita MC-980 Bioelectrical Impedance Analyzer (BIA). For measuring aerobic capacity, 'Cosmed K5' was used. SPSS 20.0 statistical package program was used for statistical analysis of the data. Pearson Correlation Coefficient' was used to determine the relationship between the parameters.

Result: There was a negative and statistically significant correlation between relative VO₂max values with body fat percentage, fat mass and lean mass values (p <0.05).

Conclusion: In boxing and wrestling athletes, aerobic capacity was affected by body composition.

Keywords: Body Composition, Maximum Oxygen Consumption Capacities, Wrestling, Boxing

Capoeira Sporcularının Vücut Kompozisyonu, Kas Kuvveti, Denge ve Sıçrama Performansları Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi

¹Muhammed Mustafa Atakan, ¹Yasemin Güzel, ¹Evrin Ünver, ¹Hüseyin Hüsrev Turnagöl

¹Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : muhammed.atakann@gmail.com, ysmnonur@gmail.com, evrim.unver@hacettepe.edu.tr, husrevturnagol@gmail.com

Giriş ve Amaç: Capoeira, denge, çeviklik, kuvvetin bir arada yapılmasına dayalı olan bir Brezilya savaş sanatıdır. İçerisinde akrobatik ve dans hareketleri ile birlikte çeşitli sıçrama hareketlerinden oluşur. Bu hareketler, sporcunun dengesini sağlama yeteneği ve sıçrama performansına bağlı olarak gerçekleştirilmektedir. Ayrıca üst ve alt kas grubunun seviyesi capoeira performansı ile yakından ilişkilidir. Bu amaçla, bu çalışmanın amacı capoeira sporcularının vücut kompozisyonu, kas kuvveti, denge ve sıçrama performansları arasındaki ilişkinin belirlenmesidir.

Gereç ve Yöntem: Çalışmaya 15 capoeira sporcusu kadın ve erkek (erkek: 10 (yaş: 22.40±2.58 yıl; boy: 177.08±8.20 cm; vücut ağırlığı: 72.16±7.57 kg; özgül ağırlık: 1025.7±6.24) kadın: 5 (yaş: 21.60±4.03 yıl; boy: 160.64±5.66 cm; vücut ağırlığı: 60.72±6.49 kg; özgül ağırlık: 1019.4±9.35) katılmıştır. Araştırma kapsamında katılımcıların vücut kompozisyonları (Dual energy X-ray absorptiometry), denge ölçümleri (Biosway 950-461), kas kuvvetleri (CSMI, Human Norm, Testing Rehabilitation System) ve aktif ve squat sıçrama yükseklikleri (Fusion Sports Smart Jump platform, Australia) belirlenmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek için Spearman korelasyon analizi yapılmıştır.

Bulgular: Yapılan analiz sonuçları, kas kitlesi ile sağ izometrik 90° (r=0.79; p<0.05), sol izometrik 60° (r=0.58; p<0.05) ve sol izometrik 30° (r=0.53; p<0.05) arasında pozitif korelasyon olduğunu göstermektedir. Yağ kitlesi ile 50 cm sıçrama yüksekliğinden elde edilen reaktif kuvvet indeksi arasında ise negatif anlamlı ilişki belirlenmiştir (r= -0.51; p<0.05). Ayrıca vücut yağ yüzdesi ile denge testinden elde edilen genel (r= -0.56; p<0.05) ve ön arka denge (r= -0.55; p<0.05) puanları arasında da negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Vücut kompozisyonu ile izometrik kas kuvveti, denge ve sıçrama puanları arasında ise ilişki yoktur (p>0.05).

Tartışma ve Sonuç: Kas kitlesi ve yağ kitlesi bireyin kas kuvvetini etkileyen en önemli vücut kompozisyon parametreleridir. Ayrıca vücut yağ oranı hem denge hem de sıçrama performansını olumsuz yönde etkilemektedir. Özellikle derinlik sıçramalarında yükseklik arttıkça yağ oranının performans üzerine etkisi de artmaktadır. Bu yüzden özellikle sıçrama ve dengeye dayalı sporlarla ilgilenen sporcuların vücut yağ oranlarının kontrol edilmesi gerekmektedir.

Determining Relationship Among Body Composition, Muscle Strength, Balance and Jumping Performance in Capoeira Athletes

Purpose: Capoeira is a Brazilian martial art which combines balance, agility, and strength, and involves acrobatic and dance movements as well as jumping and landing movements. Performing these movements depends on balance and jumping ability. Additionally, upper and lower extremity muscle strength levels are closely associated with capoeira performance.

In this context, the aim of the study was to determine the relationship among body composition, muscle strength, balance and jumping performance capoeira athletes.

Methods: Fifty capoeira athletes (male:10 (age:22.40±2.58yrs; height:177.08±8.20cm; weight:72.16±7.57kg;specific gravity:1025.7±6.24) female:5 (age:21.60±4.03yrs; height:160.64±5.66cm; body weight:60.72±6.49kg; specific gravity:1019.4±9.35)) participated in this study. Body composition (Dual X-ray absorptiometry), balance (Biosway 950-461), muscle strength (CSMI, Human Norm, Testing Rehabilitation System), and countermovement and squat jump performances (Fusion Sports Smart Jump platform, Australia) of the participants were measured. The relationship between the variables was determined by Spearman correlation coefficient.

Results: As a result, significant positive correlation was found between muscle mass and 90° right isometric ($r=0.79$; $p<0.05$), 60° left isometric ($r=0.58$; $p<0.05$) ve 30° left isometric ($r=0.53$; $p<0.05$). Additionally, body fat percent only correlated with reactive strength index obtained in 50 cm jumping test ($r= -0.51$; $p<0.05$). There was also negative significant correlation between fat percent and overall ($r= -0.56$; $p<0.05$) and anterior-posterior stability tests ($r= -0.55$; $p<0.05$). No significant correlation was found at other variables including body composition muscle strength, stability and jump performance ($p>0.05$).

Conclusion: In conclusion, muscle mass and fat percent are the most substantial parameters affecting muscle strength. Additionally, both balance and jump performance is negatively affected by body fat percent. Particularly, as a height of jump increases, the effect of the fat percent will be much higher. Therefore, sportsman involving in sports activities which include jump and stability should take follow their fat percent.

Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Alışkanlıkları İle İnternet Bağımlılıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Hacı Ahmet Pekel, ¹Tuğçe Karasahinoğlu, ¹Latif Aydos

¹Gazi Üniversitesi, Ankara

Email : hapekel@gmail.com, tugce.karasahinoglu@gmail.com, latifaydos@gmail.com

Bu araştırmanın amacı Spor Bilimleri Fakültesi ile İletişim Fakültesinde öğrenim görmekte olan öğrencilerin fiziksel aktivite alışkanlıkları ile internet bağımlılıkları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırma grubunu, Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ve İletişim Fakültesinde öğrenim görmekte olan 103 kadın ve 104 erkek öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu ve Young (1998) tarafından geliştirilen ve Bayraktar (2001) tarafından Türkçe'ye uyarlanan, 20 maddelik "İnternet Bağımlılık Ölçeği" kullanılmıştır. Veriler betimsel istatistik yöntemleri, t-testi ve tek faktörlü varyans analizi (One-Way ANOVA) kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda; internet bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanlara göre katılımcıların %62'sinin bağımlılığa dair bir semptom göstermedikleri, %33,8'inin sınırlı semptom gösterdiği ve %3,4'ünün patolojik internet kullanıcısı dilimine girdiği görülmüştür. Katılımcıların ölçekten aldıkları puanların fakülte, cinsiyet, sınıf, lisanslı sporcu olma, düzenli egzersiz yapma, günlük yürüme süresi, günlük ve haftalık egzersiz süreleri, araç/yürüyüş tercihi, yürüyen merdiven/asansör kullanma değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği ($p>.05$) gözlemlenmiştir. Bununla beraber, 1-6 saat arası internet kullanan katılımcıların internet kullanım süreleri arttıkça düzenli egzersiz yapma oranlarının düştüğü (1 saate kadar= %80, 1-2 saat= %66,7, 2-4 saat= %54,5, 4-6 saat= %35,3) görülmüştür.

Anahtar kelimeler: İnternet Bağımlılığı, Fiziksel Aktivite, Egzersiz, Üniversite Öğrencileri

An Investigation into The Relationship Between Physical Activity Habits and Internet Addiction of Graduate Students

The aim of this study is to examine the relationship between physical activity habits and internet addictions of university students. The research group consists of 103 female and 104 male graduate students from the Gazi University, Faculty of Sports Sciences and Faculty of Communication. A 20-item "Internet Addiction Scale" developed by Young (1998) and adapted to Turkish by Bayraktar (2001) and a personal information form designed by the researchers were used in the research. The data were analyzed using descriptive statistical methods, t-test and one-way ANOVA. The results show, 62% of the participants did not show any symptom of addiction, 33.8% of them had limited symptoms and 3.4% of them were pathological internet users according to their scores on internet addiction scale. There was not any significant difference between faculty, gender, class, being a licensed athlete, doing regular exercise, daily walking time, daily and weekly exercise times, driving / walking preference and using of elevator/ escalator ($p>.05$). In addition, the results indicated that the participants who used the internet for 1-6 hours had a lower rate of doing regular exercise (1 hour = 80%, 1-2 hours = 66.7%, 2-4 hours = 54.5%, 4- 6 hours =35.3%).

Keywords: İnternet Addiction, Physical Activity, Exercise, Graduate Students

PB911

Aktif Olarak Spor Yapan Bireylerin Lipid Profillerinin Belirlenmesi

²Hacı Bayram Temur, ²Muzaffer Selçuk, ¹Vedat Çınar, ¹Taner Akbulut, ³Zarife Pancar

¹Firat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

²Van Yüzüncüyıl Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Van

³Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Gaziantep

Email : akbuluttaner23@gmail.com,

Bu araştırmanın amacı, aktif olarak spor yapan futbol, basketbol ve voleybol oyuncularının kan lipid profillerinin belirlenmesidir. Araştırma grubuna aynı yaş grubunda yer alan 18 Futbol, 19 Basketbol ve 20 Voleybol sporcusu olmak üzere toplam 57 kişi dahil edilmiştir. Katılımcıların boy ve kilo ölçümlerinin yanı sıra, Trigliserit, Total kolesterol, HDL ve LDL kolesterol seviyeleri tespit edilmiştir. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 22.0 paket programı kullanılmış olup, gruplar arasındaki farklılığı belirlemek için One Way Anova testi kullanılmıştır. Veriler analiz edildiğinde Trigliserit ve Total kolesterol değerlerinde gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). HDL ve LDL kolesterol değerlerinde gruplar arasında bir farklılık olduğu ($p<0.05$), HDL değerlerinde bu farklılığın Futbolculardan, LDL değerlerinde ise Voleybolculardan kaynaklandığı belirlenmiştir. Sonuç olarak; farklı takım sporlarındaki aktif sporcu bireylerin kan lipid profillerinin farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Bu farklılıklara yapılan branşa ait egzersizlerin süre, şiddet ve kapsamının yol açtığı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Kan lipidleri, Sağlık, Sporcu

Determination of Lipid Profiles of Individuals who Performing Sports Actively

The aim of this research was to determine blood lipid profiles of soccer, basketball and volleyball players who are actively engaged in sports. A total of 57 people including 18 football, 19 basketball and 20 volleyball athletes in the same age group were included in the research group. Triglyceride, total cholesterol, HDL and LDL cholesterol levels were determined in addition to the participants' height and weight measurements. SPSS 22.0 package program was used in the analysis of the obtained data, also One Way Anova test was used to determine the difference between the groups. When the data were analyzed, there was no significant difference between groups in Triglyceride and Total cholesterol values ($p>0.05$). There was a difference among the groups in HDL and LDL cholesterol levels ($p<0.05$), it has been determined that this difference in HDL values arises from Football players, and LDL values from Volleyball players. As a result; it has been found that blood lipid profiles of active individuals in different team sports was different. It is thought that the duration, intensity and scope of the exercises lead to this differences in these branches.

Keywords: Blood lipids, Health, Athlete

Farklı Branşlardaki Elit Sporcuların Bazı Hematolojik Parametrelerinin Değerlendirilmesi

¹Hacı Bayram Temur, ¹Muzaffer Selçuk, ¹Mücahit Sarıkaya, ²Yakup Kılıç

¹Van Yüzüncü Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu\ Van

²Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi\ Elazığ

Email : mucahit.sarikaya@hotmail.com, temurbay@hotmail.com, muzsel@hotmail.com, mucahit.sarikaya@hotmail.com,

Amaç: Bu araştırmada, farklı spor branşlarında müsabakalara katılan aynı yaş grubu sporcuların tam kan değerlerinin analiz edilmesi ve karşılaştırılması amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırma grubuna Van ilinde aktif olarak spor yapan 15-18 yaş grubu 19 Basketbol, 20 Voleybol, 18 Futbol, 19 Hentbol ve 18 sedanter olmak üzere toplam 94 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırma gruplarında fiziksel ölçümler olarak vücut ağırlığı ve boy uzunluğu ölçümleri yapılmış ve katılımcılardan alınan kan örneklerinden tam kan sayımları yapılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen veriler SPSS 22.0 paket programı ile analiz edilmiştir. Verilerin analizinde gruplar arasındaki farklılığı belirlemek için One Way Anova testi uygulanmıştır.

Bulgular: Yapılan analizler sonucunda Eritrosit, Hematokrit, MCV, RDW, Trombosit, MPV, PDW ve Lokosit değerlerinde gruplar arasında bir farklılık görülmezken ($p>0.05$), Hemogloblin, MCH ve MCHC değerlerinde ise istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0.05$).

Sonuç: Sonuç olarak; farklı branşlarda aktif olarak spor yapan elit sporcuların tam kan sayımındaki bazı parametrelerde farklılık gözlenirken, bazı parametrelerde farklılık olmadığı ortaya konmuştur. Araştırma sonucuna bağlı olarak, bu durumun yapılan farklı antrenman modellerinden kaynaklandığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Sağlık, Kan, Branş

Evaluation Of Some Hematological Parameters Of Elite Athletes In Different Branches

Purpose: In this study, it was aimed to analyze and compare whole blood values of the same age group athletes participating in different sports branches.

Methods: A total of 94 volunteers participated in the study group, including 19 basketball players, 20 volleyball players, 18 football players, 19 handball players and 18 sedanters in Van. Body mass and height measurements were made as physical measurements in the research groups and full blood counts were made from the blood samples taken from the participants. The data obtained from the study were analyzed with the SPSS 22.0 package program. In the analysis of the data, One Way Anova test was applied to determine the difference between the groups. Findings: As a result of the analyzes made, there was no difference between groups in Erythrocyte, Hematocrit, MCV, RDW, Platelet, MPV, PDW and Lokocyte values ($p>0.05$), Statistically significant differences were found in hemoglobin, MCH and MCHC values.

Discussion and Conclusion: As a result; there were differences in some parameters of whole blood count of elite athletes actively doing sports in different branches, but there was no difference in some parameters. Depending on the result of the research, it can be said that this situation is caused by different training models.

Keywords: Sports, Health, Blood, Branch

Comparing Results of Biomechanical Analyses of Raw Data Determined using AutoCAD Software with Those Determined by an AutoMatlab Software For the Annexation Movement Jump On a Pony and Hands Jump Forward in Gymnastics

¹Abi Albakri, ²Saadallah Rashid

¹Mosul University/ College Of Physical Education/Iraq

²Salah Al Deen University /College Of Sport Education / Iraq

The study aims at devising a program that uses the Matlab package and also compatible with the AutoCAD software in order to automatically determine the biomechanical variables of athletic moves after feeding the program with minimum information within the movement and Comparing the results of biomechanical analyses of raw data determined using AutoCAD software with those determined by an AutoMatlab software For a number of Athletic performance moves. As the researchers recognized the fact that the number of researchers that are capable of kinematic analysis are limited , and they spend hours to determine the biomechanical variables in their researches, the researchers set forth the problem of the study in questioning if it is possible to write a program capable of determining the largest number of biomechanical variables with highest precision and shortest time. Thus the researchers set out to devise computer program to perform the task and optimize the time of the analyzer in determining his research's variables . The study hypothesized that the results can be precise and identical to the values of variables determined using the traditional analysis programs and methods. The sample of the study was the Iraqi male and female champions in Gymnastic in the amateur category. The researchers adopted the descriptive method which is appropriate with the nature of the study. The results of the study's variables were presented first using the traditional methods from and then the results using the devised program and comparing them . The researchers concluded that Matalab and AutoCAD packages can be tuned with the aim of determining the kinematic variables including the joints of the human body during the athletic movement. The work was a result of collaboration between researchers in the fields of biomechanics and computer science to developed such programs. The study shows that there aren o differences in the results of biomechanical analyses of raw data determined using AutoCAD software with those determined by an AutoMatlab software.

PP964

The Effect Of Exercises Of Distinctive Force On Some Of Serial Fluid Indicators For AL- Muthanna University Futsal

¹Adel Turki Hassan, **¹Saad Fadel Abdelkader**, **¹Ahmed Irhyyim Ali**

¹Iraq

The research aims to identify the effect of heavy exercises of the distinctive force in fast and some indicators of seminal fluid of AL- Muthanna university futsal. It was used the experimental method in manner of aggregates symbiotic (control and experimental) due its suitability of the nature of the research problem. Based on that research community determines players team of AL- Muthanna university futsal experimental group took (20) players the control group represented the third stage students who do not do regular physical activity, took (20) players from them in random, simple method and the homogenization (control and experimental) of the two groups, experimental and control is done. Exercise took (10) weeks by (3) unit in one week and at time about (50) minutes for each unit and the researchers concluded that the exercise in heavy manner (sand bags) prefer the distinctive force as fast and indicators of seminal fluid (the movement of seminal fluid elect sperms) of AL- Muthanna university futsal.

Effect of Anaerobic Effort on Some Biochemical Parameters of Heart Functions with Recovery Time

¹Hadeel Tariq Al-Tae

¹Iraq

Hadeel Tariq Al-Tae This research is carried out to study the effect of anaerobic effort on some biochemical parameters related to heart function which include: Arterial natriuretic hormone, angiotensin II, sodium, potassium, lactate dehydrogenase, creatine kinase and aspartate aminotransferase. The major samples included (15) of the track and field players participating in Mosul university team of middle-distance runners . The results showed a significant decrease between pre-effort and post-effort tests for : Angiotensin II and aspartate aminotransferase directly for the favour of post-effort .The results showed the opposite in sodium, lactate dehydrogenase and creatin kinase. The results revealed a significant decrease between pre-effort and after recovery (5min) tests for each of Angiotensin II and aspartate aminotransferase for the favour of after recovery (5min) .The results showed the opposite in Sodium, potassium and lactate dehydrogenase. Moreover the results, showed a significant decrease between post-effort and after recovery (5min) tests for each of potassium and creatin kinase for the favour of after recovery (5min)

SPORDA PSİKOSOSYAL ALANLAR PSYCHOSOCIAL FIELDS IN SPORT

Egzersiz ve Spor Psikolojisi **Exercise and Sport Psychology**

PB4

Spor Lisesi Öğrencilerinin Yaşam Doyumlarının İncelenmesi: Trabzon İl Örneği

¹Mustafa Barış Somoğlu, ¹Selami Yüksek, ¹Ubeyde Kılıçaslan, ¹Tarık Sivrikaya, ²Ömer Faruk Yazıcı

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Trabzon

²Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Erbaa Meslek Yüksekokulu, Tokat

Email : mbs_1977@hotmail.com, selami.yuksekk@ktu.edu.tr, ubeydekilicaslan@gmail.com, tariksivrikaya.tsk.@gmail.com, o-farukyazici@hotmail.com

Giriş ve amaç: Bu araştırmanın amacı; Trabzon'daki spor lisesinde okuyan öğrencilerin yaşam doyumlarını bazı değişkenlere göre incelemek ve ne düzeyde olduklarını belirlemektir.

Yöntem: Araştırmanın çalışma grubunu; 2016-2017 eğitim-öğretim yılında Trabzon spor lisesinde öğrenim gören 113 (%61,4)'ü erkek ve 71 (%38,6)'i kadın olmak üzere toplam 184 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak; "Kişisel Bilgi Formu" ve Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen, Köker (1991) tarafından Türkçeye uyarlanan "Yaşam Doyum Ölçeği (YDÖ)" kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde istatistiksel yöntem olarak; betimsel istatistikler, bağımsız gruplar için t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda, araştırma grubunda yer alan katılımcıların orta seviyenin üzerinde yaşam doyumuna sahip oldukları bulunmuştur. Yaşam doyumlarının sporculuk durumuna, spor branşına, cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterirken; spor yapma yılı, sınıf ve aile gelir durumu değişkenine göre anlamlı fark bulunamamıştır. Araştırma, spor yapmanın spor lisesi öğrencilerinin yaşam doyumları üzerinde önemli bir yere sahip olduğunu ortaya koymuştur.

Kaynaklar: Diener, E. (1984). Subjective well-being. Psychological Bulletin, 95, 542-575. Diener, E. and Biswas-Diener, R. (2002). Will money increase subjective well-being? A literature review and guide to needed research. Social Indicators Research, 57(2), 119-169. Easterlin, R. A. (2003). Explaining happiness. Proceedings of the National Academy of Sciences, 100(19), 11176-11183. Lyubomirsky, S., King, L., and Diener, E. (2005). The benefit of frequent positive affect: Does happiness lead to success? Psychological Bulletin, 131, 803-855. Tuzgöl-Dost, M. (2006). Subjective well-being among university students. Eğitim Fakültesi Dergisi, 31, 188-197.

Examining The Life Satisfaction of Sports High School Students: The Sample of Trabzon

Introduction and aim The aim of this article was to examine life satisfaction levels of the sport high schools students with respect to some variables, and determine the relation between these variables and involvement in sports.

Method The study group of the research consisted of 184 students studying at Trabzon Sport high schools during the 2016-2017 education year. The sample was composed of 113 male (%61.4 of the sample) and 71 female (%38.6 of the sample) students. As data collection tools; "Personal Information Form", and "The Satisfaction With Life Scale (SWLS)" developed by Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) and adapted to Turkish by Köker (1993), were used. The statistical methods and tools used for data evaluation were descriptive statistics, T- tests for independent groups, one-way analysis of variance (one-way ANOVA).

Results Based on the findings of study, the study group members tended to have above-moderate life satisfaction levels. Life satisfaction levels of the students demonstrated significant differences in respect to the sportsmanship status, sport branches, gender; however, no significant difference was found depending on the active years of sports involvement, social status and family income. The study revealed that participation in sports activities play an important role on life satisfaction levels of the sport high school students.

Resources Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575. Diener, E. and Biswas-Diener, R. (2002). Will money increase subjective well-being? A literature review and guide to needed research. *Social Indicators Research*, 57(2), 119-169. Easterlin, R. A. (2003). Explaining happiness. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 100(19), 11176-11183. Lyubomirsky, S., King, L., and Diener, E. (2005). The benefit of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131, 803-855. Tuzgöl-Dost, M. (2006). Subjective well-being among university students. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31, 188-197.

PP7

Motivations And Sports Practice in Adolescents

¹Hafsaoui Benyoucef, ²Fethi Belghoul, ³Ahmed Chenati

¹Institute of Physical and Sports Education, University of Chlef, Algeria

²Institute of Physical and Sports Education, Alge3 University, Algeria

³Institute of Physical Education and Sports, Univesité Alger3, Algeria

Email : hafsaoui_youcef@yahoo.com, Chenatiahmed@yahoo.fr, Boudjelthianassirelec@yahoo.fr

Introduction The objective of this study is to determine the nature of the motivations of the practice of sport in young adolescents in Algeria according to the variables (sex, family situation).

Methods This study was carried out among 365 adolescents selected in the west of Algeria practicing different physical and sports activities. The descriptive and analytical method was used to determine the reasons for the nature of the motivations associated with the sport of these young adolescents. Participants were invited to respond to the 28 items making up the "ÉMS-28" (Brière, Vallerand, Blais and Pelletier, 1995), on a 7 point Likert scale ranging from none (1) (7).

Results The results showed that the reasons for participation in physical sports activities are primarily of intrinsic origin, and for reasons of competition in the last class, and a significant difference in the motivation for participation in SPAs between men and women ($P < 0.05$).

Discussion The results of this study are consistent with that of the authors (Vallerand and Halliwell, 1983, Vallerand and Thill, 1993), which state that intrinsic motivation is defined as practicing an activity for itself, The satisfaction felt following the practice and in the absence of external contingencies, as well as the conclusions of Winberg et al. (2000), Kilpatrik et al. (2007), Bowman et al. (2001) and Kelt et al. (2004) on motivation.

Références Bowman, M, Fleur, N, Machuga, J, et et al. (2001). Differences in motivation between the group and individual Sports teams participation in interuniversity sport, Journal of sport and exercise psychology, Supplement, Vol 23, S 26. Kilpatrick M, Hebert E & J. Barthélemy (2005). Motivation for physical activity College students: Differentiate the motivations of men and women for participation in sport and exercise. Journal of American College of Health, 54 (2): 87-94.

Sporda Takım Hedeflerine Bağlılık: Hedef Bağlılığı Ölçeğinin Spor Ortamına Uyarlanması

¹Ender Şenel, ¹Mevlüt Yıldız

¹Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla

Email : endersenel@gmail.com, mevlutyildiz@gmail.com

Bu çalışmanın amacı, Hollenbeck, Williams ve Klein (1989) tarafından 9 madde şeklinde geliştirilen, Klein, Wesson, Hollenbeck ve Wright (2001) tarafından 5 madde şeklinde yeniden düzenlenen, Şenel ve Yıldız (2016) tarafından Türkçeye uyarlanan Hedef Bağlılığı Ölçeğinin sporcuların takım hedeflerine bağlılıklarını ölçmek için yeniden düzenlenmesi, geçerlik ve güvenirlik çalışmasının yapılmasıdır. 5 maddelik hedef bağlılığı ölçeği maddeleri uzman görüşleri alınarak takım hedeflerine bağlılık şeklinde değiştirilmiştir. Yeniden düzenlenen ölçek formu, en az 2 yıl lisanslı sporcu olan, çeşitli branşlardan sporculara internet ortamında gönderilmiş, 400 sporcudan veriler toplanmıştır. Veriler incelenerek analize uygun olmayan 25 veri çalışmadan çıkarılmıştır. Elde edilen veriler üzerinde, SPSS programında açımlayıcı ve AMOS programında doğrulayıcı faktör analizleri yapılmıştır. Analiz sonuçları, sporcuların takım hedeflerine bağlılıklarını ölçmeye yönelik olarak düzenlenen 5 maddelik hedef bağlılığı ölçeğinin sporcularda kullanılabilir bir ölçek olduğunu göstermiştir.

Commitment To Team Goals in Sport: Adaptation Of Goal Commitment Scale To Sport Field

The aim of this study was to revise Goal Commitment Scale, developed by Hollenbeck, Williams and Klein (1989) with 9 items, revised by Klein, Wesson, Hollenbeck and Wright (2001) to 5 item and adapted to Turkish by Şenel and Yıldız (2016) to measure commitment to team goals and analyze validation and reliability in sample including athletes. Turkish version of 5-item Goal Commitment Scale was revised by taking expert opinion to measure commitment to team goals. Revised form was sent to at least 2-year licensed athletes on Internet, data collected from 400 athletes. Data was examined and 25 improper data were excluded. Collected data was analyzed in SPSS by using Exploratory Factor Analysis and in AMOS by using Confirmatory Factor Analysis.

Results showed that revised commitment scale to measure commitment to team goals could be used for samples including athletes.

İlköğretim Öğrencilerinin Fiziksel Hareket İçeren Aktif Oyunlara Katılımlarının Yaşam Tatminlerine Etkisi

¹Hüseyin Öztürk, ¹Saadet Öztütüncü

¹Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Gaziantep

Email : ozturkavrasya@hotmail.com,

İlköğretim Öğrencilerinin Fiziksel Hareket İçeren Aktif Oyunlara Katılımlarının Yaşam Tatminlerine Etkisi

Bu çalışma ikinci kademe ilköğretim öğrencilerinin Fiziksel hareketlilik içeren aktif oyunlara katılımlarının Yaşam Tatminlerine etkisini belirlemek amacı ile hazırlanmıştır. Araştırmanın örneklemini 2016-2017 öğretim yılı Gaziantep ilindeki 6 ilköğretim okulundaki toplam 706 öğrenci oluşturmaktadır.

Öğrencilerin Fiziksel Aktivite içeren oyunları oynamaya yönelik tutumlarını belirlemek için "Oyunsallık ölçeğinden" ve yaşam tatminlerine etkisini belirlemek için "yaşam tatmin" ölçeğinden yararlanılmıştır. Oyunsallık ölçeği daha önce Hazar (2015) tarafından geliştirilmiş Yaşam tatmini ölçeği ise Sevil tarafından (2015) tarafından Türkçeye çevrilmiş şekliyle kullanılmıştır.

Araştırmada elde edilen verilerin SPSS 22.0 paket programından yararlanılarak istatistiksel analizleri yapılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde istatistikî yöntem olarak, frekans, yüzde, ortalama, standart sapma, Sürekli değişkenlerin normal dağılıma uygunluk kontrolünde Kolmogorov Smirnov testi kullanılmıştır. Normal dağılıma sahip değişken 2 bağımsız grup karşılaştırılmasında Student t testi, İki den fazla bağımsız grubun karşılaştırılmasında ise ANOVA ve Tukey çoklu karşılaştırma testleri, sayısal değişkenler arasındaki ilişki ise Korelasyon analizi ile test edilmiştir.

Bulgulara göre; öğrencilerin %73.4'ü 11-12 yaş (518 kişi), %26.6'sı 13-14 (188 kişi) yaş aralığında olduğu, %58.9'u kadın (416 kişi) %41.1' (290 kişi) erkeklerden oluştuğu, %51.1'i 5 sınıf (354 kişi) %22.7' 6 sınıf (160 kişi) ve %27.2 si 7 (190 kişi) sınıfta okudukları, Öğrencilerin cinsiyetleri ile Oyunsallık ölçeği ve Yaşam tatmin ölçeği arasında anlamlı fark olduğu, sınıf ile Oyunsallık ölçeği ve Yaşam tatmin ölçeği arasında anlamlı fark olduğu, Oyunsallık ölçeği ile Yaşam tatmin ölçeği arasında yüksek derecede anlamlı ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Anahtar kelimeler: Öğrenci, Fiziksel Aktivite, Oyun, Tutum, Yaşam, Tatmin

The Effect of Primary School Students on Life Satisfaction of Participation in Active Games Involving Physical Activity

The Effect of Primary School Students on Life Satisfaction of Participation in Active Games Involving Physical Activity Abstract This study was prepared with the aim of determining the effect of second stage elementary school students on Life Satisfaction of their involvement in active games including physical mobility. The sample of the research is composed of 706 students in 6 elementary schools in the province of Gaziantep in the academic year of 2016-2017.

To determine students' attitudes towards playing games that involve Physical Activity It has benefited from the "playability scale" and the "life satisfaction" scale to determine its effect on life satisfaction. The playability scale was previously developed by the Caspian (2015), and the Life Satisfaction Scale was utilized by Sevil (2015) as translated into Turkish.

Statistical analyzes were performed by using the SPSS 22.0 package program. The Kolmogorov Smirnov test was used as a statistical method in the evaluation of the data, frequency, percentage, mean, standard deviation, normal distribution fitness of continuous variables. Student t test was used to compare 2 independent groups with normal distribution. ANOVA and Tukey multiple comparison tests were used in comparison with more independent groups and correlation between numerical variables was tested by correlation analysis.

According to findings; 73.4% of the students were in the age range of 11-12 years (518 persons), 26.6% were in the age range of 13-14 (188 persons), 58.9% were women (416 persons) and 41.1% (290 persons) and the Life Satisfaction Scale and the Life Satisfaction scale, which were significantly different between the genders of the students and the gender scales and the life satisfaction scale, with 5 classes (354 persons), 22.7%, 6 classes (160 people) and 27.2% There was a significant difference between the scale and the scale, and it was concluded that there was a significant relationship between the gamble scale and the life

SUNULMADI

18-24 Yaş Arası Takım Spor, Bireysel Spor ve Spor Yapmayan Gençlerin Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi

¹Bülent Okyaz, ¹Ökkeş Alpaslan Gencay

¹Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Besyo Kahramanmaraş

Email : okyaz@ksu.edu.tr,

Spor başarısı, rakibin oyun kuralları çerçevesinde engellenmesine bağlıdır. Bu engellenmenin sınırlarını, ilgili spor dalının kendi kuralları, yapılan hareketin taşıdığı niyet ve kasıt derecesi belirler. Müsabaka kurallarının ihlal edilmesi ve rakibe zarar verme niyeti saldırgan davranıştır. Saldırgan davranışlarının ortaya çıkmasını farklı etmenler belirlemektedir. Bu çalışmada 18-24 yaş arasında 179 bayan ve 121 erkek olmak üzere toplam 300 gönüllü öğrenci grubunda Takım sporu, bireysel spor ve spor yapmayan gençlerde saldırganlık düzeyi belirlenmiştir. Hedeflenen amaçları ortaya çıkarmak için; katılımcılara fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık yaklaşımları ölçebilecek sosyo-demografik veri toplama formu uygulanmıştır. Öğrencilerin şiddet/saldırganlık düzeylerinin belirlenmesine yönelik Buss- Perry tarafından geliştirilen Saldırganlık Ölçeği'nde yer alan 29 adet önermeye verdikleri tepkiler istatistik olarak değerlendirilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, ankete katılanların %59.7'si kız, %40.3'ü erkek öğrencilerden oluşmaktadır. Cinsiyetlere bağlı yaş ortalamaları incelendiğinde kız öğrencilerin yaş ortalaması 19.24±1,69, erkek öğrencilerin yaş ortalaması ise 19.5±2,59 olarak tespit edilmiştir. Ankete katılan öğrencilerin %62'si spor yapmakta ve spor yapan öğrenciler yedi farklı (taekwondo, yüzme, atletizm, futbol, fitness, badminton ve voleybol) spor branşına dağılımları sırası ile %25.3, 20, 4, 6.3, 4, 0.7 ve 1.7 olarak tespit edilmiştir. Sonuç olarak saldırganlık davranışı cinsiyete göre değerlendirildiğinde; erkeklerin kızlara göre düşmanlık ve sözel saldırganlık eğilimlerin daha yüksek olduğu ortaya koymuştur. Saldırganlık takım sporu ve bireysel spor yapanlara göre değerlendirildiğinde; takım sporları ile uğraşanların sözel saldırganlık ortalamasının bireysel branşlara göre daha yüksek olduğunu göstermektedir. Spor yapmayan gençlerin spor yapanlara göre saldırganlık eğilimi daha az olduğu tespit edilmiştir. Anahtar Kelimeler:saldırganlık düzeyi, bireysel spor, takım sporu

Investigation Of Aggression Levels in 18-24 Years Old Youngs With Team, Individualistic And No Sports Activity

Success in sports is related to the inhibition of the rivals in the frame of rules. The boundaries of this detention is determined by the rules of the specific sport performed and the degree of the will carried by the act. Violating the rules of the competition and harming the rival are considered as aggressive behaviours. Emergence of aggression may be determined by various factors. In this study, a total of 300 volunteers consisted of 179 female (59.7%) and 121 male (40.3%) students whose ages ranged between 18 and 24 were examined for their aggression levels and its relation to their being involved in a team sport, individualistic sport or no sport activity. The mean age in males were determined as 19±2,59 while it was calculated as 19.24±1,69 for females. Of all students involved in the study, 62% was doing sports and among those with some kind of sportive activity, the percentages of the volunteers who perform taekwondo, swimming, athletics, football, fitness, badminton and volleyball were found as 25.3, 20, 4, 6.3, 4, 0.7 and 1.7%, respectively. In order to accomplish the targeted purposes, a social and demographic form to measure the levels of their physical violence, hostility, anger and verbal violence was given to the

participants. The reactions of the students triggered against 29 statements in Aggression Scale developed by Bussy-Perry were analysed statistically. When the results were evaluated in terms of the gender of the participants, it was found that the males had a higher hostility and verbal aggression levels than the females. When aggression levels were compared between people with individualistic and team sports activity, it was revealed that the students into team sports were more inclined to verbal aggression than the ones with individualistic sport activity. It was also observed that the youngs with no sportive activity

SUNULMADI

PB196

Çanakkale İli'nde Altyapı Liglerinde Basketbol Oynayan Sporcuların Problem Çözme Becerilerinin Belirlenmesi

¹*Serkan Işık*, ²*Öykü Öztürk*

¹Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Çan Myo

²Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Biga Myo

Email : s.isik@comu.edu.tr, fatmaozturk@comu.edu.tr

Bu çalışma, Çanakkale İli'nde yerel ligde basketbol oynayan altyapı sporcularının, problem çözme becerilerinin belirlenmesi amacı ile yapılmıştır. Çalışmaya, Çanakkale ilinde faaliyet gösteren spor kulüplerinde eğitim alan yaş ortalaması (12,76±1,72), 111 erkek, 19 kadın toplam 130 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada, araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu ile Tümkaya ve Yerlikaya (2009) tarafından geliştirilen "Kişilerarası Problem Çözme Envanteri" kullanılmıştır. Ölçek 50 madde ve 5 alt boyuttan (Probleme Olumsuz Yaklaşma, Yapıcı Problem Çözme, Kendine Güvensizlik, Sorumluluk Almama ve Isırcı-Sebatkâr Yaklaşım) oluşan 5'li likert tipi bir ölçektir. Ölçek maddelerine verilen cevaplar 1 "hiç katılmıyorum" dan 5 "tamamen katılıyorum" a doğru sıralanmıştır. Verilerin analizinde SPSS-20 paket programı kullanılmıştır. İkili karşılaştırmalarda Mann Whitney U testi, ve değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için ise korelasyon analizi kullanılmıştır. Sonuçlar p<0.05 düzeyinde anlamlı kabul edilmiştir. Çalışma sonucu basketbolcuların problem çözme becerileri belirlenmiş, Cinsiyete göre Probleme olumsuz yaklaşma erkeklerde (29.47±4.95), bayanlarda (28.63±4.03), yapıcı problem çözme erkeklerde (26.90±5.22), bayanlarda (28.42±4.71), kendine güvensizlik erkeklerde (22.35±5.71), bayanlarda (24.21±6.07), sorumluluk almama erkeklerde (29.94±5.93), bayanlarda (30.10±6.99), ısırcı-sebatkâr yaklaşım erkeklerde (23.70±5.24), bayanlarda (23.63±5.29) alt boyutlarında aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri bulunmuştur. Cinsiyetlere göre problem çözme alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. (P > 0.05). Yaşa ile problem çözme alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak; basketbol branşı ile ilgilenen sporcuların problem çözme becerileri araştırıldığında yaş ile ilişkili olmadığı ve cinsiyete göre anlamlı bir farklılık oluşturmadığı tespit edilmiştir. Oyuncuların problem çözme becerilerinin belirlenmesi ve uygun yöntemlerle geliştirilmesi için, antrenör ve sporculara profesyonel destek sağlayacak eğitimlerin spor kulüplerinde bulundurulmasının, oyun içi-dışı performansa katkı sağlayacağı düşüncesindeyiz.

Anahtar Kelimeler: Problem çözme becerisi, basketbol

Determination Of Problem Solving Skills Of Athletes Playing Basketball in Infrastructure Leagues in Canakkale

This study was conducted with the aim of determining the problem solving skills of infrastructure athletes playing basketball in the local league in the province of Çanakkale. A total of 130 athletes (111 male, 19 female) participated as volunteers in the study. The average age of the participants was 12, 76 ± 1, 72 who are trained in the sports clubs in Çanakkale. In the study, personal information form created by the researchers and "Personal Problem Solving Inventory" developed by Tümkaya and Yerlikaya (2009) were used. The Mann-Whitney U test was used for binary comparisons, and the correlation analysis was used to examine the relationship between variables. The results were considered significant at p <0.05 level.

According to the results of the study, problem-solving abilities of basketball players were determined, arithmetic means and standard deviations values were found in the sub-dimensions as stated; according to sex, negative attitude towards problem in males (29.47 ± 4.95), in females (28.63 ± 4.03), constructive problem solving was found in males (26.90 ± 5.22), in females (28.42 ± 4.71), lack of self-esteem was found in males (22.35 ± 5.71), females (24.21 ± 6.07), taking no responsibility was found in males (29.94 ± 5.93), in females (30.10 ± 6.99), persistent-perseverant approach was observed in males (23.70 ± 5.24), in females (23.63 ± 5.29). There was no significant difference ($p > 0.05$) in problem solving sub-dimensions according to gender. There was no significant relationship between age and problem solving sub-dimensions. As a result; when investigating the problem-solving skills of athletes dealing with the basketball branch, there was no significant relationship between age and sex. In order to determine the problem-solving skills of the players and to develop them with appropriate methods, we believe that it will contribute to out-of-play performance by having the trainees who will provide professional support to coaches and sportsmen in sports clubs.

Antrenör Gözüyle Antrenörlerin Kullandıkları Öğretim Stilleri Ölçeğinin Psikometrik Özellikleri

¹Koray Kılıç, ²Mustafa Levent İnce

¹Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara; Ahi Evran Üniversitesi, Kırşehir

²Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara

Email : kkilic@metu.edu.tr, mince@metu.edu.tr

Nitelikli antrenörlük, antrenörlerin hazırladıkları öğrenme/antrenman ortamlarının sporcu gelişimine ne derecede katkı yaptığıyla doğrudan ilişkilidir. Antrenörlük alanyazınında antrenörlerin niteliğini gösteren unsurlar sporda yetkinlik, kendine güven, bağ ve karakter (Cote & Gilbert, 2009) olarak kavramsallaştırılmıştır. Bu unsurların gelişimi bilişsel, sosyal-duygusal ve psikomotor alanlarda üst düzey düşünme becerisi gerektirmektedir. Buna ulaşmada öğrenen merkezli yaklaşımın daha etkili olduğu eğitim bilimleri çalışmalarında vurgulanmaktadır. Dolayısıyla antrenörlerin sporcu merkezli öğretim stratejilerini etkili bir biçimde kullanabilmesi gerekmektedir (Cassidy, Jones & Potrac, 2009). Fakat antrenörlerin hangi öğretim stratejilerini ne düzeyde kullandığını inceleyen bir ölçeğe alanyazında rastlanılamamıştır. Bu çalışmanın amacı antrenörlerin kullandıkları öğretim stratejilerini kendi bakış açılarından incelemek amacıyla Kulinna ve Cothran (2003) tarafından geliştirilen ve İnce ve Hünük (2010) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Beden Eğitimi Öğretmenleri Öğretim Stilleri Değer Algıları" ölçeğini antrenörlük ortamı için güncelleyerek psikometrik özelliklerini sınamaktır. Bu amaçla ölçeğin Türkçesi antrenörlük ortamına güncellendikten sonra 19 branştan 105 antrenöre (Xyaş = 33.48, SS = 9.03) uygulanmıştır. Veriler Varimax Dönüştürmesi kullanılmış Temel Bileşen Faktör Analizi ile incelenmiştir. KMO Testi değeri .67 ve Bartlett Testi ($\chi^2(55) = 307.209$, $p < .05$) değeri anlamlı bulunmuştur. Veri setinde üç faktörlü bir yapı bulunmuştur. Bunlar, sırasıyla % 29.79, % 15.23 ve % 12.72 olmak üzere toplam % 57.74'lük varyans açıklamaktadır. Ölçek maddelerinin faktör yükleri 0.37 ile 0.88 arasındadır. Faktörlerin iç tutarlık katsayıları sırasıyla 0.53, 0.78 ve 0.75'tir. Faktörler ölçek maddelerinin niteliğine uygun olarak sırasıyla "Antrenör Merkezli yaklaşım", "Problem Çözme Yaklaşımı" ve "Sporcunun Tasarladığı/Başlattığı Yaklaşım" olarak adlandırılmıştır. Çalışma bulguları veri setinin ölçeğin teorik yapısını açıkladığını ve faktörlerin yeterli güvenilirlik katsayılarına sahip olduğunu göstermektedir. Ölçek, antrenörlerin kullandıkları öğretim stratejilerini kendi bakış açılarından ve öğrenen merkezli öğretim stillerinin kullanım düzeyi açısından anlaşılmasını sağlayacaktır. Bu da antrenörlerin mesleki gelişim ihtiyaçlarının saptanmasına ve buna ilişkin stratejilerin geliştirilmesine katkıda bulunacaktır.

Anahtar kelimeler: Antrenörlerin kullandıkları öğretim stilleri, ölçek geliştirme, gençlik sporları

Psychometric Properties of Coaches' Views of The Use of Teaching Styles Questionnaire

Effective coaching is linked to the extent that coach-created learning/training environment contributes to athletes' development. In coaching literature, outcomes of coaching effectiveness were conceptualized as competence, confidence, connection, and character (Cote & Gilbert, 2009). They entail high order learning skills in cognitive, social-affective, and psychomotor domains. It is highlighted in educational sciences that "learner-centered" approach is more effective in reaching high order learning outcomes. Therefore, coaches need to effectively use athlete-centered teaching strategies (Cassidy, Jones & Potrac, 2009). However, no measure has been found in the literature, which examines type and extent of use of teaching strategies in coaching settings.

The purpose of this study was to examine psychometric properties of Turkish version (Ince and Hunuk, 2010) of Kulinna and Cothran's (2003) "Physical Education Teachers' Use of Teaching Styles and Perceptions of Styles Questionnaire" to examine coaches' use of teaching strategies from their views. The questionnaire was updated and applied to 105 coaches from 19 sports (Mage = 33.48, SS = 9.03). Data were examined using Principal Component Analysis with Varimax Rotation. KMO Test was 0.67, and Bartlett's Test was significant ($\chi^2 (55) = 307.209, p < .05$). A three-factor solution explained 29.79 %, 15.23 %, and 12.72 % of the variance, totally 57.74 % of the variance. The items' factor loadings were between 0.37 and 0.88. The factors' alpha values were 0.53, 0.78, and 0.75. Compatible with the characteristics of their items, they were labeled as "Reproductive Approach," "Problem Solving Approach," and "Athlete-designed/initiated Approach." The dataset explains the theoretical structure of questionnaire with adequate internal consistency. The questionnaire will help understand coaches' use of teaching strategies from their perspective and extent of their use of athlete-centered strategies. That will contribute to determining coaches' professional needs, and develop strategies accordingly.

Keywords: Coaches' Use Of Teaching Styles, Instrument Development, Youth Sport

Türkiye Şampiyonasına Katılan Su Hokeycilerin Atılğanlık Düzeylerinin Belirlenmesi

¹Serkan Demirdöken, ¹Çisem Demirdöken, ¹Abdullah Güllü, ¹Esin Güllü

¹Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum

Email : coachserkan@gmail.com, cisemunlu@hotmail.com, abdgullu@gmail.com, gullu.esn@gmail.com

Giriş: Bireylerin kendilerini ifade edebilme yolu olarak tanımlanabilen atılğanlık, kişinin çevresiyle olan ilişkilerinde en önemli belirleyicilerden biri olarak kabul edilmektedir.

Amaç: Bu çalışmada su hokeyi sporcularının atılğanlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından araştırılması amaçlanmıştır.

Yöntem: Bu çalışmaya, 2017 yılında Çorum ilinde düzenlenen 23 Yaş Altı Kulüplerarası Su Hokeyi Türkiye Şampiyonası müsabakalarına katılan 31 kadın (ortalama yaşı 19,80 ± 1,56 yıl) ve 58 erkek (ortalama yaşı 19,83 ± 1,53 yıl) olmak üzere toplam 89 gönüllü sporcu katılmıştır. Araştırma grubuna 8 sorudan oluşan Kişisel Bilgi Formu ve Rathus Atılğanlık Envanter ölçeği uygulanmıştır. Shapiro-Wilk normallik normallik testine göre, demografik bilgilerin grup içi ve gruplar arası analizlerinde t-testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) testi uygulandı. Anlamlılık düzeyi için 0.05 seçildi.

Bulgular: Su hokeycilerin yaş gruplarına göre atılğanlık, cinsiyet, spor yaşı, okul türü, kardeş sayısı, anne ve baba eğitim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir (P>0.05). Diğer yandan okul düzeyine göre lise öğrencilerinin atılğanlık düzeyi, üniversite öğrencilerine göre anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur (P<0.05).

Sonuç: Su hokeyi sporcularının atılğanlık düzeylerinin tüm yaş gruplarında düşük olduğu gözlenmiştir. Bu nedenle su hokeyi sporcularının cinsiyet, yaş, aktif spor geçmişi, okul türü, kardeş sayısı, anne ve baba eğitim düzeyi faktörlerinin atılğanlık düzeyleri üzerinde etkili olmadığı söylenebilir. Buna karşın su hokeyi sporcularının eğitim düzeyleri göz önüne alındığında lise öğrencilerinin, üniversite öğrencilerinden daha atılğan oldukları söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Atılğanlık Düzeyi, Su Hokeyi.

Determination Of The Levels Of Assertiveness Of Water Hockey Players in Turkey's Championship

Introduction: Individuals as a form itself can be explained to express assertiveness, the relationship with the person's environment as one of the most substantial determinants are accepted.

Purpose: In this study, it was aimed to investigate the assertiveness levels of water hockey athletes in terms of some variables.

Method: A total of 89 volunteer athletes participated in this study, who were 31 women (mean age was 19,80 ± 1,56 yrs.) and 58 men (average age was 19,83 ± 1,53 yrs.), participated in The Under 23 Years Old Water Hockey Turkey Championship competition held in Çorum in 2017.

The Personal Information Form consisting of 8 questions and Rathus Assertiveness Inventory scale were applied in the research group. According to the Shapiro-Wilk normality test, t-test and one-way analysis of variance (ANOVA) were used for intra-group and inter-group analyzes of demographic information. 0.05 was selected for the level of significance.

Results: According to the age groups of water hockey's, no significant difference was found between assertiveness, sex, sport age, school type, number of siblings, education levels of parents ($P>0.05$). On the other hand, the assertiveness level of the high school students was found to be significantly higher than the university students ($P<0.05$).

Conclusion: The assertiveness levels of water hockey athletes were observed to be low in all age groups. For this reason, it can be said that water hockey athletes have no influence on the assertiveness levels of sex, age, active sports history, school type, number of siblings, maternal and paternal education level factors. On the other hand, when the level of education of water hockey athletes is taken into account, it can be said that high school students are more aggressive than university students.

Keywords: Assertiveness Level, Water Hockey.

SUNULMADI

Üniversite Öğrencilerinin Yeme Tutumlarının Sporcu Özellikleri Açısından Karşılaştırılması

¹Bekir Çiftçi, ¹Alp Kaan Kilci, ¹Yılmaz Deniz

¹Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Balıkesir

Email : bekirciftci@balikesir.edu.tr, alpkaankilci@balikesir.edu.tr,

Giriş: Üniversite öğrencilerinde, anormal yeme davranışları, sağlıksız kilo kontrolü metotları ve düzensiz beslenme belirtileri görülme oranı giderek artmaktadır. Ayrıca, spor yapanlarda yüksek performans hedefi ve estetik kaygılardan dolayı yeme davranış bozuklukları ortaya çıkabilmektedir. Bu çalışma; üniversite öğrencilerinin yeme tutumlarını spor yapma durumları ve spor dalı değişkenleri açısından incelemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Çalışmamıza katılan 105 öğrenciye (48 kadın, 57 erkek) Garner ve ark.(1982) tarafından geliştirilen 26 maddelik Yeme Tutum Testi (YTT-26) uygulanmıştır. Ankete verilen cevaplar literatürde belirtilen yöntemle değerlendirilerek her katılımcı için bir YTT- 26 puanı hesaplanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 23.0 paket programına aktarılmıştır. Verilerin analizinde; cinsiyet, spor yapan-yapmayan ve bireysel-takım sporu değişkenlerinin karşılaştırılmasında bağımsız örneklem t-testi; yaş, beden kitle indeksi (BKİ), okuduğu bölüm ve öğrenim gördüğü sınıf değişkenlerinin karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılan öğrencilerin YTT-26 puanları incelendiğinde; kadınların erkeklerden ($X_{kadın}=20,15$; $X_{erkek}=15,02$; $p=0,01$) ve bireysel spor yapanların takım sporu yapanlardan ($X_{bireysel}=19,57$; $X_{takım}=14,84$; $p=0,01$) anlamlı şekilde daha yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Spor yapan ve yapmayanların puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır($p>0,05$).

Sonuç: Sonuç olarak, üniversitede öğrenim gören kadın öğrencilerde yeme davranış bozukluğu erkeklerden daha çok görülmektedir. Ayrıca bireysel sporlarla uğraşan öğrencilerin yeme davranış bozukluğu riski takım sporlarıyla uğraşanlara göre daha yüksektir diyebiliriz. Üniversite öğrencilerinin yeme davranış bozukluklarında sporun etkisini belirlemek amacıyla daha geniş çalışmalar gerekmektedir.

The Comparison Of The Eating Attitudes In The University Students According Their Sports Characteristics

Introduction: In university students, the incidence of abnormal eating behaviors, unhealthy weight control methods and irregular nutrition statements are increasing. In addition, eating behavior disorders can arise due to a high performance goal and aesthetic concerns in sportsmen. The purpose of this study was to investigate the eating attitudes of university students in terms of sports situations and variables of sport.

Method: The 26-item Eating Attitude Test (EAT-26) developed by Garner et al. (1982) was applied to 110 students (48 female, 57 male) who participated in our study. The answers given in the questionnaire were evaluated by the method stated in the literature and an YTT-26 score was calculated for each participant.

The obtained data were transferred to the SPSS 23.0 package program. In the analysis of the data; independent sample t-test for gender, non-performing and non-performing individual and team sports variables; one-way analysis of variance (ANOVA) was used in comparison of age, body mass index (BMI), grade and class variables of education.

Findings: When the EAT-26 scores of the students participating in the survey were examined; it was found out that the individual sportsmen had significantly higher scores than the team sportsmen ($X_{\text{individual}} = 19.57$, $X_{\text{team}} = 14.84$, $p = 0.01$) and female students had higher scores than male ($X_{\text{female}}=20,15$; $X_{\text{male}}=15,02$; $p=0,01$). There was no statistically significant difference between the average scores of those who engaged and those who did not engage sports ($p > 0,05$).

Conclusion: As a result, eating behavior disorder is more common in female university students than in men. In addition, we can say that the students who engage in individual sports have higher risk of eating behavior disorder than those who play team sports. University students need to study more broadly to determine the effect of sport on eating behavioral disorders.

Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü Personelinin Çatışma Yönetimi Algısı: İstanbul Örneği

²Büşra Başbuğa, ³Elif Karagün, ¹Sabit Selvi, ⁴Canan Öner Suata

¹Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Enstitüsü, Kocaeli

²Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Doktora Öğrencisi

³Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Öğretim Üyesi

⁴Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Öğrencisi

Email : elif.karagun@gmail.com, sabitselvi@gmail.com

Giriş ve Amaç Bir seçeneği tercih ederken, güçlükle karşılaşma sonrası karar verirken, bozukluk olarak belirtilen çatışma (Demirtaş ve Güneş, 2002), iyi yönetilmediğinde; psikolojik huzursuzluk, hastalık gibi sonuçlarla kişi veya kurumlara zarar verebileceğinden söz edilmiştir (Levent, 2005; Karip,2003). Bu çalışmada, Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüklerinde spor uygulamalarını yürüten personelin, toplum sağlığı açısından, çatışma yönetim algılarının incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem Spor Genel Müdürlüğü Personel Daire Başkanlığından gerekli izinler alındıktan sonra İstanbul Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğünde çalışan 278 personelin tamamına ulaşılmaya çalışılmıştır. 147 erkek ile 84 kadın olmak üzere toplam 231 gönüllü personele Ural (1997) tarafından geliştirilen, Çatışma Yönetimi Ölçeği uygulanmıştır. Veriler SPSS 20.00 paket programıyla değerlendirildiğinde; normal dağılım gösterdikleri için parametrik testlerden bağımsız gruplar için t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

Bulgular Çatışma çözme algısı erkeklerde kadın personele göre daha yüksek, yaş açısından ise 20-30 yaş aralığındaki grubun algı düzeyinin, 41-50 yaş aralığındaki gruba göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Sonuç Sonuç olarak, erkeklerde çatışma çözme algısı kadınlara göre daha yüksek, ayrıca genç olma ve 1-5 yıl arasında tecrübeye sahip olmanın da çatışma çözme algısının artmasında önemli bir rol oynadığı görülmüştür.

Kaynaklar DEMİRTAŞ, Hasan ve Hüseyin, GÜNEŞ, (2002), Eğitim Yönetimi ve Denetimi Sözlüğü Anı Yayıncılık No: 19/8, Ankara.

KARİP, Emin, (2005), "Yönetim Biliminin Alan ve Kapsamı ", Eğitim ve Okul Yöneticiliği El Kitabı, Editör; Özden, Y, Pegem Yayıncılık, Ankara. LEVENT, Faruk, (2005), Sınıf Öğretmenlerinin Velilerle Yaşadıkları Bireylerarası Çatışmaları Yönetme Stilleri", Yüksek Lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı, İstanbul.

The Perception of Conflict Management of the Employee of Provincial Directorate of Youth Services and Sports: The Istanbul Sample

The Perception of Conflict Management of the Employee of Provincial Directorate of Youth Services and Sports: The Istanbul Sample
Introduction and Purpose: When choosing an option, whilst deciding after having a difficulty, when not well managed of the conflict indicated as disorder (Demirtaş and Güneş, 2002); is mentioned to damage like psychological unrest and illness to the person or institutions (Levent, 2005; Karip,2003).

In this article, is purposed the perception of conflict management researching the employees to manage of the sports activities in the Directorate of Youth Services and Sports as in terms of community health. Method It has been tried to reached that all employees of 278 as working in 'Employee Management Office of the General Sports Directorate' after got permission from Directorate as required. It has been applied 'The Perception of Conflict Scale' as improved by Ural (1997) to the volantire employees for 147 men and 84 women totally 231 people. When the data evaluated with SPSS 20.00 programme; The "t" test and one way analysis of variance (ANOVA) has been used on the groups for independent of parametric test even though normal distrubution on them. Findings and Results The conflict resolution sense higher for men employees then women employees and the sense level higher the sense level of age ranges of 20-30 then sense level age ranges of 41-50 in terms of ages.

As a result; The conflict resolution sense of men is higher than women, however being younger and having 1-5 years of experience on the conflict solution sense increase have played a important role. Reference DEMİRTAŞ, Hasan ve Hüseyin, GÜNEŞ, (2002), Eğitim Yönetimi ve Denetimi Sözlüğü Anı Yayıncılık No: 19/8, Ankara. KARİP, Emin, (2005), "Yönetim Biliminin Alan ve Kapsamı ", Eğitim ve Okul Yöneticiliği El Kitabı, Editör; Özden, Y, Pegem Yayıncılık, Ankara.

LEVENT, Faruk, (2005), "Classroom Teascher's Conflict Management Styles With Students Parents" Post Graduate Thesis, Yıldız Technical University, Institute of Social Sciences, Department of educational administration and supervision, İstanbul.

Sporda Tükenmişlik Ölçeğinin Adölesan Sporcularda Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

¹Nilay Hande Kocadağ, ²Atahan Altıntaş, ¹Fevziye Hülya Aşçı

¹Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

²Başkent Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : nhandekdag89@gmail.com, atahana@baskent.edu.tr, fhulya@marmara.edu.tr

Bu çalışmanın amacı, Raedeke ve Smith (2001) tarafından geliştirilen, Kelecek, Kara, Çetinkalp ve Aşçı'nın (2016) Türkçe'ye uyarladığı "Sporda Tükenmişlik Ölçeği"nin adölesan sporcular için geçerliği ve güvenirliliğinin test edilmesidir. Bu amaç doğrultusunda "Sporda Tükenmişlik Ölçeği" 139 kız (Xyaş=14.91±1.77), 165 erkek (Xyaş=14.45±1.65) olmak üzere toplam 304 (Xyaş=14.66±1.72) sporcuya uygulanmıştır. Sporcu tükenmişlik ölçeği 15 madde ve 3 alt boyuttan (azalan başarı hissi, duygusal/fiziksel tükenme ve duyarsızlaşma) oluşmaktadır ve 5'li likert tipinde değerlendirilmektedir. Verilerin analizinde, yapı geçerliğine ilişkin olarak doğrulayıcı faktör analizi (DFA) kullanılmıştır. Yapı geçerliğine ilişkin bulgular, orijinal ölçeğin üç faktör yapısı ile tutarlı olmakla birlikte duyarsızlaşma alt boyutunda yer alan 11. madde düşük faktör yükü nedeniyle modelden çıkarılmıştır. Doğrulayıcı faktör analiz sonuçları ölçeğin uyum iyiliği indeks değerlerinin ($\chi^2/sd=2.15$, IFI=0.94, TLI=0.93, CFI=0.94 ve RMSEA=0.06) kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermiştir. Elde edilen faktör yükleri ise azalan başarı hissi alt boyutu için 0.43 ile 0.66, duygusal/fiziksel tükenme alt boyutu için 0.54 ile 0.81, duyarsızlaşma alt boyutu için ise 0.58 ile 0.70 arasında değişkenlik göstermektedir. Ölçeğin iç tutarlık değerleri azalan başarı hissi alt boyutu için 0.66, duygusal/fiziksel tükenme alt boyutu için 0.84 ve duyarsızlaşma alt boyutu için ise 0.60 olarak bulunmuştur. Sonuçlar, Sporda Tükenmişlik Ölçeği'nin Türkçe versiyonunun adölesan sporcuların tükenmişlik düzeylerini belirlemede kullanılabileceğini göstermektedir.

The Validity and Reliability Of Athlete Burnout Questionnaire in Adolescents Athletes

The aim of this study was to examine the validity and reliability of the Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) for the adolescent athletes which has been developed by Raedeke and Smith (2001) and adapted to Turkish by Kelecek, Kara, Çetinkalp and Aşçı (2016). Scale was completed by 304 athletes (139 female, 165 male) with a mean age of 14.66 (Sd=1.72). Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) consists of 15 items and 3 subscales (Reduces Sense of Accomplishment, Emotional/Physical Exhaustion and Devaluation). Construct validity was tested by confirmatory factor analysis. The confirmatory factor analysis results showed that the fit goodness index values ($\chi^2 / sd = 2.15$, IFI = 0.94, TLI = 0.93, CFI = 0.94 and RMSEA = 0.06) were acceptable. The factor loadings were between 0.43 and 0.66 for the Reduces Sense of Accomplishment, 0.54 and 0.81 for the Emotional/Physical Exhaustion and 0.58 and 0.70 for the Devaluation subscales. The internal consistency of the scale was 0.66 for the Reduces Sense of Accomplishment , 0.84 for Emotional/Physical Exhaustion and 0.60 for Devaluation subscales. The results show that the Turkish version of the Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) can be used in determining the burnout level of the adolescent athletes.

Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulunda Okuyan Öğrencilerin İyimserlik Düzeylerinin Yaşam Doyumu Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi (Erciyes Üniversitesi Örneği)

²Hakkı Ulucan , ¹Ihsan Kuyulu, ³Enes Beltekin, ⁴Yunus Berk

¹Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri

²Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kayseri

³Bingöl Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Bingöl

⁴19 Mayıs Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Samsun

Email : hakkiulucan@gmail.com, ihsankuyulu444@hotmail.com, ens_bltkn@hotmail.com, yunberk@gmail.com

Çalışma amacı Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda farklı bölümlerde okuyan öğrencilerin iyimserlik düzeyleri ile yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırma grubunu, Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören 194 erkek ve 124 bayan olmak üzere toplam 318 öğrenci oluşturmaktadır. Yaşam doyumu düzeyi verilerini elde etmek için Diener ve arkadaşları tarafından 1985 yılında geliştirilen Yetim tarafından 1993 yılında Türkçeye uyarlanan “Yaşam Doyumu Ölçeği”, iyimserlik düzeyi verilerini elde etmek için ise Scheiver ve Carver tarafından 1985 yılında geliştirilen “Yaşam Yönelimi Testi (İyimserlik Ölçeği)” kullanılmıştır. Çalışmaya katılan öğrencilerin yaşam doyumu düzeyleri değerlendirmelerinde yalnızca bölüm değişkenlerine göre gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmuşken, cinsiyet ve spor yapma değişkenlerine göre ise gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. İyimserlik düzeyleri değerlendirmelerinde ise cinsiyet, spor yapma ve bölüm değişkenlerine göre gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Çalışmaya katılan öğrencilerin iyimserlik düzeyleri ile yaşam doyumu düzeyleri arasında pozitif yönlü korelasyon tespit edilmiştir. Sonuç olarak bakıldığında Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda farklı bölümlerde okuyan öğrencilerin iyimserlik düzeyleri arttıkça, yaşam doyumu düzeylerinin de arttığı anlaşılmaktadır.

Examination of the Effect of Optimism Levels towards Life Satisfaction Levels of Students that Study at Physical Education and Sports Academy (Erciyes University Sample)

The aim of the study is to examine the relationship between the level of optimism and the level of life satisfaction of the students who study in different departments of Erciyes University Physical Education and Sports Academy. The research group totally consists of 318 students, 194 male and 124 female and they are studying at the Erciyes University School of Physical Education and Sports. Life Satisfaction Scale adapted to Turkish in 1993 by Orphan, developed by Diener et al. In 1985, and Life Orientation Test (Optimistic Scale) developed by Scheiver and Carver in 1985 to obtain the level of life satisfaction,). In the life satisfaction levels of the students who attended in the study, there was a meaningful difference between the groups only according to the department variances, while there was no meaningful difference between the groups according to gender and sporting variances. In the evaluation of optimism levels, there was no meaningful difference between the groups according to gender, sporting and departmental variances. A positive relationship was found between the level of optimism and the level of life satisfaction of the students who attended in the study. As a result, the level of optimism of the students studying at different departments in Erciyes University Physical Education and Sports Academy increases, then it means that the level of life satisfaction increases as well.

Elit Hentbolcularda Spor Yaşının Problem Çözme Durumuna Etkisi

²Erol Doğan, ¹Yücel Makaracı, ¹Gül Çavuşoğlu, ³Mehmet Vakıf Durmuşoğlu

¹Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun

²Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun

³Milli Eğitim Bakanlığı, Kahramanmaraş

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı elit hentbolcularda spor yaşının problem çözme durumuna etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmada veri toplama aracı olarak Çalışmada bireylerin problem çözme becerilerini ölçmek üzere Heppner ve Petersen (1982) tarafından geliştirilen ve Şahin ve ark. (1993) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan “Problem Çözme Envanteri – PÇE” (Problem Solving Inventory – PSI) kullanılmıştır. Envanter 35 maddeden oluşmakta ve altılı likert tip olma özelliği taşımaktadır. Katılımcılar kendilerine yöneltilen maddelere „her zaman böyle davranırım” (1) ile “hiçbir zaman böyle davranmam” (6) aralığında cevap vermektedirler. Puanlanma sırasında 9., 22. ve 29. maddeler protokole uygun olarak puanlama dışı tutulmuştur. 1., 2., 3., 4., 11., 13., 14., 15., 17., 21., 25., 26., 30. ve 34. maddeler ters olarak puanlanmıştır. Ölçekten elde edilecek puanlar 32 ile 192 arasında olup, ölçekten alınacak düşük puanlar bireylerin problem çözmeye yönelik yeteneklerinin yüksek olduğunu göstermektedir. Çalışmaya 1-7yıl arası spor yaşına sahip 24, 8-14 spor yaşına sahip 43, 15 ve üzeri yıla sahip 1. ligde oynayan 22 hentbolcu katılmıştır. .

Bulgular: Analiz sonucunda 1-7 spor yaşına sahip hentbolcuların problem çözme puanı 116,04, 8-14 spor yaşına sahip sporcuların 115,02, 15 yıl ve üzeri spor yaşına sahip sporcuların da 100,11 olarak bulunmuştur. Gruplar arası farklar incelendiğinde 15 ve üzeri spor yaşına sahip sporcuların lehine fark tespit edilmiştir (p=0,001).

Sonuç: Çalışma sonucunda 15 yıl ve üzeri sporcuların daha iyi problem çözme becerisine sahip olduğu tespit edilmiştir. Bu durumun ortaya çıkmasında elit seviyede spor yapmaya bağlı olarak gelişen becerilerden bahsedilebilir. Uzun yıllar spor yapmanın problem çözme durumuna olumlu etkisi olabilir.

The Effect Of Sport Age On Problem Solving Situation in Elite Handball Players

Introduction and Aim: In the study, Problem Solving Inventory, developed by Heppner and Peterson (1982) and Turkish adaptation made by Şahin and colleagues (1993), was used as data collection tool to measure the problem solving skills of the individuals. The inventory consists of 35 articles and has the characteristics of sextet likert type. The participants answer the articles directed to them in the range of “ I always behave like this “ (1), and “I never behave like this” (6). During scoring, articles 9, 22, and 29 were kept non-scored according to the protocol. Articles 1.,2.,3.,4.,11.,13.,14.,15.,17.,21.,25.,26.,30., and 34 were inversely graded. Points to be earned on the scale are in the range of 32 and 192, low points to earned on the scale show that the problem solving skills of the individuals are high. 24 handball players having between 1-7 year-sport ages, 43 handball players having 8-14 sport ages, 22 handball players having 15 years and over and playing in the first division participated in the study.

Findings: As a result of analysis, problem solving grade of the handball players having 1-7 sport ages was determined as 116.04, that of hand ball players having 8-14 sport ages was 115.02, that of those having 15 years and over was 100.11. When the differences between the groups are examined, the difference was determined in the favor of athletes having 15 years and over sport ages ($p=0.001$).

Result: As a result of the study, it was determined that the athletes having 15 years and over sport ages had better problem solving skills. The skills developing depending on doing sports in the elite level may be mentioned in this situation. It can be a positive effect of doing sports for many years on problem solving situation.

PB629

Yelken Sporcularında Başarı Motivasyonu; Cinsiyet ve Millilik Durumlarına Göre Bir Karşılaştırma

¹Tuğçe Sertyürekli, ²Elif Karagün, ¹Fuat Orkun Tapşın, ¹Uğur Çıtak

¹Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor YI Öğrencisi

²Doç. Dr. Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Rekreasyon Bölümü

Email : Tuğçe_srtyrkli@hotmail.com, elif.karagun@gmail.com, fuat_orkun@hotmail.com, u.citak@hotmail.com.tr

Yelken Sporcularında Başarı Motivasyonu; Cinsiyet ve Millilik Durumlarına Göre Bir Karşılaştırma

Amaç: Bu araştırmanın amacı yelken sporcularının başarı motivasyonu düzeylerinin cinsiyet ve millilik durumlarına göre değişip değişmediğinin belirlenmesidir.

Yöntem: Bu amaç doğrultusunda ilgili izinler alındıktan ve araştırmanın amacı açıklandıktan sonra araştırmaya gönüllü katılmak isteyen; İstanbul Yelken Kulübü, Kalamış Yelken Kulübü, Çeşme Yelken İhtisas Kulübü ve Fenerbahçe Yelken Kulübünden toplam 40 lisanslı sporcu (yaş=15,05±1,83) katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak; Willis (1982) tarafından geliştirilen ve Türkiye’de geçerlilik ve güvenilirlik çalışması da Tiryaki ve Gödelek (1997) tarafından yapılan “Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği” uygulanmıştır. Veriler SPSS 21.00 paket programıyla değerlendirildiğinde normal dağılım gösterdikleri için parametrik testlerden bağımsız gruplar için t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Araştırma sonucunda, Yelken sporcularının başarı motivasyonu düzeylerinin cinsiyet ve millilik değişkenlerine göre karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamamıştır. Fakat cinsiyet değişkenine göre alt boyutlara bakıldığında erkeklerin ortalamaları kadınlara oranla daha yüksek çıkmıştır. Millilik durumuna göre ise, güç gösterme güdüsünün ortalamaları birbirine yakın iken. Başarılı olma güdüsü ve başarısızlıktan kaçma güdülerinde milli sporcuların ortalamaları milli sporcu olmayan sporculara oranla daha yüksek bulunmuştur.

Anahtar kelimeler: Başarı Motivasyonu, Milli sporcu, Yelken, Cinsiyet.

Kaynakça: Tiryaki, Ş., Gödelek E., Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeğinin Türk Sporcuları için Uyarlanması Çalışması, I. Uluslararası Spor Psikolojisi Sempozyumu Bildiri Kitapçığı, Bağırhan Yayınevi, s:s 128-141, Ankara,1997

Motivation of Success in Sailing Athletes; A Comparison According to Gender and Nationality Situations

Objective: The aim of this research is to determine whether the motivation levels of success for sailing athletes vary according to gender and nationality.

Method: For the purpose of this purpose, volunteers are asked to participate in the research once the relevant permissions have been obtained and the purpose of the research has been explained; A total of 40 licensed athletes (age = 15,05 ± 1,83) participated from İstanbul Sailing Club, Kalamış Sailing Club, Çeşme Sailing Specialization Club and Fenerbahçe Sailing Club.

As a means of data collection in research; Developed by Willis (1982) and validity and reliability study in Turkey, "Sports Specific Achievement Motivation Scale" was applied by Tiryaki and Gödelek (1997). As the data showed normal distribution when evaluated with SPSS 21.00 package program, t test and one way analysis of variance (ANOVA) were used for independent groups from parametric tests.

Findings and Conclusion: As a result of the research, no statistically significant difference was found when the motivation levels of success of sailing athletes were compared according to gender and nationality variables. But when we look at the sub-dimensions according to gender variable, the average of males is higher than females. According to the state of nationality, the average of the power to show power is close to each other. The athletes of national athletes were found to be higher than the national athletes in terms of being successful and avoiding unsuccessful.

Keywords: Motivation for success, National athlete, Sailing, Gender.

References: Tiryaki, Ş., Gödelek E., Adaptation Study of Sports-Specific Achievement Motivation Scale for Turkish Athletes, I. International Sport Psychology Symposium Proceedings Booklet, Bağırhan Yayınevi, s: s 128-141, Ankara, 1997

PB679

Kadın Voleybolcularda Stres Yönetimi: Stresle Başa Çıkma Yaklaşımları Üzerine Bir Çalışma

¹Neslişah Aktas, ²Erdal Zorba, ³Ümit Doğan Üstün

¹Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği ABD, Ankara

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

³Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kütahya

Email : aktas.neslisah@gmail.com, erdalzorba@hotmail.com, umit.dogan.ustun@gmail.com

Amaç: Bu çalışmanın amacı kadın voleybol oyuncularının stresle başa çıkma yaklaşımlarının yaş, voleybol oynama süresi ve üst lige yükselme maçlarını bitirme sırasına göre incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmada 2013-14 sezonu Bayanlar 3.Ligi A ve B gruplarında ilk dört sırada yer alan ve 2. Lige yükselme maçlarına katılan takımların oyuncuları (N=76, Yaş=20.79±3.69) yer almıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Türkçe adaptasyon çalışması Şahin ve Durak tarafından yapılan Stresle Başa Çıkma Yaklaşımları ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçe versiyonu 30 madde ve 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Çalışmada elde edilen verilerin analizinde tanımlayıcı istatistiksel yöntemlere ek olarak $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde ANOVA kullanılmıştır.

Bulgular: Analiz sonuçlarına göre çalışmada yer alan voleybolcuların stresle başa çıkma yaklaşımlarında yaş ve üst lige yükselme maçlarını bitirme sırasına göre anlamlı bir farklılığa rastlanmazken, voleybol oynama süresine göre "sosyal desteğe başvurma" alt boyutunda anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak bu çalışma 6-10 yıldır voleybol oynayan kadın voleybolcuların 11 ve üstü yıl voleybol oynayanlara göre stresle başa çıkmak için daha çok sosyal desteğe başvurduğunu göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Voleybol, Stres, Stresle Başa Çıkma Yaklaşımları

Stress Management By Female Volleyball Players: A Study Based On Ways Of Coping With Stress

Aim: The aim of this study was to analyze stress coping strategies of female volleyball players according to age, volleyball playing time and rank at the playoffs.

Material and Methods: Players of the teams which finished the groups A & B between the ranks 1-4 in the 2013-14 female 3rd league volleyball season and took part in the Play-offs, participated in the study (N=76, Mage=20.79±3.69). In the study "stress coping strategies scale" of which Turkish adaptation study was done by Sahin and Durak was used as data gathering tool. The Turkish version of the scale consists of 30 items and 5 factors. In analyzing the data, in addition to descriptive statistical methods, ANOVA was used at the %95 confidence level.

Findings: According to analyze results, although there was no significant difference between stress coping strategies of female volleyball players according to age and rank at the playoffs, there was a significant difference in the "researching for social support" factor according to volleyball playing time.

Result: As a result, this study showed that female volleyball players who have been playing volleyball between 6-10 years search for social support in order to cope with stress more than players who have been playing volleyball 11 and up years.

Keywords: Volleyball, Stress, Stress Coping Strategies

SUNULMADI

Egzersiz Yapan Bireylerin Fiziksel Benlik Algısı İle Esenlik Düzeyleri Arasındaki İlişki

¹Ömer Seydaoğulları, ²F. Hülya Aşçı

¹Sakarya Türkiye Olimpik Hazırlık Merkezi, Sakarya

²Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : omerseydaogullari@gmail.com, fhulya@marmara.edu.tr

Bu araştırma, egzersiz yapan bireylerin fiziksel benlik algısı ile esenlik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılmıştır. Çalışmada fiziksel benlik algısı ve esenlik düzeyinin cinsiyete, egzersiz yapma süresine ve sıklığına göre değişip değişmediği de araştırılmıştır. Çalışmanın örneklemini egzersiz yapan 18-35 yaş arası 105 kadın ($\bar{X}_{\text{yaş}}=24.45+4.77$) ve 102 erkek ($\bar{X}_{\text{yaş}}=23.12+3.63$) oluşturmaktadır. Çalışmada katılımcıların kişisel bilgilerini belirlemek için kişisel bilgi formu, katılımcıların fiziksel benlik algısı ile esenlik düzeylerini belirlemek için ise “Kendini Fiziksel Algılama Envanteri” ve “Algılanan Esenlik Ölçeği” uygulanmıştır. Verilerin analizinde Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon katsayısı, Tek Yönlü Varyans Analizi, Bağımsız Örneklerde t testi kullanılmıştır. Analizler socununda, katılımcıların esenlik düzeyleri ile fiziksel benlik algısı arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki bulunmuştur ($p < 0.05$). En yüksek ilişki spiritüel alt boyutu ile algılanan spor yeteneği ($r = .44$; $p < .05$) alt boyutu arasında iken en düşük ilişki psikolojik alt boyut ile algılanan kuvvet ($r = .20$; $p < .05$) alt boyutu arasında bulunmuştur. Bağımsız örneklerde t testi analiz sonuçlarına göre, esenlik ve fiziksel benlik algısında cinsiyet açısından istatistiksel olarak anlamlı fark yoktur ($p > 0.05$). ANOVA sonuçları egzersiz yapma süresine göre esenlik ve fiziksel benlik algısının tüm alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğunu gösterirken, egzersiz sıklığına göre sadece fiziksel benlik algısının algılanan fiziksel kondüsyon alt boyutunda anlamlı fark olduğunu göstermiştir ($p < 0.05$). Sonuç olarak, egzersiz süresi arttıkça bireylerin esenlik düzeylerinin arttığı ve kendilerini psikomotor boyutta daha olumlu algıladıkları söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel Benlik Algısı, Esenlik

The Relationship Between Physical Self-Perception And Wellness In Exercisers

This study was conducted to investigate the relationship between physical self-perception and wellness in exercisers. The study was also investigated whether the level of physical self-perception and wellness differed with regard to sex, length and frequency of exercise. The sample of the study consisted of 105 female ($M_{\text{age}}=24.45+4.77$) and 102 male ($M_{\text{age}}=23.12+3.63$) aged 18-35 years old exercisers. Personal information form was used to determine the participants personal information, and “Physical Self-Perception Profile” and “Perceived Wellness Scale” were used to determine participants' physical self-perception and wellness. Pearson Product Moment Correlation, One Way Analysis of Variance, Independent samples t test were used. Analysis indicated statistically significant and positive correlation between the all subscales of wellness and the physical self-perception subscales. The highest relationship was obtained between the spiritual subscale and perceived sport competence while the lowest relationship was obtained between the psychological subscale of wellness and perceived strength. T-test analysis revealed no significant sex differences in wellness and physical self perception. ANOVA results showed statistically significant differences in all subscales of wellness and physical self-perception with regard to length of exercise.

ANOVA results also revealed only significant differences in perceived physical condition subscale of physical self- perception with regard to exercise frequency. In conclusion, as the length of exercise participation increased, individuals feel more wellness and perceive themselves as positive in psychomotor domain.

Keywords : Physical self-perception , Wellness

Düzenli Spor Yapan ve Yapmayan Kız Ve Erkek Ergenlerin Çoklu Zekâ Yönüyle Karşılaştırılması

¹Hakan Metan, ¹Veysel Küçük

¹Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : hakanmetan@gmail.com, vyslkck@gmail.com

Amaç: Son yıllarda sporcu bireylerin kişilik özellikleri üzerinde yapılan çalışmalarda zekâ kavramı dikkat çekmektedir. Gardner'a göre zekâ, gerçek hayatta karşılaştığı problemlere etkili ve verimli çözümler üretebilme becerisi ve çözüme kavuşturulması gereken yeni veya karmaşık yapıları keşfetme yeteneğidir (Saban, 2001). Çoklu zekâ kuramı ise, en basit haliyle zekâyı tek ve baskın bir yetenek olarak görmekten ziyade, çeşitli ve özel boyutlardan oluştuğunu öneren bir modeldir (Gardner, 1983). Bu çalışmada düzenli spor yapma alışkanlığı kazanmış kız ve erkek bireylerle spor yapmayan bireylerin çoklu zekâ alanları yönüyle incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmaya İstanbul ili, Sarıyer, Bakırköy, Güngören, Zeytinburnu, Bayrampaşa ilçelerindeki ortaöğretim kurumları ve spor kulüplerinden tesadüfi yöntemle belirlenen toplam 280 kişi üzerinde katılmıştır. Katılımcıların 127'si sporcu, 153'ü spor yapmayan bireylerdir. Araştırmada katılımcılara, Saban'ın geliştirdiği 80 sorudan oluşan "Çoklu Zekâ Envanteri" uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlar bazı değişkenler dikkate alınarak 8 zekâ alanına göre değerlendirilmiştir. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistik t testi uygulanmıştır.

Bulgular: Araştırmanın sonucunda alanların çoğunda cinsiyete göre anlamlı bir fark olmamasına karşın bazı alanlarda düzenli spor yapmayanlar lehine anlamlı sonuçlar çıkmıştır.

Comparison Of Adolescents Men And Women Individuals Who Do Sports Regularly And Those Who Do Not in Terms Of Their Multiple Intelligence

Aim: In recent years, the concept of intelligence has attracted attention in studies on personality traits of athletic individuals. According to Gardner, intelligence is the ability to produce effective and efficient solutions to the problems faced in real life, and the ability to discover new or complex structured problems that must be resolved (Saban, 2001). The theory of multiple intelligences is a model that suggests that, from its simplest point of view, intelligence is a unique and dominant talent, it is made up of various (Gardner, 1983). In this research, man and women individuals who do sports regularly have been compared with those who don't do any sports in terms of their individual intelligence areas. Our aim is to find out the correlation between intelligence and sports by gender.

Method: The research has been done on schools and sports clubs of Sarıyer, Bakırköy, Güngören, Zeytinburnu and Bayrampaşa districts in İstanbul. The research has been done on 280 individuals, 127 of which are sportsmen and 153 of which do not do sports. They have been chosen randomly. "Multiple Intelligence Tests" which have been arranged by Saban have been given to them and results have been taken in terms of 8 different intelligence areas. The results of both groups have been examined to see if there is any difference in terms of gender. The data have been evaluated with a computer statistics program and have been used t test.

Results: As a result of the research by gender, it has been found out that there is no significant difference in most areas but there are some significant results in favour of those who do not do sports in other areas.

SUNULMADI

Sporda Güdülenme leği Iı (Sg-Iı): Türkçe Uyarlaması

¹Kubilay cal, ¹Derya Sakallı

¹Muđla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Email : ocalkubilay@gmail.com, deryasakallii@gmail.com

Giriş Ve Amaç: Bu çalışmanın amacı sporcu motivasyonu ölçmek amacıyla Pelletier ve diğ., (2013) tarafından 18 madde ve 6 alt boyut olarak geliştirilen Sporda Güdülenme leği-II (SG-II)'nin geçerlik ve güvenirliğinin test edilerek Türkçeye uyarlama çalışmasının yapılmasıdır.

Yöntem: Çalışmaya 2017 yılı Nisan ve Mayıs aylarında Türkiye'nin çeşitli bölgelerinden ve 14 farklı branştan toplam 205 (78 kadın - 127 erkek) sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Online ve dağıt topla metoduyla toplanan veriler SPSS 22 programında birleştirilmiştir. Birleştirilen veriler öncelikle gözden geçirilmiş, kayıp değerler, u veriler ve normallik dağılımları incelenmiştir. Tanımlayıcı analizler için SPSS 22, doğrulamayı faktör analizi için ise AMOS 18 programı kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışmada öncelikle toplanan verilerin alt boyutlarını ortaya koyabilmek ve hangi maddenin hangi faktöre yüklendiğini belirleyebilmek adına açıklayıcı faktör analizi (AFA) yapılmış, verilerin AFA'ya uygun olup olmadığını belirleyebilmek için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett Küresellik testi uygulanmıştır. KMO katsayısı 0.87, Bartlett Küresellik değerı 1202,51 (p<001) bulunmuş, verilerin faktör analizine uygun olduğuna karar verilmiştir. Altı faktör üzerinden yapılan çalışmalarda ölçek toplam varyansın %66'sını açıklamaktadır ve alt boyutların güvenilirlik katsayıları İçsel Motivasyon, zmseme, zdeşim, İe atım, Dışsal Düzenleme, Güdülenmeme ve toplam ölçek için sırasıyla 0.72, 0.61, 0.81, 0.55, 0.73, 0.72 ve 0.76 olarak bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutlar arası ilişki düzeyi 0.14 ile 0.69 arasından değişmektedir. DFA sonucunda ki-kare/serbestlik derecesi (X^2/df) 1,5 olarak bulunmuştur. RMSEA değerı 0.50, SRMR ise .065 olarak tespit edilmiştir. NFI; 0.88, NNFI; 0.96, CFI; 0.96 olarak hesaplanmış, AGFI değerı 0.88, GFI değerı 0.92 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlara göre değerler kabul edilebilir sınırlar içerisindedir.

Sonuç: SG-II'den elde edilen veriler ölçeğin uyum değerleri açısından Pelletier ve arkadaşları tarafından yapılan çalışmanın sonuçlarıyla çok büyük paralellikler gösterdiğini ve orijinal ölçekteki gibi 18 maddeden 6 alt boyuttan ve (İçsel Motivasyon, zmseme, zdeşim, İe Atım, Dışsal Düzenleme ve Güdülenmeme) oluştuğunu göstermektedir. Bu sebeple SG-II'nin Türkçeye kuramsal ve istatistiksel açıdan önemli ölçüde uygun bir anket olduğu söylenebilir.

Adaptation Of Sport Motivation Scale Ii in To Turkish Language

Introduction And Purpose: This study is providing adaptation procedures consisting reliability and validity tests for Sports Motivation Scale II into Turkish language. The original scale has 18 items and 6 main factors were developed by Pelletier et.al (2013).

Method: Related data were collected from 205 voluntary athletes in 14 different sport branches. SPSS 22 were used for basic analysis. Primarily; missing data, normality and outliers were checked in order to prepare data before statistical analysis. In the second part confirmatory factor analysis (CFA) was applied with AMOS 18.

Results: At the beginning explanatory factor analysis (EFA) were conducted in order to validate the factor loadings. Before EFA data were checked by Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) and Bartlett's tests to see how suited data is for Factor Analysis. KMO is found 0.87, and Bartlett's value is 1202.51 ($p<001$) which provide acceptable values. According to the results there are six main factors that explain 66% of total variance in sports motivation. The Cronbach's alpha of the factors are; 0.72 for Intrinsic, 0.61 for Integrated, 0.81 for Identified, 0.55 for Introjected, 0.72 for External, 0.73 for Amotivated. For overall scale alpha value is 0.76. The correlation between factors varies from 0.14 to 0.69. CFA results shows that χ^2/df ;1.5, RMSEA; 0.50, SRMR; .065 NFI; 0.88, NNFI; 0.96, CFI; 0.96 AGFI ;0.88, GFI; 0.92.

Conclusion: As a conclusion, original scale (SMS II) and Turkish version of scale (SGO II) overlap each other. For that reason it is proved that SGO II is a useful scale to evaluate the concept of sport motivation in both theoretically and statistically in Turkey.

PB700

Spor Yapan Ve Yapmayan Ergenlerin Akıl Dışı İnançlarının Karşılaştırılması

¹Osman Urfa, ¹F. Hülya Aşçı

¹Marmara Üniversitesi, İstanbul

Email : osmanurfa@marun.edu.tr, fhulya@marmara.edu.tr

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı ergenlerin spor yapıp yapmama durumuna göre akıl dışı inançlarının (başarı talebi, rahatlık talebi, saygı talebi) karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Araştırmaya 10-14 yaşları arasında 109 erkek ($\bar{x}$ yaş= 12.87±0.99), 99 kız ($\bar{x}$ yaş= 12.84±1.05) olmak üzere toplam 208 ($\bar{x}$ yaş= 12.86±1.02) ergen katılmıştır. Araştırmaya katılan ergenlerin 74'ü aktif olarak lisanslı sporcuyken, 134'ü spor yapmamaktadır. Veri toplama aracı olarak "Kişisel Bilgi Formu" ve "Ergenler için Mantıkdışı İnançlar Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde Çok Değişkenli Varyans Analizi (MANOVA) kullanılmıştır.

Bulgular: MANOVA sonuçlarına göre; akıl dışı inançlar üzerinde cinsiyet x spor yapma ortak etkisi anlamlı değildir (Wilks' λ = .99; F(3, 204)= .09, p>.05, η^2 = .001). Öte yandan, ergenlerin akıl dışı inançları cinsiyete (Wilks' λ = .95; F(3, 204)=3.35, p<.05, η^2 =.05) ve spor yapma durumuna (Wilks' λ = .91; F(3, 204)=6.39, p<.01, η^2 = .09) göre anlamlı farklılık göstermektedir. Hangi bağımlı değişkenin çok değişkenli farklılığa katkı sağladığını anlamak için yapılan univariate analiz sonucunda saygı talebi alt boyutunda kızların puanları erkeklerden daha yüksek bulunmuştur (F(1, 204)= 6.60, p<.05, η^2 =.03). Spor yapma durumuna göre başarı talebi (F(1, 204)= 7.24, p<.05, η^2 = .03), rahatlık talebi (F(1, 204)= 5.79, p<.05, η^2 =.03), saygı talebi (F(1, 204)= 9.74, p<.05, η^2 =.05) ve toplam akıldışı inanç (F(1, 204)= 17.48, p<.05, η^2 = .08) puanlarında anlamlı farklılık vardır. Tüm alt boyutlarda, spor yapanların akıldışı inanç puanları spor yapmayanlara göre daha yüksek çıkmıştır.

Sonuç: Sonuç olarak ergenlerin cinsiyetine ve spor yapıp yapmama durumuna göre akıl dışı inançları farklılaşmaktadır. Özellikle spor yapan ergenlerin akıl dışı inançlarının spor yapmayanlara göre daha yüksek çıkması, ergen sporcularla yapılacak olan uygulamalı spor psikolojisi çalışmaları açısından yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

Comparison Of Irrational Beliefs Of Adolescents Athletes And Non-Athletes

Purpose: The purpose of this study was to compare the irrational beliefs of the adolescents athletes and non-athletes.

Method: A total of 208 adolescents (Mage= 12.86±1.02), 109 males (Mage= 12.87±0.99) and 99 females (Mage= 12.84±1.05) ages between 10-14 years old participated in this study. Seventy four of adolescents were athletes and 134 of adolescents were non-athletes. "Personal Information Form" and "The Irrational Beliefs Scale for Adolescents" were administered to all participants. Multivariate Analysis of Variance (MANOVA) was used to analyze data.

Result: There was no significant sex x sport participation interaction effect (Wilks' λ = .99; F(3, 204)= .09, p>.05, η^2 = .001) for irrational beliefs. On the other hand, the irrational beliefs of adolescent differed with regard to sex (Wilks' λ = .95; F(3, 204)= 3.35, p<.05, η^2 = .05) and sport participation (Wilks' λ = .91; F(3, 204)= 6.39, p<.01, η^2 = .09).

Follow up univariate analysis for determining which dependent variable contributed to the multivariate variability indicated that female adolescents had significantly higher on respect subscales of irrational belief than males ($F(1, 204) = 6.60, p < .05, \eta^2 = .03$). In addition, there were significant difference in demand for achievement ($F(1, 204) = 7.24, p < .05, \eta^2 = .03$), demand for comfort ($F(1, 204) = 5.79, p < .05, \eta^2 = .03$), demand for respect ($F(1, 204) = 9.74, p < .05, \eta^2 = .05$) and total irrational belief ($F(1, 204) = 17.48, p < .05, \eta^2 = .08$) scores with regard to sport participation. Adolescents athletes had higher irrational belief scores than non-athletes.

Conclusion: In conclusion, irrational belief of adolescent differed with regard to sex and sport participation. Particularly, adolescents who engage in sport had more irrational belief. That's why this results is important for applied sport psychology when working with adolescent athletes.

Elit Hentbolcularda Sosyal Beceri Profili

¹Serdar Eler, ¹Levent İlhan, ²Kazım Kaya, ¹Okan Burçak Çelik

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

²Ahi Evran Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kırşehir

Email : okanburcackelik@hotmail.com, serdareler@gmail.com, leventilhan@gazi.edu.tr, kazimkaya40@hotmail.com, okanburcackelik@hotmail.com

Amaç: Bu araştırmanın amacı, elit düzeydeki hentbolcuların sosyal beceri düzeylerini çeşitli değişkenler açısından değerlendirmektir.

Yöntem: Araştırmaya Türkiye Hentbol Süper Ligleri ve 1. Liglerinde hentbol oynayan toplam 257 (136 kadın, 121 erkek) sporcu dahil edilmiştir. Sporcuların yaşları 17-38 arasında değişmekte olup yaş ortalaması 26.7±5.48'dir. Araştırma grubunun sosyal beceri seviyeleri cinsiyet ve lig kategorisi açısından değerlendirilmiştir. Araştırmada veri toplama araçları olarak, Riggio tarafından geliştirilen ve Yüksel, tarafından Türkçe uyarlaması yapılan ve 6 boyutlu "Sosyal Beceri Envanteri" ile araştırmacılar tarafından oluşturulan "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. İstatistiksel analiz ve karşılaştırmalar için, "Bağımsız Örneklem T Testi", "Kolmogorov-Smirnov" ve "Shapiro-Wilk" testlerine başvurulmuş, anlamlılık için 0.05 ve 0.01 düzeyi tercih edilmiştir.

Sonuç: Araştırmanın bulguları ışığında hentbolcuların genel sosyal beceri profillerinin yüksek seviyede olduğu (339.56 ± 45.14) tespit edilmiştir. Kadın hentbolcular, erkek hentbolculardan daha yüksek bir sosyal beceri düzeyine sahip olsalar da gruplar arasındaki puan ortalaması farkının anlamsız olduğu (P>0.05) belirlenmiştir. Sosyal becerinin alt boyutlarından, "Duyuşsal Anlatımcılık", "Duyuşsal Kontrol" ve "Sosyal Duyarlılık" alt boyutlarında kadın sporcuların puan ortalamaları erkek sporculara göre anlamlı oranda yüksektir. "Sosyal Anlatımcılık" alt boyutunda ise erkek sporcuların puan ortalamasının kadın sporculara göre anlamlı ölçüde yüksek olduğu belirlenmiştir. Lig kategorisi bakımından Süper Ligde oynayan hentbolcuların sosyal beceri toplam puan ortalamalarının 1. ligde oynayan hentbolculardan daha yüksek bulunmasına rağmen önemli bir farklılaşma olmadığı, bunun yanında "Duyuşsal Kontrol" ve "Sosyal Anlatımcılık" alt boyutlarında süper lig sporcularının, puan ortalamalarının, 1. ligde oynayan sporculara göre anlamlı şekilde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Sosyal beceri, hentbol, elit sporcular.

Social Skills Profiles Of Elit Handball Players

Objective: The aim of the present research was to examine the social skill levels of the handball players in terms of various variables.

Methods: A total of 257 (136 females, 121 males) athletes participated in the research in Turkey Handball Super League and 1st League handball. The age of the athletes ranged from 17 to 38 and the mean age was 26.7 ± 5.48. The social skill levels of the research group were assessed in terms of "gender and league category". As the data collection tools, Personal Information form and Social Skills Inventory developed by Riggio (1986) and adapted to Turkish by Yüksel (1997) were used. For the statistical comparisons; "Independent-Samples T Test", "Kolmogorov-Smirnov" and "Shapiro-Wilk" were used within the analysis and the significance level was 0.05 and 0.01.

Results: As a result, it was revealed that social skills of the badminton players were at a high level (339.56 ± 45.14). Results showed that scores of social skill levels of female athletes are higher than male athletes, there is no significant relationship between athletes' social skill levels, and their genders ($P>0.05$). From the sub-dimensions of social skills, the average scores of female athletes are significantly higher than male athletes in "Emotional expressivity", "Emotional control" and "Social Sensitivity" sub-dimensions. In the "Social expressivity" sub-dimension, the average score of male athletes was significantly higher than female athletes. In the sub-dimensions of "Emotional control" and "Social expressivity", the average score of super league athletes was found to be significantly higher than the sport played in the 1st league.

Keywords: Social Skill, Handball, Elite Athletes

Hentbolcularda Antrenör- Sporcu İletişim Düzeyleri İle Başarı Hedefleri Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi

¹Esen Kızıldağ Kale, ²Şenay Kabadayı, ³Fatma Çepikkurt, ¹Umut Davut Başoğlu

¹Nişantaşı Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İstanbul

²Anadolu Üniversitesi Rektörlük Birimi, Eskişehir

³Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu; Mersin

Email : esen.kale@nisantasi.edu.tr, sbuyukca@anadolu.edu.tr, fcepikkurt@hotmail.com, umut.basoglu@nisantasi.edu.tr

Amaç: Bu çalışmanın amacı kadın hentbolcularda antrenör- sporcu ilişkisi ile başarı hedefi arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya yaşları 17 ile 38 arasında değişen (yaş=23.18 4.96 ; sporyaş=12.49 4.36) 77 kadın hentbolcu katılmıştır. Sporcuların aynı antrenörle çalışma süreleri 3.47 2.75 olarak hesaplanmıştır. Antrenör- sporcu iletişimini ölçmek için Jowett ve Ntoumanis (2004) tarafından geliştirilmiş ve Türkçeye uyarlaması Altıntaş ve ark. (2012) tarafından yapılmış “Antrenör – Sporcu İlişkisi Envanteri” (The Coach – Athlete Relationship Questionnaire- CART- Q) kullanılmıştır. Envanter üç alt boyut (Yakınlık, Bağlılık ve Tamamlayıcılık) ve toplam 11 maddeden oluşmaktadır. Katılımcıların başarı hedeflerini belirlemek için Conroy ve ark. (2003) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlaması Kazak Çetinkalp (2009) tarafından yapılan Sporda 2x2 Başarı Hedefleri Envanteri (2x2 Achievement Goals Questionnaire for Sport) kullanılmıştır. Envanter dört alt boyut (ustalık yaklaşma”, “performans yaklaşma”, “performans kaçınma” ve “ustalık kaçınma” ve toplam 12 maddeden oluşmaktadır.

Elde edilen verilerin analizinde betimsel istatistikler, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Bulgular: Hentbolcuların Antrenör- Sporcu İlişkisi Envanteri ortalama puanlarına bakıldığında en yüksek ortalama puanın “yakınlık” boyutunda ; 2x2 Başarı Hedefleri Envanteri ortalama puanlarına bakıldığında ise en yüksek ortalama puanın “ustalık-yaklaşma” boyutunda elde edildiği görülmektedir. Yapılan Pearson Korelasyon analizi sonuçları yakınlık boyutu ile ustalık yaklaşma boyutu arasında pozitif ($r=.365$); bağlılık boyutu ile ustalık kaçınma arasında negative ($r=-.235$); tamamlayıcılık boyutu ile ustalık yaklaşma ve performans yaklaşma arasında pozitif yönde ($r=.251$, $r=.258$) anlamlı ilişki olduğunu göstermiştir ($p<.05$).

Sonuç: Bu bulgular çalışmaya katılan hentbolcuların , antrenörleriyle olan ilişkilerinde karşılıklı olarak duygusal bağ geliştirdiklerini, birbirlerine güven duyduklarını ve saygı duyduklarını ifade etmektedir. Bulgular ayrıca, kadın hentbolcuların kendilerini geliştirmeye odaklandıklarını ve daha önceki performanslarının üstüne çıkmayı hedeflediklerini ortaya koymuştur.

Examination Of The Relationship Between Coach-Athlete Communication Levels And Achievement Goals For Handball Players

Purpose: The purpose of this study is to examine the relationship between coach-athlete communication and achievement goals in female handball players.

Method: A total of 77 female handball players between the ages of 17 and 38 (age=23.18 4.96 ; sportage=12.49 4.36) were participated in this study. The training time of the athletes with the same coach was calculated as 3.47 2.75. "The Coach-Athlete Relationship Questionnaire (CART-Q)" developed by Jowett and Ntoumanis (2004) and adapted for Turkish by Altıntaş et al.(2012) was used to determine coach-athlete communication. The inventory has three sub-scales (Closeness,Commitment,Complementarity), for a total of 11 items. "2x2 Achievement Goals Questionnaire" developed by Conroy et al. (2003) and adapted for Turkish by Kazak Çetinkalp (2009). was used to determine achievement goals. The inventory has four sub-scales (mastery-approach,performance-approach,mastery-avoidance and performance-avoidance), for a total of 12 items. Descriptive statistics and Pearson Product-Moment Multiplication Correlation Analysis were used to analyze the data.

Results: When the mean scores of the CART-Q of handball players were considered, the highest mean score was "closeness" sub-scale and also when the mean scores of the 2x2 Achievement Goals Questionnaire were considered, it was seen that the highest mean score was obtained "mastery-approach" sub-scale. Pearson Correlation Analysis results showed that a statistically significant and positive correlation was found between closeness and mastery-approach ($r=.365$); a statistically significant and negative correlation was found between commitment and mastery-avoidance ($r=-.235$); and also statistically significant and positive correlation were found between complementarity and mastery-approach, performance- approach ($r=.251$, $r=.258$).

Conclusion: These findings indicate that the handball players participating in the study have developed mutual emotional ties, trusting and respecting each other in their relationships with their coaches. The findings also showed that female handball players are focusing on the development of themselves and to be better than previous performance.

PB734

Sürekli Etkinlik Tecrübe Ölçeği Kısa Formu (SDFS-2): Beden Eğitimi Dersi İçin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

¹Nurgül Keskin, ²F. Hülya Aşçı

¹Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Ağrı

²Marmara Üniversitesi, İstanbul

Email : nkeskin@agri.edu.tr, fhulya@marmara.edu.tr

Giriş ve Amaç Bu çalışmanın amacı Jackson, Martin ve Eklund (2008) tarafından geliştirilen “Sürekli Etkinlik Tecrübe Ölçeği Kısa Formu (SDFS- 2)”nın geçerlik ve güvenirliğini beden eğitimi dersi için değerlendirmektir.

Yöntem Çalışmaya 112 kız ($\bar{X}_{\text{yaş}}=12.92\pm.80$) ve 103 erkek ($\bar{X}_{\text{yaş}}=13.28\pm.94$) olmak üzere 6., 7. ve 8. sınıfta öğrenim gören 215 ortaokul öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılara, 5'li likert tipinde olan ve 9 maddeden oluşan “Sürekli Etkinlik Tecrübe Ölçeği Kısa Formu (SDFS-2)” ve bu ölçeğin ölçüt geçerliğini sınamak için 7'li likert tipindeki 5 maddeden oluşan “Fiziksel Etkinlikten Hoşlanma Ölçeği” uygulanmıştır. Ölçeğin yapı ve kriter geçerliğini sınamak için Doğrulamalı Faktör Analizi ve Korelasyon Testi; güvenirliğini sınamak için ise Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı kullanılmıştır.

Bulgular Doğrulamalı Faktör Analizi sonuçlarına göre ölçekte yer alan maddelerin faktör yükleri .39 ile .68 aralığında değişmektedir. Analiz sonuçları, tek faktörlü modelin iyi uyum indeks değerlerine sahip olduğunu göstermiştir ($\chi^2/df=.99$, RMSEA=.00, SRMR=.03, NFI=.96, NNFI=1.00, CFI=1.00, GFI=.97). Sürekli Etkinlik Tecrübe Ölçeği Kısa Formu (SDFS-2) ve Fiziksel Etkinlikten Hoşlanma Ölçeği arasındaki korelasyon katsayısı .27 olarak hesaplanmış, pozitif yönde anlamlı ilişki fakat düşük ilişki olduğu görülmüştür. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı .77 olarak bulunmuştur.

Sonuç Sürekli Etkinlik Tecrübe Ölçeği Kısa Formu (SDFS-2)'nin öğrencilerin beden eğitimi dersi için sürekli optimal performans duyguları durumlarını belirlemede geçerli ve güvenilir bir araç olduğu söylenebilir.

The Dispositional Flow Scale Short Form (DFS-2): Validity and Reliability Study For Physical Education Class

Introduction and Purpose The purpose of this study was to determine the validity and reliability of the Dispositional Flow Scale Short Form (DFS-2) developed by Jackson, Martin and Eklund (2008) for physical education class. Method One hundred twelve girls ($M_{\text{age}}=12.92\pm.80$) and 102 boys ($M_{\text{age}}=13.28\pm.94$), totally 215 middle school students voluntarily participated in the study. Participants completed “The Dispositional Flow Scale-Short Form (DFS-2)” which consists of 9 items and is 5 point likert scale. Five items “Physical Activity Enjoyment Scale” was also administered to the students in order to test the criterion validity of the DFS-2. Confirmatory Factor Analysis and Pearson Product Moment Correlation were used to test the construct and criterion validity of the scale. In addition, Cronbach Alpha internal consistency coefficient was calculated to test reliability. Findings Confirmatory Factor Analysis results revealed that the factor loading of items were ranged between .39 and .68.

Analysis also showed that the one-factor model has good fit index values ($\chi^2/df=.99$, RMSEA=.00, SRMR=.03, NFI=.96, NNFI=1.00, CFI=1.00, GFI=.97). The relationship between Dispositional Flow Scale-Short Form (DFS-2) and the Physical Activity Enjoyment Scale was .27, this relationship was positive and significant but it is low. The internal consistency coefficient of the scale was.77. Conclusion It can be concluded that the Dispositional Flow Scale-Short Form (DFS-2) is a valid and reliable measure to determine the dispositional flow experiences in physical education class.

PB767

Üniversite Okul Takımlarında Oynayan Öğrenciler İle Oynamayan Öğrencilerin İletişim Becerilerinin İncelenmesi

¹Varol Tatal, ¹Mehmet Efe

¹Siirt Üniversitesi Besyo, Siirt

Email : v.tatal@hotmail.com, mehmetefe18@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı üniversite okul takımlarında oynayan öğrenciler ile oynamayan öğrencilerin iletişim beceri düzeylerini elde edilen verilere dayanılarak tespit etmek, ortaya çıkan sonuçlar ışığında olası çözüm önerileri getirmektir.

Materyal ve Metod: Çalışmaya Üniversite spor federasyonunun 2017 yılında İzmir’de düzenlemiş olduğu UNİLİG Türkiye finallerine katılan ve Siirt Üniversitesi okul takımlarında oynayan öğrenciler ile oynamayan öğrenciler katılmıştır. Çalışmada nitel ve nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Nitel araştırma yöntemlerinden durum çalışması deseni benimsenmiştir. Maximum çeşitlilik yöntemine göre 30 öğrenciye 10 sorudan oluşan yarı yapılandırılmış görüşme formu ile görüşme yapılmıştır. Görüşmelerde 24 öğrenci, ses kayıt cihazı ile kayıt yapılmasına izin vermiş diğer 6 öğrenci ise izin vermemiştir. İzin vermeyen öğrencilerin röportajları yazılı kayıt altına alınmıştır. Ses kayıt cihazı ile alınan kayıtlar daha sonra yazılı hale getirilmiş ve Nvivo 9.00 paket programa yüklenmiştir. Veri analizi için betimsel ve içerik analizi yapılmıştır. Nicel araştırma yöntemi içinde Korkut(1996) tarafından geliştirilen “İletişim Becerilerini değerlendirme Ölçeği”(İBDÖ) ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde “Mann Withney U” ve “Kruskal-Wallis H” istatistiksel test teknikleri kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi $\alpha = 0.05$ olarak değerlendirildi.

Bulgular: Çalışma bulgularına göre nitel araştırmanın içerik analizi sonucunda okul takımlarında oynayan ve oynamayan öğrencilerin iletişim becerileri ile ilgili görüşleri 2 ana tema altında toplanmıştır. Bu temaların alt basamaklarına göre de okul takımlarında oynayan öğrencilerin iletişim becerilerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Nicel araştırma sonucu ise gruplar arasında anlamlı fark olduğu bulunmuştur($p < 0.05$),

Sonuç: Okul takımlarında oynayan öğrencilerin, oynamayan öğrencilere göre iletişim beceri düzeyleri daha yüksek olduğu gözlemlendi. Anahtar Kelimeler: Spor, İletişim becerisi, üniversite, okul takımları

Analyzing Communication Skills Of Students Who Participate University School Teams And Students Who Don't

Abstract Introduction And Aim: The aim of this study is to determine the communication skills level of students who participate university school teams and who don't by means of datas obtained and to try putting forward possible proposals with the view of results.

Materials And Methods: Students who take part in the Turkey finals of UNILEAGUE that was organised by University Sport Fedaration in 2017 and students who play for Siirt University school team and who don't participate in school teams in this study.

Case study pattern that is one of the qualitative research methods was used in the study. 30 students were interviewed with a 10 questions semi-constructed interview form according to maximum variety method. 24 students allowed to use voice recording vehicle and 6 didn't. The students' interviews who didn't allow to record their voice were written. Records gotten through voice record machine were turned to written form later and uploaded Nvivo 9.00 packet program. Descriptive and content analysis were used for data analysis. "Communication Skills Evaluation Scale (CSES)" developed by Korkut (1996) was used for qualitative research method. "Mann Withney U" and "Kruskal- Wallis H" statistical test techniques were used for data analysis. Content level was determined as $\alpha=0.05$.

Findings According to the findings of study, as a result of quantitative research content analysis, the views of students who participate in school teams and who don't were collected under two titles. According to these themes' sub-steps, students communication skills who participate school teams are high. As a result of qualitative research, a meaningful difference was found between the two groups ($p<0.05$). **RESULT** It was seen that students' communication skills who participate school team are much more higher than students who don't.

Keywords: Sport, Communication Skills, University, School Teams

Egzersiz Türü ve Cinsiyete Göre Egzersiz Katılımcılarının Mükemmeliyetçilikleri ve Beden Alanlarından Memnuniyetlerinin İncelenmesi

¹Gaye Erkmen

¹Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

Email : gerkmen9@gmail.com

Giriş: Son yıllarda, beden imajından memnuniyet, ideal beden şekline kavuşmak amacıyla artan mükemmeliyetçi düşüncelerle birlikte önem kazanmaktadır. Ayrıca egzersiz türünün ve cinsiyetin de bireylerin düşünceleri ve kendi fiziksel algıları açısından fark oluşturduğu ifade edilmektedir. Amaç: Bu çalışmanın amacı egzersiz katılımcılarının mükemmeliyetçilik ve beden alanlarından memnuniyetlerinin egzersiz türü ve cinsiyet açısından incelemektir.

Yöntem: Çalışmanın örneklemi 387 (180 kadın, 207 erkek) egzersiz katılımcısından oluşmaktadır. Egzersiz türü görünüm yönelimli (fitnes, vücut geliştirme, yüzme, pilates, dans, zumba, yoga) ve görünüm yönelimli olmayan (badminton, basketbol, koşu, bisiklet, voleybol, tenis, yürüyüş) sporlar ve egzersizlerden oluşmaktadır. Katılımcılar, kişisel bilgi formu, beden alanlarından memnuniyet alt ölçeği ve kendine yönelik ve başkaları tarafından belirlenen mükemmeliyetçilik alt ölçeklerini içeren soru paketini doldurmuşlardır. Katılımcıların mükemmeliyetçilik ve beden alanlarından memnuniyetlerinde egzersiz türü ve cinsiyet açısından farklılaşma var mı ortaya koymak için bağımsız t testi analizi uygulanmıştır.

Bulgular: Yapılan analizin sonuçlarına göre, katılımcıların kendine yönelik ($t = -2.88$, $p = .004$), başkaları tarafından belirlenen mükemmeliyetçilikleri ($t = -4.28$, $p = .000$) ve beden alanlarından memnuniyetleri ($t = -3.90$, $p = .000$) egzersiz türü bakımından farklılık göstermektedir. Ayrıca cinsiyet açısından bakıldığında, kadın ve erkek katılımcıların kendine yönelik ($t = -3.14$, $p = .002$), başkaları tarafından belirlenen mükemmeliyetçilikleri ($t = -4.52$, $p = .000$) ve beden alanlarından memnuniyetleri ($t = -3.73$, $p = .000$) arasında farklılık olduğu bulunmuştur.

Sonuç: Çalışmanın bulguları, öne sürülen, katılımcıların mükemmeliyetçilik ve beden alanlarından memnuniyetlerinin egzersiz türü ve cinsiyete göre farklılaşacağı görüşünü destekler niteliktedir.

Investigation of Exercisers's Perfectionism and Body Areas Satisfaction with regards to Exercise Types and Gender

Introduction: In the recent years, body image satisfaction have gained importance with increased perfectionistic thoughts to reach ideal body shape in exercise setting. It is stated that exercise types and gender make difference in individuals perceptions about their thoughts and their physical self.

Purpose: The purpose of the study was to investigate the differences in exercise participants' perfectionism and body areas satisfaction with regard to exercise types and gender. Method: The sample of the study consists of 387 (180 female, 207 male) exercise participants.

Exercise types consisted of appearance oriented (fitness, body building, swimming, pilates, dance, zumba, yoga) and non-appearance oriented sports or exercises (football, badminton, basketball, running, cycling, volleyball, tennis, walking). Participants completed questionnaires including demographic information form, body areas satisfaction sub-dimension, self-oriented and socially-prescribed perfectionism dimensions. To examine the differences in perfectionism and body areas satisfaction with regard to exercise types and gender of participants, independent t test was conducted. Results: Results of the analyses revealed that there were significant differences in self-oriented perfectionism ($t = -2.88$, $p = .004$) and socially prescribed perfectionism ($t = -4.28$, $p = .000$) and body areas satisfaction ($t = -3.90$, $p = .000$) scores with regard to exercise type. Furthermore, there were significant differences in self-oriented perfectionism ($t = -3.14$, $p = .002$) and socially prescribed perfectionism ($t = -4.52$, $p = .000$) and body areas satisfaction ($t = -3.73$, $p = .000$) scores with regard to gender.

Conclusion: Findings of the study supported the assertion that there were significant differences in exercise participants' perfectionism and body areas satisfaction levels with regard to exercise types and gender.

PB863

Takım Spor Yapan Erkek Sporcuların Antrenörlerinin Özellikleri İle İlgili Tercihleri ve Tercih Nedenleri

¹Merve Özyıldırım, ¹İhsan Sarı

¹Sakarya Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

Email : mervehoca.shta@gmail.com, sariihsan@yahoo.com

Giriş ve Amaç: Antrenörlerin liderlik davranışları ve sporcuların bu konudaki tercihleri birçok araştırmacı tarafından ele alınmıştır. Fakat sporcuların antrenörlerdeki diğer özellikler hakkındaki tercihleri ile ilgili sınırlı sayıda araştırma bulunmaktadır. Bu nedenle, bu çalışmada, takım sporu yapan erkek sporcuların antrenörlerinin özellikleri ile ilgili tercihleri ve tercih nedenlerinin belirlenmesi amaçlanmaktadır.

Yöntem: Araştırma grubu, Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencisi olan ve en az 1 yıl aktif olarak takım sporu yapan 7 kişiden oluşmaktadır. Veriler yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak elde edilmiştir. Görüşmeler için oluşturulan görüşme formu alanda uzman bir kişi tarafından kontrol edilmiştir. Bireysel olarak yapılan görüşmeler ses kaydına alınmış ve sonrasında elde edilen ses kayıtları Word belgesi olarak düz yazı haline getirilmiştir. Elde edilen metinler NVIVO 11 yazılımında içerik analizine tabi tutularak kod ve temalar belirlenmiştir. Oluşturulan kod ve temalar spor psikolojisi ve nitel araştırma alanında deneyimli bir araştırmacı tarafından kontrol edilerek son hal oluşturulmuştur.

Bulgular: Araştırmada elde edilen verilere göre sporcuların antrenörleri ile ilgili tercih ettiği özellikler dört tema (spor geçmişi, genel kültür, deneyim ve eğitim durumu) olarak gruplandırılmıştır. Sporcuların bu özellikleri tercih etme nedenleri şu şekilde kodlanmıştır; spor geçmişi (antrenman yoğunluğunu ayarlama, başarı elde etme, branşı iyi öğretme, empati yapma, hareketleri daha iyi gösterme, hataları görme, işini severek yapma, yapılan hataları bilme), genel kültür (farklı örnekler verme, iyi ilişkiler kurma, spor dışı konularda katkı yapma, sporcunun ilgisini artırma, sporcunun motivasyonunu artırma, sporcuyu temsil etme), deneyim (antrenmanda çeşitlilik sağlama, başarıyı artırma, daha iyi anlatma, daha iyi öğretme, hataları bilip-düzeltilme öngörüsü olma, planlı-programlı olma, sporcuyu geliştirme, sporcuyu yönlendirme, teknik-taktik verme, zamanı verimli kullanma) eğitim durumu (antrenman bilgisine hakim olma, beslenme programı yazma, daha iyi öğretme, doğru hitap etme, etkili yaklaşma, günceli takip etme, güvenilir olma, motive etme, sakatlık durumunda yardımcı olma).

Sonuç: Elde edilen bulgulara göre sporcuların antrenörlerinin eğitim durumu, deneyim, genel kültür ve spor geçmişi özellikleri ile ilgili farklı tercihlerinin olduğu belirlenmiştir.

Male Team Sports Athletes' Preferences Regarding Coaches' Features And Their Reasons.

Introduction and Objective: Leadership behaviors of coaches and athletes' preferences in this regard have been discussed by many researchers. However, there is limited research on the preferences of athletes for the other features of coaches. For this reason, this research aimed to determine male team sports athletes' preferences regarding coaches' features and their reasons.

Method: The research group consists of 7 team sports athletes who are the students of Sakarya University. The data were obtained using the semi-structured interview form. The interview form for the interviews was controlled by an expert in the field. Individual interviews were taken into voice recording and these recordings were converted into plain text as Word document. The obtained texts were subjected to content analysis in NVIVO 11 software and codes and themes were created. The codes and themes were then controlled by an experienced researcher in the field of sports psychology and qualitative research.

Results: According to the results, the coaches' features that athletes prefer and athletes' reasons are coded as follows: Past sport experience (setting up training intensity, achieving success, teaching well, making empathy, showing movements better, seeing mistakes, doing his job lovingly, knowing the mistakes made), general knowledge (giving different examples, establishing good relationships, contributing in different areas, increasing interest of athlete, increasing motivation of athlete, representing athlete), coaching experience (providing diversity in training, enhancing performance, better description, better teaching, knowing and correcting mistakes, becoming predictive, being planned-programmed, improving athlete, leading athlete, providing tactics, using time effectively) and educational situation (mastering the sport training science, writing the nutrition program, better teaching, correct addressing, effective approach, up-to- date follow up, being reliance, motivating, helping in case of injury).

Conclusion: According to the findings, it was determined that athletes' preferences regarding educational status, experience, general culture and sports history differ.

Düzenli Egzersizin Depresyon, Mutluluk ve Mental İyi Oluş Üzerine Etkisi

²Sadiye Yıldırım, ¹İhsan Sarı

¹Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

²Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Sakarya

Email : sdy_yildirim@hotmail.com, sarihsan@yahoo.com

Giriş ve Amaç: Düzenli yapılan bedensel egzersizler, sağlık için önemi gün geçtikçe daha da belirginleşmektedir. Düzenli fiziksel aktivite psikolojik sağlığın kazanılmasında ve korunmasında da olumlu katkı sağlamaktadır. Bu nedenle, bu çalışmanın amacı düzenli egzersizin depresyon, mutluluk ve mental iyi oluş üzerine etkisinin belirlenmesidir.

Yöntem: Çalışmanın amacı doğrultusunda düzenli egzersiz yapan 120 kişi ve düzenli egzersiz yapmayan 119 kişi gönüllü olarak araştırmaya katılmıştır. Düzenli egzersiz yapan katılımcılar en az 3 aydan beri haftada minimum 3 kere düzenli olarak spor yapanlardan oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak Depresyon ve Mutluluk Ölçeği- Kısa Formu (DMÖ-KF), Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu ve Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği kullanılmıştır. Veriler SPSS 17 paket programında parametrik testler ile analiz edilmiştir. Analizlerde anlamlılık düzeyi .05 olarak belirlenmiştir. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler ve bağımsız gruplarda t-testi ile kullanılmıştır.

Bulgular: Düzenli egzersiz yapan grubun, düzenli egzersiz yapmayan katılımcılara göre anlamlı olarak yüksek depresyon/mutluluk, mutluluk ve mental iyi oluş puanlarına sahip olduğu belirlenmiştir ($p<.05$).

Sonuç: Bu bulgular doğrultusunda düzenli egzersizin depresyon mutluluk ve öznel iyi oluş ile ilişkili olduğu belirtilebilir. Anahtar Kelimeler: Depresyon, mutluluk, mental iyi oluş, düzenli egzersiz.

The Effect Of Regular Exercise On Depression, Happiness And Mental Well-Being

Introduction and Objective: Regular physical exercises are becoming more and more prominent for health. This is because regular physical activity contributes positively to the acquisition and protection of psychological health. For this reason, the aim of this study was to determine the effect of regular physical exercise on depression, happiness and mental well-being.

Method: For the purpose of this research, 120 people who regularly exercised and 119 people who did not exercise regularly voluntarily participated in the research. Participants, who regularly practice exercise, consist of individuals who regularly perform exercise at least 3 times a week during the last 3 months. Depression and Happiness Scale-Short Form (SDHS), Short Form of Oxford Happiness Scale and Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale were used as data collection tools. The data was analyzed by parametric tests in the SPSS 17 packet program. The level of significance in the analyzes was determined to .05. Descriptive statistics and independent sample t-test were used in the analysis of the data.

Results: Regular exercise group was found to have significantly higher depression / happiness, happiness and mental well-being scores than participants who did not exercise regularly ($p < .05$). Conclusion: It can be stated in the direction of these findings that regular exercise is related to depression, happiness and subjective well-being of individuals.

Keywords: Depression, Happiness, Mental Well-Being, Regular Exercise

Takım ve Bireysel Sporcuların Mental Becerilerinin İncelenmesi

¹Ihsan Sarı, ¹Yakup Kaymakçı

¹Sakarya Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Email : sarihsan@yahoo.com, yakupkaymakci@outlook.com.tr

Giriş ve Amaç: Sporcuların performanslarına etki eden etmenler; fiziksel, mental, çevresel, sosyal faktörler olarak sıralanabilir. Bunların arasında ise mental beceriler performansın en önemli belirleyicilerindendir (Lin and Chou, 2014). Bu nedenle, bu çalışmanın amacı sporcuların mental becerilerinin belirlenmesi ve çeşitli değişkenler açısından karşılaştırılıp incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmaya 121'i erkek, 54'ü kadın olmak üzere toplam 175 sporcu (Xyaş=21.29±5.71; Xdeneyim=7.58±4.51 yıl) gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Durand ve ark., (2001) tarafından geliştirilip, Erhan ve ark., (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Ottawa Mental Yetenek Değerlendirme Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, bağımsız gruplarda t-testi ve Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Araştırmada anlamlılık düzeyi .05 olarak belirlenmiştir.

Bulgular: Araştırma bulgularına göre sporcuların tümü değerlendirildiğinde en yüksek puanların özgüven ve hedef belirleme alt boyutlarına ait olduğu, en düşük puanların ise yeniden odaklanma ve mücadele planı olduğu belirlenmiştir. Spor türüne göre mental beceriler değerlendirildiğinde, takım sporcuları ile bireysel sporcuların adanma-kararlılık, stres kontrolü ve mücadele planı alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmuştur. Sporcuların milli olup olmamalarına göre yapılan analizde, adanma-kararlılık, mücadele planı ve zihinde canlandırma puanlarında, milli sporcuların lehine istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık belirlenmiştir. Diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Pearson korelasyon analizi sonucuna göre ise, haftalık antrenman sayısı ve haftalık antrenman saati ile özgüven, adanma- kararlılık, mücadele planı ve zihinde canlandırma puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif bir ilişki belirlenmiştir.

Sonuç: Bulgular genel olarak değerlendirildiğinde mental becerilerin bazı değişkenler açısından değişebileceği söylenebilir. Ayrıca, sporcuların mental becerilerinin değerlendirilerek, bu alanda araştırma ve uygulamalar yapılması gerekmektedir.

Examination of mental skills of team and individual sports athletes

Introduction and Objective: Factors affecting the performance of the athletes can be sorted as; physical, mental, environmental, social factors. Among these, mental skills are in the most important determinants of performance (Lin and Chou, 2014). For this reason, the aim of this study was to determine the mental skills of athletes and analyze these skills in terms of some variables.

Method: 121 males and 54 females as a total of 175 athletes (Xage 21.29 ± 5.71; Xsports experience 7.58 ± 4.51) voluntarily participated in this research. The Ottawa Mental Skills Assessment Tool was used as the data collection tool in the study. Descriptive statistics, independents-samples t-test and Pearson correlation analysis were used to analyze the data. Results: According to the research findings, it was determined that the highest scores belonged to the sub-dimensions of self-confidence

and goal setting and the lowest scores were refocusing and competition planning when all the athletes were evaluated. When mental skills were examined according to the sport type, significant differences were found in the sub-dimensions of commitment, stress reactions and competition planning of individual and team sports athletes. Analysis according to whether or not the athletes competed in the national team showed that there was a statistically significant difference in favor of the athletes competed in the national team in commitment, competition planning and mental practice scores. No significant difference was found in the other sub-dimensions. According to the results of Pearson correlation analysis, number of weekly training and weekly training hours significantly and positively correlated with self-confidence, commitment, competition planning, and mental practice scores.

Conclusion: Evaluating the all findings, it can be said that athletes' mental skills may change in terms of some variables. In addition, mental skills of athletes need to be assessed and further researches related to this topic should be considered.

PB894

Tenis Aktivitesi Sonrası Verilen Ödülün Güdülenme ve Aktiviteyi Eğlenceli Bulma Üzerine Etkisi

¹Merve Özyıldırım, ¹İhsan Sarı

¹Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

Email : mervehoca.shta@gmail.com, sariihshan@yahoo.com

Giriş ve Amaç: Ödülün içsel güdülenme ile ilişkisi birçok araştırmacı tarafından ortaya koyulmuştur. Ödülün içsel güdülenmeyi engelleyici özelliğine yönelik bulgular da bulunmaktadır. Bu nedenle bu çalışmanın amacı tenis aktivitesi sonrası verilen ödülün güdülenme ve aktiviteyi eğlenceli bulma üzerine etkisinin belirlenmesidir. Yöntem: Araştırmaya Sakarya'da lisanslı olarak tenis oynayan, 7-9 yaş arası çocuklardan seçilen toplam 10 kişi velilerinin izinleri ile katılmıştır. Sporcuların antrenörleri tarafından sporculara 0-10 arası içsel güdülenme puanı verilmiş ve bu puana göre içsel güdülenme açısından dengeli olacak şekilde, deney (5 kişi) ve kontrol (5 kişi) grupları oluşturulmuştur. Her sporcu, deneyimli tenis antrenörleri tarafından tasarlanan, toplam 7-10 dk. arası süren tek başına oynanan basit bir tenis aktivitesine katılmıştır. Sporculara sadece aktiviteye katılacakları söylenmiştir, kortun kamera ile kayıt edildiği söylenmemiştir. Tenis sahasının hemen yanında 1 melodika flüt, resimli hikaye kitapları ve 1 futbol topu koyulmuştur. Aktiviteden sonra deney grubuna katılımından ötürü puzzle ödülü verilirken kontrol grubuna hiçbir şey verilmemiştir. Ödül verildikten (deney grubu için) ya da tenis aktivitesinden (kontrol grubu için) hemen sonra araştırmacı bir bahane ile tenis kortundan dışarı çıkmış, sporcunun kortta yalnız iken hangi aktiviteyi yapacağı kamera ile kayıt altına alınmıştır. Sporcunun herhangi bir aktiviteye katılım zorunluluğu olmadan, kendisinin seçim yapabildiği ve yalnız olduğu ortamda ne kadar süre tenis aktivitesini uyguladığı hesaplanmıştır. Bu süre içsel güdülenmeyi temsil etmektedir. Ayrıca sporcular aktivite sonunda aktivitenin ne kadar eğlenceli olduğuna dair 1-9 arası puan vermişlerdir.

Bulgular: Deney ve kontrol grubundaki sporcuların içsel güdülenmeleri ($U = 11.500$, $p = .829$, $z = -.216$) ve aktiviteyi eğlenceli bulmaları ($U = 10.000$, $p = .317$, $z = -1.000$) anlamlı olarak farklılık göstermemektedir. Bu durumunun cinsiyet ve sporcunun antrenörünün verdiği içsel güdülenme puanına göre de değişmediği belirlenmiştir.

Sonuç: Bu araştırmanın örneklem grubu için, ödülün içsel güdülenme ve sporcunun aktiviteyi eğlenceli bulması üzerine etkili olmadığı söylenebilir.

The Effect Of The External Reward Given After A Tennis Activity On Motivation And Athletes' Perception Of Entertainment

Introduction and Objective: There are findings about the disincentive features of external rewards on intrinsic motivation. The aim of this study was to determine the effect of reward given after a tennis activity on motivation and athletes' perception of entertainment.

Method: A total of 10 children, aged between 7 and 9 years, who were playing tennis participated in this study and divided into experiment (5 children) and control group (5 children). Each athlete participated in a simple tennis activity that played solo and lasted between 7 to 10 minutes. The athletes were told that they would only participate in the activity, video recording of the tennis court was not mentioned. Next to the tennis court, 1 melody flute, illustrated storybooks and 1 soccer ball were placed.

A puzzle award was given for participation to the experiment group after the activity, no award was given to the control group. After the activity, the researcher went out of the court with an excuse and while the camera was recording the court. It was calculated how long the athlete performed the activity on their choice, without any obligation to participate in any activity. The time spent in tennis activity when the athlete was alone represented intrinsic motivation. Also, at the end of the tennis activity, the athletes indicated a score on 1 to 9 points scale about how much entertaining the activity was.

Results: The athletes' intrinsic motivation ($U = 11.500$, $p = .829$, $z = -.216$) and their perception of entertainment ($U = 10.000$, $p = .317$, $z = -1.000$) did not differ significantly in the experimental and control groups.

Conclusion: For the sample group of this research, it can be said that the reward is not effective on intrinsic motivation and athletes' perception of entertainment.

PB943

Farklı Spor Branşları ile Uğraşan Sporcuların Kullandıkları İmgeleme Türlerinin İncelenmesi

¹Kerem Sümer, ¹Özgür Mülazımoğlu Ballı, ¹Aydın İlhan

¹Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

Email : keremsumer20@hotmail.com, ozgurmb@gmail.com, trainertennis@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın öncelikli amacı takım ve bireysel sporlar ile uğraşan sporcuların imgeleme kullanım türleri arasındaki farkı incelemektir. Çalışma da aynı zamanda sporcuların cinsiyete göre imgeleme türleri arasındaki fark ve spor yaşı ile imgeleme türleri arasındaki ilişki de araştırılmıştır.

Yöntem: Araştırmaya Denizli ilinde aktif olarak futbol, basketbol, voleybol, tenis, yüzme ve farklı kontak sporlarla uğraşan 15 – 36 yaş arası 321 sporcu ($X_{yaş}=18.51\pm4.18$) katılmıştır. Sporcuların 153'ü kadın ($X_{yaş}=17.66\pm3.34$), 168'i erkek ($X_{yaş}=19.27\pm4.40$) sporcudur. Sporcuların haftada en az 2 en çok 6 gün, günde en az 1 en çok 3 saat antrenman yapıyor olmaları dikkate alınmıştır.

Sonuç: Yapılan analizlerin sonucunda takım ve bireysel sporcuların imgeleme kullanım türleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır, sırasıyla bilişsel imgeleme [$T(319)=-.909$, $p<.05$], motivasyonel özel imgeleme [$T(319)=-.309$, $p<.05$], motivasyonel genel uyarılmışlık [$T(319)=-.104$, $p<.05$] ve motivasyonel genel ustalık [$T(319)=-.848$, $p<.05$]. Bunun yanında yine bilişsel imgeleme [$T(319)=.267$, $p<.05$], motivasyonel özel imgeleme [$T(319)=1.354$, $p<.05$], motivasyonel genel uyarılmışlık [$T(319)=.383$, $p<.05$] ve motivasyonel genel ustalık [$T(319)=.560$, $p<.05$] imgeleme türlerinde cinsiyet açısından da anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Korelasyon analizi sonuçlarına göre ise spor yaşı ve bilişsel imgeleme ($r=.20$), motivasyonel özel imgeleme ($r=.18$) ve motivasyonel genel ustalık ($r=.18$) imgeleme türleri arasında düşük ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($p<0.01$).

Tartışma: Spor yaşı arttıkça sporcuların performansa ilişkin planlarını başarılı bir şekilde uyguladıkları, bir maçı kazandıklarında ya da iyi bir performans sergilediklerinde tebrik edildikleri durumlarda, kendilerini özgüvenli güçlü ve odaklanmış bir şekilde hissedip, müsabakalara eşlik eden duygusal durumları daha çok yaşadıkları, psikolojik ve duygusal uyarılmışlarında artış olduğu görülmüştür.

An Investigation of Imagination Types of Athletes in Different Sports

Introduction and Aim: The primary purpose of the study was to investigate the imagination types of athletes engaged in team and individual sports. The current study also investigated the difference between imaging types of athletes by gender and the correlation between imaging types and sports age.

Method: The study included 321 ($X_{age}=18.51\pm4.18$) athletes between the ages of 15 – 36 who are actively involved in football, basketball, volleyball, tennis, swimming, and other contact sports in Denizli, Turkey. While 153 ($X_{age}=17.66\pm3.34$) of them were female, 168 ($X_{age}=19.27\pm4.40$) were male. The choosing criteria was that athletes work out minimum 2 and maximum 6 days in

a week and also minimum 1 and maximum 3 hours in a day.

Result: In the light of the statistics carried out, there was no significant difference among imaging types of the team and individual athletes, respectively cognitive imagery [$T(319)=-.909$, $p<.05$], motivational specific imagery [$T(319)=-.309$, $p<.05$], motivational general-arousal [$T(319)=-.104$, $p<.05$], and motivational general mastery [$T(319)=-.848$, $p<.05$]. Furthermore, no significant difference has been observed in terms of gender among cognitive imagery [$T(319)=.267$, $p<.05$], motivational specific imagery [$T(319)=1.354$, $p<.05$], motivational general- arousal [$T(319)=.383$, $p<.05$], and motivational general-mastery types [$T(319)=.560$, $p<.05$]. Given the results of the correlations analysis, it can be inferred that there was a significant ($p<0.01$) and low correlation on the positive direction between sports age and cognitive imagery ($r=.20$), motivational specific imagery ($r=.18$), and motivational general-mastery type ($r=.18$).

Discussion : The results of the present study suggest that as the sports age increases, athletes carry out their plans as regards performance successfully and that when they win a match, give a favourable performance or are congratulated for their performance, they feel self- confident, strong, and focused, experience the moods accompanied by the matches more intensely, and have an increase in their psychological and emotional arousal.

15-16 Yaş Grubu Güreş Sporü İle İlgilenen Bireylerin Güreşe Yönelimlerinin ve Güreş Sporunu Yapma Amaçlarının İncelenmesi

¹Kadir Pepe, ¹Rabia Özkurt

¹Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Burdur

Email : kpepe@mehmetakif.edu.tr, ozkurtrabia@gmail.com

Giriş ve Amaç Bireyler belirledikleri amaç ve hedef doğrultusunda bir spor dalına katılmakta ve bu amaç ve hedef doğrultusunda çalışmaktadırlar. Araştırmada 15-16 yaş grubunda güreşen güreşçilerin güreşe yönelimleri ve katılım nedenlerinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem Araştırma modeli survey araştırma modelidir. Araştırmanın evreni 2016 yılı 15-16 yaş kategorisi güreş organizasyonlarından yıldızlar, okul sporları ve kadınlar Türkiye şampiyonası, örneklem grubu ise bu müsabakalara katılan güreşçilerden oluşmaktadır. Araştırmada veriler anket yöntemiyle elde edilmiştir. Amaca yönelik bir anket geliştirilmiştir. Anketin anlaşılabilirliği, kapsam geçerliği ve güvenilirliği test edilmiştir. Anketin Cronbach's Alpha güvenirlik katsayısı 0,78 bulunmuştur. Anket örneklem grubuna birebir görüşülerek doldurtulmuştur. Ankete 267 erkek, 133 kadın olmak üzere toplam 400 güreşçi katılmıştır. Elde edilen verilere istatistik işlem olarak frekans, %, Crosstab, değişkenler arası farkın tespiti için Chi-Square (X2) testi yapılmıştır. Değişkenler arası farkın yorumunda 0,05 anlamlılık düzeyi olarak kabul edilmiştir. Her bir soruya verilen cevap dağılımlarına göre de yorumlar yapılmıştır.

Bulgular ve Sonuç Araştırma kapsamında elde edilen veriler sonucunda, güreşçileri genel olarak güreşe ailelerinin yönlendirdiği tespit edilmiştir. Güreşe katılım amaçlarını ise toplamda verdikleri cevapların dağılımına göre şu şekilde sıralayabiliriz: 1: (%66,5) yarışmalarda başarılar kazanmak, 2: (%64,5) becerilerimi geliştirmek, 3: (%63) sağlıklı yaşamak, 4: (60,8) bir takımda yer almak, 5: (59,8) yeni beceriler öğrenmek, 6: (%58,3) serbest zamanları değerlendirmek, 7: (%57,3) başarılı olduğumu göstermek, 8: (%53) egzersiz yapmak, formda kalmak. Cinsiyet değişkeninde amaçlara yönelik verilen cevaplarda genel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı görülürken, ancak formda kalma, serbest zamanları değerlendirme, bir takımda yer alma ve eğlenmek amaçlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmaktadır (P<0,05). Bu amaçlar erkek katılımcılarda, kadınlara göre daha kuvvetlidir. Sonuç olarak; güreşçileri genel olarak, güreşe ailelerinin ve arkadaşlarının yönlendirdiğini, amaçlarının da, başarı elde etme, beceriler geliştirme, sağlıklı yaşama, bir takımda yer alma, yeni beceriler öğrenme ve serbest zamanlarını değerlendirme olduğunu söyleyebiliriz.

Anahtar Kelimeler: Erkek ve Kadın, Güreş, Yönelim, Amaç

Investigations On Wrestling Relatives And Wrestling Goals Of Individuals Interested With 15-16 Years Group Wrestling Sports

Introduction and purpose Individuals participate in a sport branch in line with their stated goals and objectives and work towards this aim and target. It was aimed to determine the wrestling orientations and reasons for participation in wrestling wrestlers in the 15-16 age group.

Method The research model is survey research model. The universe of the research is composed of the wrestling organizations stars, school sports and women's championship in Turkey, and the sample group participating in this competition in the 15-16 age category of the year 2016. Survey data were obtained by questionnaire method. A questionnaire for the purpose was developed. The survey's clarity, coverage, and reliability were tested. The Cronbach's Alpha reliability coefficient of the questionnaire was 0.78. The questionnaire was filled by interviewing each sample group. A total of 400 wrestlers, 267 male and 133 female, participated in the survey. Chi-Square (X²) test was performed to determine the frequency,%, Crosstab, and the difference between the variables. It was accepted as a significance level of 0.05 in interpreting the difference between variables. Interpretations were made according to the distribution of answers given to each question.

Findings and results As a result of the data obtained within the scope of the research, it has been determined that the wrestlers are generally directed by the wrestling families. According to the distribution of answers in the total, we can list the goals of participation in the stadium as follows: 1. (66.5%) to win in the competitions 2. (64.5%) to develop skills 3. (63%) to live well 4. (60,8) to take part in a team 5. (59,8) to learn new skills 6. (58,3%) to evaluate free time 7. (57,3%) show success 8. (53%) exercise, stay in shape. There was no statistically significant difference in the purpose of staying in form, free time, taking part in a team and having fun ($P < 0,05$). These goals are stronger in male participants than in women. As a result; We

SUNULMADI

Aktif Spor Yapan Ve Yapmayan Lise Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Tutumlarının Değerlendirilmesi

¹Kadir Pepe, ²İbrahim Bozkurt, ¹Rabia Özkurt

¹Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, Burdur

²Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

Email : kpepe@mehmetakif.edu.tr, ibozkurt@selcuk.edu.tr, ozkurtrabia@gmail.com

Araştırma aktif spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumlarının değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırma tarama modelinde bir araştırmadır. Araştırmanın evreni Burdur il merkezi ve seçilmiş ilçelerdeki lise kurumlarından, örneklem grubu ise bu okullarda okuyan öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmada veriler anket yöntemiyle elde edilmiştir. Anket olarak Güllü ve Güçlü (2009) tarafından geliştirilen beden eğitimi ve spor dersi tutum ölçeği, güncellenerek kullanılmıştır. Anketin Cronbach's Alpha güvenirlik katsayısına bakılmıştır. Cronbach's Alpha güvenirlik katsayısı 0,94 bulunmuştur. Anketler örneklem grubuna tesadüfi örneklem yöntemiyle bire bir görüşülerek uygulanmıştır. Ankete 522 kadın, 428 erkek olmak üzere toplam 950 birey cevap vermiştir. Elde edilen verilere istatistik işlem olarak frekans (%), Independent Samples T test uygulanmıştır. Farklılıkların tespitinde 0,05 manidarlık düzeyi kabul edilerek her bir soruya verilen cevap ortalamalarına göre yorumlar yapılmıştır. Elde edilen verilerin değerlendirilmesi sonucunda; çeşitli liselerde okuyan öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumlarının genel olarak olumlu yönde olduğu, ancak değişkenler arası karşılaştırmalı istatistik analizde, aktif spor yapan öğrencilerin, aktif spor yapmayan öğrencilere göre daha olumlu tutum sergiledikleri görülmektedir. Yani değişkenler arasında istatistiksel olarak 0,05 manidarlık düzeyinde anlamlı bir görüş ayrılığı bulunmaktadır ($P < 0,05$).

Anahtar kelime: Lise, Öğrenci, Aktif spor yapma, Beden Eğitimi ve Spor, Tutum

Assessment Of The Attitudes Of Those High School Students Actively Doing Sports And Not Actively Doing Sports Toward Physical Education And Sports Classes

This study has been conducted to assess the attitudes of those high school students actively doing sports and not actively doing sports toward physical education and sports classes. The study is the one conducted according to scanning model. The population of the study consists of the high school institutions in the center of the province of Burdur and districts selected and the sample group consists of the students studying in those schools. The data was obtained by means of a survey method in the study. As the survey, the physical education and sports class attitude scale developed by Güllü and Güçlü (2009) was used by updating. The Cronbach's Alpha reliability coefficient of the survey was scrutinized. Cronbach's Alpha reliability coefficient was found as 0, 94. The surveys were conducted through the random sampling method in the sampling group by means of one-to-one discussions. Totally 950 individuals responded to the survey, 522 of whom being female and 428 male. As a statistical operation form the data obtained, frequency (%) Independent Samples T-test was applied. In the determination of the differences, 0,05 significance level was accepted and the comments were made according to the averages of the responses given to each question.

Upon the assessment of the data obtained, it appears that the attitudes of the students studying at various high schools toward physical education and sports classes are in general positive but, upon the comparative analysis between the variables, it is determined that those students actively doing sports exhibit more positive attitude than those not actively doing sports. That is to say, there is significant difference of opinion between the variables, which is statistically at 0, 05 significance level ($P < 0, 05$).

Keywords: High School, Student, Doing Sports Actively, Physical Education and Sports, Attitude

SUNULMADI

The Relationship Of Emotional Intelligence To Self - Efficacy And Cognitive Motivation Among Students Of The Faculty Of Physical Education And Sports Science For Girls

¹Suad Sabty, ¹Khalida Ibrahim Assis , ¹Abeer Dakhil Al Salamy

¹Iraq

The research aims to: 1 - Recognition of the degree of emotional intelligence and self-efficacy and cognitive motivation of students of the first and fourth stage of students of the Faculty of Physical Education and Sports Science for Girls / University of Baghdad. 2 - Identify the relationship between emotional intelligence and self-efficacy and knowledge motivation of the sample members. The researchers used the descriptive approach. The sample included (100) female students of the Faculty of Physical Education and Sports Science for Girls / University of Baghdad (50) students of the first stage (50) of the students of the fourth stage. The researchers used the measure of emotional intelligence (Ahmed Alwan) and the measure of perceived self-efficacy (Sami Alwan) and the measure of cognitive motivation (Sam Radwan). The most important conclusions: 1-The students of the Faculty of Physical Education and Sports Science for Girls / University of Baghdad for the first and fourth stage in the degree of emotional intelligence. 2- The results showed that the students of the fourth stage enjoyed a degree of perceived self-efficacy and that the students of the first stage did not enjoy a degree of perceived self-efficacy. 3 - Lack of knowledge motivation in the study sample members of both stages of the study 4- There is a correlation between search variables. The researchers recommend: 1 - The need to work to increase the motivation of knowledge of students by encouraging them to read and increase libraries. 2 - Activate the role of extension units in the colleges and provide specialists in psychological counseling to help students raise their self- perceived competence. 3 - Design and implementation of guidance programs to raise the level of knowledge motivation of students.

Relationship Of Communication Effectiveness To Leadership Skills Sports Coaches in The College Of Physical Education And Sports Science

¹Buthaina Hussein Ali, ¹Ahmed Moter Mohammed, ¹Ma'an Abdel-Karim Jassim

¹Iraq

The aim of the research is to identify the most commonly used leadership skills for sports trainers at Mosul University and the level of communication skills of sports trainers in the Faculty of Physical Education and Sports Sciences and the relationship of leadership skills with the skill of communication with sports trainers in the Faculty of Physical Education and Sports Sciences. The researchers used the descriptive method in the survey method for its suitability and the nature of the research. The research community was identified by all trainers of sports in the Faculty of Physical Education and Sports Sciences (58). The research sample was selected from all trainers of sports in the Faculty of Physical Education and Sports Science in the way? And 720p-dolby (34 trainers). Two instruments were used to measure the skill of communication and the measure of leadership skills. Data were statistically treated using the arithmetic mean, standard deviation, percentage, mean mean, computed mean. The researchers reached the following conclusions: 1 - The trainers of sports in the Faculty of Physical Education and Sports Science leadership skills and came to order their leadership skills (mental, human, technical). 2. The trainers of sports at the College of Physical Education and Sports Sciences have a positive level of communication skills. 3 - There is a significant correlation between the skill of communication and mental skill leadership. There is no significant correlation between human communication skill and technical skill.

MOSULMADI

Motor Gelişim

Motor Development

8 Haftalık Temel Jimnastik eğitiminin 10-12 Yaş Grubu Çocukların Dikkatleri Üzerinde Etkisi

¹Veyssel Yıldırım, ²Mutlu Cuğ

¹Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce

²Cumhuriyet Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

Email : yildirim_VEYSL@hotmail.com, mutlucug@gmail.com

Bu çalışmanın amacı 8 haftalık genel jimnastik eğitiminin 10-12 yaş grubu çocukların dikkatleri üzerine etkilerini araştırmaktır. Çalışmaya 10 kız ve 11 erkek öğrenci olmak üzere toplamda 21 öğrenci üzerinde uygulanmıştır. 8 haftalık cimnastik antrenmanının öncesinde ve sonrasında çocukların dikkat seviyeleri D2 testi ile ölçülmüştür. Sonuçların karşılaştırılmasında bağımlı değişkenlerde t-testi kullanılmıştır. Verilerin değerlendirmesi SPSS 18.0 paket programı kullanılmıştır. Çalışmanın sonunda çocukların dikkat seviyeleri rakamsal olarak; ilk test FR = 14,8 son test 17,8 ilk test ERROR = 14,4 son test 8,9 ilk test TN-E= 289,9 son test TN-E: 320,6; ilk test E1=30,9 son test 18,4; ilk test E= 25,6 son test 14,1 ilk test CP =61,6 son test 93,9 artış gösterirken bu artış istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Anlamlı olmayan bulguların olası nedeni yüksek standard sapma değerleri olabilir.

The effect of 8 weeks basic gymnastic training on attention level of 10-12 years old children

The purpose of this study was to investigate the effect of 8 weeks basic gymnastic training on attention level of 10-12 years old children. Ten female, and 11 male student, in total 21 subject, participated in this study. Attention level was assessed by D2 attention test. This test was used at the beginning and at the end of 8 weeks basic gymnastic training. Dependent Sample t tests were used to compare changes from pre to post training. SPSS 18.0 was used for statistical analysis. Results from this study showed that pre-FR: 14,8 post-FR:17,8 ; pre-ERROR = 14,4 post -Error: 8,9 pre TN-E= 289,9 post TN-E: 320,6; pre E1=30,9, post E1 : 18,4; pre E= 25,6 post E: 14,1 pre- CP =61,6 post CP: 93,9. Although attention parameters changed from pre to post test, this changes has not been found significant, statistically. Insignificant findings could possibly be arised high standard deviation.

Spor Sosyolojisi **Sports Sociology**

Lise Öğrencilerinin Yaşam Kalitesinin Belirlenmesi

¹Hüdaverdi Mamak

¹Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Niğde

Email : hmamak@ohu.edu.tr

Çocukların genel iyi olma hallerinin göstergelerinden biri olarak kabul edilen okul yaşam kalitesi, çocukların okul yaşamına karışmaları ve bu ortamla bütünleşmelerinden kaynaklanan genel bir iyi olma hali olarak ele alınabilir. Okul yaşam kalitesi kavramının kökeni, daha genel bir anlam taşıyan “yaşam kalitesi” kavramına dayanmaktadır. Yaşam kalitesi, genel ve sürekli bir iyi olma hali olarak ele alınmakta ve değerlendirilmesi genellikle mutluluk, hoşlanım ve tatmin yaratan pozitif yaşantılarla bunun tersini ifade eden negatif deneyimler ve duygular üzerinde yoğunlaşmaktadır. Bu deneyimler birey yaşamı açısından anlam ve önem taşıyan aile, arkadaş çevresi, okul, iş, boş zamanlar vb. çerçevesinde değerlendirilmektedir.

sosyal etkinliklere katılmak öğrencinin okula ve derse karşı ilgisini arttırmakta, akran etkileşimini ve işbirliğini güçlendirmekte ve okulu bırakma oranlarını azaltmaktadır. Bu çalışmanın amacı Niğde Faik Şahenk Mesleki Teknik Anadolu Lisesi öğrencilerinin yaşam kalitesinin belirlenmesidir. Öğrencilerin % 47,3'ü 9. sınıfta, % 20,7'si 10. sınıfta, % 25,3'ü 11. sınıfta, % 6,7'si 12. Sınıfta yer almaktadır toplam 160 kişi yer almaktadır. katılımcıların % 57,3'ü kız, % 42,7'si erkek; % 16,7'si 15 yaşında, % 37,3'ü 16 yaşında, % 39,3'ü 17 yaşında ve % 6,7'si 18 yaşındadır. Öğrencilerin sınıf düzeyleri ile okul yaşam kalitesi ölçeği alt boyut puanları arasında anlamlı farklılık tespit edilememiştir. Öğrencilerin cinsiyetleri ile okul yaşam kalitesi ölçeği alt boyut puanları arasında anlamlı farklılık tespit edilememiştir. Öğrencilerin yaşları ile okul yaşam kalitesi ölçeği alt boyut puanları arasında anlamlı farklılık tespit edilememiştir. Anahtar Kelimeler: Yaşam Kalitesi, Öğrenci, iyi olma hali

Determination Of Life Quality Of Local Students

School quality of life, considered as one of the indicators of children's general well-being, can be viewed as a general well-being resulting from the involvement and integration of children into school life. The root of the concept of school quality of life is based on the concept of "quality of life", which has a more general meaning. Quality of life is treated as a general and continuous well-being, and its assessment focuses on negative experiences and emotions that are inversely related to positive experiences that often create happiness, liking and satisfaction. These experiences include family, friend environment, school, work, leisure time, etc. which are meaningful and important in terms of individual life.

Participating in social activities increases the interest of students in reading and lecturing, strengthens peer interaction and cooperation, and reduces school dropout rates. The aim of this study is to determine the quality of life of Niğde Faik Şahenk Vocational Technical Anatolian High School students. 47.3% of the students are in the 9th grade, 20.7% in the 10th grade, 25.3% in the 11th grade and 6.7% in the 12th class. 57.3% of the participants were girls, 42.7% were men; 16,7% were 15 years old, 37,3% were 16 years old, 39,3% were 17 years old and 6.7% were 18 years old. There was no significant difference between the grade levels of the students and the school quality of life scale subscale scores.

There was no significant difference between the sexes of the students and the school life quality scale subscale scores. There was no significant difference between the age of the students and the school life quality scale subscale scores. Keywords: Quality of Life, Student, wellbeing

Role Of Practising Sport in Social Integration

¹Kouache Zahra

¹Algiers University 2

Email : dr_kouache@yahoo.fr

« who hasn't got time for sport , will have a masive time for diseases » , that's why sport have to be considered as a necessary thing and very imporant in life, and the idea that sport iswasting of time or something complementary has to be complitaly changed , because mental and physical health aren't affected by age as they are affected by lifestyle. Since a long time, the primitive man depends on movement, while he was obliged to do an effort every time he wanted to eat, also to survive by runing , climbing trees and sculpting rocks and carves... so his health flourished and his fitness was completed, he was practising sports without being conscious about their importance . The technological development has led to change the lifestyle of all groups of society , that droved a lot of them to suffer from inactivity that due the lesseness of movement which caused a lot of social pests and different kind of diseases, and that made many of researchers intrested in studying social dimensions of practising sports and its relation with the social integration as a kind of entertainment from everyday stress , making it one of the important axes in human life and consider it as a very important social activity by including sports culture for everyone.

SCIENTIUMULMADI

Sedanter ve Sporcuların Sosyal İlişki Düzeylerinin Karşılaştırılması

¹Ulvi Güzel, ¹Osman Biberoğlu, ¹Sergen Katırcıoğlu, ²Necati Alp Erilli, ³Egemen Ermiş

¹Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi, Yüksek Lisans Öğrencisi, Samsun

²Cumhuriyet Üniversitesi, İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi, Ekonometri Bölümü, İstatistik Anabilim Dalı, Sivas

³Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Samsun

Email : ulvigzl@hotmail.com, biberogluosman@outlook.com, katircioglusergen@gmail.com, aerilli@hotmail.com, egemenermis55@gmail.com

Sedanter Ve Sporcuların Sosyal İlişki Düzeylerinin Karşılaştırılması

Giriş ve Amaç: Spor yapmanın sosyal ilişkiler üzerinde her zaman etkili olduğu düşünülmektedir. Özellikle takım sporlarının, yardımlaşma, paylaşma ve beraber hareket etme gibi özellikler kazandırması sebebiyle, kişisel gelişim üzerine etkisi vardır. Bu çalışmanın amacı sedanter ve sporcuların sosyal ilişki düzeylerinin belirlenmesidir.

Yöntem: Çalışma; Rize, Ordu ve Samsun illerinde yaşayan 15-25 yaş arasındaki 157 sporcu (80 erkek, 77 kadın) ve 148 sedanter (75 erkek, 73 kadın) olmak üzere rastgele seçilmiş 305 birey üzerinde gerçekleştirilmiştir. Çalışmada veri toplama aracı olarak "Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği" ve "Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği" kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 22.00 istatistik paket programı kullanılmıştır. Bulgular: Analiz sonuçlarına göre cinsiyet bakımından Çok Boyutlu Ölçekleme Arkadaş sorularında fark vardır ($p=0,043$). Diğer unsurlara göre fark bulunmamıştır: Arkadaş Sosyal ($p=0,354$), Aile Sosyal ($p=0,184$), Aile Boyutlu ($p=0,315$), Flört Boyutlu ($p=0,184$), Spor Yapma ($p=0,914$), Sosyal ölçek ($p=0,178$), Çok Boyutlu ölçek ($p=0,121$). Benzer şekilde Spor Yapma Durumuna Göre Sosyal Ölçekleme Aile sorularında fark vardır ($p=0,041$). Diğer unsurlara göre fark yoktur: Arkadaş Sosyal ($p=0,875$), Aile Boyutlu ($p=0,065$), Arkadaş Boyutlu ($p=0,448$), Flört Boyutlu ($p=0,256$), Sosyal ölçek ($p=0,299$), Çok Boyutlu ölçek ($p=0,157$). Yaşa bağlı olarak spor yapma durumu arasında fark var iken ($p=0,014$) Sosyal Ölçek Puanları ($p=0,998$) ve Çok Boyutlu Ölçek Puanları bakımından fark yoktur ($p=0,487$).

Sonuç: Yapılan analizlere göre sedanter ve sporcuların sosyal ilişki bakımından birçok değişkene göre farklılık göstermediği bulunmuştur. Bu sonuçlara göre ülkemizde bireylerin aile hayatlarının benzerlik gösterdiği ve kültürel alışkanlıkların yakın olduğu söylenebilir. Cinsiyet açısından değerlendirildiğinde ise, araştırmanın sonuçları kadınların erkeklere göre daha fazla duygusal destek ve daha az aile desteği aldıklarını göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Sedanter, Sporcu, Sosyal İlişki

Comparison Of Social Relationship Levels Of Sedentary And Athletes

Introduction and Purpose: Sports has always been considered effective on social relations. Especially team sports influence personal development since they teach cooperating, sharing and acting together. The purpose of the study is to find out the levels of social relations in sedentary and athletes.

Method: The study was conducted on a total of randomly chosen 305 individuals between the ages of 15 and 25-157 athletes (80 men, 77 women) and 148 sedentary (75 men, 73 women)- living in Rize, Ordu and Samsun. "Social Relations Scale" and "Multidimensional Perceived Social Support Scale" were used as data collection tool. SPSS 22.00 program was used for data analysis.

Results: Differences were found in terms of gender only in multidimensional scale friends dimension ($p=0,043$) while no difference was found in other dimensions: friend social ($p=0,354$), family social ($p=0,184$), family multidimensional ($p=0,315$), significant other multidimensional ($p=0,184$), doing sport ($p=0,914$), social scale ($p=0,178$), multidimensional scale ($p=0,121$). Similarly, difference was found in terms of doing sport only in social scale family dimension ($p=0,041$), while no difference was found in other dimensions: friend social ($p=0,875$), family multidimensional ($p=0,065$), friend multidimensional ($p=0,448$), significant other multidimensional ($p=0,256$), social scale ($p=0,299$), multidimensional scale ($p=0,157$). While differences were found in doing sport in terms of age ($p=0,014$), no differences were found in terms of social scale scores ($p=0,998$) and multidimensional scale scores ($p=0,487$).

Conclusion: Analyses showed that sedentary and athletes did not differ according to a great number of variables in terms of social relations. According to these results, it can be said that family lives of individuals in our country and cultural habits are similar. In terms of gender, the results show that women get more emotional support but less family support when compared with men.

Keywords: Sedentary, Athlete, Social relations

PB155

Farklı Branşlarda Müsabakalara Katılan Üniversitede Öğrencilerinin Spora Özgü Başarı ve Motivasyon Düzeylerinin İncelenmesi

¹Erdem Ayyıldız, ¹Şihmet Yigit

¹Namık Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

Email : eayyildiz@nku.edu.tr, eayyildiz@nku.edu.tr, syigit@nku.edu.tr

Araştırmanın amacı: üniversitede öğrenim gören sürekli spor yapan öğrencilerin spora özgü başarı ve motivasyon düzeylerinin araştırılması, sosyo demografik özelliklerine göre çıkan sonuçların değerlendirilmesi ve bulgular sonucunda literatüre bilgi kazandırılması amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemini 2016- 2017 eğitim öğretim döneminde Namık Kemal Üniversitesinde öğrenim gören farklı spor branşlarında müsabakalara katılan 94 Erkek 50 Kadın toplam 144 sporcu oluşturmaktadır. Verilerin toplanmasında sosyo demografik özellikleri belirlemeye yönelik kişisel bilgi formu ile Willis tarafından 1982 yılında geliştirilen Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği (SÖBMÖ) Tiryaki ve Gödelek (1997) tarafından Türkçeye güvenilirlik ve geçerlilik çalışması yapılmıştır. Elde edilen verilerin analizi SPSS 22 İstatistik paket programıyla cinsiyet ve katılımcıların spor yapip yapmadıkları bağımsız örneklem için t testi; diğer değişkenler ise tek yönlü varyans (ANOVA) analizi ile incelenmiştir. Anlamlı farkın olması durumunda varyans analiz sonuçları Tukey testi kullanılarak karşılaştırılmıştır. Araştırmanın sonucunda; Cinsiyet durumuna göre anlamlılık düzeyinde ($t(142) = -.169, p > .05$), Yaş anlamlılık düzeyi ($F(3, 143) = .025, p > .05$) Eğitim anlamlılık düzeyi ($F(2, 143) = .250, p > .05$), Gelir anlamlılık düzeyi ($F(3, 143) = .171, p > .05$), Yaşanılan yer anlamlılık düzeyi ($F(2, 143) = .852, p > .05$), Spor yapma anlamlılık düzeyi ($F(3, 143) = .039, p > .05$), Lisanslı spor yapma düzeyi ($F(4, 143) = 2.386, p > .05$), Spor yapma sıklığı düzeyi ($F(3, 143) = 1.844, p > .05$), Farklı branşla ilgilenme durumlarına göre ($F(4, 143) = 1.379, p > .05$) anlamlılık düzeyleri incelenmiş; Cinsiyet, Yaş, Eğitim, Gelir düzeyi, Yaşadıkları yer, Spor yapma süresi, Lisanslı spor yapma, Spor yapma sıklığı, Farklı branşla ilgilenme durumlarına göre anlamlı farklılaşmanın olmadığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Spor, Başarı, Motivasyon

Investigation Of Sporting Special Success And Motivation Levels Of University Students Participating in Different Brands

The aim of the research is to investigate the level of success and motivation of spore-specific students, to evaluate the results according to socio-demographic characteristics and to gain knowledge about literature as a result of the findings. The sample of the research consists of 144 athletes, 94 males and 50 females who participated in different sports branches in Namık Kemal University during 2016-2017 education period. The personal information form to determine the socio demographic characteristics in the collection of the data and the reliability and validity study of Türkçeye were conducted by Willis's Sports Specific Achievement Motivation Scale (SÖBMÖ) Tiryaki and Gödelek (1997) developed in 1982. Analysis of the obtained data SPSS 22 Statistical package program for gender and t test for independent samples of participants' sport; and other variables were analyzed by one way ANOVA. In the case of significant difference, the variance analysis results were compared using the Tukey test. As a result of the research; The level of meaningfulness according to gender status ($t(142) = -.169, p > .05$), Age significance level ($F(3, 143) = .025, p > .250, p > .05$), income level of significance ($F(3, 143) = .171, p > .05$) ($F(2, 143) = .852, p > .05$) ($F(3, 143) = .039, p > .05$),

Licensed sporting level ($F(4, 143) = 2,386$ $p > .05$) were examined according to the degree of interest in different branches ($F(4, 143) = 1,379$ $p > .05$). Gender, Age, Education, Income level, Place of livelihood, Duration of sporting, Licensed sport, Frequency of sporting, There is no significant difference according to different branches.

Keywords: Sports, Success, Motivation

Yabancı Uyruklu Öğrencilerin Benlik Saygı Düzeylerinin Araştırılması

¹Mihriay Musa, ³Şihmehmet Yiğit, ⁴Fikret Ramazanoğlu, ⁵Eyup Acar

¹Uşak Üniversitesi / Spor Bilimleri Fakültesi

²Uşak Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

³Namık Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

⁴Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

⁵Milli Eğitim Bakanlığı

Email : mihriay.musa@usak.edu.tr, mihriay.musa@usak.edu.tr, syigit@nku.edu.tr, framazanoglu@sakarya.edu.tr, eyupacar80@hotmail.com

Çalışmanın amacı: Uşak üniversitesinde 2016-2017 eğitim öğretim döneminde farklı bölümlerde okuyan yabancı uyruklu öğrencilerin benlik saygı düzeylerinin ortaya konulması ve sosyo demografik özelliklere göre bazı değişkenler açısından incelenmesi amaçlandı. Araştırmanın örneklemini, Uşak üniversitesinde öğrenim gören 113 Erkek 35 Kadın toplam 148 yabancı uyruklu öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmada, Verilerin toplanmasında gönüllülere 2 bölümden oluşan anketler uygulanmıştır. Birinci bölümde sosyo demografik özellikler, ikinci bölümde 25 maddeden oluşan Cooper Smith Benlik Saygısı Envanteri kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizi SPSS 22 İstatistik paket programıyla, diğer değişkenler ise tek yönlü varyans (ANOVA) analizi ile incelenmiştir. Anlamlı farkın olması durumunda varyans analiz sonuçları Tukey testi kullanılarak karşılaştırılmıştır. Araştırmanın sonucunda; katılımcıların Yaş, cinsiyet, ülke, okudukları sınıf, düzenli spor yapıp yapmama durumu ve kaç yıldır spor yaptıkları incelenmiştir. Benlik saygısı üzerine anlamlı farklılıklar; Cinsiyete göre benlik saygısında ($t(146) = -3.516, p < .001$). Yaşa göre katılımcıların benlik saygılarında da ($F(2, 145) = 4.530, p < .05$). Sınıf düzeyi açısından katılımcıların benlik saygılarında ($F(2, 145) = 6.382, p < .05$). Spor yapıp yapmadıklarına göre anlamlı bir farklılaşmanın olduğu ($t(146) = -2.361, p < .05$) tespit edilmiştir. Benlik saygısı katılımcıların ülkelerine göre ($F(4, 143) = 1.558, p > .05$) ve yapılan spor süresine göre benlik saygısında anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı ($F(3, 144) = .552, p > .05$) tespit edilmiştir. Benlik saygı kavramı, hayata daha anlamlı bir şekilde tutunmaları sağlanması, benlik saygı düzeylerinin tespiti açısından önemli bir çalışma olduğunu düşünmekteyiz.

Anahtar Kelimeler: Spor, Benlik, Saygı

Investigation Of The Levels Of Respect Of People in Foreign Students

Purpose of the study: It was aimed to examine the self-esteem levels of foreign students studying in different departments in Uşak University in 2016-2017 education period and to examine some variables according to socio demographic characteristics. The sample of the research consists of a total of 148 foreign students with a total of 113 male and 35 female students studying at Uşak University. In the study, two parts of the questionnaires were applied to the volunteers. In the first part, socio demographic characteristics and in the second part, Cooper Smith Self Esteem Inventory consisting of 25 items was used. Analysis of the obtained data was analyzed by SPSS 22 statistical package program and other variables were analyzed by one way variance (ANOVA) analysis. In the case of significant difference, the variance analysis results were compared using the Tukey test. As a result of the research; Participants Age, gender, country, class they were studying, whether they played regularly or not, and how many years they were doing sports were examined. Significant differences on self esteem; According to sex, self-esteem ($t(146) = -3.516, p < .001$).

Participants' self esteem by age ($F(2, 145) = 4.530, p < .05$). In terms of class level, participants' self-esteem ($F(2, 145) = 6.382, p < .05$). There was a significant difference ($t(146) = -2.361, p < .05$) according to whether they did sports or not. Self-esteem was found to be statistically significant ($F(3, 144) = .552, p > .05$) according to participants' countries ($F(4, 143) = 1.558, p > .05$) We think that the concept of self-esteem is an important work in terms of determining the levels of self-esteem, ensuring that they are held more meaningfully.

Keywords: Sports, Self, Respect

Sporda Bir Tüketim Aracı: Dijital Televizyon Platformlarında Paralı Spor Kanalı Satın Alma

¹A.Gökçe Gayretli, ¹H.Mehmet Tunçkol

¹Avrasya Üniversitesi Spor Bilimleri Bölümü, Trabzon

Email : aysegul.gayretli@avrasya.edu.tr, mehmet.tunckol@avrasya.edu.tr

Bu çalışmanın amacı, Spor Bilimleri Bölümü'nde okuyan öğrencilerin dijital televizyon platformlarında paralı spor kanalı satın alma davranışlarının tespit edilmesidir. Araştırma grubunu Spor Bilimleri Bölümü'nde öğrenim gören 151 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından oluşturulan anket formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde istatistiksel yöntem olarak; tanımlamalı istatistik ile bağımsız gruplar için t-testi yapılmıştır. Sonuç olarak bölümde okuyan öğrencilerin % 41.7'sinin dijital televizyon platformlarında spor kanalı satın aldıkları, aylık gelirleri ile dijital TV platformu üyeliği ve paralı spor kanalı satın almaları arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar kelimeler: Dijital, TV, kanal, spor, öğrenci.

A Consumption Tool in Sport: Buying Sport Channel in Digital Television Platforms

The purpose of this study was to determine the behavior of buying sport channel in digital TV platforms. The study group consisted of 151 voluntary bachelor students who studies in Department of Sport Sciences. In the study, a survey which has developed by the researchers was applied to the participants. Descriptive statistics and t-test for independent groups were used as statistical methods to analyze the data. As a result it has determined that 41.7 % of students were buying sport channel in digital TV platforms and according to their incomes there's significant difference between membership of digital TV platform and buying sport channel.

Keywords: Digital, TV, channel, sport, student.

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Facebook Davranış Örüntülerinin İncelenmesi

¹Zekeriya Göktas, ¹Alp Kaan Kilci, ¹Mehmet Bilgi Medeni

¹Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Balıkesir

Email : zgoktas@balikesir.edu.tr, alpkaankilci@balikesir.edu.tr, mbilgi5@windowslive.com

Bu araştırmanın amacı; üniversite öğrencilerinin Facebook'a yoğun katılımı ve psikolojik durumlarının incelenmesidir; Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu'nda eğitimine devam eden öğrencilerin Facebook'taki davranış örüntüleri çeşitli demografik değişkenlere göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini tespit etmektir. Araştırmanın örneklemini 2015–2016 Eğitim-Öğretim Yılı Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu 1, 2, 3 ve 4. sınıflarında okuyan 97 öğrenciden oluşturulmuştur. Araştırma grubunun görüşlerini belirlemek amacıyla, Koşan (2010)'ın geliştirdiği Facebook Davranış Örüntüleri Anketi kullanılmıştır. Verilerin analizinde frekans, iki bağımsız grup ortalamaları arasındaki karşılaştırmalarda T-Testi, ikiden fazla grup ortalamalarının analizinde ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Facebook Davranış Örüntüleri Anketinin Cronbach-Alpha iç tutarlılık katsayısı 0.84 bulunmuştur. Araştırmanın sonucunda; çalışmaya katılan öğrencilerin Facebook'taki davranış örüntülerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılıklar gösterdiği bulunmuştur. Buna göre erkek öğrencilerin; Facebook'ta tanımadığı kişilere daha sıklıkla arkadaşlık isteği gönderdiği ($p=0,005$) ve Facebook'u daha çok insanların kendisi hakkında yaptıkları yorumları görmek için kullandıkları ($p=0,024$) tespit edilmiştir. Erkek öğrencilerin başkalarına vurma dürtülerini kontrol edemedikleri ($p=0,05$), kız öğrencilerin ise insanlara sinirlendikleri zaman karşısındaki kişilere ne düşündüklerini daha açık bir şekilde ifade ettiklerini ($p=0,001$) belirtmişlerdir. Bireylerin hayatın kendilerine adaletsiz davrandığını düşünme oranı yaş parametresi ile karşılaştırıldığında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p=0,015$). 18 yaşındaki bireylerde hayatın kendilerine adaletsiz davrandığını düşünme oranı daha fazla iken, bu oranın yaş ilerledikçe anlamlı bir şekilde azaldığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Facebook, Beden Eğitimi, Davranış Kaynaklar: Zeybek I (2002) Yeni Bir İletişim Dizgesi: Chat Dili, İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi, 14, 417- 434., <https://www.facebook.com/>, Tarcan A (2005) İnternet ve Toplum, Anı Yayıncılık Eğitim ve Danışmanlık, Ankara.,

Analysis of the Facebook Behavior Patterns of Balıkesir University Student Student

The purpose of this research; the intensive participation of university students on Facebook and the examination of their psychological status; The purpose of this study is to determine whether the students who continue their education in the School of Physical Education and Sports of Balıkesir University showed a significant difference in behavior patterns on Facebook compared to various demographic variables. Sample of the research sample 2015-2016 education in academic year Balıkesir University School of Physical Education and Sports was formed from 97 students studying in grades 1, 2, 3 and 4. The Facebook Behavioral Patterns Questionnaire developed by Koşan (2010) was used to determine the views of the research group. In the analysis of the data, the frequency was compared with the T- Test in the comparison between the two independent group averages, and the one way ANOVA was used in the analysis of the mean of the multiple group averages. The Cronbach-Alpha internal consistency coefficient of the Facebook Behavior Patterns Questionnaire was 0.84. As a result of the research; it was found that the behavior patterns of the students participating in the study showed significant differences according to the sex variable of the face.

According to this, male students; ($P = 0.005$) and more often people use it to see the comments they make about themselves ($p = 0.024$). ($P = 0,05$), whereas female students expressed more clearly what they thought when they were annoyed to people ($p = 0.001$). The rate of thinking that people were unfair to their lives compared to the age parameter was significant a difference was found ($p = 0.015$). While 18-year-olds are more likely to think that life is unfair to them, this proportion has been reduced to a meaningful decline with age.

Keywords: Facebook, physical education, Behaviour

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Facebook Davranış Örüntülerinin İncelenmesi

¹Zekeriya Göktaş, ¹Alp Kaan Kilci, ¹Mehmet Bilgi Medeni

¹Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Balıkesir

Email : zgoktas@balikesir.edu.tr, alpkaankilci@balikesir.edu.tr, mbilgi5@windowslive.com

Bu araştırmanın amacı; Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu'nda eğitimine devam eden öğrencilerin Facebook'a katılım yoğunluğunu ve psikolojik durumlarını incelenmek ayrıca Facebook'taki davranış örüntülerinin çeşitli demografik değişkenlere göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini tespit etmektir. Araştırmanın örneklemi 2015-2016 Eğitim-Öğretim Yılı Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu 1, 2, 3 ve 4. sınıflarında okuyan 97 öğrenciden oluşturulmuştur. Araştırma grubunun görüşlerini belirlemek amacıyla, Carpenter'ın (2012) geliştirip Koşan (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Facebook Davranış Örüntüleri Anketi" kullanılmıştır. Verilerin analizinde frekans, iki bağımsız grup ortalamaları arasındaki karşılaştırmalarda T-Testi, ikiden fazla grup ortalamalarının analizinde ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Facebook Davranış Örüntüleri Anketinin Cronbach-Alpha iç tutarlılık katsayısı 0.84 bulunmuştur. Araştırmanın sonucunda; çalışmaya katılan öğrencilerin Facebook'taki davranış örüntülerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılıklar gösterdiği bulunmuştur. Buna göre erkek öğrencilerin; Facebook'ta tanımadığı kişilere daha sıklıkla arkadaşlık isteği gönderdiği ($p=0,005$) ve Facebook'u daha çok insanların kendisi hakkında yaptıkları yorumları görmek için kullandıkları ($p=0,024$) tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: İnternet, facebook, beden eğitimi

Analysis of the Facebook Behavior Patterns of Balıkesir University Student Students

The purpose of this research; The purpose of this study is to investigate the intensity and psychological status of the students who continue their education in Balıkesir University Physical Education and Sports School and to determine whether the behavioral patterns on Facebook are significantly different according to various demographic variables. Sample of the research sample 2015-2016 Education - Yildirim Balıkesir University School of Physical Education and Sports was formed from 97 students studying in grades 1, 2, 3 and 4. In order to determine the opinions of the research group, the "Facebook Behavioral Patterns Questionnaire" developed by Carpenter (2012) and adapted to Turkish by Running (2015) was used. In the analysis of the data, the frequency was compared with the T-Test in the comparison between the two independent group averages, and the one way ANOVA was used in the analysis of the mean of the multiple group averages. The Cronbach-Alpha internal consistency coefficient of the Facebook Behavior Patterns Questionnaire was 0.84. As a result of the research; it was found that the behavior patterns of the students participating in the study showed significant differences according to the sex variable of the face. According to this, male students; ($P = 0.005$) and more often people use it to see the comments they make about themselves ($p = 0.024$).

Keywords: Internet, facebook, physical education

PB704

Elit Kadın Voleybolcularda Fiziksel Performans, Empati ve Sportmenlik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Yasin Arslan, ²Gülfem Sezen Balçıklı, ²Cengiz Akarçesme

¹Gaziosmanpaşa Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Tokat

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : arslan@gazi.edu.tr, gulfemsezen@gmail.com, c_akarcesme@hotmail.com

Araştırma, elit kadın voleybolcularda fiziksel performansın empati ve sportmenlik ile bir ilişkisinin bulunup bulunmadığını incelemek üzerine kurgulanmış bir ön araştırmadır. Bu bağlamda, araştırma grubunu Sultanlar liginde yer alan takımlardan kasıtlı örneklem yoluyla seçilen bir takım oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan sporcu sayısı 11'dir. Araştırma grubunun yaş ortalaması 22,63±5,66 yıl, spor yaşı ortalaması 12,36±5,53 yıl ve boy ortalamaları ise 1,81±0,68 cm.'dir. Araştırmada veri toplama aracı olarak fiziksel performansı değerlendirmek için izokinetik dinamometre, empati için kişilerarası tepkisellik indeksi, sportmenlik için ise sporda prososyal ve antisosyal davranış ölçeği kullanılmıştır. Değişkenler arasında ilişki olup olmadığının araştırılması için spearman korelasyon katsayısına bakılmıştır. Araştırmada elde edilen veriler, fiziksel performans ile empatinin alt boyutları olan, fantazi ($r=0.46$, $p=0.70$), perspektif alma ($r=0.46$, $p=0.15$) ve empatik düşünce ($r=0.50$, $p=0.88$) ve sportmenliğin alt boyutlarından takım arkadaşına prososyal davranış ($r=0.37$, $p=0.34$), takım arkadaşına antisosyal davranış ($r=0.31$, $p=0.59$), rakibe prososyal davranış ($r=0.15$, $p=0.65$), rakibe antisosyal davranış ($r=0.41$, $p=0.90$) arasında doğrusal bir ilişki olmadığı yönündedir. Başka bir deyişle, kuvvet parametreleri yüksek olan bir kadın voleybol oyuncusunun empati ve sportmenlik becerileri aynı oranda yükselmemiştir. Sonuç olarak, antrenörlerin fiziksel performansı yüksek olan oyuncularından benzer düzeyde empatik beceri ve sportmenlik yönelimi gösteremeyeceğini bilerek sporcularını bir bütün içinde (fiziksel, psikolojik ve sosyal) eğitmeleri gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Araştırmada elde edilen verilere göre, bir sporcunun fiziksel özelliklerinin yüksek olması aynı şekilde sosyal ve ahlaki özelliklerinin de yüksek olacağı anlamına gelmemelidir. Bundan sonraki araştırmalar için, özellikle yakın temaslı takım sporlarına ve cinsiyete (futbol, basketbol, hentbol gibi) yönelik bir inceleme yapılması ile, katılımcı sayısının artırılması öneri olarak sunulabilir.

An Analysis of the Relationship among Physical Performance, Empathy and Sportspersonship in Elite Women Volleyball Players

The research is a preliminary study to examine whether physical performance in elite female volleyball players is related to empathy and sportspersonship. The research group constitutes a team selected through intentional sampling from the teams in the Sultanlar league. The number of athletes participating in the survey was 11, the average age of the study group was 22, 63 ± 5, 66 years, the average length of sport career was 12, 36 ± 5, 53 years and average height was 1, 81 ± 0, 68 cm. Isokinetic dynamometer Interpersonal Reactivity Index for Empathy (IRI) and Prosocial and Antisocial Behavior in Sport Scale (PABSS) were used as data collection tools. The Spearman correlation coefficient was examined to investigate whether there was a relationship among the variables. The data indicated that there was not a linear relationship among physical performance and subdimensions of empathy, namely fantasy ($r=0.46$, $p=0.70$), perspective taking ($r=0.46$, $p=0.15$), and subdimensions of sportspersonship, prosocial behavior toward teammates ($r=0.37$, $p=0.34$), antisocial behavior toward teammates ($r=0.31$, $p=0.59$), prosocial behavior toward opponents ($r=0.15$, $p=0.65$), antisocial behavior toward opponents ($r=0.41$, $p=0.90$).

In other words, empathy and sportpersonship skills of a female volleyball player with high force parameters did not rise at the same level. As a result, it is necessary for coaches to train their athletes (physical, psychological and social), knowing that they cannot demonstrate similar empathic skills and sportpersonship orientation from the players with high physical performance. According to the findings, the high physical qualities of an athlete should not mean that the social and moral qualities of the athlete are also high. Further research may be conducted with more participants, especially by conducting an examination of contact team sports and sex (such as football, basketball, and handball).

PB938

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Öfke Düzeylerinin Araştırılması

²Emre Belli, ¹Ali Gürbüz

¹Mimar Sinan Üniversitesi Rektörlük, İstanbul

²Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

Email : belliemre1@gmail.com, aligurbuz83@gmail.com

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Öfke Düzeylerinin Araştırılması

1Emre Belli, 2Ali Gürbüz

1Spor Bilimleri Fakültesi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum/Türkiye 2Rektörlük, Mimar Sinan Üniversitesi, İstanbul/Türkiye

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı; Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilerin öfke düzeylerinin araştırılmasıdır. **704**

Metot: Araştırmada öğrenilmiş güçlülük düzeyleri hakkında veriler elde etmek için; Spielberger ve ark. (1983) tarafından geliştirilen, Özer (1994) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Sürekli öfke, öfke ifade tarzı ölçeği (SÖÖTÖ), 314's erkek 196'i kadın olmak üzere toplamda 510 öğrenciye uygulanmıştır. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS programında frekans, bağımsız gruplarda t-testi ve tek yönlü varyans analizi (Anova), farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını bulmak için de Tukey testi yapılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların cinsiyetler arası öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin karşılaştırılmasında anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. (p=,000).

Sonuç: Buna göre; erkek öğrencilerin kadın öğrencilere oranla öfkedüzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Öfke, Spor, Beden Eğitimi

An Investigation Of Anger Level Of The Students Majoring At The Faculty Of Sport Sciences

An Investigation Of Anger Level Of The Students Majoring At The Faculty Of Sport Sciences Abstract

Introduction and Aim: The aim of this study is to explore anger levels of the students majoring at the Faculty of Sports Sciences at Ataturk University.

Method: For data collection, "Trait Anger and Anger Expression Scales", which was developed by Spielberger et al. (1983) and adapted into Turkish by Özer (1994), was used in the current study to examine the anger levels of students.

This questionnaire was administered to a total of 510 students consisting of 314 male and 196 female students. For data analysis, SPSS statistical packet program was used for frequency analysis, and independent t-tests, one-way ANOVA and Tukey test were run to find out the source of the difference among different groups of participants.

Findings: The results of the study showed that there was a significant difference in terms of the comparison of the anger levels regarding the participants' gender ($p=,000$)

Result: Based on this result, male students were found to favor anger levels much more than female students.

Keywords: Anger, Sports, Physical Education

Spor Tarihi **Sport History**

Geleneksel Sporlarımızdan At Üstünde Güreş Üzerine Bir Araştırma

Ömer Tarkan Tuzcuoğulları, Boğaç Kamil İskender

¹Gaziantep Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu. Gaziantep

Email : tarkanfolk@hotmail.com, bogaciskender@gantep.edu.tr

At üstünde güreş; Orta Asya Türk Cumhuriyetlerinde bayram, toy, sportif eğlenceler ve kurultaylarının vazgeçilmez mücadele oyunudur. Kırgızistan ve Kazakistan'da yoğunluklu olarak oynanan bu oyun fiziksel güç ve mücadele gerektirir. Oodaryş, Audaryspak adı altında oynan oyun Türkçe (Er-eniş) Er-eniş olarak telaffuz edilir. Çalışmanın amacı; ülkemizde çok tanınmayan bu oyunun yaygınlaşmasına ve Türk geleneksel oyunları arasında yerini almasına katkıda bulunmaktır.

Çalışma da literatür taraması yapılarak elde edilen bulgular tasnif edilmiştir. Yazılı ve basılı kaynakların yetersiz olması sebebiyle mülakat tekniği de kullanılarak bu çalışmaya katkı sağlayacağı düşünülen alana ait 13 kişi tespit edilmiş ve görüşleri kayıt altına alınmıştır. Elde edilen veriler kategorilere ayrılarak kodlanmış ve çalışma sonunda analiz edilerek yazıma geçilmiştir.

At Üstünde Güreş oyununun başta Kırgızistan ve Kazakistan olmak üzere düğünlerde ve şenliklerde geleneksel oyun formatında oynandığı tespit edilmiştir. Buna göre oyun; zaman ve mekan sınırlaması olmaksızın, iki kişinin karşılıklı olarak at üstünde güreşerek biri bir diğerini at üstünden çekip indirene kadar sürdüğü bilinmektedir. Günümüzde ise 4 sıklıkta kategorisinde, hem bireysel hem de takım olarak oynanan, zaman ve mekân sınırlaması olan, buna bağlı olarak puanlamanın olduğu, sonucu skora dayalı bir spor haline dönüştüğü tespit edilmiştir. Sonuç olarak; At Üstünde Güreş özünde ata hâkimiyet ve rakibi silahsız olarak alt edebilme, etkisiz kılma prensibine dayalı savaşa hazırlık oyunlarından biridir. Zamanla sportif oyun formatında kural ve kaideler yerleştirilmiş olsa da aslı bozulmamış geleneksel oyunlarımızdan biridir. Anadolu da yerleşik hayat kültürünü benimseyen Türkler de at yetiştirme, eğitme kültürü ve buna bağlı alt kültürler her ne kadar azalmış ise de Türkiye Geleneksel Sporlar Federasyonu bu tür girişimlere sıcak bakmakta faaliyet alanlarını genişletmektedir. Bu anlamda da çalışmanın katkısı olacağını düşünmekteyiz.

An Investigation On Our Traditional Sport Wrestling On Horse

Wrestling on horse is a competitive game of Middle Asia Turkish Republics for entertainment. The game that commonly played in Kyrgyzstan and Kazakhstan is required physical power and struggle. The game that called Oodaryş, Audaryspak is pronounced Er-eniş in Turkish language. The purpose of the study is making a contribution on widepreading and take part in traditional Turkish games for this game.

There is a printed source limitation on the topic of the study. For this instance, as well as the literature review, some interviews did. Obtained data categorized and coded before analysis.

It has determined that the wrestling on horse game is playing as a traditional game form at wedding or entertainments in commonly Kyrgyzstan and Kazakhstan. In the game, there is no time and area limitation, and two rivals make wrestling on horse until one of them break horse contact to other. Nowadays, it has determined that the game is played on four weight, and both team and individual, and with time and area limit, and having scoring rules, and result of game based on score.

As a result, the wrestling on horse is a war preparation game based on horse handling and break to rival effect. The game is having its original shape, besides is having rules as a sportive game format. Turkish Traditional Games Federation is having positive perspective on commonization of traditional games, however settled Turks lose their horse based traditions. On this point, it has believed that the study is has contribution.

ENGELLİLERDE SPOR SPORT IN DISABLED

Engellilerde Spor Sport in Disabled

Beden Eğitimi Öğretmeni Adaylarının Zihinsel Engelli Çocuklara Yönelik Tutumlarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi

¹Yaşar İsmail Gülünay, ²Numan Bahadır Kayışoğlu, ¹Ekrem Levent İlhan

¹Gazi Üniversitesi Ankara

²Karabük Üniversitesi Karabük

Email : ismailgulunay@karabuk.edu.tr, bahadirkayisoglu@gmail.com, levent-besyo@hotmail.com

Bu araştırmanın temel amacı, beden eğitimi öğretmeni adaylarının zihinsel engelli çocuklara karşı tutumlarının farklı değişkenlere (cinsiyet, sınıf düzeyi, özel eğitim bilgisi, engelli yakını olma ve çalışma deneyimi) göre incelenmesidir. Araştırmaya, Karabük Üniversitesi, Hasan Doğan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü'nde farklı sınıf seviyelerinde öğrenim gören: 174 erkek, 108 kadın olmak üzere toplamda 282 öğrenci katılmıştır. Araştırmada veri toplama araçları olarak, araştırmacılar tarafından oluşturulan “Kişisel Bilgi Formu” ve Süngü (2012) tarafından geliştirilen “Zihinsel Engelli Çocuklara Yönelik Tutum Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin analizinde Kolmogorov Smirnov, Skewness and Kurtosis, Mann-Whitney U ve Kruskal Wallis testlerine başvurulmuştur. Araştırma sonucunda, kadın beden eğitimi öğretmeni adaylarının, toplam tutum puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğu, 2. sınıftan itibaren sınıf seviyesi arttıkça tutum puan ortalamalarının arttığı, engelli yakını olanlar ya da engelli bireylerle çalışma tecrübesi olanların, engelli yakını olmayan ve engelli bireylerle çalışma tecrübesi olmayanlara göre daha yüksek tutum düzeyine sahip oldukları belirlenmiştir. Ayrıca tüm değişkenler bakımından gruplar arasındaki farklar istatistiksel olarak ($p>0,05$) anlamsızdır.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi Öğretmeni Adayı, Zihinsel Yetersizlik, Tutum, Çocuklar.

An Analysis Of Pre-Service Physical Education Teachers' Attitudes Towards Intellectually Disabled Children According To Several Variables

The main purpose of this study is to analyze pre-service physical education teachers' attitudes towards intellectually disabled children according to several variables (gender, grade level, knowledge of special education, having an intellectually disabled family member and work experience). A total of 282 students, consisting of 174 male and 108 female students who are studying at different grade levels at Karabük University Hasan Doğan School of Physical Education and Sport, Department of Physical Education and Sport Teaching, participated in this study. Two data collection tools are used in this study: “Personal Information Form” that has been developed by the researchers of this study, “Scale of Attitude Towards Intellectually Disabled Children” that has been improved by Süngü (2012). Kolmogorov Smirnov, Skewness and Kurtosis, Mann-Whitney U and Kruskal Wallis tests are used to analyze the data. According to the results of the study; female preservice physical education teachers have higher total attitude points than males; attitude points get higher from the second grade, as the grade level rises; pre-service teachers who have a disabled family member or have experience with disabled people have higher attitude points than those who do not have any of them. Besides, there are no statistically meaningful differences between groups according to all variables ($p>0,05$).

Keywords: Pre-service Physical Education Teacher, Intellectual Disability, Attitude, Children

Tekerlekli Sandalye (Ts) Mobilite Kurslarının Ts Kullanım Becerilerine Etkileri

1Ebubekir Aksay

¹TV Eberbach 1864 E.V., Mosbach, Germany

Email : dshs_sr@yahoo.de

Amaç: Bu çalışma Türkiye'deki TS kullanan bedensel engelli bireylerin TS'yi ne derecede kullanabildikleri ve yapılacak olan mobilite kurslarının TS kullanımına ne derecede etki ettiğini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırmaya yaşları 14-63 arasında üst extremitelerinde hareket kısıtlaması olmayan 321 TS kullanıcısı katılmıştır. TS kullanım becerilerini ölçmek için araştırmacı tarafından geliştirilen ve 17 farklı kullanım becerisini ölçen AkRoFa Test (Aksay Rollstuhlfahr Test) kullanılmıştır. 90 dakikalık dört seans halinde uygulanan ve 30 puan üzerinde değerlendirme yapılan AkRoFa Test; sürüş, slalom, denge, basamak iniş/çıkış ve yokuş iniş/çıkış gibi becerileri ölçmektedir. Testin zorluk derecesine göre doğru olarak yapılan her beceri için 1 ile 3 arasında puanlama yapılmaktadır. Katılımcıların kullanım becerilerindeki gelişmeleri belirlemek için ön test ve son test uygulanmıştır. İstatistik analizlerinde IBM SPSS 21 programında standart sapma ve ortalama değerlerine bakılmıştır.

Bulgular: Yaşları 14-63 arasında olan ve günlük olarak ortalama 11,8 saatlerini TS üzerinde oturarak geçiren 29 katılımcı spor kulübünde aktif olarak spor yaparken, 292 katılımcı herhangi bir sportif aktiviteye katılmamaktadır. Almanya'nın değişik bölgelerinden araştırmaya katılan TS kullanıcıları ile yapılan beceri testleri sonrasında, genel olarak günün büyük bir bölümünü TS üzerinde geçirmelerine rağmen, TS kullanımını tam olarak başaramadıkları belirlenmiştir. Ancak 90 dakikalık dört seans halinde yapılan TS mobilite kursları sonrasında yapılan slalom, denge, basamak iniş/çıkış ve yokuş iniş/çıkış gibi becerileri testlerin tamamında katılımcıların büyük çoğunluğunun üst düzeyde beceri gelişimi sağladığı belirlenmiştir. Aktif olarak spor yapan TS kullanıcılarının, TS kullanım becerileri spor yapmayan guruba oranla çok yüksek olduğu gözlenmiştir. Yapılan ön testte katılımcılar tamamı 30 tam puan üzerinden ortalama 8,9 puan toplarken, beceri egzersizlerinden sonra yapılan son testte ortama 27,8 puan toplayarak egzersizlerin büyük bölümünü hatasız olarak tamamlamışlardır.

Sonuçlar: Yapılan bu çalışma, doğru olarak yapılacak olan mobilite kurslarının TS kullanım tekniklerini geliştirdiği ve bunun sonucunda da bireyin günlük yaşantısını sürdürebilmesi için gerekli olan teknik performansına olumlu katkıda bulunduğu göstermiştir.

The Effects Of Wheelchair (Wc) Mobility Courses On Wc Usage Skills

Objective: This study was carried out in order to determine the extent at which physically disabled individuals using WC in Germany can use WC and the extent at which the mobility courses will be able to affect the WC use.

Method: A total of 321 WC users between age 14 and 63 years, without any immobility of upper extremities, were involved in this study. In order to measure the WC usage skills, the AkRoFa (Aksay Rollstuhlfahr)-Test, developed by the researcher, measuring 17 different usage skills, was utilized. Applied in 4 sessions and scored over 30 points, the AkRoFa-test measures the skills such as driving, slalom, balance, ascending and descending ladder, and going up and down from hill. F

Findings: After completing the skill tests with WC users participating in the study from different locations of Germany, it was determined that they couldn't completely succeed in using WC even though they spend several hours of the day on WC. But after completion of WC mobility courses in 4 sessions each of 90 minutes, the participants achieved important skill improvement in most of the skills such as slalom, balance, ascending and descending ladder, and going up and down from hill. It was observed that the WC usage skills of WC users actively involved in sports were much higher than that of WC users not actively involved in any sport. While the general mean score of all of the users in performed pre-test was 8.9 points on the scale of 30, they completed most of the exercises successfully after skill exercises and they got the mean score of 27.8 points after the exercises.

Results: This study has shown that WC usage courses if performed accurately improve the WC usage skills, and consequently contribute to technical performance of these individuals for sustaining their daily lives.

İşitme Engellilerde Egzersizin Öfke Düzeyine Etkisinin İncelenmesi

¹Şehmus Aslan, ¹Meryem Demirhan

¹Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

Email : sehmus1@hotmail.com,

Giriş: Engelli bireylerin sahip oldukları yaşam kaliteleri engel türüne ve yaşanılan toplumun sahip olduğu kültürel farklılıklara göre değişiklik göstermektedir. İşitme engelli bireylerde öfke baş edilmesi gereken bir durumdur. Gelişme süreci içerisinde bir yandan topluma uyum sağlamaya çalışırken diğer yandan dönemin kendine özgü sıkıntılarıyla başa çıkmaya çalışmaktadırlar. Amaç: Bu çalışmanın amacı işitme engelli öğrencilerde egzersiz programının öfke düzeyine etkisinin incelenmesidir. Metod: Çalışmaya 22 işitme engelli (yaş: 13,27±1,518), katılmıştır. Çalışmada, Spielberger ve arkadaşları (1983) tarafından geliştirilen, dilimize Özer (1994) tarafından uyarlanan, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği" (Trait Anger and Anger Expression Scales) kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışmada, katılımcıların ön test ve son test sürekli öfke düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0.05$). Katılımcıların ön test ve son test dışa yönelik dışa yönelik öfke düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir ($p>0.05$). Katılımcıların ön test ve son test dışa yönelik dışa yönelik öfke düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir ($p>0,05$). Katılımcıların ön test ve son test dışa yönelik içe yönelik öfke düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Tartışma ve Sonuç: Çalışmamızın sonuçları işitme engelli bireylerin egzersiz sonrasında öfke düzeylerinin azalmadığı görülmüştür. Bununla birlikte, daha büyük egzersiz yapan işitme engelli örnekleminde egzersizin öfke düzeylerine etkisinin incelenmesi için ileri çalışmaların yapılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: İşitme engelli, ergen, Öfke

The Effect of Exercises Anger Level in the Hearing Impairments

Introduction: The quality of life of disabled people varies according to the cultural differences that the disabled population and the living society have. Anger in hearing-impaired individuals is a condition that must be overcome. In the development process, while trying to maintain collective harmony on the one hand, they try to cope with their own troubles on the other hand.

Purpose: The purpose of this study is to examine the effect of the exercise program on the level of anger in hearing-impaired students. Method: 22 hearing impaired (age: 13,27 ± 1,518) participated in the study. Trait Anger and Anger Expression Scales "developed by Spielberger et al. (1983), adapted by Özer (1994), were used in the study. Results: No statistically significant difference was found between analysis and participants' pre-test and post-test continuous anger levels ($p> 0.05$). There was no statistically significant difference between the external anger levels of participants' pre-test and post-test outcome ($p> 0.05$). There was no statistically significant difference between the levels of external anger for participants' pre-test and post-test outcome ($p> 0.05$). There was no statistically significant difference between the participants' anger levels towards pre-test and post-test ($p> 0,05$).

Discussion and Conclusion: The results of our study showed that hearing impaired individuals did not decrease their anger levels after exercise. However, further studies are recommended to examine the effect of on anger levels in the hearing impaired in a bigger sample.

Keywords: Hearing impaired, Adolescent, Anger

Otizmlı Çocuklarda 4 Aylık Fiziksel Aktivite Programının Fiziksel Uygunluklarına Etkisi

¹Necati Cerrahoğlu, ¹Bilgetekin Burak Günar, ¹Hasan Abanoz

¹Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, BESYO, Çanakkale

Email : necerrahoglu@comu.edu.tr, burakgunar@comu.edu.tr, hsn.abanoz@gmail.com

Bu çalışma, otizmlı çocukların 4 aylık fiziksel aktivite sonrasında fiziksel uygunluklarındaki değişiklikleri incelemek amacıyla yapılmıştır. Deneysel yöntemle yapılan çalışmaya Çanakkale'de ikamet eden ve yaş ortalaması 12,38±1,69 yıl olan 12 otizmlı çocuk katılmıştır. Katılımcıların 8'i (%67) erkek, 4'ü (%33) kızdır. Çalışmalar öncesinde tüm katılımcı çocukların aileler tarafından gönüllü olarak projede yer aldıklarını belirten onay formu doldurulmuştur.

Katılımcılara 4 ay boyunca haftada 2 gün ve günde 1 saat süreyle kuvvet, esneklik, koordinasyon motor becerilerini geliştirici egzersizler uygulanmıştır. Çalışmalarda her katılımcıyla en az 1 eğitmen bire-bir çalışmıştır. 4 aylık çalışmanın öncesinde ve sonrasında katılımcıların kuvvet, esneklik, koordinasyon motor becerilerini ölçmeye yönelik Brockport Fiziksel Uygunluk Testi uygulanmıştır. Katılımcıların sosyal becerilerindeki değişiklikler gözlem yöntemiyle betimsel olarak analiz edilmiştir. Verilerin analizinde SPSS-20.0 paket programı kullanılmıştır. Ön test ve son test sonuçlarının karşılaştırmasında Wilcoxon testi (Wilcoxon Signed Rank Test) yapılmıştır. Sonuçlar p<0,05 düzeyinde anlamlı kabul edilmiştir.

Elde edilen veriler incelendiğinde katılımcıların pençe kuvveti ve esneklik becerilerine yönelik yapılan ön test ve son test sonuçları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür (p<0,05). Kollar bükülü asılma, kollar gergin asılma, modifiye mekik, omuz esnekliği ve gövde kaldırma parametrelerine yönelik yapılan ön test-son test sonuçları arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir (p>0,05). Bunun yanında fiziksel aktiviteler ile katılımcıların sosyal becerilerinde olumlu yönde bir değişiklik olduğu gözlemlenmiştir.

Sonuç olarak otizmlı çocuklara uygulanan 4 aylık fiziksel aktivite programının otizmlı çocukların farklı fiziksel ve sosyal becerilerine katkı sağladığı görülmüştür. Bu veriler ışığında otizmlı çocukların fiziksel uygunluk düzeylerinin gelişimine ve sosyalleşmelerine katkı sağlamak amacıyla daha kapsamlı, uzun süreli ve düzenli fiziksel aktiviteler tavsiye edilmektedir.

Anahtar kelimeler : Otizm, fiziksel uygunluk, egzersiz, gelişim.

The Effect Of 4 Mounth Physical Aktivity Program On Autistic Childrens' Phisical Fitness

The purpose of this study was to examine changes in physical fitness of children with autism after 4 months of physical activity. 12 autistic children who an average age of 12,38±1,69 and reside in Çanakkale participated to the study conducted by experimental method. 8 (%67) of the participants was male, 4 (%33) was girls. A confirmation form stating that they are volunteers was filled in by all participating children's families before the study.

Participants were exercises for 2 days a week and 1 hour a day for 4 months to improve strength, flexibility, coordination motor skills. At least one instructor in the studies worked one-to-one with each participant.

The Brockport Physical Fitness Test was application to measure participants' strength, flexibility, coordination motor skills before and after 4 months of study. Changes in participants' social skills were analyzed descriptively by means of observation. In the analysis of the data, SPSS package program was used. Wilcoxon Signed Rank Test was performed to compare pre-test and post-test results. The results were considered significant at $p<0,05$ levels.

When the obtained data were examined, statistically significant differences were observed between pre-test and post-test results of participants' claw strength and flexibility skills ($p<0,05$). It has been determined that there is no significant difference between pre-test results and post-test results for twisted arm hanging, taut arm hanging, modified shuttle, shoulder flexibility and trunk lifting parameters ($p>0,05$). It has also been observed that there is a positive change in participants' social skills thanks to physical activity.

In conclusion, 4 month physical activity program applied to autistic children has been seen to contribute to different physical and social skills of autistic children. By way of this data, more comprehensive, long-term and regular physical activities are recommended to contribute to the development and socialization of the physical fitness levels of autistic children.

Elit İşitme Engelli Sporcularının Solunum Fonksiyon Parametreleri ve Kavrama Kuvvetleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Bihter Akınoğlu, ²Tuğba Kocahan, ¹Oğuzhan Mete, ¹Çağlar Soyulu, ¹Necmiye Ün Yıldırım

¹Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, Etlik Yerleşkesi, Ankara

²Gençlik Ve Spor Bakanlığı, Spor Genel Müdürlüğü, Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı, Eryaman, Ank

Email : rgkardelen@yahoo.com, kocahantu@gmail.com, fztoguzhanmete06@gmail.com , fztcaglar5187@gmail.com, necmiyeu@yahoo.com

Giriş ve Amaç Kavrama kuvveti, üst ekstremité total kas kuvvetinin bir göstergesi olarak kabul edilmektedir. Literatürde farklı popülasyonlarda yapılan çalışmalarda solunum fonksiyonları ve kavrama kuvvetinin ilişkisi ve solunum fonksiyonlarındaki artışın kas kuvvetini etkilediği gösterilmiştir (1). Periferik kas kuvveti ve solunum fonksiyonları sporcuların performanslarını etkileyen primer faktörlerdendir (2). Bu çalışmanın amacı; elit işitme engelli sporcularının solunum fonksiyon parametreleri ve kavrama kuvvetleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Gereç ve Yöntem Çalışmaya yaş ortalaması 26,2±6,86 olan 31 işitme engelli sporcu dahil edildi. Sporcuların solunum fonksiyonları Pony FX Cosmed dijital spirometre ile ölçüldü ve sporcuların zorlu vital kapasite (FVC), 1. sn zorlu ekspirasyon hacmi (FEV1), FEV1/FVC, tepe akım hızı (PEF), maksimum istemli ventilasyon (MVV) değerleri kaydedildi. Sporcuların kavrama kuvveti Jamar el dinamometresi ile değerlendirildi. Sporcuların solunum fonksiyonları ve kavrama kuvveti arasındaki ilişki Spearman Korelasyon analizi ile incelendi.

Bulgular Çalışmaya dahil edilen işitme engelli sporcuların FVC, FEV1, PEF ve MVV değerlerinin hem dominant hem de dominant olmayan taraf kavrama kuvveti ile ilişkili olduğu görüldü ($p<0,05$). FEV1/FVC değerleri ve kavrama kuvvetleri arasında bir ilişki görülmedi ($p>0,05$).

Sonuç ve Kaynaklar Yaptığımız çalışma sonucunda işitme engelli sporcularda solunum fonksiyon parametreleri ile kavrama kuvveti arasında ilişki tespit ettik. Bu nedenle sportif performansı etkileyen kas kuvvetinin artırılması için solunum fonksiyonlarının artırılması gerektiğini düşünmekteyiz.

1. Roberts, H., Holmes, S., & Allen, S. (2017). Relationship between lung function and grip strength in older hospitalised patients. International Journal of Chronic Obstructive Pulmonary Disease, 12, 1207-1212.

2. Bayraktar, B., Kurtoğlu M. (2009). Sporda Performans, Etkili Faktörler, Değerlendirilmesi ve Artırılması. Klinik Gelişim, 22(1): 16-24. Anahtar Kelimeler: İşitme Engelli, Kavrama Kuvveti, Solunum Fonksiyonu ,Spor

Anahtar Kelimeler: İşitme Engelli, Kavrama Kuvveti, Solunum Fonksiyonu ,Spor

Investigation Of The Relationship Between Respiratory Function Parameters And Grip Strength Of Elite Deaf Athletes

Introduction and Purpose: The grip strength is considered as an indication of total muscle strength of the upper limb. It has been shown that the association of respiratory functions and grip strength and increased respiratory functions affect muscle strength in various studies conducted in different populations (1). Peripheral muscle strength and respiratory functions are primer factors that affect the performances of athletes (2). The aim of this study was to determine the relationship between the parameters of the respiratory function and grip strength of elite deaf athletes

Methods: This study was carried out with the participation of 31 deaf athletes with an average age of 26.2 ± 6.86 years. The respiratory functions of the athletes were measured with a Pony FX Cosmed digital spirometer and the athletes' forced vital capacity (FVC), forced expiratory volume (FEV1), FEV1 / FVC, peak flow rate (PEF) and maximal voluntary ventilation (MVV) values were recorded. The grip strength was evaluated by Jamar hand dynamometer. The relationship between respiratory functions and grip strength of the athletes was examined by Spearman correlation analysis.

Results: FVC, FEV1, PEF and MVV values were related to both side grip strength ($p < 0.05$). There was no correlation between FEV1 / FVC values and grip strength ($p > 0.05$).

Conclusion and Reference: As a result of our study, we found a correlation between the parameters of respiratory function and grip strength in deaf athletes. Therefore, we think that respiratory functions should be increased in order to increase muscle strength which affects sportive performance.

1. Roberts, H., Holmes, S., & Allen, S. (2017). Relationship between lung function and grip strength in older hospitalised patients. *International Journal of Chronic Obstructive Pulmonary Disease*, 12, 1207-1212.

2. Bayraktar, B., Kurtoğlu M. (2009). Sporda Performans, Etkili Faktörler, Değerlendirilmesi ve Artırılması. *Klinik Gelişim*, 22(1): 16-24.

Keywords: Deaf, Grip Strength, Sport, Respiratory Function

Zihinsel Engelliler Beden Eğitimi Öğretim Programına Yönelik Öğretmen Görüşleri

¹Bahar Günaydın Çelik, ²Nevzat Mirzeoğlu, ¹Hakan Acar

¹Bülent Ecevit Üniversitesi,Zonguldak

²Sakarya Üniversitesi,Sakarya

Email : bahar.gunaydin@hotmail.com, nmirzeoglu@yahoo.com, hakanacar1979@gmail.com

Giriş Ve Amaç: Engelli bireylere sosyal yaşamın her alanında olduğu gibi eğitimde fırsat eşitliği sağlayabilmek kanunen de desteklenmiş bir gerçektir. Engelli bireylerin daha sağlıklı beden ve ruh hayatlarına olanak sağlayabilmek ve destekleyebilmek, arzulanan bedensel ve duygusal uğraşları uyarmak ve yöneltmek gerekmektedir. Okul eğitimi bu anlamda engelli bireyler için son derece önemlidir. Bu çalışmanın amacı, zihin engelliler beden eğitimi öğretim programını içerik, uygulama ve yaşanan sorunları derse ilişkin beklentiler açısından öğretmen görüşlerine göre değerlendirmektir.

Yöntem: Araştırmaya 2016-2017 eğitim ve öğretim yılında Zonguldak ilinde Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı eğitim ve uygulama okullarının 1-8. sınıflarında görev yapan zihin engelliler sınıf öğretmenleri katılmıştır (n=41) Araştırmada nicel araştırma yaklaşımına dayalı olarak doküman analizi ve anket gibi nicel veri toplama yöntemleri kullanılmıştır. Öğretmenlere, alanında iki uzmandan görüş alınarak hazırlanan anket uygulanmıştır.

Bulgular Ve Sonuç. Araştırma bulgularına göre; beden eğitimi ders program içeriğinin engel türlerine göre yeterince düzenlenmemesi, çocuğun özel yaşantısına yeterli katkıda bulunamaması, öğretmenlerin uygulamada ve kazanımları gerçekleştirmede içerikten dolayı yetersiz kalmaları ve içerik uygulama tutarsızlığı yaşamaları, uygulama alanlarının kısıtlı olması ya da olmaması, araç-gereç ve materyallerle alakalı eksikliklerin öğrenme yaşantılarını geciktirmesi, yönetsel ve velilerle yaşanan sorunların olumsuz etkilerinin görüldüğü tespit edilmiştir.

Kaynaklar: Avcıoğlu H., (2012).Zihin engelliler sınıf öğretmenlerinin araç-gereç kullanımına ilişkin görüşleri. International Journal of New Trends in Arts, Sports & Science Education , 74-84, Darıca, N., Gümüşçü, Ş., Pişkin, Ü. (1992). Otizm ve Otistik Çocuklar. Ankara: Basım Grafik Yayınları İlhan, L. (2008). Eğitilebilir zihinsel engelli çocuklarda beden eğitimi ve sporunsosyalleşme düzeylerine etkisi. Kastamonu Eğitim Dergisi, 16(1), 315-324. Kınalı, G. (2003). Zihin Engellilerde Beden - Resim - Müzik Eğitimi. A. Kulaksızoğlu (ed), Farklı Gelişen Çocuklar(s.244). İstanbul: Epsilon Yayınları.

Mentally Impaired Teacher Opinions On Physical Education Curriculum

Providing equality of opportunity in education as disabled people are in all areas of social life is also supported by law. The healthier handicapped individuals are able to decide and support their bodies and souls, to warn and direct the desired physical and emotional efforts. School education is very important for disabled people in this sense. The aim of this study is to evaluate the existing physical education curriculum with its content, implementation and the experienced problems according to the opinion of the teachers and parents in terms of the expectations.

The study included voluntary participating classroom (1-8) teachers working in the province of Zonguldak during the 2016-2017 academic years at the training and practice schools of the mental disables connected to the Ministry of Education (n=41) .The data was collected in the study by using quantitative data collection methods such as focus group interview and document analysis. A questionnaire prepared by taking the opinions of the two experts in the field was applied to the teachers.

According to reserach findings; the wide diversity of the disabilities and the insufficiency of the physical education curriculum to meet these diversities push the classroom teachers of the mentally disabled students , low interest of the Ministry of Education towards the special education and the lack of providing helping resources restrict the teachers in the class and students are left behind in many areas due to the lack of the application fields of the physical education classes and the deficiency of tools and materials and administrative and livelihood problems have been observed.

Resources Avcıoğlu H., (2012).Zihin engelliler sınıf öğretmenlerinin araç-gereç kullanımına ilişkin görüşleri. International Journal of New Trends in Arts, Sports & Science Education , 74-84, Darıca, N., Gümüşçü, Ş., Pişkin, Ü. (1992). Otizm ve Otistik Çocuklar. Ankara: Basım Grafik Yayınları

Zihinsel Engelli Okullarında Beden Eğitimi ve Spor Dersi Programına Yönelik Öğretmen Görüşlerinin Değerlendirilmesi

¹Yunus Emre Karakaya, ²Emin Tamer Yenen, ¹Çetin Tan, ¹Fatih Mehmet Uğurlu

¹Firat University, Faculty Of Sport Sciences, Elazığ

²Nevşehir Hacı Bektaş Veli University, Nevşehir

Email : emrekarakaya@firat.edu.tr, tamer-yenen@hotmail.com, ctan@firat.edu.tr, fmugurlu@firat.edu.tr

Bu araştırmanın amacı, Türkiye’de Özel Eğitim Uygulama Merkezlerinde (Zihinsel Engelliler Okulu) görev yapan öğretmenlerin beden eğitimi dersinde kullanılan programlara yönelik görüşlerini tespit etmek amaçlanmıştır. Bu çalışmada, veriler araştırmacılar tarafından hazırlanan bir görüşme formuyla elde edilmiştir. Bu doğrultuda görüşme formunda 5 yarı yapılandırılmış soruya yer verilmiştir. Elde edilen verilerin çözümlenmesinde bilgisayar destekli nitel veri analizi kullanılmıştır. Elde edilen bulgularda; öğretmenlerin beden eğitimi dersi programlarının içeriklerinin uygunluğu konusunda görüş ayrılığına düştükleri görülmüştür. Programda yer alan oyunlar ve fiziki etkinlikler programın iyi yönlerine ilişkin bulgular olarak tespit edilmiştir. Beden eğitimi ve spor öğretmenleri programdaki uygulamalarda en çok materyal eksikliği ve bu uygulamaların yapılacağı fiziki imkansızlıklar yönünde görüş bildirmişlerdir. Zihinsel engelli öğrencilerin seviyelerine uygun etkinliklerin düzenlenmesi öğrencilerin hazır bulunuşlukları ve bireysel farklılıklarının programlarda göz önünde bulundurulması gerektiği konusunda görüş bildirmişlerdir. Araştırma grubu, beden eğitimi dersi programına yönelik ise şu görüşlere yer vermişlerdir; Uygun sportif alanın sağlanması, öğrenci seviyelerinin ve hazırbulunuşluklarının beden eğitimi programında gözetilmesi, öğrenci yeteneklerine göre derslerin belirli kategorilere ayrılması gibi öneriler sunmuşlardır. Sonuç olarak, bu eğitim kurumlarında fiziki imkansızlıkların giderilmesinde okul yönetimlerine büyük sorumluluklar düşmekte ve milli eğitim müdürlükleri tarafından programın işlerliğinin artırılması anlamında öğretmenlere yönelik hizmet içi eğitim verilmelidir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenleri, Özel Eğitim Öğretmenleri, Ders Programı, Beden Eğitimi Dersi.

Evaluation Of Teachers' Opinions For Physical Education And Sport Course Program in Mentally Disabled Schools

The aim of this research was to determine the opinions of the teachers working in the Special Education Application Centers (Mental Retardation Schools) in Turkey for the programs used in the physical education lesson. In this research, the data were obtained through an interview form prepared by the researchers. In this direction, five semi-structured questions were included in the interview form. Computer aided qualitative data analysis was used to analyze the obtained data. In the obtained findings; It has been observed that the teachers have fallen in dissidence on the physical education course programs. The games and physical activities included in the program have been identified as findings regarding good aspects of the program. Teachers of physical education and sports commented on the lack of material and the physical impossibilities of these exercises in the applications in the program. Teachers of physical education and sports commented on the lack of material and the physical impossibilities of these exercises in the applications in the program. The organization of activities appropriate to the levels of students with mental retardation gave the opinion that the readiness of the students and their individual differences should be considered in the programs. The research group included the following opinions regarding the physical education course program;

They provided suggestions such as the provision of appropriate sporting area, observance of the student's level and readiness in the physical education program, classifications of the lessons according to the student's abilities. As a result, there is great responsibility for school administrations to overcome the physical impossibilities in these educational institutions and in-service training should be given to teachers in the sense that the function of the program is to be increased by the national education directorates.

Keywords: Physical Education and Sports Teachers, Special Education Teachers, Curriculum, Physical Education Course.

Bedensel Engelli Kadın Badmintoncuların Fiziksel Profillerinin İncelenmesi

1Mehmet Fatih Yüksel

¹Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, Konya

Giriş ve Amaç: Düzenli yapılan fiziksel aktivite ve spor engellilerin içinde bulundukları olumsuzlukları gidermede etkin bir araç olarak kabul edilmektedir (1). Bu araştırma, bedensel engelli kadın badmintoncuların fiziksel özelliklerini belirlemek ve badminton sporunun bedensel engelli kadınların fiziksel özellikleri üzerine etkilerini incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir.

Yöntem: Araştırmaya bedensel engelli badmintoncular (n=20, antrenman yaş ort; 4.24) ve bedensel engellilerden oluşan kontrol grubu (n=23) olmak üzere toplam 43 kadın gönüllü olarak katılmıştır. Bedensel engelli kadın badmintoncular Uluslararası Bedensel Engelliler Badminton Federasyonu tarafından belirlenen engel sınıflaması gereğince SL-3, SL-4, SU-5 (ayakta oynayanlar, n=11) ve WH-1, WH-2 (tekerlekli sandalye ile oynayanlar, n=9) olmak üzere iki gruptan oluşturulmuştur. Kontrol gruplarında ise inaktif yaşam tarzındaki bedensel engelli bireyler (ayakta, n=13 ve tekerlekli sandalye, n=10) çalışmaya dahil edilmiştir. Katılımcıların fiziksel özelliklerini tespit etmek amacıyla; boy uzunluğu, vücut ağırlığı, BKİ, üst ekstremité uzunluğu, kol uzunluğu, ön kol uzunluğu, el uzunluğu, kol çevresi, ön kol çevresi, esneklik, denge, modifiye mekik, modifiye abdominal dayanıklılık, el kavrama kuvveti, reaksiyon zamanı ve modifiye şınav testleri yapılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 21.0 programı kullanılmış ve gruplar arası farklar Mann-Whitney U testi ile belirlenmiştir. Anlamlılık seviyesi $p<0.05$ alınmıştır.

Bulgular: Çalışma sonucunda ayakta oynayan kadın engelli badmintoncuların vücut ağırlığı, BKİ, denge, modifiye mekik, el kavrama kuvveti, reaksiyon ve modifiye şınav parametrelerinde, tekerlekli sandalye badmintoncuların ise vücut ağırlığı, BKİ, esneklik, modifiye mekik, modifiye abdominal dayanıklılık ve reaksiyon zamanı parametrelerinde kontrol gruplarına göre anlamlı farklılıklar belirlenmiştir ($p<0.05$).

Sonuç: Sonuç olarak, badminton sporunun bedensel engelli kadınların fiziksel özelliklerini geliştirdiği tespit edilmiştir. Ayrıca bazı fiziksel yetilerden yoksun olan engelli bireylerin fiziksel uygunluk düzeylerinin yükseltilmesi ve hayat şartlarına adaptasyon sürecinde badminton sporunun olumlu katkılarının olabileceği söylenebilir.

Kaynaklar:

1- Lewis, C. L., Fragala-Pinkham, M. A. (2005). Effects of aerobic conditioning and strength training on a child with Down syndrome: a case study. *Pediatr Phys Ther.* Spring, 17(1): 30-6.

Examination Of The Physical Profile Of Physically Disabled Women Badminton Players

Introduction and Objective: Regular physical activity and sports are considered as effective factor for eliminating the disadvantages of disabled (1). This research was conducted to determine physical characteristics of physically disabled women badminton players and to examine the effects of badminton sport on the physical characteristics of physically disabled women.

Method: A total of 43 women including physically disabled badminton players (n = 20, training age average: 4.24) and control group consisting of physically disabled (n = 23) participated voluntarily to the research. In accordance with the obstacle classification determined by the BWF Para-Badminton Federation, physically disabled female badminton players were composed of two groups including SL-3, SL-4, SU-5 (standing, n = 11) and WH-1, WH-2 (wheelchair, n = 9). In control groups, disabled persons with inactive lifestyle (standing, n = 13 and wheelchair, n = 10) were included in the study. In order to identify the physical characteristics of the participants; height, weight, BMI, upper extremity length, arm length, forearm length, hand length, arm circumference, forearm circumference, flexibility, balance, modified sit- ups, modified abdominal endurance, hand grip strength, reaction time and modified push-up tests were made.

Findings: Significant differences were determined according to control groups in the parameters of body weight, BMI, balance, modified sit- ups, hand grip strength, reaction and modified push-up parameters of female disabled badminton players playing standing and in the parameters of body weight, BMI, flexibility, modified sit-ups, modified abdominal endurance, and reaction time of wheelchair badminton players ($p < 0.05$).

Conclusion: As a result, it is determined that badminton sports improve the physical properties of physically disabled women. In addition, it can be said that badminton sport can have a positive contribution in the process of raising the physical fitness levels of persons with disabilities who are deprived of some physical capacity and adaptation to life conditions.

PB638

Oyun Temelli Egzersizlerin Spastik Serebral Palsili Çocukların Denge Becerilerine Etkisini İncelemek

¹Zeynep Turan, ¹Bekir Güçlü, ¹Duygu Deniz, ¹Müge Çolakoğlu Özer

¹Üsküdar Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, İstanbul

Email : zeynepturankresi@gmail.com, bekir.guclu@uskudar.edu.tr, duygu.deniz@uskudar.edu.tr, muge.colakogluozer@uskudar.edu.tr

Giriş Ve Amaç Serebral palsy (beyin felci) doğumdan önce, doğum esnasında ve doğumdan sonra immatür beyin değişik nedenlerle etkilenmesi, oksijensiz kalması sonucu ortaya çıkan kalıcı, ilerleyici olmayan bir bozukluk olarak tanımlanmaktadır. Kas tonusu, postür bozukluğu, hareketlerle yetersizlik ile karakterize olan klinik tabloyu duyu, iletişim, algı, davranış bozuklukları ve nöbetler eşlik etmiştir. Serebral palsy tipleri: 1. Spastik 2. Diskinetik 3. Ataksik 4. Hipotonik Serebral palsyde %70 oranında spastik tipi görülüyor. 0 – 6 yaş spastik serebral palsili çocuklarda uygulayacağımız denge egzersizlerinin amacı beden eğitimi, postür eğitimi ve hareketlerdeki fonksiyonelliği ön plana çıkarmaktır. Bu egzersizler şunlardır: 1.Ekmek tahtası egzersizi 2.Tek adım üzerinde durma 3.Trampen egzersizi kaydırağa tırmanma egzersizi 5.Denge tahtası egzersizi

Yöntem Bu çalışma, aktif olarak çalışan 10 fizyoterapistin spastik serebral palsili çocuklar ile yaptıkları denge egzersizleri görüşme tekniği kullanılarak oluşturulmuştur. Ayrıca çeşitli kaynaklar taranıp spastik serebral palsy de denge eğitiminde en çok kullanılan egzersizler tespit edilmiştir.

Bulgular Alanında tecrübeli 10 fizyoterapist " 0 - 6 yaş spastik serebral palsili çocuklar ile denge eğitimi üzerine hangi egzersizlerden yararlanıyorsunuz? " sorusu soruldu. Verilen yanıtlar incelendiğinde fizyoterapistlerin % 90' ı 0 - 6 yaş çocuklara denge egzersizleri çalışırken oyun temelli ve çocuğun gelişimi göz önüne alınarak ekmek tahtası egzersizi, tek adım üzerinde durma egzersizi, trampen egzersizi, kaydırağa tırmanma egzersizi ve denge tahtası egzersizinden faydalandıkları görülmüştür.

Sonuç Fizyoterapist görüşleri sonucunda çocuklarda oyun temelli denge egzersizlerine yer verildiğinde çocukların eğlenerek bu egzersizleri uyguladıkları görülmüştür. Çocuklara denge egzersizleri uygulanırken sembolik oyunlara ve çeşitli oyuncaklara yer verilmiştir. Yapılan kaynak taramasında denge egzersizleri için kullanılan egzersizler ile fizyoterapistlerin uygulamasının farklı olmadığı saptanmıştır.

Kaynak Galluhu, D.L., Ozmun, J.C., Goodway, J.D. (2014) Motor Gelişimi Anlamak. Bebekler - Çocuklar - Ergenler - Yetişkinler. Dilara Sevimay Özer, Abdurrahman Aktop (Çev.Ed.). Ankara: Nobel

Investigation Of The Effect Of Game Based Exercises On The Balance Skills Of The Children With Spastic Cerebral Palsy

Introduction And Purpose Cerebral palsy (cerebral palsy) is defined as a permanent, non-progressive disorder in which the immature brain is affected by various causes before, during and after birth, resulting in the absence of oxygen. Muscle tone, posture disturbance, inability to move, and the clinical picture which is characterized by sensation, communication, perception, behavioral disorders and

seizures. Cerebral palsy types: 1. Spastic 2. Dyskinetic 3. Ataxic 4. Hypotonic The spastic type is seen in 70% of the cerebral palsy. 0 - 6 years old children with spastic cerebral palsy are aiming at balancing physical exercise, posture training and functional functioning in motion. These exercises are: 1. Exercise exercise 2. Standing on one step 3. Trampen exercise climbing exercise Exercise 5th

Method This study was conducted by using 10 balance therapy exercises with 10 physiotherapists working with children with spastic cerebral palsy. In addition, various sources were scanned and spastic cerebral palsy exercises most commonly used in equilibrium training were determined.

Results 10 physiotherapists experienced in the field " 0-6 years with children with spastic cerebral palsy and balance exercises on which exercises do you benefit from? " question was asked. When the answers were examined, 90% of the physiotherapists were seen to benefit from exercises such as bread martial exercise, one-stop exercise, trampoline exercise, climbing exercise and equilibrium exercise, taking play-based and child development while balancing exercises for 0-6 year olds.

Result As a result of the physiotherapist's opinions, when the game-based balance exercises were given to the children, it was seen that the children had fun and practiced these exercises. Symbolic games and various toys were included in the children's equilibrium exercises. It has been determined that the exercises used for equilibrium exercises and the physiotherapists' practice are not different from each other. SOURCE Gallahue, D. L., Ozmun, J. C., Goodway, J. D. (2014) Understanding Motor Development. Dolls - Children - Adolescents - Adults. Dilara Sevimay Özer, Abdurrahman Aktop (Çev.Ed.). Ankara: Nobel

PB684

Zihinsel Engelli Çocukların Fiziksel Aktivite Yapma Durumlarına Göre Ebeveynlerinin Stres Düzeyleri

¹Büşra Altıntaş, ¹Özgür Mülazımoğlu Ballı, ¹Atalay Derer

¹Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

Email : , ozgurmb@gmail.com, dereratalay@gmail.com

Araştırmanın amacı zihinsel engelli çocukların fiziksel aktivite yapma durumlarına göre ebeveynlerinin stres düzeyleri arasında fark olup olmadığının belirlenmesidir. Araştırmaya Denizli ilindeki özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde eğitimlerine devam eden 152 zihinsel engelli çocuk ve ebeveynleri dahil edilmiştir. Çalışmaya, 24 hafif, 38 orta ve 14 ağır engel durumunda olmak üzere toplam 76 düzenli olarak fiziksel aktivite yapan ve 14 hafif, 33 orta ve 26 ağır engel durumunda olmak üzere toplam 76 herhangi bir fiziksel aktivite yapmayan katılımcı dâhil edilmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak Cohen vd. (1983) tarafından geliştirilen ve Yerlikaya ve İnanc (2007) tarafından Türkçeye uyarlanan beşli likert tipi 10 maddelik "Algılanan Stres Ölçeği" kullanılmıştır. Katılımcıların ebeveynleri ile yüz yüze görüşülerek ölçeklerin uygulanması sağlanmıştır. Ebeveynlerin stres düzeyleri arasında fark olup olmadığının belirlenmesi amacıyla bağımsız gruplarda t testi analiz tekniği uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda ebeveynlerin stres düzeyleri arasındaki farkın istatistiki açıdan anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($t=-5.04$, $p<0.05$). Çocukları fiziksel aktivite yapan ebeveynlerin ($=16.15$), çocukları fiziksel aktivite yapmayanlara göre ($=20.47$) daha düşük stres düzeyine sahip oldukları tespit edilmiştir. Sonuç olarak, bu örneklem grubu için zihinsel engelli çocuklarda fiziksel aktiviteye katılımın ebeveynlerin stres düzeyleri açısından etkili olduğu saptanmıştır.

Stress Levels Of Parents in Mentally Disabled Children According To Their Physical Activity Participation

The purpose of the study was to determine the stress level differences of parents according to their physical activity status of mentally retarded children. 152 children with mental disorders who continue to special education and rehabilitation center at Denizli participated to study. 76 of whom were doing physical activity and 76 were not. 24 mild, 38 middle and 14 heavy totally 76 doing physical activity and 14 mild, 33 middle and 26 heavy totally 76 don't doing physical activity mentally disabled children participated to study. The perceived stress scale that developed by Cohen et al.(1983) and adapted to Turkish by Yerlikaya and İnanc (2007) was used for data collection. Data collected by interview with participants parents face to face. T test analyze technique used for determining to difference of parents' stress level. According to analyze results there was a significant difference between parents stress level statistically ($t=-5.04$, $p<0.05$). Parents whose children participating physical activity have lower stress level ($=16.15$) than whose did not ($=20.47$). As a result, it was determined that participation in physical activity in mentally retarded children was effective in terms of stress levels of parents in this sample group.

Tekerlekli Sandalye Basketbol Sporcularında Üst Ekstremité Kas Kuvveti ve Sportif Performans Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Pilot Çalışma

¹Çağlar Soyly, ¹Necmiye ÜN Yıldırım, ¹Bihter Akinoğlu, ²Tuğba Kocahan

¹Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, Etlik Yerleşkesi, Ankara

²Gençlik Ve Spor Bakanlığı, Spor Genel Müdürlüğü, Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı, Eryaman, Ankara

Email : fztcağlar5187@gmail.com, necmiyeu@yahoo.com, rgkardelen@yahoo.com, kocahantu@gmail.com

Giriş ve Amaç: TS basketbol sporcularının performansını etkileyen temel faktörlerden birinin üst ekstremité kas kuvveti olduğu belirtilmektedir. Aynı zamanda üst ekstremitéde omuz internal ve eksternal (IR/ER) rotatörleri arasındaki kas kuvvet dengesi sporcuların yaralanmaya olan yatkınlıklarını belirlemek açısından önemli bir parametredir. Bu nedenle çalışmanın amacı TS basketbol sporcularında omuz IR/ER rotasyon izokinetik kas kuvveti, kavrama kuvveti ve sportif performans arasındaki ilişkiyi araştırmaktır.

Yöntem: Çalışmamıza; 19-45 yaş aralığında, 9 erkek ve 1 kadın toplam 10 elit TS basketbol sporcusu dâhil edildi. Sporcuların omuz IR/ER kas kuvveti ISOMED 2000® izokinetik cihazı ile, kavrama kuvveti Jamar® el dinamometresi ile değerlendirildi. Sportif performansları ise "20 m Sprint test", "Slalom Test" ve "Zone Shot" testleri ile değerlendirildi. Sporcuların omuz IR/ER kas kuvveti, kavrama kuvveti ve sportif performansları arasındaki ilişki Spearman Korelasyon analizi ile incelendi.

Bulgular: TS basketbol sporcularında omuz IR/ER izokinetik kas kuvveti, kavrama kuvveti ve sportif performans değerleri arasında 60°/sn. ve 180°/sn. açışal hızlarda her iki tarafta istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmadı(p>0,05).

Sonuç ve Tartışma: Çalışmamızın sonuçları TS basketbol sporcularında sportif performansın omuz IR/ER kas kuvveti ve kavrama kuvvetinden etkilenmediğini göstermektedir. Ancak literatürde IR ve ER arasındaki dengenin kişinin yaralanmaya yatkınlığını etkilediği ve kavrama kuvvetinin TS basketbol sporu yapan bireylerde sportif performansı etkilediğini gösteren çalışmalar mevcuttur. Bu nedenle birey sayısı artırılarak çalışmanın tekrarlanması gerektiğini düşünmekteyiz.

Anahtar Kelimeler: İzokinetik, Kas kuvveti, Omuz, Kavrama, Tekerlekli Sandalye, Basketbol, Sportif Performans

Determination Of The Relationship Between Muscle Strength And Sports Performance in Upper Extremity in Wheelchair Basketball Athletes: Pilot Study

Introduction and Purpose: It is stated that one of the main factors affecting WC basketball athletes performance is upper extremity muscle strength. At the same time, muscle strength balance between shoulder internal and external (IR / ER) rotators in the upper extremity is an important parameter in determining the susceptibility of athletes to injury. For this reason, the aim of the study is to investigate the relationship between shoulder IR / ER rotation isokinetic muscle strength, grip strength and sporty performance in WC basketball athletes.

Methods: The study included 10 (9 males, 1 female) elite WC basketball athletes aged between 19-45. The shoulder IR / ER muscle strength of the athletes was assessed with the ISOMED 2000® isokinetic device and the grip strength with the Jamar® hand dynamometer. The sports performances were evaluated with "20 m Sprint test", "Slalom Test" and "Zone Shot" tests. The relationship between shoulder IR / ER muscle strength, grip strength and sports performances of the athletes was examined by Spearman correlation analysis.

Results: There was no statistically significant correlation between shoulder IR / ER isokinetic muscle strength, grip strength and sports performance values at 60 ° / s and 180 ° / s angular velocity in WC basketball athletes on both sides ($p > 0,05$).

Conclusion and Discussion: The results of our study show that sports performance in WC basketball athletes is not affected by shoulder IR / ER muscle strength and grip strength. However, there are studies in the literature that show that the balance between IR and ER affects the person's susceptibility to injury and that grip strength affects sports performance in WC basketball players. For this reason, we think that the number of individuals should be increased and the study should be repeated.

Keywords: Isokinetic, Muscle strength, Shoulder, Grip, Wheelchair, Basketball, Sports Performance

Türkiye' deki Görme Engelliler Okullarındaki Spor Yapan ve Yapmayan Görme Engelli Öğrencilerin Bazı Fizyolojik ve Motorik Özelliklerinin Karşılaştırılması

¹Ahmet Kurtoglu, ¹Nurettin Konar

¹İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : aakurtoglu@hotmail.com, nk@nurettinkonar.com

Türkiye' deki Görme Engelliler Okullarındaki Spor Yapan ve Yapmayan Görme Engelli Öğrencilerin Bazı Fizyolojik ve Motorik Özelliklerinin Karşılaştırılması Amaç: Bu çalışmanın amacı Türkiye'deki görme engelliler okullarındaki spor yapan ve spor yapmayan görme engelli ortaöğretim (5.- 8. Sınıflar) öğrencilerinin bazı fizyolojik ve motorik özelliklerinin karşılaştırılmasıdır. Materyal ve Metot: Araştırmaya Türkiye'deki bazı görme engelliler okullarında öğrenim gören düzenli olarak spor yapan 98 (72 erkek, 26 kız) görme engelli öğrenci ile düzenli olarak spor yapmayan 189 (110 erkek, 79 kız) görme engelli öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada katılımcıların cinsiyet, yaş, boy uzunluğu, vücut ağırlığı, Beden Kitle İndeksi, çevre ölçümleri, flamingo denge testi, esneklik, durarak uzun atlama, mekik, bükülü kolla asılma, 5x10 mekik koşusu, pençe kuvveti, dikey sıçrama, karın kuvveti, sırt kuvveti, kalça fleksiyon kuvveti, kalça ekstansiyon kuvveti, bacak fleksiyon kuvveti, bacak ekstansiyon kuvveti, kol fleksiyon kuvveti ve kol ekstansiyon kuvveti gibi motorik özelliklerin ölçümleri yapıldı. Bulgular: Araştırmada spor yapan görme engelli öğrencilerle spor yapmayan görme engelli öğrenciler arasında yaş, boy uzunluğu, pençe kuvveti, dikey sıçrama, denge testi, esneklik, uzun atlama, mekik, bükülü kolla asılma, 5x10 mekik koşusu, karın kuvveti, sırt kuvveti, kalça fleksiyon kuvveti, kalça ekstansiyon kuvveti, bacak fleksiyon kuvveti, bacak ekstansiyon kuvveti, kol fleksiyon kuvveti ve kol ekstansiyon kuvveti bakımından anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). Vücut ağırlığı, Beden Kitle İndeksi ve çevre ölçümleri bakımından ise anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0.05$). Sonuç: Araştırmamızdaki testlerin sonuçlarına bakıldığında, spor yapan görme engelli öğrencilerin spor yapmayan görme engelli öğrencilere göre daha iyi performans düzeyinde oldukları gözlenmiştir. Görme engelli öğrencilerin beden eğitimi derslerinin yanında hareketlilik-oyun ve sportif etkinliklerin içerisinde bulunmaları ya da ders müfredat programlarında daha çok hareketlilik-oyun ve sportif etkinliklere yer verilmesi önerilmektedir. Anahtar Kelimeler: Görme Engelli, Fizyolojik Özellik, Motorik Özellik, Engelliler Spor

The Comparison of the Physiological and Motoric Measures of Blind Students Who Do Sport and don't Do, in Visually Impaired Schools of Turkey

The Comparison of the Physiological and Motoric Measures of Blind Students Who Do Sport and don't Do, in Visually Impaired Schools of Turkey Aim: The aim of this study is to compare some of the physiological and motoric Measures of students with visual disabilities in the blind and low vision secondary school students (5.- 8. Grades) who do sports and do not play sports. Material and Method: 98 (72 male, 26 female) visually impaired students who regularly play sports and 189 (110 male, 79 female) visually impaired students who do not regularly play sports participated in the research voluntarily. In the study, participants' sex, age, height, body weight, Body Mass Index, environmental measurements, flamingo balance test, flexibility, long jump, twisted arm hanging, 5x10 shuttle run, paw force, vertical jump, abdominal strength, Back strength, hip flexion strength, hip extension strength, leg flexion strength, leg extension strength, arm flexion strength and arm extension strength were measured.

Results: In research, there was a significant difference between visual impairment students who did sport and did not sport in age, height, paw force, vertical jump, balance test, flexibility, long jump, shuttle, twisted arm hanging, 10x5 shuttle run, abdominal strength, back strength, hip flexion force, hip extension strength, leg flexion strength, leg extension strength, arm flexion strength and arm extension force ($p < 0.05$). There was no significant difference in body weight, Body Mass Index and environmental measures ($p > 0.05$).
Conclusion: Based on the results of the tests in our study, it was observed that the students with visual impairments who performed sports had better performance than those who did sports with visual impairments. It is suggested that visually impaired students should be involved in mobility-play and sports activities besides physical education lessons, or more mobility-games and sports activities should be included in course curriculum programs.

Keywords: Visually Impaired, Physiological

SUNULMADI

OSB (Otizm Spektrum Bozukluğu) Tanılı Bireyle Yapılan Eşli Dans Çalışmalarına Yönelik Öğretim Yöntemleri

¹Gizem Yorgancıoğlu, ¹Belgin Gökyürek

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : yorgancioglugizem@gmail.com, inanb@gazi.edu.tr

Giriş: Otizm Spektrum Bozukluk; insanlarla ilişki kurma güçlüğü, ekolali, zamirlerin tersten söylenmesi, tekrarlayıcı ve amaçsız davranışlar, değişime direnç gibi belirtilerden söz edilerek, bu durum infantil otizm (infantile autism) şeklinde adlandırılmıştır (Kanner, L., 1943). Otizmin üç yaşından önce başladığı ve ömür boyu sürdüğü bilinmektedir. Sosyal iletişimde kişiyi engellemekte, hatta sosyal etkileşime zarar verebilmektedir. Sınırlı ve tekrarlanan sözcükler ve davranışlar gösteren, kişinin bilişsel fonksiyonlarının gelişmesini engelleyen bir rahatsızlıktır. Otizmin beynin birçok kısmını etkilediği bilinmekle beraber, bu etkinin nasıl olduğu henüz tam olarak anlaşılamamıştır.

Otizm tanısı olan bireyler özel eğitime ihtiyaç duyarlar ve onların eğitimlerinde özel öğretim yöntemleri kullanmak gerekir.

Amaç: Çalışmanın amacı; otizm tanılı bireye, çeşitli öğretim yöntemlerini kullanarak, eşli dans edebilmeyi öğretmektir.

Yöntem: OSB tanılı birey ile eşli dans çalışmaları, iki yıl boyunca haftada iki (bazen üç) gün, günde iki saat devam etmiştir ve hala devam etmektedir.

Birey OSB tanılı ve çalışma süreci iki yıl öncesine dayandığı için, gözlem formları kullanılmıştır. Eşli dans çalışmaları için; fiziksel çevreyi uyarılma ve davranış problemleri ile baş etme, görsel desteklerden yararlanma, doğal öğretim süreci, şaşırtıcı beklenmedik durumlar yaratma, talep etmeye-model olmaya dayalı anlatım (Diken,İ.H.,2017,Bacanlı,H. Ve ark.2012,Alkan,C.,Kurt,M.2014)gibi öğretim yöntemleri kullanılmıştır.

Bulgular: Gözlem formlarında lökomotor hareketlerin öğrenilmesi, müzik eşliğinde hareket etmek, müzik eşliğinde dans etmek, dansı yönetebilmek gibi kazanımlar takip edilmiş, bunların olumlu yönde arttığı görülmüştür.

Sonuç: Birey hareket bağlantılarının yapılabilmesi, dans ederken aktif olma ve dansı yönetebilme, özelliklerini kazanmıştır. Sonuç olarak OSB tanılı birey tango, salsa, bachata yapabilmektedir. Dans festivali, mezuniyet töreni, Özel Olimpiyat Bölge Oyunları gibi etkinliklerde dans çalışmalarını sunmuştur. Çalışmalarına vals'le devam etmektedir.

Anahtar Kelimeler: Otizm, Eşli dans, Müzik, Öğretim yöntemleri

Teaching Methods Oriented Pair Dance Exercises That Is Performed with Individual with ASD (Autism Spectrum Disorder)

Introduction: According to Leo Kanner, in autism spectrum disorder, it has been referred symptoms such as difficulty of communicating with people, echolalia, saying pronouns reversely, repetitive and aimless behaviors, resistance to change and this is

called as infantile autism (Kanner, 1943). It is known that autism begins before 3 years old and continues lifelong. Autism can prevent individual from communication, even damage social interaction. It is a disorder showing limited and repetitive words and behaviors, blocking to develop cognitive functions of individual. Although it is known that autism affects a lot of parts of brain, how this effect occurs still couldn't be understood. Individuals with autism need the special education and it must be used special teaching methods in their education.

Intent: The aim of this research is to teach pair dance by using the special teaching methods to individual with autism.

Method: Pair dance exercises with individual with ASD have gone on twice (sometimes three times) a week for two years and are still going on. Observation forms were used because individual is with autism and exercise process started two years ago. Teaching methods such as adapting physical environment and coping with behavior problems, benefiting from visual supports, natural teaching process, creating surprising and unexpected situations, expression based demandin and being a model (Diken, İ.H., 2017, Bacanlı, H. et. all, 2012, Alkan, C., Kurt, M., 2014) were used.

Results: It has been followed learning outcomes such as learning leukemotor movements, moving accompanied with music, dancing accompanied with music, directing dance and seen that these increased positively.

Conclusion: Individual gained characteristics such as contacting between movements during dance, being active in dance and directing dance. As conclusion, individual with ASD can do tango, salsa and bachata. He demonstrated in activities such as dance festival, graduation ceremony, Special Olympics Regional Games. He is going on waltz.

Keywords: Autism, Pair dance, Music, Teaching methods

Ortopedik Engelli Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılım Engelleri

¹Yeliz İlgar, ¹Özden Tepeköylü Öztürk, ²Hasan Hüseyin Başar

¹Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

²Denizli

Email : yilgar@pau.edu.tr, otepekoylu@pau.edu.tr, hhasar@gmail.com

Amaç: Fiziksel aktivite tüm insanlar için psikolojik, fizyolojik ve sosyal açıdan önemli rol oynarken engelli bireylerde bunun önemi daha da artmaktadır. Engelli bireylerin fiziksel aktivite yapmaları konusunda mevcut durumun ve sorunlarının tespit edilmesi konuyla yönelik düzenlemeler yapılması ve projeler üretilmesi için ilgili kurum ve kuruluşlara veri sağlamaktadır. Bu nedenle araştırmanın amacı ortopedik engelli bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarının önündeki engelleri belirlemektir.

Materyal ve Yöntem: Araştırmada nitel araştırma yöntemleri kullanılmıştır. Çalışmaya 8 ortopedik engelli yetişkin birey katılmıştır. Veri toplama aracı Esatbeyoğlu ve Karahan'ın (2014) çalışmasından yararlanılarak araştırmacılar tarafından yarı yapılandırılmış bir form şeklinde oluşturulmuştur. Veriler çalışma grubundaki kişilerle yüzyüze görüşme yapılarak toplanmıştır. Konuşmalar bir kayıt cihazı kullanılarak kaydedilmiştir. Analiz sürecinde sırasıyla kodlama, temaların bulunması, kodların ve temaların düzenlenmesi, bulguların tanımlanması ve yorumlanması işlemleri izlenerek içerik analizi uygulanmıştır.

Bulgular: Ortopedik engelli bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarının önündeki engellere ilişkin araştırma verilerinin değerlendirilmesi sonucunda çevresel ve bireysel etkenler ana temaları ortaya çıkmıştır. "Çevresel etkenler" ana teması altında sosyal etkenler (arkadaş, aile ve refakatçi) ve fiziki etkenler (ulaşım ve tesis ve materyal) alt temaları ortaya çıkmıştır. Bu çalışmada çevresel etkenler açısından, sosyal etkenler (aile, arkadaş gibi yakınların destekleri ya da kısıtlayıcı tavırları toplumun acıyıcı ya da aşağılayıcı tavırları, refakatçi bulamama...) ve fiziki etkenler (ulaşım olanaklarının sınırlaması, tesis ve materyallerin uygunsuzluğu ve yetersizliği vb.) ortopedik engelli bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını etkileyen etkenler olarak ortaya çıkmıştır. "Bireysel etkenler" ana teması altında engel durumu (ağrı, acı...) ve psikolojik etkenler (gücünü toparlayamama, umutsuzluk...) alt temaları ortaya çıkmıştır.

Tartışma: Çevresel etkenler ana teması altında ortaya çıkan sosyal etkenler (arkadaş, aile ve refakatçi) ve fiziki etkenler (ulaşım ve tesis ve materyal) alt temaları ile alan yazında benzerlik göstermiştir. Bireysel etkenler ana teması altında engel durumu ve psikolojik etkenler alt temaları alan yazında bazı çalışmalarla benzerlik gösterirken, bazılarıyla farklılıklar göstermiştir.

Obstacles For The Orthopedically Disabled Individuals For Being Involved in The Physical Activity

Purpose: While physical activity plays an important role in psychological, physiological and social aspects for all people, it is even more important for the disabled individuals. Data is provided to the relevant organizations for the determination of the current situation and problems regarding the subject, to prepare projects and regulations. Therefore, the purpose of this study is to determine the obstacles for the orthopedically disabled individuals in participation to the physical activities.

Material and Method: Qualitative research methods were used in the research, in which 8 orthopedically disabled adults participated. The data collection tool was created as a semi-structured form, using the study of Esatbeyoğlu and Karahan (2014). The data were collected through face-to-face interviews, which were recorded. Content analysis was performed in the order of coding, finding the themes, arranging codes and themes, identifying and interpreting the findings.

Findings: As the result of the evaluation, the main themes of environmental and individual factors were identified. Under "environmental factors", the sub-themes of social factors (support or restrictive attitudes of family and friends, compassionate or humiliating attitudes of the community, not being able to find companionship, etc.) and physical factors (limited transportation, inadequacy of facilities and materials, etc.); and under "individual factors", the sub-themes of the status of disability (pain, suffering, etc.) and psychological factors (inability to concentrate, despair, etc.) emerged.

Discussion: The sub-themes of the social factors and physical factors emerged under the main theme of environmental factors were similar to those of the literature. The sub-themes of the status of disability and psychological factors under the main theme of individual factors showed similarities only with certain studies in literature.

Otizm Farkındalığında Sanal Gerçeklik

1Çağrı Ari, 1Beyza Merve Akgül

1Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara

Email : cagri.ari1989@gmail.com , beyzakgulgazi@gmail.com

Giriş; Dünya genelinde otizm tanı oranlarına baktığımızda, 1994'ten 2003'e kadar 6 kat bir artışın olduğu tahmin edilmektedir. Bu oranın gün geçtikçe artacağı düşünülmektedir (Howard, Williams ve Lepper, 2011). Ülkemizde otizmin yaygınlığına yönelik detaylı bir çalışma olmamasına rağmen, bizdeki oranın 100'de bir olduğu tahmin edilmektedir (Aydın ve Kınacı, 2016). Otizmin yaygınlığının artması aynı zamanda farkındalığı da arttırmıştır. Otizm temalı filmlerin sıklıkla çekilmesi, otizme dair kitapların basılması ve internetin hayatımıza girmesiyle beraber otizm ile ilgili bilgi ve paylaşımların sayısındaki artışın sonucu olarak otizm daha bilinir bir hale gelmeye başlamıştır (Kroncke, Willard ve Huckabee, 2016: 9).

Bu araştırmanın amacı, bireylerde otizm farkındalığı yaratmada sanal gerçeklik deneyiminin etkisinin olup olmadığını belirlemektir. Bu araştırma nitel bir çalışmadır. Çalışma kapsamında nitel araştırma desenlerinden içerik analizi kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini, Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi bünyesinde açılan, "Pedagojik Formasyon Eğitimi Sertifika Programı"na kayıtlı öğrenciler oluştururken, örneklemini ise, beden eğitimi öğretmenliği alanında formasyon eğitimi alan 5 erkek 3 kadın olmak üzere toplamda 8 öğrenci oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak, yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Çalışmada bireylere otizm deneyimini yaşatmak için The National Autistic Society (Ulusal Otizm Derneği) tarafından hazırlanan "Autism TMI Virtual Reality Experience" isimli eğitici sanal gerçeklik uygulaması ve Everest marka sanal gerçeklik gözlüğü kullanılmıştır.

Sonuç; Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre, çalışma kapsamında gerçekleştirilen sanal gerçeklik deneyiminin bireylerde otizm farkındalığı yaratmada etkili olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Otizm, Sanal Gerçeklik, Farkındalık

Virtual Reality in Autism Awareness

Introduction; When we look at the rates of autism diagnoses around the world, it is estimated that there is a 6-fold increase from 1994 to 2003. This rate is expected to increase day by day (Howard, Williams ve Lepper, 2011). Although there is no comprehensive study of the prevalence of autism in our country, it is estimated that the ratio in our country is one in 100 (Aydın ve Kınacı, 2016). The increase in the prevalence of autism also increased awareness. As a result of the frequent withdrawal of autism-based films, the publication of books on autism and the introduction of the internet into our lives, autism has become more and more known as a result of the increase in the number of information and sharing (Kroncke, Willard and Huckabee, 2016).

The purpose of this study is to determine whether individuals are influenced by the virtual reality experience in creating autism awareness. This research is a qualitative study. In the study, content analysis method was used from qualitative research designs. This study's population constitutes the students who are registered in the "Pedagogical Formation Education Certificate Program" which is opened in the Gazi University Faculty of Education and the sample consists of 8 students including 5 male and 3 female students who

received training in physical education teaching. As data collection tool, semi-structured interview form was used. In the study, "Autism TMI Virtual Reality Experience" educational virtual reality application prepared by The National Autistic Society and Everest brand virtual reality glasses were used to give autistic experience to individuals.

Conclusion; According to the results obtained from the research, it was determined that the virtual reality experience in the study was effective in creating autism awareness in the individuals.

Keywords: Autism, Virtual Reality, Awareness

Down Sendromlu Ve Hafif Düzeyde Zihinsel Engelli Olan Bireylerde İnce Motor Beceriler

¹**Ekrem Akbuğa, ¹Gül Çavuşoğlu, ²Samet Hasan Abacı, ¹Mehmet Yalçın Taşmektepligil**

¹Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun

²Ondokuz Mayıs Üniversitesi Ziraat Fakültesi, Samsun

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı Down Sendromlu (DS) ve Hafif Düzeyde Zihinsel Engelli (HDZE) bireylerin ince motor beceri düzeylerini karşılaştırmaktır. Çalışmaya Samsun'da özel eğitim merkezlerine devam eden ve ortalama yaşları 22,5 olan 7 DS ve 10 HDZE birey dâhil edilmiştir.

Yöntem: İnce motor becerileri değerlendirmek için Jebsen-Taylor El Fonksiyon Testi (JTEFT) kullanılmıştır. İstatistiksel analizler SPSS 21 versiyonu ile değerlendirilmiştir. Verilerin normallik varsayımı Shapiro- wilk testi ile sağlanmış ve normal dağılım gösteren ($p>0,05$) verilerin değerlendirilmesinde; ikili karşılaştırmalarda t testi, gruplar arasındaki bağımlılığın test edilmesinde Ki- kare analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Cinsiyet ve alt testler arasındaki karşılaştırmada “cümle yazma” alt testinde her iki el becerisinde kadınlar lehine anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Tanı grupları ile alt testlerin karşılaştırmasında “cümle yazma” ve “dama pulları”nda her iki el becerisinde, “kart çevirme” ve “beslenme simülasyonu”nda ise yalnızca dominant el becerisinde HDZE bireyler lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Yaş ve dominant el değişkenleri yönünden anlamlı farklılığa rastlanmamıştır ($p>0,05$).

Sonuç: Bulgular doğrultusunda HDZE bireylerdeki ince motor becerilerinin bazı işlevlerinde daha iyi sonuçlar elde edilmiştir. “Cümle yazma” alt testinde sonucun kadınlar lehine çıkması, DS bireylerin hepsinin erkeklerden oluşması ve kadın katılımcıların zihinsel seviyelerinin daha iyi olmasından kaynaklanabilir. Gruplar arasındaki farklılık, DS bireylerin zihinsel engellerinin yanında ellerinin yapısal farklılığından (kısa ve tombul parmaklar) kaynaklanabilir. Dolayısıyla DS bireylerin skorlarının HDZE bireylere göre düşük olması beklenen sonuçtur. Diğer yandan, performansın yaş ve dominant el değişkenine göre farklılık göstermediği anlaşılmıştır. Yaş değişkenine göre fark çıkmaması, rehabilite süresinin değişkenliği ve türündeki farklılıkla birlikte zihinsel etkilimin farklı seviyelerde olmasıyla açıklanabilir. Ayrıca teste nondominant elle başlanması bireylerin testi özenli ama daha yavaş yapmalarına, dominant elle yapmaları ise hızın artmasına fakat daha çok hata yaparak süreyi uzatmalarına neden olmuştur. Bu sonuç her iki elin performans süresi arasında anlamlı farkın çıkmamasının sebebi olarak gösterilebilir.

Anahtar Kelimeler: Down, İnce Motor, Zihinsel

Fine Motor Skills in Individuals With Down Syndrome And Mild Mental Retardation

Introduction and Purpose: The study was conducted to compare fine motor skills of individuals with Down Syndrome (DS) and mild mental retardation (MMR). 7 individuals with DS and 10 individuals with MMR attending special education centers in Samsun with an average age of 22,5 were included.

Method: Jebsen-Taylor Hand Function Test (JTHFT) assessed fine motor skills. Statistical analyses were assessed with SPSS 21. Normality assumption of the data was tested with Shapiro- Wilk test and in the assessment of data normally distributed ($p > 0,05$), t test was used for paired comparisons, while Chi-square analysis was used to test dependency between groups.

Results: Differences were found in favor of women in both hands in “sentence writing” subtest ($p < 0,05$). Significant differences were also found in favor of individuals with MMR in both hands in “sentence writing” and “stacking checkers” subtests and in the dominant hand in “card turning” and “stimulated feeding” subtests ($p < 0,05$). No significant differences were found in terms of age and dominant hand ($p > 0,05$). Conclusion: Results in favor of women can be because all individuals with DS were men and women’s mental levels were better. Difference between groups can be due to structural differences (short and fat fingers) in individuals with DS besides mental retardation. Performance did not differ in terms of age and dominant hand. The result that no differences were found in terms of age can be explained with variations and differences in the period and type of rehabilitation and different levels of mental activation. In addition, starting the test with nondominant hand caused individuals to answer more carefully but slower, while answering with dominant hand caused them to get faster but to prolong the time by making more mistakes. This result can be the reason why there were no significant differences between the performance times of both hands.

Görme Engelliler Futbolunda (B1) Reaksiyon Süresi ve Dengenin Sportif Performansa Etkisinin Araştırılması

¹Harun Büyükyıldırım, ²Nurettin Konar

¹İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Malatya

²İnönü Üniversitesi Engellilerde Egzersiz Ve Spor Bölümü, Malatya

Email : harunbuyukyildirim@hotmail.com, nk@nurettinkonar.com

Görme Engelliler Futbolunda (B1) Reaksiyon Süresi ve Dengenin Sportif Performansa Etkisinin Araştırılması

Amaç: Bu araştırma Türkiye Görme Engelliler Spor Federasyonu Turkcell B1 Sesi Görenler Futbol Liginde katılan takımların reaksiyon süreleri ve denge (Flamingo) ölçümlerinin sportif performansa etkisinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır.

Materyal ve Metot: Araştırmaya Türkiye Görme Engelliler Spor Federasyonu 2016 yılı Turkcell B1 Sesi Görenler Futbol Liginde mücadele eden 8 takımdan 46 görme engelli futbolcu katılmıştır. Katılımcıların reaksiyon süresi ve denge ölçümleri alınarak araştırma tamamlanmıştır. Araştırmamızda görme engelli futbolcuların yaş, boy, vücut ağırlığı, spor yaşı, Beden Kitle İndeksi değerleri alındı.

Bulgular: Görme Engelli B1 Futbol Liginde mücadele eden takımların sağ ayak reaksiyon sürelerinin ortalaması 34.46 ± 5.71 salise, sol ayak reaksiyon sürelerinin ortalaması 35.61 ± 5.71 salise, denge (Flamingo) ölçümlerinin ortalaması 3.09 ± 8.09 hata, spor yaşlarının ortalaması 10.02 ± 5.04 yıl, Beden Kitle İndeksi ortalaması 24.30 ± 2.67 olarak bulunmuştur.

Sonuç: Sonuç olarak araştırmaya katılan görme engelli futbol takımlarının sağ ve sol ayak reaksiyon süreleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Denge, yaş, boy, vücut ağırlıkları, spor yaşı ve BKİ değerlerinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Anahtar Kelimeler: B1 Futbolu, Denge, Görme Engelli, Reaksiyon Süresi

Investigation of the Effect to Sport Performance of Reaction Time and Balance in Visually Impaired Football (B1)

Investigation of the Effect to Sport Performance of Reaction Time and Balance in Visually Impaired Football (B1)

Aim: This research was conducted to determine the effect of teams' reaction times and balance measurements on sportive performance in Turkey Visually Impaired Sports Federation Turkcell B1 Voice-Seeer Football League

Material and method: Investigating Turkey Visually Impaired Sports Federation In 2016, Turkcell B1 has participated in 8 teams of 46 visually impaired football players who have struggled in the Football League. The study was completed by taking reaction time and equilibrium measurements of the participants. Age, height, body weight, sport age, Body Mass Index values of visually impaired soccer players were obtained in our study

Results: The average of the right foot reaction time of the blinded teams in the Blind Football League was 34.46 ± 5.71 split second, the average of left foot reaction times was 35.61 ± 5.71 split second, the average of flamingo was 3.09 ± 8.09 , the average of sports ages was 10.02 ± 5.04 year, the average of Body Mass Index was 24.30 ± 2.67 .

Conclusion: As a result, there was a significant difference between right and left foot reaction times of visually impaired soccer teams participating in the research. There was no significant difference in balance, age, height, body weights, sport age and BMI values.

Keywords : B1 Football, Balance, Vision-Impaired, Reaction Time

SUNULMADI

SPOR YÖNETİMİ SPORT MANAGEMENT

Spor Yönetimi-Sport Management

Türkiye'deki Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlerinin Farklı Liderlik Tarzlarının İncelenmesi

²Süleyman Şahin, ³Sevim Güllü, ³Bilge Donuk, ¹Canan Bastık

¹Bursa Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü

²Bursa Gençlik Hizmetleri Ve İl Spor Müdürlüğü

³İstanbul Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü

Email : ssahin16@gmail.com, sevim.gullu@istanbul.edu.tr, bilgedonuk@hotmail.com, canan_bastik@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, yöneticilerin paternalistik, transformasyonel, işlemsel ve liberal liderlik tarzlarından hangisine sahip olduklarını belirlemektir.

Gereç ve Yöntem: Çalışmaya, Gençlik ve Spor Bakanlığı'na bağlı olarak görev yapan 63 Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürü katılım göstermiştir. Mevcut çalışmada "Liderlik Tarzları Ölçeği" Derya (2010) ile araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde; betimsel istatistik, bağımsız iki grup için t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Verilerin normallik varsayımını sağlayıp sağlamadığına ise, çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılarak karar verilmiştir.

Tartışma ve Sonuç: Mevcut araştırmaya dâhil olan il müdürlerinden elde edilen veriler analize tabi tutulmuş ve farklı liderlik tarzlarından aldıkları puanlar Paternalist liderlik (Çarpıklık= -,642 ve Basıklık= ,339), Transformasyonel liderlik (Çarpıklık= -1,073 ve Basıklık= 1,501), İşlemsel liderlik (Çarpıklık= -,484 ve Basıklık= -,160) ve Liberal liderlik (Çarpıklık= ,254 ve Basıklık= ,055) şeklindedir. Çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) katsayıları incelendiğinde ise katılımcılardan toplanan verilerin normal bir dağılıma sahip olduğu görülmektedir. Gençlik Hizmetleri ve İl Spor Müdürlerinin günlük çalışma süresi, öğrenim durumu (önlisans, yüksek lisans ve lisans), kıdem süresi ve yaş değişkenine göre liderlik tarzları incelendiğinde; manidar bir fark tespit edilememiştir ($p < 0,05$). Kıdem süresi değişkeni incelendiğinde ise; paternalist liderlik ($f=,392$; $p=,677 > 0,05$), transformasyonel liderlik ($f=,983$; $p=,380 > 0,05$), işlemsel liderlik ($f=2,419$; $p=,098 > 0,05$) tarzları bakımından herhangi bir anlamlı farklılık tespit edilemezken, liberal liderlik ($f=3,200$; $p=,048 < 0,05$) tarzında ise 1-8 yıl çalışma süresine sahip il müdürleri lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Sonuç olarak il müdürlerinin bağlı bulundukları kurumlardaki çalışma süreleri değişkeninde liberal liderlik (serbest, serbesiyetçi) tarzında 1- 8 yıl görev yapan liderler lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu farklılıkta, il müdürlerinin bağlı bulundukları kurumlarda görev süresinin daha az olması etkilidir diyebiliriz. Öğrenim durumu değişkeninin, il müdürlerinin liderlik tarzlarında etkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda, farklı öğrenim düzeyinde yer alan il müdürlerinin benzer liderlik eğilimi gösterdiği söylenebilir. Yaş değişkeninin de il müdürlerinin liderlik tarzlarını etkilemediği sonucuna ulaşılmaktadır.

Anahtar Sözcükler: Liderlik tarzları (Transformasyonel, paternalistik,

An Investigation Of Different Leadership Styles Of Youth Services And Sports Provincial Directors in Turkey

The aim of this study is to investigate directors' leadership styles in relation to paternalistic, transformational, operational or liberal leadership styles. The participants of the study were 63 Youth Services and Sports Provincial Directors in Turkey. Measures in this study included the Leadership Styles Scale (Derya, 2010) and a personal information form developed by the researchers.

The data was analyzed with descriptive statistics, t-test for independent groups and one-way variance analysis (ANOVA). Whether the data displayed normality distribution was checked with skewness and kurtosis values. A data analysis produced the following scores in relation to the different leadership styles: Paternalist leadership (Skewness= -.642 and Kurtosis= .339), Transformational leadership (Skewness= -1.073 and Kurtosis= 1.501), Operational leadership (Skewness= -.484 and Kurtosis= -.160) and Liberal leadership (Skewness= .254 and Kurtosis= .055). Following the review of skewness and kurtosis coefficients, it was found out that the data displayed a normal distribution. Statistically significant differences were not found among the provincial directors in terms of daily working hours, educational status (associate, bachelor and master degree), seniority and age variables ($p < 0.05$). However, regarding the seniority variable, no significant difference was found in paternalist leadership ($f = .392$; $p = .677 > 0.05$), transformational leadership ($f = .983$; $p = .380 > 0.05$) and operational leadership ($f = 2.419$; $p = .098 > 0.05$) styles; however, significant differences were seen among the participants who possessed 1-8 years of service in the liberal leadership style ($f = 3.200$; $p = .048 < 0.05$). In conclusion, significant differences were found in liberal leadership style among the participants who had 1-8 years of service, which resulted from that the duty term of provincial directors being generally short. It was found that educational status was not influential on leadership styles of the participant directors. In this sense, it can be understood that even though directors might have different degrees, they still might demonstrate similar leadership styles. Also, age was not seen to be effective on

Liderlik Tarzları İle Astlarını Etkileme Taktikleri Arasındaki İlişki: Gençlik Merkezi Müdürleri Üzerinde Bir Araştırma

²Sevim Güllü, ²Bilge Donuk, ³Süleyman Şahin, ¹Canan Bastık

¹Bursa Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü

²İstanbul Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü

³Bursa Gençlik Hizmetleri Ve İl Spor Müdürlüğü

Email : sevim.gullu@istanbul.edu.tr, bilgedonuk@hotmail.com, ssahin16@hotmail.com, canan_bastik@hotmail.com

Giriş ve Amaç Araştırmanın amacı; Bursa Gençlik ve Spor İl Müdürlüğüne bağlı olarak görev yapan gençlik merkezi müdürlerinin liderlik tarzları ile astları etkileme taktikleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. GEREÇ VE

Yöntem Araştırmanın çalışma grubunu; Gençlik ve Spor Bakanlığı'na bağlı olarak değişik illerde görev yapan 10'u kadın, 98'i erkek olmak üzere toplam 108 Gençlik Merkezi Müdürü oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak; "Liderlik Tarzları Ölçeği" ile "Yöneticilerin Astları Etkileme Taktikleri Ölçeği" (Derya, 2000) ile araştırmacılar tarafından oluşturulan "kişisel bilgi formu" kullanılmıştır. Ölçek puan dağılımına bakıldığında ölçek ve alt boyutlarının normal dağılıma sahip olduğu görülmektedir. Veriler; istatistiki yöntemler, t-testi, ANOVA ve Pearson Correlation yöntemleri kullanılarak analiz edilmiştir. Bu nedenle verilere parametrik testlerin yapılması uygun görülmüştür. Anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir.

Tartışma ve Sonuç Araştırma sonucunda; t testi sonucu cinsiyet ve medeni durum değişkenleri açısından kadın ve erkek bireyler ile bekâr ve evli bireyler arasında liderlik tarzları ve astları etkileme noktasında herhangi bir farklılık tespit edilememiştir ($p < 0,05$). ANOVA testi sonucu, farklı çalışma yılına sahip bireyler arasında anlamlı farklılığın çıkmadığını göstermiştir ($p < 0,05$). Yani, bireylerin çalışma yılları, liderlik tarzları üzerinde etkili olmamıştır. Korelasyon analizi sonucuna bakıldığında; liderlik tarzları ile astları etkileme arasında orta düzeyde pozitif yönde ilişki ($r = 0,551; p < 0,05$), bulunmuştur. Yani, orta düzeyde de olsa liderlik düzeyi arttıkça astları etkileme düzeyi de artmaktadır. Transformasyonel liderlik ile astları etkileme arasında orta düzeyde pozitif yönde ilişki ($r = 0,465; p < 0,05$); işlemsel liderlik ile astları etkileme arasında düşük düzeyde pozitif yönde ilişki ($r = 0,270; p < 0,05$); paternalistik liderlik ile astları etkileme arasında düşük düzeyde pozitif yönde ilişki ($r = 0,284; p < 0,05$); liberal liderlik ile astları etkileme arasında orta düzeyde pozitif yönde ilişki ($r = 0,381; p < 0,05$); bulunmuştur. Sonuç olarak, farklı liderlik tarzına sahip her bir Gençlik Merkezi Müdürünün aynı zamanda astlarını etkileme taktikleri kullanma eğilimine de sahip olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Liderlik tarzları, astları etkileme taktikleri, Gençlik Merkezi Müdürleri

The Relationships Between Leadership Styles And Tactics To Impress The Subordinate: A Study On Youth Center Directors

The aim of this study is to examine the relationships between leadership styles and tactics that adopted to impress the subordinate for the directors at Bursa Youth and Sports Provincial Directorate. The study sample consisted of 108 Youth Center Directors (10 women and 98 men) who work in Youth and Sports Ministry in Turkey.

Measures used in this study include the 'Leadership Styles Scale', 'The Inventory of Directors' Tactics to Impress the Subordinate' (Derya, 2000) and a personal information form designed by the researcher. The scores related to both scales and sub-scales were revealed to display a normal distribution. The data was analyzed with statistical methods, t-test, ANOVA and Pearson Correlation methods, as appropriate for the data. The significance value was set to $p < 0.05$. The study results showed no significant differences in leadership styles and tactics to impress the subordinate in terms of gender and marital status ($p < 0.05$). The ANOVA analysis also revealed no statistically significant difference among the participants in terms of length of service ($p < 0.05$). In other words, length of service had no impact on leadership styles. The correlation analysis revealed a moderate positive relationship between leadership styles and tactics to impress the subordinate ($r = 0.551$; $p < 0.05$). That is, although it was a moderate relationship, the extent of impressing the subordinate increased as the leadership style increased. There was a moderate positive relationship between transformation leadership style and impressing the subordinate ($r = 0.465$; $p < 0.05$), a weak positive relationship between operational leadership and impressing the subordinate ($r = 0.270$; $p < 0.05$), a weak positive relationship between paternalistic leadership and impressing the subordinate ($r = 0.284$; $p < 0.05$), and a moderate positive relationship between liberal leadership and impressing the subordinate ($r = 0.381$; $p < 0.05$). In conclusion, it can be inferred that Youth Center Directors who possessed different leadership styles were also inclined to make use of tactics

Futbol Hakemlerinin Algılanan Stres, Stresle Başa Çıkma Yolları ve Karar Verme Biçimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Burcu Güvendi, ¹Ataman Tükenmez, ²Erkan Aykurt, ¹Mehmet Hocaoglu, ¹Selçuk Bora Çavuşoğlu

¹İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

²Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : burcuguvendi@gmail.com, atamantukenmez@gmail.com, erkan.aykurt@hotmail.com, mehmet_hocaoglu@hotmail.com.tr, boracavusoglu@gmail.com

Giriş Ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, birtakım bağımsız değişkenler doğrultusunda futbol hakemlerinin algılanan stres, stresle başa çıkma yolları ve karar verme biçimlerinin incelenerek bunlar arasındaki ilişkinin belirlenmesidir.

Yöntem: Farklı bölgelerde yerel, ulusal ve üst sınıflara katılan 100 erkek hakem (" $X^{\text{̄}}$ " age" = $28,70 \pm 2,97$) araştırmaya dahil edilmiştir. Veri toplama aracı olarak 'Algılanan Stres Ölçeği', 'Stresle Başa Çıkma Yolları Ölçeği' ve 'Melbourne Karar Verme Anketi' kullanılmıştır. Elde edilen veriler, betimsel istatistikler, t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), Tukey çoklu karşılaştırma testi ve Pearson korelasyon testi ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Korelasyon analizine göre, algılanan stres ve panik karar verme ile algılanan stres ve kaçınmacı karar verme arasında anlamlı düşük düzeyde olumsuz korelasyon bulunmuştur. Ayrıca, panik karar verme ve stresle başa çıkmada uysallık stratejisi ile panik karar verme ve stresle baş çıkmada kendine güvensizlik stratejisi arasında da anlamlı düşük düzeyde pozitif korelasyon bulunmuştur. Hakemlerin kaçınmacı karar verme ve sıkıntı durumunda algıladıkları stresin yaşa göre belirgin olarak farklılaştığı ($p < 0,05$) görüldü. Hakemlerin algıladıkları stresin, stresle başa çıkma yollarının ve karar verme biçimlerinin hakemlik tecrübelerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği ($p > 0,05$) ortaya çıktı. Hakemlik sınıfına göre benlik saygısı, kendine güvensizlik stratejisi ve uysallık stratejisi açısından anlamlı farklar görüldü.

Sonuç Ve Kaynaklar: Hakemlerin algılanan stresleri arttıkça, daha az panik ve kaçınmacı karar verme biçimlerini kullandıkları ve panik kararlar veren hakemlerin daha çok kendine güvensizlik ve uysallık stratejilerini kullandıkları gözlemlendi. Algılanan stresin yüksek olduğu durumlara karşı karşıya kalan hakemlerin, karar verme sorumluluğunu üstlenme ve acele karar vermek yerine daha dikkatli bir şekilde karar verme eğiliminde oldukları söylenebilir.

Investigation Of Relationship Between Perceived Stress, Strategies Of Coping With Stress And Decision Making Styles Of Football Referees

Objective: The aim of this study was to investigate perceived stress, coping with stress and decision making styles of football referees according to some independent variables, and to determine the relationship between them.

Methods: Taking part local, national and senior classes 100 male referees ($=28.70 \pm 2.97$) from different regions participated the research. Data collection tools were 'Perceived Stress Scale', 'Scale of the Ways to Cope with Stress' and 'Melbourne Decision

Making Questionnaire'. Descriptive statistics, t test, one way analysis of variance (ANOVA), Tukey's multiple comparison and Pearson correlation tests were used in analysis obtained datas.

Results: According to correlation analysis there were significant negative correlation at the low level between perceived stress and panic decision making, and perceived stress and avoidant decision making. Also significant positive correlation at the low level were found between panic decision making and submissive strategy of coping with stress, and panic decision making and self-unconfident strategy of coping with stress. Avoidant decision making and inconvenience perceived stress of the referees differed significantly by age ($p < 0.05$). Perceived stress, coping with stress and decision making styles of the referees did not differ significantly according to refereeing experience ($p > 0.05$). Significant differences were seen in self-respect, self-unconfident strategy and submissive strategy according to refereeing class.

Conclusions: The referees used the less panic and avoidant decision making styles as their perceived stress increased and also referees who makes panic decision used more self-unconfident strategy and submissive strategy were observed. The referees prone to undertake the responsibility for the decisions and to make decisions more carefully instead of making hasty decisions the face of events in the environment that perceived stress is high can be said.

SUNULMADI

Spor Federasyonları Çalışanlarının Bireysel Yenilikçilik Profilleri

¹Tuba Fatma Karadağ, ²Fatih Yenel

¹Ardahan Üniversitesi, Besyo, Ardahan

²Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : tfkaradag@gmail.com,

Giriş ve Amaç: Küresel anlamda sosyal yapılar içerisindeki hemen her sektörün ürettiği hizmet veya ürünlerini daha iyi pazarlamak ve daha fazla insana ulaştırmak adına zaman içerisinde hizmet anlayışında ve ürettiği ürünlerde bir takım yenilikleri, değişimleri yapma zorunluluğu söz konusudur. Bu çalışmada Türkiye’de sportif anlamda hizmetlerin önemli bir ayağını oluşturan spor federasyonları çalışanlarının “bireysel yenilikçilik” profilleri demografik değişkenler de dikkate alınarak incelenmiştir.

Yöntem: Araştırma konusu ile ilgili veriler, Türkiye’deki 57 spor federasyonunun çalışanlarından 309’ nun gönüllü katılımı ile elde edilmiştir. Federasyon çalışanlarının “Değişime direnç, fikir önderliği, deneyime açıklık ve risk alma” alt boyutlarından oluşan “bireysel yenilikçilik” yetenekleri ile bazı demografik özelliklerin bu yetenek üzerindeki etkileri istatistik paket programı aracılığı ile belirlenmiştir.

Bulgular: Spor federasyonları çalışanlarının bireysel yenilikçilik ile ilgili tutumlarından aldığı puan itibari ile "sorgulayıcı" kategoride oldukları ve çalışanların % 1,6' sının "gelenekçi", % 5,8' nin ise "yenilikçi" kategoride bulundukları tespit edilmiştir. Spor federasyonları çalışanlarının bireysel yenilikçilik profilleri medeni durum, aylık gelir düzeyi ve öğrenim durumları değişkenlerinden anlamlı düzeyde etkilenirken ($p<0,05$), cinsiyet, yaş, istihdam edilme şekli, idari sorumluluk ve kurumdaki çalışma süresi değişkenlerinden ise etkilenmediği tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Sonuç: Spor federasyonlarının hizmet kalitesini çağın gerektirdiği hızda, doğru ve de etkili bir şekilde muhataplarına (halka, amatör ve profesyonel sporculara, ulusal ve uluslararası organizasyonlara, antrenör ve hakemlere...) ulaştırmak, kurumsal açıdan bir performans ölçütüdür. Bu anlamda federasyonların öncelikle kendi bünyelerindeki insan kaynaklarını stratejik bir yaklaşımla tedarik etmelerinin gerekliliği öne çıkmaktadır. Örgütsel organizasyonun aynı yaklaşımla benzer yetenekleri aynı birimde bir araya getirerek hizmet amacına odaklı proje ve iş üretmeye yönlendirmesi, örgütün yenilikçilik ile ilgili yönünü güçlendirecek ve hizmet verimini yükseltecektir.

Kaynaklar Rogers, E. M. (2003). “Diffusion of Innovations 5th ed.” New York: The Free Press.

Vanessa, R. (2016). Sport innovation management: towards a research agenda. Innovation: Management, Policy & Practice, 18(3), 238- 250.

Individual Innovativeness Profiles Of The Sports Federations Employees

Introduction and Purpose: In global terms, nearly every sector within the social structures must make some innovations and changes in their sense of service and the products manufactured in time with the purpose of marketing their services or products better and reaching them to more people. In this study, “individual innovativeness” profiles of the employees of sports federations constituting an important part of the athletic services in Turkey have been analyzed by considering the demographic variables.

Method: Data on the subject of the research were obtained with the participation of 309 volunteers working in 57 sports federations in Turkey. Federation personnel's "individual innovativeness" skills composed of the sub-dimensions of "Resistance to change, idea leadership, open to experience and taking risk" and the effects of some demographic characteristics on this skill have been analyzed with the statistics package program.

Findings: Following the scores of the sports federations' employees obtained from their attitudes related to individual innovativeness, it has been concluded that they are in the "interrogator" category, 1,6 % of the employees are "traditionalist" and 5,8 % of them are "innovative". While the individual innovativeness profiles of the sports federations personnel are significantly affected from the variables of marital status, monthly income level and educational background ($p < 0.05$), they aren't affected from the variables of sex, age, type of employment, administrative responsibility and term of employment in the institution ($p > 0.05$).

Conclusion: Reaching the quality of service belonging to the sports federations to the addressees (to community, amateur and professional athletes, national and international organizations, trainers and referees...) correctly, effectively and swiftly as required by the age is a corporate performance criterion. In this regard, it becomes clear that the federations must first supply their human resources with a strategic approach.

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Personelinin Mobbing Algı Düzeylerinin İncelenmesi

¹Elif Aydın, ¹Sefa Şahan Birol, ²Atilla Pulur

¹Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Karaman

²Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : ustunelif77@gmail.com, sahanbirol@hotmail.co.uk, pulur@gazi.edu.tr

Mobbing insanların imajını, meslek ahlakını ve yeterliliğini küçültücü davranışları içermektedir. Bu nedenle mobbing ile mücadelede örgütlerin yapacağı en önemli unsur farkındalığın artırılmasıdır. Bu doğrultuda Beden Eğitimi Spor Yüksekokulunda görev yapan akademik ve idari personelin iş yaşamlarında maruz kalabilecekleri olumsuz davranışlara karşı mobbing algı düzeylerini belirlemek çalışmamızın amacını oluşturmaktadır. Çalışmada case study (olay inceleme) yöntemi, veri toplamada ise; uzman alan notları ve yapılandırılmış görüşme yöntemi kullanılmıştır. Çalışmaya 2 idari personel, 2 akademik personel, 2 idareci konumunda olmak üzere toplam 6 (4 erkek, 2 kadın) kişi katılmıştır. Verilerin analizinde tematik içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre; mobbing kavramı, mobbing boyutu, mobbing rolleri, mobbingcinin etkileşimi, mobbingin nedenleri, mobbingin etkileri, mobbing ile başa çıkma yolları olarak toplam 7 tema ortaya çıkmıştır. Bulgular neticesinde mobbingin nedeninin mobbingcilerden kaynaklandığı, daha çok erkeklerin mobbing yaptığı ve daha ziyade mobbingin psikolojik etkisinin hissedildiği görüşünün baskın olduğu görülmüştür. İdareci konumundaki personelin üstten alta doğru mobbingin yapılmadığını ifade etmeleri tespit edilen bir diğer bulgudur. Sonuç olarak çalışmaya katılan personelin mobbing algı düzeylerinin düşük, mobbinge başa çıkma konusunda ise kısmen bilgi sahibi oldukları söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Mobbing, Personel, Beden Eğitimi ve Spor

Investigation Of Mobbing Perception Level Of Physical Education And Sports High School' Staff

Mobbing includes insulting behaviors which damage people's image, work ethic and their professional competences. Hence, the most important issue that organization must do is to raise awareness about mobbing. The purpose of this study was to examine mobbing perception level of academic and administrative staff working in school of physical education and sport in case they could be exposed to mobbing. Case study was used for methodological approach. To collect data, researcher's field notes and structured interview were used. Participants of this study were 2 administrative staff, 2 academic staff and 2 administrators, totally 6 people (4 male and 2 female). Collected data were analyzed with using thematic content analysis. According to analyses, 7 themes which were mobbing concept, mobbing dimension, mobbing roles, interaction of mobbing person, reason of mobbing, effects of mobbing and struggle with mobbing were emerged. Results showed that mobbing stems from mobbing person and men are more prone to make mobbing. Results also indicated that psychological impact of mobbing is felt by participants. Administrator stated that mobbing was not exposed from upper level staff to lower level staff. As a conclusion, participants' mobbing perception level is low and they have a little knowledge about how to struggle with mobbing.

Keywords: Mobbing, Staff, Physical Education and Sport

Spor Yöneticilerinin Hizmetkâr Liderlik Davranışlarının Araştırılması

¹Betül Altınok, ²Arslan Kalkavan

¹Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Kütahya

²Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Rize

Email : betul.altinok@dpu.edu.tr, arslan.kalkavan@erdogan.edu.tr

Bu çalışmanın amacı; spor yöneticilerinin hizmetkâr liderlik anlayışlarının araştırılmasıdır. Bu amaçla Türkiye'de Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi veren Spor Bilimleri Fakülteleri, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında ve Bölümlerinde, Dekan, Yüksekokul Müdürü ve Bölüm Başkanı görevinde bulunan Spor Yöneticilerinin (N=69) Hizmetkâr Liderlik davranışları bu kurumlarda görev yapan akademisyenlere (N=1185) uygulanan anketler yoluyla araştırılmıştır. Türkiye'deki Beden Eğitimi ve Spor eğitimi veren Fakülte, Yüksekokul ve Bölümlerde çalışan akademisyenlere Hizmetkâr Liderlik Anketi e-mail yoluyla gönderilmiştir. Geri dönüş alınan ve eksiksiz olarak ölçeği dolduran 406 akademisyen değerlendirilmeye alındı.

Çalışmada Spor Yöneticilerin Hizmetkâr Liderlik davranışlarının araştırılması için Barbuto ve Wheeler tarafından (2006) yılında geliştirilen ve geçerlilik güvenirlik çalışması yapılmış olan "Hizmetkâr Liderlik Anketi" uygulandı. Ölçek Türkçeye çevrilerek geçerlilik ve güvenirlik testi yapıldı. Hizmetkâr Liderlik Anketinin ölçeği modelinin doğrulanmasının ardından elde edilen verilere cinsiyet, görev unvanı, görev süresi, bölüm ve değerlendirilen yöneticiye bağlı olarak normal dağılıma sahip olup olmadığının değerlendirilmesi amacıyla Shapiro Wilk normallik testi uygulandı. Uygulanan normallik testleri sonucu verilerin normal bir dağılıma sahip olmadığı (nonparametrik) görüldü. Sonra Spor Yöneticilerinin cinsiyete bağlı olarak hizmetkâr liderlik puanları arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığını belirlemek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Mann Whitney-U testi ve görev unvanı, görev süresi, bölüm ve değerlendirilen yöneticiye bağlı olarak bir fark olup olmadığını belirlemek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Kruskal Wallis Testi uygulandı.

Test sonuçları spor yöneticilerinin cinsiyete bağlı olarak; Fedakârlık ($p>0.05$), Duygusal Destek ($p>0.05$), Bilgelik ($p>0.05$), İkna Edici Yol Gösterme ($p>0.05$) ve Örgütsel Hizmet Etme ($p>0.05$) alt boyutları arasında önemli bir fark olmadığını gösterdi. Çalışma sonucunda görev durumuna, görev süresi, bölümler ve değerlendirilen yöneticiye göre de spor yöneticilerinin Fedakârlık ($p>0.05$), Duygusal Destek ($p>0.05$), Bilgelik ($p>0.05$), İkna Edici Yol Gösterme ($p>0.05$) ve Örgütsel Hizmet Etme ($p>0.05$) alt boyutları arasındaki farkın önemli olmadığı görüldü.

Araştırma sonuçlarının ışığında kullanılan anketin objektif olduğu ve değerlendirilen yöneticilerin hizmetkâr liderlik davranışlarını gözler önüne serdiği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Liderlik, Hizmetkâr Liderlik, Spor Yöneticileri

Researching Servant Leadership Behaviors Of Sport Managers

The aim of this study researching servant leadership behaviors of sport managers. For this purpose, Servant Leadership behaviors of Sport Managers (N=69) working as Dean, School Principal and Head of Department in Sport Sciences Faculties, Physical Education and Sport Schools and Departments educating Physical Education and Sport investigated via questionnaires applied to academicians

(N=1185) working in these institutions. Servant Leadership Questionnaire sent via e-mail to all Academicians working in Physical Education and Sport educating Faculties. 406 survey which are responded and accurately completed by Academicians were evaluated.

In this study, "Servant Leadership Questionnaire" developed and conducted validity and reliability analysis by Barbuto and Wheeler (2006) used to investigate sport managers' servant leadership behaviors. Scale translated into Turkish then validity and reliability analysis were conducted. After measurement model of servant leadership questionnaire verified, normality test, Mann Whitney-U test applied at $\alpha=0.05$ value for determining whether there is a difference between servant leadership scores according to gender and Kruskal Wallis Test applied at $\alpha=0.05$ value for determining whether there is a difference between servant leadership scores according to job title, profession time, department and evaluated manager.

Test results showed that there weren't differences between Altruistic Calling ($p>0.05$), Emotional Healing ($p>0.05$), Wisdom ($p>0.05$), Persuasive Mapping ($p>0.05$) and ($p>0.05$), Organizational Stewardship sub dimensions according to gender. Test results showed that there weren't differences between Altruistic Calling ($p>0.05$), Emotional Healing ($p>0.05$), Wisdom ($p>0.05$), Persuasive Mapping ($p>0.05$) and ($p>0.05$), Organizational Stewardship sub dimensions according to job title, profession time, department and evaluated manager.

In the light of study results we think that applied survey is objective and unfurls evaluated managers' servant leadership behaviors. Empirical and practical contribution of this study is to test sport managers servant leadership behaviors in Turkey for the very first time.

Keywords: Leadership, Servant Leadership, Sport Managers, Sport Management.

PB330

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Spor Sponsorluğu Hakkındaki Görüşlerin İncelenmesi

¹Seda Nur TURHAL, ¹Erkut Tutkun

¹Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi / Bursa

Email : sedaturhal0@gmail.com, sedaturhal0@gmail.com, erkuttutkun@gmail.com

Amaç: Bu araştırmanın amacı spor bilimleri alanında eğitim alan üniversite öğrencilerinin spor sponsorluğu hakkındaki görüşlerinin incelenmesidir. Yöntem: Çalışma, Karadeniz Teknik Üniversitesinde spor bilimlerinde öğrenim gören 201 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmacı tarafında geliştirilen kişisel bilgi formu ile birlikte Gül ve İnan (2011)'in spor sponsorluğu hakkındaki görüşlerin değerlendirilmesi anketi kullanılmıştır. Elde edilen veriler, cinsiyet, sınıf, bölüm, lisanslı olarak spor yapma ve haftalık olarak medyadan sporu takip etme değişkenlerine bağlı olarak Kolmogorov-Smirnov normallik testi, ardından Mann-Whitney U t-testi ve Kruskal Wallis testi uygulandı. Veriler 0.05 anlamlılık düzeyinde değerlendirildi.

Bulgular: Katılımcıların, cinsiyet, lisanslı spor yapma, sınıf, haftalık medyadan sporu takip etme değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanamazken ($p>0.05$), bölüm değişkenine göre fark saptanmıştır ($\chi^2=6.61$, $p<0.05$).

Sonuç: Antrenörlük eğitimi ve spor yöneticiliği öğrencilerinin, spor sponsorluğunun değerlendirilmesi ölçeğinden, beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerine göre anlamlı olarak daha yüksek puan aldıkları saptanmıştır.

Investigation of Sports Science Field of Education of the University Students' Perspectives on Sports Sponsorship

The aim of the this research is investigation of sports science field of education of the university Students' Perspectives on Sports Sponsorship. The sample group of the study consisted of 201 students from the sport science department at Karadeniz Technical University. A personal information form developed by the researcher and a sports sponsorship evaluation questionnaire developed by Gül and İnan, 2011 were used as data collection tools in the study. Kolmogorov-smirnov normality test, Then Mann-Whitney U t-test and Kruskal Wallis test was applied at the level of significance of $\alpha = 0.05$ Test results statistically showed that the opinions about sports sponsorship were no meaningless according to the variables of gender as a licensed sporting class and weekly medial follow up sports. Test results showed that there was a statistically significant difference only with the departmental variable ($\chi^2=6.61$, $p<0.05$). According to this result, it was seen that students in the department of coaching education and sports management had significantly higher scores on the evaluation of sports sponsorship than the department of physical education and sports teaching.

Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Öğrencilerinin Sosyal Girişimcilik Eğilimlerinin İncelenmesi

²Yeliz Şirin, ³Fatma Pervin Bilir, ¹Günseli Öz

¹Kipaş Eğitim Kurumları, Kahramanmaraş

²Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Kahramanmaraş

³Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Adana

Email : yelizsirin75@gmail.com, fatmapervinbilir@gmail.com, ozgunseli@yahoo.com

Bu araştırmanın amacı beden eğitimi ve spor yüksek okulunda okuyan öğrencilerin sosyal girişimcilik eğilimlerini ve alt boyutların demografik değişkenlere göre nasıl şekillendiğini belirlemektir. Kahramanmaraş sütçü imam üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksek okulunda okuyan 230 öğrenciden veri toplanmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Konaklı ve Göğüş (2013) tarafından geliştirilen “Sosyal girişimcilik ölçeği” ve öğrencilerin demografik özelliklerini belirlemek amacıyla “Kişisel bilgi formu” kullanılmıştır. Araştırma bulgularına göre beden eğitimi öğretmenliği ve antrenörlük bölümünde okuyan öğrencilerin yüksek düzeyde sosyal girişimcilik düzeyine sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öğrencilerin sosyal girişimcilik düzeylerinin bazı demografik değişkenlere göre nasıl şekillendiğini belirlemek için T-testi ve Anova analizi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre öğrencilerin sosyal girişimcilik eğilimi alt boyutları ile cinsiyet, yaş, okudukları bölüm, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu değişkenleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p < .05$). Sosyal girişimcilik alt boyutları ile okudukları sınıf değişkeni arasında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır ($p > .05$).

Anahtar Kelimeler; Girişimcilik, Sosyal Girişimcilik, Beden Eğitimi ve Spor

Studying The Tendency Of The Social Entrepreneurship Of The Physical Education Department And Sport High School Students

The aim of this study is to determine the tendency of the social entrepreneurship of the Physical Education Department and Sport High School students and how the sub dimensions form according to demographic variables. The data has been collected from 230 students that attend to Students Physical Education Department and Sport High School Kahramanmaraş Sutcu Imam University . As the data collection device for the study “Social Entrepreneurship Scale” reformed by Konaklı and Göğüş (2013) and to determine the demographic characteristics of the students, “Personal information form” have been used. According to the study findings, it is found out that the students of the Physical Education Department and Coach Department students possess high level social enterprise. T-test and the Anovo analysis have been applied to determine how the level of the social entrepreneurship of the students change according to some demographic variables. According to the findings, it is found out that there is significant difference between the sub dimensions of the students’ social entrepreneurship and gender, age, school departments, mother’s educational statues and father’s educational statues. ($p < .05$). It is not found out that there is significant difference between the sub dimensions of social entrepreneurship and grade variables ($p > .05$).

Keywords: social entrepreneurship, entrepreneurship, physical education and sport

PB463

Beden Eğitimi ve Sınıf Öğretmenlerinin İş Doyum Düzeylerinin İncelenmesi (Çorum İli Örneği)

¹Çisem Demirdöken, ¹Gamze Deryahanoğlu, ¹Serkan Demirdöken, ¹Faruk Yamaner, ¹Elif Aybike Ünlü

¹Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum

Email : cisemunlu@hotmail.com, gamze_dryhgl@gmail.com, coachserkan@gmail.com, yamanerf@hotmail.com, eaybikeunlu@gmail.com

amaç: İş görenin yaptığı veya yapacağı işten beklentilerini karşılama düzeyi, işinden ne ölçüde doyum sağladığını göstermektedir. Bu çalışmanın amacı, Çorum ilinde görev yapmakta olan Beden Eğitimi Öğretmenleri ve sınıf öğretmenlerinin iş doyum düzeylerini incelemektir.

Yöntem: Araştırmanın evrenini Çorum ilinde görev yapan tesadüfî örnekleme yöntemiyle seçilmiş 70 beden eğitimi öğretmeni ve 70 sınıf öğretmeni oluşturmaktadır. Araştırma verilerinin toplanmasında anket tekniğinden yararlanılmıştır. Araştırmada uygulanan anket iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde kişisel bilgiler ikinci bölümde ise likert tipindeki 20 sorudan oluşan Baycan (1985) tarafından Türkçe'ye uyarlanarak geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılan "Minnesota İş Doyumu Ölçeği" (Minnesota Satisfaction Questionnaire) yer almaktadır. Tüm istatistiksel hesaplamalarda SPSS 21.0 V. istatistik paket program kullanılmış olup, sonuçlar P<0.05 düzeyinde anlamlı kabul edilmiştir. Değerlerin normal dağılım gösterip göstermediğine Kolmogorov Smirnov testi ile bakılmış ve verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde yüzde, frekans, korelasyon, Anova ve T-testi analizleri kullanılmıştır.

Bulgular: Elde edilen veriler değerlendirildiğinde; öğretmenlerin cinsiyet, çalışma şekli, meslekteki yılı ve medeni hali ile iş doyum düzeyi arasında anlamlı bir farklılık bulunamazken ($p>0.05$), branş ve hanedeki yaşayan sayısı ile iş doyum düzeyleri arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($P<0.05$).

Sonuç: İş doyumunu ile branş ile negatif, hanedeki birey sayısı ve Çorum da çalışma yılı ile pozitif yönde ilişki tespit edilirken, çalışma şekli ve meslekteki yılı ile ilişki tespit edilmemiştir.

Anahtar kelimeler: beden eğitimi, iş doyumunu, öğretmen

Examination of Job Satisfaction Levels of Physical Education And Classroom Teachers (Sample of Çorum)

Abstract Purpose: The level of job satisfaction that the worker has made or will meet, shows how much satisfaction is achieved from his work. The purpose of this study is to examine the job satisfaction levels of the physical education teachers and class teachers who are working in Çorum.

Method: The sample group of the research is composed of 70 physical education teachers and 70 class teachers, living in Çorum City were randomly selected. Survey technique was used to collect research data that consists of two parts. In the first part, personal information is included; in the second part the "Minnesota Satisfaction Questionnaire", which is composed of 20 questions of likert type

and adapted to Turkish by Baycan (1985) and validity and reliability studies are carried out. The obtained data was statistically analyzed by SPSS 21.0 V program and the results were considered significant at $P < 0.05$ level. The Kolmogorov Smirnov test was used to determine whether the values were normal or not and that the data showed normal distribution. Percentage, frequency, correlation, Anova and T-test analyzes were used in the evaluation of the obtained data.

Results: There was a significant difference between number of people living in the house and branch ($P > 0.05$), while there was no significant difference between the sex, type of work, occupational year and marital status and job satisfaction level of the teachers ($P < 0.05$).

Conclusion: The relationship between the job satisfaction and the branch was negative, number of people living in the house and working in the Çorum was positive in relation to the study year. In addition, the relationship between the type of work and the occupational year was not exposed.

Keywords: Physical Education, Job Satisfaction, Teacher

SUNULMADI

Spor Tesisi Çalışanlarının İş Tatmini Düzeylerinin İncelenmesi

¹Erdem Ayyıldız, ²Mustafa Yaşar Şahin

¹Namık Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Tekirdağ

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Bu araştırmanın amacı, farklı sektörlerdeki spor tesisi çalışanlarının, iş tatmini düzeylerinin tespiti, demografik değişkenler açısından karşılaştırılması ve aralarındaki ilişkinin belirlenmesidir. İlişkisel tarama modelinde olan çalışmaya İstanbul Anadolu yakasında, özel spor işletmeleri ile yerel yönetimlere ait spor tesislerinde çalışan 303 kişi katılmıştır. Veri toplama aracı olarak, Spector (1985) tarafından geliştirilen ve Meydan (2010) tarafından Türkçeye uyarlanan İş Tatmini Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma verilerinin değerlendirilmesinde istatistikî yöntem olarak frekans, yüzde dağılımları, İkili gruplar için t-testi, çoklu gruplar için OneWay-ANOVA analizleri ve ilişkiyi belirlemek için Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır. Varyansların homojen olmadığı durumda ise Kruskal Wallis testi hesaplanmıştır. Sonuç olarak araştırmadan elde edilen bulgular demografik değişkenler açısından incelendiğinde iş tatmini ölçeğinde elde edilen puanlara göre evli olan, yönetici pozisyonunda olan ve yerel sektöründe olan katılımcıların daha yüksek olduğu görülmektedir.

Investigation Of Working Satisfaction Levels Of Sporting Plants in The Local And Private Sector

The aim of this research is to determine the job satisfaction levels of sports facility workers in different sectors, to compare them in terms of demographic variables and to determine the relationship between them. 303 people working in sports facilities belonging to local governments participated in the study in the relational screening model near İstanbul Anatolia. The Job Satisfaction Scale developed by Spector (1985) and adapted to Turkish by Meydan (2010) was used as data collection tool. Frequency, percentage distributions, t-test for binary groups, OneWay-ANOVA for multiple groups, and Pearson Correlation analysis for relationship were used as statistical methods in the evaluation of research data. If the variances are not homogeneous, the Kruskal Wallis test is calculated. As a result, when the findings obtained from the research are analyzed in terms of demographic variables, it is seen that the participants who are married, in the managerial position and in the local sector are higher than the scores obtained on the job satisfaction scale.

Spor Yönetimi **Sports Management**

The Infringement Of The Pacta Sunt Servanda Principle, Within The Framework Of The Sports Contract Agreement (Mathusalem And Ariosa Cases)

¹Saimir Shatku

¹Sports University Of Tirana

Email : s_shatku@yahoo.com

Introduction And Aim One of the most delicate aspects concerning Sports Contract, as working or service relationship between athletes and clubs, is the respect of the principle pacta sunt servanda and the regulation of the consequences in case of violation of this principle. One of the issues addressed in this paper is how domestic legislation regulates these cases, and how they are settled by international judicial institutions established for this purpose. The aim of this study is to highlight the importance of having a written contract and the importance of respecting the principle pacta sunt servanda, as in any other contract.

Method In this regard we have analyzed two cases from the world of football in Europe (in Matuzalem case, the violation comes from the athlete and Ariosa case, the violation is committed by the football club), as is the sport with the richest jurisprudence on the matter.

Findings This study's goal is to highlight the international and European legal framework dealing with Sports Contract and to compare how it is regulated in certain countries with eminent sport tradition. In this study we observe that both Europe and the United States are moving toward a global standardization, given that the legal arrangements of the sport work relationship are broadly similar from state to state.

Conclusion To conclude, the specific role and goal of the International Sports Organizations is, among others, the establishment of standards at global level.

Türkiye'de Afro-Amerikalıların Hayatı: Kadın Basketbolcular Üzerine Bir Araştırma

¹Hamza Kaya Beşler, ¹Sabiha Gizem Engin, ¹Veli Onur Çelik

¹Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

Email : hamzakayabesler@gmail.com, s.gizemengin@gmail.com, onurcelik@anadolu.edu.tr

Giriş ve Amaç Farklı kültürlerde bireylerin baktığı şey aynı olsa dahi aslında gördükleri bambaşka şeyler olabilmektedir. Spor bazında bunu düşünecek olduğumuzda farklı ülke veya kültürlerin bulunduğu bir takıma transfer olan bir sporcunun yaşayabileceği sosyal ve spora özgü teknik birçok sorun olabilmektedir. Sporcular yabancı olarak bulundukları kültürlerin içerisinde, yaşadıkları çevreden, sosyal ortamlarına, dil problemlerinden, antrenörleri ile ilişkilerine kadar pek çok konuda sıkıntı çekmektedirler (Weiser, 1999, Eastman; Billings, 2010). Bu bağlamda bu araştırmanın amacı Türkiye Kadınlar Basketbol 1. Lig takımlarında sporcu olarak görev alan Afro-Amerikan kadın basketbol oyuncularının Türkiye'deki yaşantılarını, Türkiye'deki basketbol yapısına ve Türkiye'de geçirdikleri sporculuk yaşamlarına dair görüş ve deneyimlerinin incelenmesidir.

Yöntem Araştırmada daha detaylı ve derin bilgilere ulaşabilme adına, nitel araştırma yöntemi tercih edilmiştir. Türkiye Kadınlar Basketbol 1. Ligi'nde randevu alınan üç kadın sporcu ile derinlemesine bireysel görüşmeler gerçekleştirilmiştir. İngilizce gerçekleştirilen görüşmeler ses kaydına da alınarak, yazılı ortama aktarılmıştır. Yazılı olan görüşmeler, iki araştırmacı tarafından içerik analizi yapılmıştır ve uygun temalar altında kodlanarak yorumlanmıştır.

Bulgular ve Sonuç Elde edilen veriler doğrultusunda, kadın basketbolcuların antrenörleri ile temel basketbol bilgisine yönelik, takım arkadaşları ve Türk toplumu ile iletişime yönelik ve buna benzer sorunlar yaşadığı saptanmıştır. Yaşanan bu olumsuzlukların aksine, kadın basketbolcuların Türk toplumu ve Türk basketboluna yönelik yönetsel, konaklama, beslenme, tesis, takım arkadaşlığı gibi noktalarda olumlu görüşlerinin daha fazla olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca; kadın basketbolcuların Türk insanını ırkçı olmanın aksine, hoşgörülü ve misafirperver bulması dikkat çekici ayrı bir sonuçtur. Sonuç olarak; kadın basketbolcuların Türkiye ve Türk basketbolu ile ilgili görüşleri genel olarak olumludur. Anahtar Kelimeler: Basketbol, Kadın, Yabancı sporcu

Kaynaklar Banet-Weiser, S. (1999). Hoop Dreams Professional Basketball and the Politics of Race and Gender. *Journal of Sport & Social Issues*, 23(4), 403-420. Tyler Eastman, Andrew C. Billings, S. (2001). Biased voices of sports: Racial and gender stereotyping in college basketball announcing. *Howard Journal of Communication*, 12(4), 183-201.

Afro-American's Life in Turkey: A Study On Woman Basketball Players

Introduction And Purpose In different cultures people may look at the same thing however what they see might be different. If we consider this situation in sports, an athlete who has been transferred to a foreign club could have some social and technical problems. Athletes could get affected by social environment, language problems, relationship with coach and etc (Weiser, 1999, Eastman; Billings, 2010). According to this information the purpose of this study is to investigate the Afro-American woman basketball players thoughts and experiences towards Turkish basketball and Turkish society.

Method In this study to receive detailed information qualitative research method was chosen. Thus in-depth interviews were done in English with three woman basketball players in Turkish Woman Basketball League First Division. Interviews were transferred in to text and analyzed by two different researchers. After content analyses, Results Were Considered Under Suitable Themes And Codes.

Findings And Results According to the thoughts of woman basketball players the results showed that they have problems which are lack of basketball fundamentals knowledge, lack of communication with team mates and Turkish society. In spite of these problems woman players have more positive thoughts towards Turkish society, accommodation, food and beverage, basketball facilities, team cohesion etc. And other crucial result was found that woman basketball players think Turkish people are not racist on the contrary they are friendly and welcoming. In conclusion it was found that woman basketball players have more positive thoughts than negative thoughts.

Keywords: Basketball, Woman, Foreign athletes

References Banet-Weiser, S. (1999). Hoop Dreams Professional Basketball and the Politics of Race and Gender. *Journal of Sport & Social Issues*, 23(4), 403-420. Tyler Eastman, Andrew C. Billings, S. (2001). Biased voices of sports: Racial and gender stereotyping in college basketball announcing. *Howard Journal of Communication*, 12(4), 183-201.

Antrenörlerde İşkoliklik Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi

¹Aylin Uğurlu, ¹Mustafa Yaşar Şahin

¹Gazi Üniversitesi, Ankara

Email : ugurlu.aylin@gmail.com, mysahin@gmail.com

Giriş ve Amaç: Günümüzde teknolojinin gelişmesi günün her saatinde işle ilgili çalışma yapma zorunluluğunu ve imkanını sağlamaktadır. Sağlığını, mutluluğunu ve diğer kişilerle olan ilişkilerini negatif yönde etkileyecek düzeyde aşırı ve kontrol edilemez bir gereksinim olarak ortaya çıkan işkoliklik, günümüz çalışanlarının iş yaşamlarıyla birlikte sosyal bir varlık olan insanı olumsuz etkilediği varsayılmaktadır. Spor alanında yapılacak ilk çalışmalardan biri olması açısından önem arz eden bu araştırma, antrenörlerin işkoliklik düzeylerinin tespiti, demografik değişkenler açısından karşılaştırılması amacıyla yapılmıştır. **Yöntem:** Betimsel tarama modelinde olan araştırmada veri toplama aracı olarak Schaufeli, Taris ve Bakker (2006) tarafından geliştirilen, Doğan ve Tel (2011) tarafından Türkçeye uyarlaması gerçekleştirilen Duwas İşkoliklik Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini random yöntemiyle belirlenen 394 gönüllü katılımcı oluşturmaktadır. **Bulgular:** Antrenörlerin işkoliklik düzeylerinin yüksek ve kompulsif çalışma alt boyutun daha belirgin olduğu, tespit edilmiştir. Ayrıca ailesinde sorun yaşayanların işkoliklik düzeyleri anlamlı derecede yüksek olduğu, cinsiyet, medeni durum ve antrenörlük kademesinde ise anlamlı bir farklılık bulunmadığı belirlenmiştir. **Sonuç ve Kaynaklar:** Spor ortamında büyük sorumluluklar alan antrenörlerin yerine getirmesi gereken birtakım görevler, oynaması gereken roller vardır. Ancak bu görevleri gerçekleştirme adına çalışanların aşırılıklara kaçması hem bireysel hem de örgütsel alanlarda olumsuz durumların yaşanmasına neden olabilmektedir. Lumpkin, K., and Anshel, M.H. (2012). Work addiction among intercollegiate sports coaches. *Journal of Sport Behavior*, 35(4), 406-432. Doğan, T., Tel, F.İ. (2011). Duwas işkoliklik ölçeği Türkçe formunun (Duwastr) geçerlik ve güvenilirliğinin incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(1), 61-69. **Anahtar Kelimeler:** İşkoliklik, antrenörler

Examining Coaches Workaholic Level According To Some Variables

Introduction and Purpose: Today, the development of technology provides the necessity and opportunity to do work-related work at all hours of the day. It is assumed that workaholism, which emerges as an excessive and uncontrollable need to affect health, happiness and relationships with other people in the negative, is negatively affecting today's workers as a social being with their work lives. This study, which is important in terms of being one of the first studies to be made in the field of sports, was conducted in order to determine the levels of worker coaches and to compare them in terms of demographic variables. **Method:** Dutch Work Addiction Scale (Duwas), developed by Schaufeli, Taris and Bakker (2006) and adapted to Turkish by Doğan and Tel (2011), was used as a data collection tool in the descriptive survey model. The sample of the research consists of 394 volunteer participants determined by the random method. **Results:** It was found that the high and compulsive working subscale of the coach levels of the coaches were more prominent. In addition, it was determined that the level of the worker's social status was significantly higher in those who had problems in the family, and there was no significant difference in terms of gender, marital status and coaching level. **Conclusion and References:** There are some tasks that coaches who have great responsibilities in the sport environment have to fulfill, and there are roles to play. However, in order to accomplish these tasks, the escape of the workers to extremes can lead to negative situations both in the individual and organizational fields. **Keywords:** Workaholism, Coaches

PB255

Spor Organizasyonlarında Gönüllü Olarak Yer Alan Üniversite Öğrencilerinin Motivasyonlarının İncelenmesi

²Damla Alev Demirci, ¹Şerife Gamze Ülker, ²Veli Ozan Çakır

¹Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

²İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : veliozancakir@gmail.com

Giriş ve Amaç: Bireyleri gönüllü olmaya yönlendiren faktörlerin belirlenmesi spor organizasyonları yönetim stratejilerinin planlanmasında ve yeni sistemlerin hazırlanmasında önemli bir alanı oluşturmaktadır. Bu bağlamda çalışmanın amacı; Spor Organizasyonlarında Gönüllü Olarak Yer Alan Üniversite Öğrencilerinin Motivasyonlarının İncelenmesidir.

Yöntem: İstanbul Üniversitesi Avcılar Kampüsündeki çeşitli bölümlerde öğrenim gören, yaş ortalaması $21,76 \pm 2,54$ olan toplam 153 öğrenci çalışma örneklemini oluşturmaktadır. Veri toplama aracı iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde katılımcıların yaş, cinsiyet, sınıf, spor yapma durumu ve spor organizasyonlarına katılma durumlarına yönelik 5 sorudan oluşan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. İkinci bölümde ise katılımcıların gönüllü motivasyon düzeylerini ölçümlemek amacıyla, Esmond (2004) tarafından geliştirilen ve Çevik ile Gürsel (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanarak, geçerlilik ve güvenilirliği yapılan "Gönüllü Motivasyon" ölçeği kullanılmıştır.

Bulgular: Cinsiyete göre katılımcıların gönüllü motivasyon düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını tespit etmek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Man Whitney-U testi uygulandı. Test sonuçlarına göre erkek ve kadın katılımcıların gönüllü motivasyon düzeyleri bakımından "Değerler" ($z=-3,285$; $p<0.05$), "karşılılık" ($z=-,849$; $p<0.05$), "benlik saygısı" ($z=-2,007$; $p<0.05$), "Sosyal" ($z=-,156$; $p<0.05$), ve "anlama" ($z=-3,416$; $p<0.05$) alt boyutlarında anlamlı farklılıklar görüldü. Spor yapma durumlarına göre katılımcıların gönüllü motivasyon düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını tespit etmek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Man Whitney-U testi uygulandı.

Sonuç: Araştırma sonucunda örneklem grubunun cinsiyet ve spor yapma durumlarına göre motivasyon düzeyleri arasında anlamlı farklılıkların olduğu ancak, spor organizasyonlarında gönüllü olarak yer alan öğrencilerin yaş ile spor organizasyonlarına katılma durumlarına göre motivasyon düzeyleri arasında anlamlı farklılığın olmadığı sonucuna varılmıştır.

Kaynaklar: Baykal B. (1994), Motivasyon Kavramına Genel Bir Bakış, İstanbul Üni. Yayını No:2524. Cıvıcus (2007). Volunteering and Social Activism: Pathways for participation in human development. European Union (2010): Study on Volunteering in the European Final Report. Musick M, Wilson J (2008): Volunteers. Bloomington: Indiana University Press. 9. Sertbaş, K. (2006). Üniversite 2005 İzmir Oyunlarında Görevli Gönüllü İnsan Kaynaklarının, Organizasyona Katılım Nedenleri Ve Motivasyonel Faktörlerin Analizi. Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Doktora Tezi.

Investigation Of The Motivations Of University Students Volunteering in Sports Events

Objective: In this context, the objective of the study is the Investigation of the Motivations of University Students Volunteering in Sports Events.

Methods: The study sample includes a total of 153 students in the study, had a mean age of 21.76 ± 2.54 . The first section, personal information form comprising five questions on the participants' age, gender, year in university, state of doing physical exercise, and state of attending sports events was used. In the second section, to measure the voluntary motivation levels of the participants, "Voluntary Motivation" scale developed by Esmond (2004) and adapted to Turkish after the completion of validity and reliability by Çevik and Gürsel (2015) was used.

Results: In order to identify whether there was a significant difference between the voluntary motivation levels of the participants in terms of gender, Mann Whitney-U test at a significance level of $\alpha=0.05$ was used. Based on the test results, significant differences were found between the male and female participants in terms of voluntary motivation levels, in the subdimensions "values" ($z = -3.285$; $p < 0.05$), "reciprocity" ($z = -0.849$; $p < 0.05$), "self-esteem" ($z = -2.007$; $p < 0.05$), "social" ($z = -0.156$; $p < 0.05$), and "comprehension" ($z = -3.416$; $p < 0.05$). In order to identify whether there was a significant difference between the voluntary motivation levels of the participants in terms of the state of doing physical exercise, Mann Whitney-U test at a significance level of $\alpha=0.05$ was used.

Conclusions: At the end of the study, it was found that there were significant differences between motivation levels in terms of gender and the state of doing physical exercise; however, there were no significant differences between the motivation levels of the students voluntarily participating in the sports events in terms of age and the state of participating sports events.

Spor Etkinliklerinde Görev Alan Gönüllülerin Motivasyonlarının İncelenmesi (13. Avrupa Gençlik Olimpik Kış Festivali Örneği)

¹Yunus Sinan Biricik, ¹Orcan Mızrak, ¹Emre Belli, ¹Levent Önal

¹Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

Email : sinan.biricik@atauni.edu.tr, orcan@atauni.edu.tr, emre.belli@atauni.edu.tr, levent.onal@atauni.edu.tr

Çalışmamızın amacı 2017 yılında Erzurum ilinde gerçekleşen 13. Avrupa Olimpik Kış Festivalinde görev alan gönüllülerin motivasyonlarının incelenmesidir. Araştırmada gönüllü motivasyonların belirlenmesine yönelik veriler elde etmek için; Farrell ve ark. (1998) tarafından geliştirilen Türkçeye Yıldız ve ark. tarafından uyarlanan "Spor etkinlikleri gönüllü motivasyon ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmanın örneklem grubunu 13. Avrupa Gençlik Olimpik Kış Festivalinde görev alan 176'sı erkek 143'ü kadın olmak üzere toplamda 319 gönüllü oluşturmuştur. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS programında frekans, bağımsız gruplarda t-testi ve tek yönlü varyans analizi, farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını bulmak için de Tukey HSD testi yapılmıştır. Katılımcıların cinsiyetlerine ilişkin motivasyonlarının belirlenmesinde bağılıklar alt boyutunda kadınlar lehine anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Günümüzde ailelerin tutumları veya çevresel faktörler nedeniyle kadınların sportif etkinliklere katılımlarında artış olduğu ve görev alma konusunda yaşanan problemlerin azaldığı görülmektedir. Ayrıca kadınların artık daha çok sosyal etkinlikler, projeler, sportif faaliyetler gibi alanlarda rol aldığı söylenebilir. Katılımcıların yaşadıkları yerlere ilişkin motivasyonlarının belirlenmesinde, dayanışma alt boyutunda köy- kasaba ve ilçelerde ikamet eden bireylerde anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Yaşanılan çevrenin sahip olduğu fiziksel özellikler, coğrafi yapı ve sportif imkânların yetersizliği bu yerlerde yaşayan bireylerin toplumsallaşmasını kısıtlayan unsurlardır. Bu tür faaliyetlere katılmak için gönüllü olarak kırsal bölgelerden gelen bireyler farklı insanlarla etkileşimde bulunma, farklı deneyimler kazanma ve toplumsal rol alma gibi imkânlara sahip olabilmektedirler.

Anahtar Kelimeler: Gönüllülük, Motivasyon, Spor etkinlikleri

Examination Of The Motivations Of Volunteers Involved In Sports Events (Example: The 13th European Youth Olympic Winter Events)

The aim of our study is to examine the motivations of the volunteers who take part in the 13th European Youth Olympic Winter Festival in Erzurum in 2017. To obtain data for the determination of voluntary motivations in the research; To be able to determine the motivation of this research, a scale that Farrell and ark. (1998) had developed was used to determine the "Sports activities volunteer motivation scale" to the youth group has also been adapted into Turkish by Yıldız and ark. A total of 319 volunteers, including 176 men and 143 women, participated in the 13th European Youth Olympic Winter Festival. In the evaluation of the obtained data, frequency, individual t-test and one- way analysis of variance were used in the SPSS program, and Tukey HSD test was used to find out which group the difference originated from. In determining the motives for the gender of the participants, there was a significant difference in favor of women in the subscale of dependencies. It is observed that the attitudes of the family today or the environmental factors increase the participation of women in sports activities and the problems experienced in getting a job are decreased. It can also be said that women are now more involved in areas such as social events, projects, sporting activities.

Significant differences were found in the individuals living in villages-towns and districts in the solidarity sub-dimension, where participants' motivations for their place of residence were determined. The lack of physical features, geographical structure and sporting possibilities that are experienced in the surrounding area restrict the socialization of the individuals living in these places. Individuals have come from rural areas voluntarily to participate in such activities have been given the opportunity to interact with different people, gain different experiences and take a social role.

Keywords: Volunteering, Motivation, Sporting Events

Spor Federasyonları Çalışanlarının Örgütsel Öğrenme Profilleri

¹Tuba Fatma Karadağ, ²Fatih Yenel

¹Ardahan Üniversitesi, BESYO, Ardahan

²Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : tfkaradag@gmail.com,

Giriş ve Amaç: Bu çalışmada Türkiye'de sporun amatör ve profesyonel anlamda organize edilmesinde önemli sorumluluklar üstlenmiş olan spor federasyonları çalışanlarının “örgütsel öğrenme” yeteneği demografik değişkenler de dikkate alınarak irdelenmiştir.

Yöntem: Araştırma konusu ile ilgili veriler, 2015 yılında Türkiye'deki 57 spor federasyonunun çalışanlarından 309' nun gönüllü katılımı ile elde edilmiştir. Federasyon çalışanlarının “Deneyim, risk alma, dış çevre ile etkileşim, iletişim ve katılımcı karar verme” alt boyutlarından oluşan “örgütsel öğrenme” düzeyleri ile bazı demografik özelliklerin “örgütsel öğrenme” üzerindeki etkileri istatistik paket programı aracılığı ile incelenmiştir.

Bulgular: Spor federasyonları çalışanlarının örgütsel öğrenme düzeyleri cinsiyet, yaş, öğrenim durumu, idari sorumluluk ve kurumdaki çalışma süresi değişkenlerinden anlamlı düzeyde etkilenirken ($p<0,05$), çalışanların örgütsel öğrenme düzeylerinin medeni durum, gelir düzeyi, istihdam edilme şekli ve hizmet içi eğitim kursuna katılma değişkenlerine göre değişmediği ($p>0,05$) tespit edilmiştir.

Sonuç: Örgütsel öğrenme düzeyi yüksek olan 30 yaş ve altındaki grubun bu performansı federasyonların hizmet kalitesinin yükseltilmesinde daha etkin bir şekilde kullanılabilir. Eğitim düzeyinin yükselmesine karşın örgütsel öğrenme ve bu yeteneğe ait alt boyutların bir çoğundan elde edilen algı puanlarının genelde düşük olması dikkat çekici bir durumdur. Federasyonlardaki çalışanlarının aidiyet duygularını geliştirecek, iş motivelerini artıracak yönetimsel yaklaşımlar örgütsel öğrenme yeteneğini olumlu yönde etkileyecek ve bu durum kurumun hizmet kalitesini yükseltecektir. Örgüt içerisinde iletişim kanallarının çift yönlü (yukarıdan aşağı, aşağıdan yukarıya) işlerliğinin etkin olması, çalışanlar arasında liyakate göre iş bölümü ve terfilerin yapılması muhtemelen örgütsel öğrenme performansına ve kurumun hizmet verimine olumlu katkı sunacaktır.

Kaynaklar

Chiva, R., Alegre, J. (2009). “Organizational Learning Capacity and Job Satisfaction: An Emprical Assesment in the Ceramic Tile Industry”, British Journal Of Management, Vol.20, pp. 323-340.

Neo, R. A. (1999). İnsan Kaynaklarının Eğitim ve Gelişimi, Canan Çetin (çev.), İstanbul. Birinci Basım, Beta Basım Yayım.

Bontis, N., Crossan. M., Hulland. J. (2002). “Managing an Organizational Learning System by Aligning Stocks and Flows”, Journal of Management Studies, 39(4), 437-470.

Organizational Learning Profiles Of The Employees Of Sports Federations

Introduction and Purpose: In this study, “organizational learning” ability of sports federations undertaking important responsibilities in organization of sports amateurishly and professionally in Turkey have been analyzed by considering the demographic variables.

Method: In 2015, data on the subject of the research were obtained with the participation of 309 volunteers working in 57 sports federations in Turkey. Federation personnel’s “organizational learning” levels composed of the sub-dimensions of “Experience, taking risk, interaction with the external environment, communication and participatory decision-making” and the effects of some demographic characteristics on “organizational learning” have been analyzed with the statistics package program.

Findings: It has been determined that the organizational learning levels of the employees of sports federations are significantly affected from the variables of sex, age, educational background, administrative responsibility and the working period in the institution ($p < 0.05$); however, the organizational learning levels of employees don’t differ by the variables of marital status, income level, type of employment and participation of in-service training course ($p > 0.05$).

Conclusion: The performance of the group aged 30 and below with high level of organizational learning can be used in improvement of the service quality of federations more effectively. It is remarkable that the perception scores obtained from the organizational learning and many of the sub-dimensions of this skill are generally low despite the increase in level of education. The managerial approaches that will improve the sense of belonging of employees working in federations and increase their business motivation will positively affect the organizational learning skill and this will increase the service quality of the institution. Effective bi-directional functionality of communication channels within the organization (from top to bottom and vice versa), conducting the merit-based division of labor and promotions among employees will probably make a positive contribution to the organizational learning performance and service efficiency of the institution.

Konut Projelerinde Spor ve Rekreasyon Alanlarının İncelenmesi

¹Sercan Karabacak, ²Levent Atalı

¹Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kocaeli

²Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

Email : sercankarabacakk@hotmail.com, leventatali@gmail.com

Giriş Konut proje alanları kentsel yaşam kalitesini arttıran en önemli unsurlardan olmalarının yanı sıra hızlı kentleşme etkisi ile günden güne önem kazanan ve birçok açıdan işlevsel bölgelerdir. Bu çalışma ile konut projelerinde bireylere sunulan spor ve rekreasyon alanlarının belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem Çalışmada nitel araştırma teknikleri boyutunda yazılı veri kaynaklarının analizini kapsayan doküman incelemesi yöntemi kullanılmıştır (Büyüköztürk ve ark., 2012). Doküman incelemesi Kocaeli İli sınırlarında faaliyet gösteren 24 inşaat/konut firmasının 29 adet konut projesini kapsamaktadır. Doküman incelemesi süreci aşamalarına göre dokümana ulaşma, dokümanların orijinalliğinin kontrol edilmesi, kullanım izni, dokümanların anlaşılması ve analiz edilmesi, son aşama olarak verilerin kullanılması yolu izlenmiştir (Forster, 1994). Araştırma verileri konut projelerinin tanıtımına yönelik inşaat/konut firmalarının hazırladıkları katalog, kitapçık ve broşürlerden elde edilmiştir.

Bulgular Elde edilen verilere göre konut projeleri içerisinde yaklaşık olarak 3188 konutun yer aldığı belirlenmiştir. Ayrıca projeler içerisinde 21 farklı başlıkta konut projelerinde 22 yüzme havuzu, 22 çocuk oyun alanı, 17 fitness, 15 basketbol sahası, 8 sosyal donatı ve 8 sauna olmak üzere sportif ve rekreasyon alanları yer almaktadır. Bunların yanında konut projelerinde çevrede yer alan spor tesisleri, sosyal yaşam alanları, rekreasyon alanları ve diğer cazip yerler belirtilmiştir.

Sonuç Sonuç olarak konut projelerinde spor ve rekreasyon alanları bir çok projede konutta yaşayacaklara sunulmak üzere belirtilmiştir. Yaşam alanının içerisinde yer alacak bu alanlara yönelik yer seçimi ve alanların inşası sonrası hizmete sunulması süreçleri önem arz etmektedir. Konut projelerinde yer alacak spor ve rekreasyon alanlarının planlama ve hizmet vermesi boyutunda akademik çalışmaların yapılması araştırmacılar tarafından önerilmektedir. Anahtar Kelimeler: Konut, Yaşam Alanı, Rekreasyon, Spor

Kaynaklar Büyüköztürk, Ş., Kılıç, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2012). Bilimsel Araştırma Yöntemleri. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık Forster , N. (1994) . The analysis of company documentation. C.Cassell and G. Symon (Eds.) Qualitative methods in organizational research: A pratical quide.London: Sage

Investigation of Sports and Recreation Areas in Housing Projects

Introduction The residential project areas are not only the most important elements that increase the quality of urban life but they are also functional areas that gain importance from day to day with the effect of rapid urbanization. With this study, it was aimed to determine the sports and recreation areas presented to the residents in residential projects. Materials and methods In the study, a method of document review including the analysis of written data sources in the dimension of qualitative research

techniques was used. The document review covers 29 residential projects of 24 construction / housing companies operating on the Kocaeli borders. According to the process of document review process, accessing the document, controlling the authenticity of the documents, permission to use, understanding and analyzing the documents, and using the data as the last stage have been followed. The research data was obtained from catalogs, brochures and brochures prepared by construction / housing companies for the promotion of housing projects. Findings According to the obtained data, it was determined that approximately 3188 dwellings were included in housing projects. In addition, there are 22 swimming pools, 22 children's playgrounds, 17 fitness, 15 basketball courts, 8 social facilities and 8 saunas, sports and recreation areas in 21 different projects in the housing projects. In addition to these, housing projects include sports facilities, social habitats, recreational areas and other attractive places in the surrounding area. Results As a result, sports and recreation areas in residential projects have been stated to be presented to residents in many projects. It is important to select the places for these areas to be included in the living area and to submit the areas to the post-construction service. Researchers are advised to conduct academic studies on the planning and service aspects of sports and recreation areas in housing projects.

Keywords: Housing, Living Space, Recreation, Sports

Örgütsel Desteğin Çalışan Mutluluğu Üzerine Etkisinin İncelenmesi

¹Cemile Nihal Yurtseven, ¹Veli Ozan Çakır, ¹Suzan Dal, ¹Mehmet Hocaoglu

¹İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : cny@istanbul.edu.tr , veliozancakir@gmail.com, suzann.dal@gmail.com, mehmet.hocaoglu@istanbul.edu.tr

Giriş: Örgütsel destek, çalışan ve işveren arasındaki ilişkiyi inceleyen bir kavramdır. Bunun yanında çalışanın kurumu tarafından örgütteki varlığının hissettirilmesi ve kurumuna karşı kendini rahat, huzurlu ve güvende hissetmesini ortaya koyan bir kavramdır (Nayır, 2014). Çalışan mutluluğu hem örgütün hem de bireyin verimliliği açısından önemli bir konudur. Amaç: Algılanan örgütsel desteğin çalışanların mutluluklarını etkileyip etkilemediğini öğrenmek ve etkiliyorsa nasıl olduğunu açıklamaya çalışmak çalışmamızın amacını oluşturmaktadır. Yöntem: Çalışmaya İstanbul Spor A.Ş. de çalışan toplam 75 kişi katılmıştır. Bunların 35'i kadın 40'i erkektir. Katılımcılardan veri toplamak için iki farklı ölçüm aracı kullanılmıştır: Çalışanların algıladıkları mutluluk düzeyini belirlemek üzere Hills ve Argyle tarafından geliştirilen 18 soruluk ölçek kullanılmıştır. Çalışanların algıladıkları örgütsel desteği belirlemek üzere Stassen ve Ursel (2009) tarafından geçerlemesi yapılan 10 ifadeli ölçek kullanılmıştır. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS istatistiksel paket programı kullanılmış. Araştırma grubunun demografik özelliklerinin belirlenmesinde frekans ve yüzde, ölçekten elde edilen puanların belirlenmesinde ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmıştır. Ayrıca ölçekler arasında ve alt başlıklar arasında ilişkiyi ölçmek için koorelasyon analizi yapılmıştır. Bulgular: Yapılan koorelasyon analizi sonucunda "Örgütsel Destek" ve "Çalışan Mutluluğu" arasında pozitif yönlü güçlü bir ilişki belirlenmiştir. Sonuç: Katılımcıların 35'i kadın 40'i erkektir. Katılımcıların % 72 'si kadrolu, %22.7'si sözleşmeli, %5.3'ü yarı zamanlı olarak çalışmaktadır. Yapılan koorelasyon analizi sonucunda "Örgütsel Destek" ve "Çalışan Mutluluğu" arasında pozitif yönlü güçlü bir ilişki vardır.

Anahtar kelime: Çalışan Mutluluğu, Örgütsel Destek, Spor A.Ş.

Kaynakça: NAYIR, F., 2014, "Algılanan Örgütsel Destek Ölçeğinin" Kısa Form Geçerlik Güvenirlilik Çalışması, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Aralık 2013, Sayı 28: 95-105

The Impact of Organizational Support on Employee Happiness:

Introduction: Organizational support examines the relationship between employee and employer. In addition, it is a concept that reveals the employee's presence in the organization by the institution and the feeling of being comfortable, peaceful and safe against the institution (Nayır, 2014). **Objective:** The aim of our work is to find out how perceived organizational support affects employees' organizational alignment and to try to explain how it affects them. **Method:** The study was conducted by İstanbul Sports i.c a total of 75 people working in 35 of them are female and 40 are male. Two different measurement tools were used to collect data from the participants. 18-questions scale developed by Hills and Argyle was used to determine the level of happiness perceived by employees. Stassen and Ursel (2009) used a 10-word scale to determine the organizational support that employees perceive. SPSS statistical package program was used to evaluate the obtained data.

When the demographic characteristics of the research group were determined, frequency and percentage, average and standard deviation values were calculated when the scores obtained from the scale were determined. In addition, a coherence analysis was performed to measure the relationship between scales and subheadings. Findings: A positive correlation ($r = 1$) between "Organizational Support" and "Employee Happiness" was determined as the result of the conducted correlation analysis. Conclusion: 35 women and 40 men are participants. 72% of the participants are permanent, 22.7% are contracted and 5.3% are part-time workers. As a result of the coordination analysis, there is a positive positive relationship between "Organizational Support" and "Employee Happiness".

Keyword: Employee happiness, Organizational Support, Sports i.c

SUNULMADI

Spor Kulüplerinde Çalışanların Örgütsel Sosyalleşme ve Örgütsel Muhalefetlerinin İncelenmesi

¹Hanife Banu Ataman Yancı, ¹Suzan Dal, ¹Cemile Nihal Yurtseven, ²Kübra Melek

¹İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

²SPOR A.Ş., İstanbul

Email : hbataman@gmail.com , suzann.dal@gmail.com, cny@istanbul.edu.tr , kbaislamoglu837@hotmail.com

Giriş: Sosyalleşme, yeni gelenin, “diğerleri gibi olabilmek için” uyum sağlama sürecidir (Balci, 2003). Bu durum örgüte yeni giren bireyin örgütün amaçlarına, kurallarına ve yapması gereken davranışlara yönelme ve bireyin örgüte uyumlu hale gelmesidir. (Güney, 2000). Örgüt içindeki veya örgüt ile ilgili anlaşmazlıkların ve zıt fikirlerin sözlü olarak ifade edilmesi örgütsel muhalefetin genel tanımıdır (Kassing, 1997). Örgütsel muhalefet ilk olarak olumsuz bir çağrışım yapsa da özellikle çalışanların farklı bakış açıları ile örgütsel kararlara katılımı örgütün sağlıklı işleyebilmesi için bir araçtır.

Amaç: Çalışmamızda spor kulüplerinde çalışan bireylerin örgütsel sosyalleşme düzeyleri ve örgütsel muhalefet düzeylerinin neler olduğunu belirlemek ve örgütsel sosyalleşmenin örgütsel muhalefeti nasıl etkilediğini öğrenmek amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmada veri toplama aracı olarak anket kullanılmıştır. Çalışmamızın örneklemini İstanbul Avrupa yakasında hizmet veren üç özel spor kulübü üyeleri oluşturmaktadır. Çalışmamıza 46’sı kadın, 64’ü erkek olmak üzere toplam 100 kişi katılmıştır. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS istatistiksel paket programı kullanılmış. Araştırma grubunun demografik özelliklerinin belirlenmesinde frekans ve yüzde, ölçekten elde edilen puanların belirlenmesinde ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmıştır. Ayrıca ölçekler arasında ve alt başlıklar arasında ilişkiyi ölçmek için korelasyon analizi yapılmıştır. Bulgular: Araştırmaya katılan spor kulübü çalışanlarının örgütsel sosyalleşme ve örgütsel muhalefetleri arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca bazı demografik bilgilere göre anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p<0.05$). Sonuç: Araştırma sonuçlarımıza göre çalışanların örgütsel sosyalleşmeleri ve örgütsel muhalefetleri orta düzeydedir. Katılımcıların örgütsel sosyalleşmelerinin artması ile örgüte karşı olan muhalefet tutumlarında artma olacağına ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Kulüp, Spor, Örgütsel Sosyalleşme, Örgütsel Muhalefet.

Kaynakça Balci, A. (2003). Örgütsel Sosyalleşme: Kuram, Strateji ve Taktikler. Pegem. Ankara. Güney, S. (2000). Yönetim ve Organizasyon El Kitabı. Nobel. Ankara Kassing, J. W. (1997). Articulating, Antagonizing and Displacing: A Model of Employee Dissent. Communication Studies, 48(4), 311-332.

Analysing Sport Club Employees’ Organizational Socialization and Organizational Opposition Values

Introduction: Socialization is an adaptation process to be like the others (Balci, 2003). New novice organization employee try to adaptation to organizations aims, rules and duties. (Güney, 2000). Organizational opposition is speaking opposite thoughts in that organization. Organizational oppositon is neccesary for healthy organization. If there is organizational opposition in an organization, the employees participate with their opinions to the organizational decision process.

Objective: We try to understand corelation between organizational socialization and organizational opposition and measuring organizational socialization and opposition levels of a sport club employees'in a sport club. Method: We used survey for gathering data. We ask our survey to 3 private sport club. 100 person participated. 64 men, 46 women employees. SPSS statictic program used in the data evaluation. Frequency and Percentage is used in determining demographic informations. Avarage and Standard deviation methods are used for calculating points. Also Correlation Analysis is used for measure correlation between scales and sub titles.

Findings: There is a low grade and positivi corelation between organizational socialization and organizational opposition in the participants. Also some important demographic informations have founded. ($p < 0.05$). Conclusion:In this study organizational opposition and organizational socialization is middle level.According to our study, If the organizational socialization increase, organizational opposition is increase.

Keywords: Sport Club, Organizational Socialization, Organizational Opposition

SUNULMADI

PB431

Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü Çalışanlarının Örgütsel Bağlılık Düzeylerinin Bazı Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi (Balıkesir ili Uygulaması)

¹Fahri Akçakoyun, ¹Yılmaz Deniz, ¹Bekir Çiftçi

¹Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Balıkesir

Email : fahriakcakoyun@hotmail.com, yilmazdeniz1993@gmail.com, bekirciftci@balikesir.edu.tr

Giriş: . Bu çalışmanın amacı, Balıkesir ili Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü(BGSİM) çalışanlarının örgütsel bağlılık düzeylerini cinsiyet, medeni durum, çalışma süresi, eğitim durumu ve ekonomik durum değişkenlerine göre belirlemektir.

Yöntem: Araştırmada Meyer ve Allen(1993) tarafından geliştirilen 9 soruluk “Örgütsel Bağlılık Ölçeği” ve araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. BGSİM’de çalışan 96 personel (66 erkek,30 kadın) çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Her katılımcı için ölçekteki maddelere verilen cevaplar sonucunda bir “Örgütsel Bağlılık Puanı” hesaplanmıştır. Çalışanların cinsiyetlerine ve medeni durumlarına göre örgütsel bağlılık düzeylerinin karşılaştırılmasında bağımsız gruplarda t-testi (Independent samples t-test); eğitim durumlarına, ekonomik durumlarına ve yaşlarına göre yapılan karşılaştırmalarda tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışmamıza katılan tüm çalışanların örgütsel bağlılık puanlarının ortalaması $\bar{x}=34,06\pm4,01$ olup gruplar arasında “Örgütsel Bağlılık Puanı” ortalamaları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Fakat ölçekte bulunan bazı maddelere verilen cevaplar incelendiğinde, belirtilen demografik özellikler açısından anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. “Yakın arkadaşlarıma bu kuruma gelmelerini tavsiye ederim” maddesinde medeni duruma ($p=0,01$), eğitim durumuna($p=0,01$) ve yaş gruplarına ($p=0,02$) göre; evliler, lisans eğitimi olmayan ve 49 yaş üstü grubu lehine anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Ayrıca “Bu kurumda çalışmayı sürdürebilmek için uğruna bana verilen hemen hemen tüm görevleri yapmaya hazırım” maddesinde ekonomik duruma ($p=0,03$) göre 2500 TL’nin altında geliri olanların lehine anlamlı farklılık bulunmuştur.

Sonuç: Yapılan çalışmanın sonucunda BGSİM çalışanlarının kurumlarına aynı düzeyde bağlılık gösterdikleri tespit edilmiştir. Diğer taraftan özellikle kurumda çalışan evli, lisans eğitimi olmayan ve 49 yaş üstü personellerin çalıştıkları kurumu arkadaşlarına daha çok tavsiye ettikleri görülmektedir. Ayrıca 2500 TL altında geliri olan çalışanların kendilerine verilen görevleri yapmak konusunda daha istekli oldukları sonucuna ulaşılmıştır.. Kaynaklar: Üzümlü H. Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğünde Görevli Spor Uzmanlarının Örgütsel Bağlılığı. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Bolu: Abant İzzet Baysal Üniversitesi, 2005.Akyol P, Atan T, Gökmen B. Beden Eğitimi Ve Sınıf Öğretmenlerinin Örgütsel Bağlılık Düzeylerinin İncelenmesi. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi,2013,4(1):38-45.

Analysis of Organizational Commitment Levels of Youth and Sports Provincial Directorate According to Some Demographic Variables (Practice of Balıkesir)

Introduction: The purpose of this study is to determine the level of organizational commitment(OC) of the employees of the Provincial Directorate of Youth and Sports in Balıkesir(PDYSB) according to some variables .

Method: A 9-item "OC Scale" developed by Meyer and Allen (1993) and a "Personal Information Form" prepared by the researcher were used in the research. 96 personnel (66 men, 30 women) working in the PDYSB voluntarily participated in this study. For each participant, an "OC Score" was calculated as a result of the answers given to the measures. Independent samples t-test in the comparison of organizational commitment levels by gender and marital status of employees; one way analysis of variance (ANOVA) was used in comparison of educational status, economic status and age.

Results: The mean of the OC scores was $\bar{x} = 34.06 \pm 4.01$ and there was no statistically significant difference between the groups in terms of the scores. However, when the answers given to some items on the scale were examined, significant differences were found in terms of the mentioned demographic characteristics. In the item, "I recommend my friends to join to this institution", significant differences were found according to the marital status ($p = 0,01$), educational status ($p = 0,01$) and age groups ($p = 0,02$) in favor of marriages, undergraduates and groups over 49 years of age. Moreover, according to the economic situation ($p = 0,03$), there was a meaningful difference in favor of the income group of under 2500 TL in the item "I am ready to do almost all tasks given to me for the purpose of continuing to work in institution".

Conclusion: It can be concluded that the employees of PDYSB show the same level of commitment to their institutions.

656. Kırkpınar Yağlı Güreşlerine Katılan Seyircilerin Sosya-Demografik Özellikleri

¹Aydoğan Soygüden

¹Erciyes Üniversitesi, Kayseri

ÖZET

Bu çalışmanın amacı; 656. Kırkpınar yağlı güreşlerine katılan seyircilerin sosyo-demografik özelliklerini ortaya çıkarmak ve bunun sonucu olarak seyirci hedef kitlesini belirlemektir. Tarihi Kırkpınar güreşlerine katılan seyircilerin bazı özelliklerini bilmek önümüzde ki dönemlerde yapılacak hizmetlerin kalitesini artıracığı düşünülmektedir.

Yapılan çalışmada araştırmacı tarafından anket soruları belirlenmiş, seyirciler arasında birebir görüşmeler yapılarak anket uygulanmıştır. Toplanan veriler istatistik programına girilerek yüzdelik dağılımları elde edilmiştir. Çalışma sonucunda; katılan seyircilerin % 98'i erkek, % 82'si 35 yaş ve üzeri, % 79'u orta öğretim düzeyinde oldukları bulunmuştur. Katılan seyircilerin % 62'si güreş sporuna olan ilgilerinden, % 16'sı geleneksel ve tarihi olmasında ve % 14'ü Sarayıcı atmosferinde dolayı katıldıklarını belirtmişlerdir.

Sonuç olarak seyircilerin yaş ortalamaları diğer spor branşlarına bakıldığında daha yüksektir. Özellikle seyirciler arasında en yüksek katılım oranı emekli seyircilerden meydana gelmektedir. Türkiye standartlarına göre çok aktif olmayan emekli seyirci grubunun en yüksek oranda olması sevindirici bulunmuş ancak geleceğimiz için genç seyirci grubunun teşvik edilmesi gerekliliği ortaya çıkmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Kırkpınar Yağlı Güreşleri, Seyirci, Sosya-Demografik Özellikleri

656. Historical Kırkpınar Oil Wrestling; Spectators Socia-Demographic Features

ABSTRACT

The purpose of this study is; to reveal of the 656. Kırkpınar Oil Wrestling spectator socia-demographic features and as a consequence, specify the audience target mass. Knowing some of the characteristics of the spectators participating in the historic Kırkpınar wrestling will contribute to the shaping of the services to be performed in the coming periods.

Survey questions were determined by the researcher and interviews were conducted among the audience. The collected data were entered into the statistical program and the percentage distributions were obtained. In the results of study; 98% of the audiences were male, 82% were 35 years old and over and 79% of them were in the secondary education level. Oil wrestling spectators have stated that the reason of they involved; 62% of attendees were interesting wrestling sports, 16% were traditional and historical, and 14% were sarayıcı atmosphere.

As a result; the average age of audiences is higher when you look at other sports branches. Particularly the highest attendance rate among the spectators comes from the retired spectators. It is appreciated that the very inactive retired audience group is at the highest level according to Turkish standards, but it is necessary for young audiences group to be encouraged for our future.

Keywords: Kırkpınar Oil Wrestling, Spectator, Socia-Demographic Features

Spor Meslek Yüksekokulları: Neden Olmasın?

Halil Evren Şentürk

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla

Email : halilevrensenturk@gmail.com

Giriş Ve Amaç Gelişmekte olan spor sektörü tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de hızla büyümektedir. Çok büyük bir pazar haline gelen spor ekonomisi sadece bu piyasada göz önünde, aktif olarak bulunan sporcu, antrenör ve yöneticiler değil çok farklı görevlerde çalışan insanları istihdam etmektedir. Bu sektörde faaliyet gösteren spor federasyonları ve spor kulüpleri, bünyelerinde kendi görev tanımlarını yaptıkları fakat resmi olarak meslek tanımları yapılmamış çok sayıda personele iş olanağı sunmaktadır. Bu bağlamda çalışmanın amacı, spor endüstrisinin ihtiyaç duyduğu alanında yetişmiş insan gücünü yaratabilecek Spor Meslek Yüksekokullarının kurulmasına dair bir model önerisi oluşturmaktır.

Yöntem Çalışma, nicel ve nitel verilerin kullanıldığı bir karma yöntem çalışmasıdır. Yapılan karşılaştırmalı incelemeler ile de bir Spor Meslek Yüksekokulu modeli oluşturulmaya çalışılmıştır.

Bulgular YÖK'nun birçok önlisans düzeyinde eğitim veren yükseköğretim programları, çeşitli meslek liselerinden mezun olan öğrencileri sınavsız olarak kabul etmektedir. Turizm, sağlık, ticaret, endüstri, vb. alanlarda önlisans eğitimleri sunan meslek yüksekokulları, mesleki ortaöğretim kurumlarının devamı niteliğindedir. Adeta bir meslek lisesi öğretim programına sahip olan spor liseleri, mevcut durumu itibarı ile spor sektörünün ihtiyaç duyduğu kaliteli ara elemanı yetiştirebilmek adına spor meslek yüksekokullarına sınavsız olarak öğrenci yetiştirebilecek potansiyelindedir. Yükseköğretim kurumlarına geçişlerde zorlanan spor liseli mezunları, dilerlerse spor meslek yüksekokullarında mesleki kariyer yapma şansına sahip olabileceklerdir. Ancak çalışmanın bulgularından elde edilen sonuçlar göstermektedir ki; mevcut durumda spor liselerinden mezun olan öğrenciler beden eğitimi ve spor yüksekokulları ile spor bilimleri fakültelerinin lisans programlarında eğitim görebilmek için yeterli düzeyde değildir.

Sonuç Spor sektörüne can veren nitelikli ara eleman ihtiyacı her geçen gün daha da artmaktadır. Daha önce birçok sektörde yapıldığı gibi spor sektöründe de spor ile ilişkili mesleklerin tanımlamaları yapılarak istihdam ortamı ve işverenler için şartlar oluşturulmalıdır. YÖK, MEB, vb. kurumlar ile görüşmeler yapılarak spor meslek yüksekokullarında eğitilmek üzere nitelikli insan gücü bu sektörde de yaratılmalıdır. Bu konuda Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı'nın da ayrıca sorumluluk alması gerekmektedir.

Sport Vocational High Schools: Why Not?

Introduction and Purposes The developing sports sector is growing all over the world as well as in our country. The sports economy has become a very big market not only the sportsmen, coaches and managers who are active in this market, but also people who work in very different positions It is. Sports federations and sports clubs operating in this sector have made their job descriptions on their own, a large number of employees who do not have job descriptions are offered job opportunities. The intention of working in this context is that the sport industry to create a model proposal for the establishment of Sports Vocational Colleges that can create human power in the field they hear.

Method The study is the use of quantitative and qualitative data and the study of the hybrid method. Attempted to create a college model

Results Higher education curricula that provide education at many associate degree level of HEC accept students who graduated from various vocational high schools without examination. Tourism, health, trade, industry, etc. vocational schools offering associate degree training in the fields are the continuation of vocational secondary education institutions. The sports high schools which have a vocational high school teaching program are the potential to train the students at the vocational schools of higher education in the sports vocational higher schools in order to be able to raise the qualified intermediate skill required by the sports sector. Sports high school graduates who have difficulties in transition to higher education institutions may have the chance to make a career in sports vocational colleges. However, the results obtained from the findings of the study show that; in the present case, graduates of sports high schools are not sufficiently qualified to receive training in the undergraduate programs of physical education and sport schools and sports science faculties.

SUNULMADI

Ulusal ve Uluslararası Yüksek İrtifa Kayak Merkezlerinin Yapısal ve Organizasyon (Antrenman- Yarış) Özelliklerinin İncelenmesi

¹Fahriye Esra Başyigit, ¹Hayrettin Tuncay, ¹Fatih Kılınç

¹Süleyman Demirel Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : fahriyesrabasyigit@gmail.com, ahtuncay1@gmail.com, fatihkilinc@hotmail.com

Bu çalışmada ülkemizde son 10 yıl içerisinde önem kazanan kayak merkezlerinin uluslararası standartlarının uyumluluk düzeyi ile özellikle Yüksek İrtifa Merkez niteliğinde olan uluslararası modellerle karşılaştırmasıdır Dünya üzerindeki yerleşimlerin büyük çoğunluğu, ortalama olarak 1500 metre altında yer alırlar. Yüksek İrtifa merkezleri ise 1500 - 3000 metrelerde yer almaktadır. Bu rakım değerleri farklılıklar oluşturmaktadır. Özellikle sezon süreci açısından değer kazanmaktadır. Ülkemiz de Kayak sporu çok geniş çaplı olmamakla birlikte yüksek irtifa merkezleri de gelişime açık, bazı bölgeler de yeni tesisler kurulması ve yapılanmada uluslararası yüksek irtifa kayak merkezlerinin yapısal ve organizasyon modelleri önemli yer teşkil etmektedir. Çalışmamızda 1500 m- 3000 m de bulunan bazı Yüksek İrtifa Merkezlerinin Kayak branşına uygun yapısal özellikleri ve organizasyon boyutları ile tercih edilen ilk 30 (LA Paz, Toloca Bogota Cuenca vb) merkezleri incelenmiştir. Bu kapsamda uluslararası yüksek irtifa kayak merkezlerinin temelde tercih edilme sebepleri yapısal özellikleri ve bu çerçevede yapılan organizasyonlar incelenmiştir. Ayrıca ülkemizdeki (Palandöken, Erciyes, Davraz vb) de bu kapsamda incelenmiştir. Uluslararası ve ulusal yüksek irtifa kayak merkezleri karşılaştırmalı olarak da değerlendirilmiştir. Çalışmamızın sonucunda özellikle uluslararası yüksek irtifa kamp merkezleri uluslararası tercih edilme özelliklerinde yapısal özelliklerinin ön plana çıkmasının yanı sıra mevsimsel süreçlere daha fazla aktif olması ve doğal cazibe merkezi niteliğinden göstermesinden dolayı tercih edildiği görülmektedir. Bununla birlikte organizasyon boyutu ile de çok yönlü aktivitelerin kalite boyutunda gerçekleştirilmesinde tercih özelliklerini artırmaktadır. Özellikle ülkemizin coğrafi konum özellikleri açısından kurulan ve kurulacak olan yüksek irtifa kayak merkezlerinin bu modelleri dikkate alınarak yapısal ve organizasyon özelliklerinde kurgulanması önemli olduğu ifade edilebilir. **Anahtar Kelimeler,** Yüksek İrtifa, Kayak

Investigation Of Structural And Organization Properties Of National And International Highly Linked Skiing Centers

This study compares the compatibility level of the international standards of the ski centers that have gained importance in the last 10 years in our country and especially the international models which are in the form of High Altitude Center. The vast majority of settlements on the earth are located under 1500 meters on average. High Altitude centers are located at 1500 - 3000 meters. These altitude values are different. It is particularly appreciated in terms of seasonality. Skiing in our country is not very broad, but the development of high altitude centers is open, establishment of new facilities in some regions and the structural and organizational models of international high altitude ski centers constitute an important place in the construction. The first 30 (LA Paz, Toloca Bogota Cuenca.) centers, which are suitable for the ski branch and some of the organizational dimensions of some of the High Altitude Centers, which are located at 1500 m to 3000 m our work, have been examined. In this context, the structural features of the reasons preferring international high altitude ski resorts and the organizations made in this framework have been intensified. In addition, (Palandöken, Erciyes, Davraz) have been examined in this context. International, national high altitude ski resorts have also been comparatively. As a result of work, it is seen that international high altitude camp centers are preferred due to their preference for international preference, structural characteristics being more prominent in seasonal processes and being more natural attraction centers. However, organizational dimension and multifaceted activities increase the preference characteristics in terms of quality dimension. Especially, it can be stated that it is important that the high altitude ski centers that are established and installed due to geographic location characteristics of our country are structured in structural and organizational by considering these modalities.

Keywords, High, Skiing

Akademisyenlerin Yönetsel Etkililik Düzeylerinin Değerlendirilmesi (Spor Bilimleri Fakültesi ve BESYO Örneği)

¹Mehmet Dalli, ²Aydın Pekel, ¹Recep Gürsoy

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla

²Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Muğla

Email : mehmetdalli@mu.edu.tr, apekel@gelisim.edu.tr,

Bu çalışmanın amacı spor bilimleri fakültesi ile beden eğitimi ve spor yüksekokulunda görev yapan akademisyenlerin yönetsel etkililik düzeylerinin incelenmesidir. Çalışmada mevcut durumu ortaya çıkartmayı amaçlayan betimsel tarama yöntemi kullanılmıştır. Çalışmanın amacı doğrultusunda araştırmanın evrenini Türkiye’de ki üniversitelerin spor bilimleri fakültesi ile beden eğitimi ve spor yüksekokulların da görev yapan akademisyenler, örneklemini ise, basit tesadüfi örnekleme yöntemiyle belirlenen Erciyes, Selçuk, Ömer Halisdemir, Gaziantep, Dumlupınar, Uşak, Karamanoğlu Mehmet Bey, Fırat, Süleyman Demirel, Sakarya, Balıkesir, Gelisim, Esenyurt, Muğla Sıtkı Koçman ve Bingöl Üniversitelerinin Spor bilimleri fakültesi ile beden eğitimi ve spor yüksekokulunda görev yapan (n=178) gönüllü akademisyen oluşturmaktadır. Katılımcılara kişisel bilgi formu, Murry (1993) tarafından geliştirilen İra ve Şahin (2010) tarafından Tükçe’ye uyarlanan yönetsel etkililik ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen veriler "IBM SPSS 22" adlı paket program ile kayıt edilmiştir. İstatistiki işlem olarak Kruskal Wallis- H analizi uygulanmıştır. Sonuç olarak akademisyenlerin yönetsel etkililik düzeylerinin orta derecede olduğu, yönetsel etkililik düzeyinin yaş, bölüm ve ünvan değişkenleri ile ilişkili olduğu, mesleki tecrübe değişkeni ile ise istatistiksel açıdan herhangi bir ilişkinin olmadığı tespit edilmiştir.

Evaluation of Academics’ Level of Managerial Effectiveness (A Faculty of Sports Sciences and SPES Example)

The object of this study is to examine the level of managerial effectiveness of academics who work at the faculty of sport sciences and in the school of physical education and sports. A descriptive survey model was used in the study, which reveals the current situation. For the purposes of the study, the population consists of academics who work at the faculty of sport sciences and in the school of physical education and sports, in the universities in Turkey, while the sample consists of volunteer academics (n=178) who are chosen by a simple random sampling and work at the faculty of Sports sciences and in the school of physical education and sports of Erciyes, Selcuk, Omer Halisdemir, Gaziantep, Dumlupinar, Usak, Karamanoglu Mehmet Bey, Fırat, Suleyman Demirel, Sakarya, Balıkesir, Gelisim, Esenyurt, Mugla Sıtkı Kocman and Bingol Universities. The participants were applied a personal information form, and a managerial effectiveness scale which was developed by Murry (1993) and adapted to Turkish by Ira and Sahin (2010). The obtained data were recorded by a package program called "IBM SPSS 22". For statistics, Wallis-H analysis was applied.

Consequently, it has been determined that the academics have moderate level of managerial effectiveness, the level of managerial effectiveness is associated with the age, department and title, and statistically, there is no correlation with professional experience.

Amatör Futbolcuların Yaşam Tatmini, İş Tatmini ve Sadakati Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

¹Okan Ünver, ¹Hüseyin Köse

¹Anadolu Üniversitesi, Eskişehir

Giriş: Modern yönetim kavramları içerisinde iş sadakati kavramının önemi artan rekabet ortamına paralel olarak her geçen gün değer kazanmaktadır. Bu bağlamda iş sadakati kavramını etkileyen faktörlerin anlaşılması organizasyonların yaşamlarının uzun ömürlü olmasında son derece önemlidir. Araştırma kapsamında yapılan literatür taraması sonucunda spor organizasyonlarında iş sadakati kavramına ilişkin ne yazık ki sınırlı sayıda çalışma olduğu görülmüştür.

Bu bilgiler doğrultusunda bu araştırmanın amacı, amatör futbolcuların iş tatmini, yaşam tatmini ve iş sadakati yapıları arasındaki ilişkileri ortaya koymaktır. Bu amaç doğrultusunda kolayda örnekleme yöntemi ile 260 amatör futbolcuya ulaşılmıştır. Futbolculardan elde edilen veriler yapısal eşitlik modellemesi kapsamında analiz edilmiştir. Yapılara ilişkin var olan kuramsal çerçeve kapsamında iki hipotez test edilmiştir.

Sonuç: Buna göre amatör futbolcuların yaşam tatminlerinin iş tatminleri üzerinde etkili olduğu, iş tatminlerinin ise iş sadakatleri üzerinde etkili olduğu ortaya konmuştur. Araştırma sonuçları literatürde yapılan benzer araştırmalara paralellik göstermektedir. Ayrıca bu araştırma konuyla ilgili var olan sınırlı literatüre ampirik kanıtlar sağlamıştır.

Anahtar Kelimeler: Amatör futbol, Yaşam tatmini, İş tatmini, İş sadakati.

Examining the Relationship Between Life Satisfaction, Job Satisfaction and Job Loyalty of Amateur Soccer Players

Introduction: In parallel with the increasing competition environment, the importance of job loyalty is gaining momentum in modern management concepts. Thus, the factors that are affecting job loyalty is vitally important for sport organizations to have a long-run business life. As a result of literature review, unfortunately, there is limited number of studies on job loyalty on sport organizations.

So, in the light of this information, the purpose of the study is to examine the relationship between life satisfaction, job satisfaction and job loyalty of amateur soccer players. For this purpose, by using convenience-sampling method the research was conducted with 260 amateur soccer players. The data gathered from soccer players was analyzed by structural equation modeling. Two hypotheses were tested within the theoretical framework of the construct.

Results: Consequently, the results showed that life satisfaction has an effect on job satisfaction and job satisfaction has an effect on job loyalty of amateur soccer players. The results of the research are in parallel with similar studies in the literature. It also provides empirical evidence on the limited literature available concerning this research topic.

Keywords: Amateur soccer, Life satisfaction, Job satisfaction, Job loyalty

Türkiye’deki Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüklerinde Görev Yapan Yönetici Personelin Duygusal Zekâ ve Örgütsel Bağlılık Düzeylerinin İncelenmesi

¹Enes Beltekin, ²Hakkı Ulucan

¹Bingöl Üniversitesi BESYO, Bingöl

²Erciyes Üniversitesi BESYO, Kayseri

Email : ens_bltkn@hotmail.com, hakkiulucan@erciyes.edu.tr

Bu çalışmanın amacı, Türkiye’deki Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüklerinde Görev Yapan Yönetici Personelin Duygusal Zekâ ve Örgütsel Bağlılık Düzeylerinin incelenmesidir. Çalışmaya rastgele yöntemle seçilmiş 48 ildeki Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüklerinde Görev Yapan il müdürü, ilçe müdürü, şube müdürü ve gençlik merkezi müdürü olmak üzere 412 kişi katıldı. Araştırmada yönetici personelin Sosyo-Demografik bilgilerinin yanı sıra “Duygusal Zekâ Ölçeği” ve “Örgütsel Bağlılık Ölçeği” veri toplama aracı olarak kullanıldı. Elde edilen veriler IBM SPSS Statistics 22 bilgisayar programında değerlendirildi ve $p < 0.05$ istatistiksel olarak anlamlı kabul edildi. Katılımcıların ölçekler sonucunda elde ettikleri ortalamalar arası farkların belirlenmesinde, betimsel istatistik teknikleri kullanıldı. Elde edilen puanların birbirlerinden anlamlı bir şekilde farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Mann Whitney-U Testi ve Kruskal Wallis Testi yapıldı. Değişkenler arasındaki ilişkiyi test etmek için Spearman Korelasyonu uygulandı. Araştırma sonucunda çalışmaya katılan yönetici personelin duygusal zekâ düzeyleri ile örgütsel bağlılık düzeyleri arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulundu. Araştırmaya katılan yönetici personelin yaş değişkenine göre duygusal zekâ alt boyutlarından empatik duyarlılık alt boyutunda farklılık bulunurken, medeni durum değişkenine göre ise gruplar arasında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Örgütsel bağlılık düzeylerinde ise medeni durum değişkenine göre örgütsel bağlılık alt boyutlarından normatif bağlılık alt boyutunda gruplar arasında anlamlı farklılık bulunurken, yaş değişkenine göre ise gruplar arasında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Sonuç olarak, Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüklerinde görev yapan yönetici personelin duygusal zekâ düzeyleri arttıkça örgütsel bağlılık düzeylerinin de arttığı tespit edildi.

Examination of Emotional Intelligence and Organizational Commitment Levels of Manager Personnel that Work at Youth Services and Sports Managements in Turkey

The aim of this study is to examine Emotional Intelligence and Organizational Commitment Levels of the Executive Personnel in the Provincial Directorates of Youth Services and Sports in Turkey. 412 people, including provincial director, district director, branch manager and youth center director, who served in 48 provinces of Youth Services and Sports Provincial Directorates, were selected for the study randomly. In the study, "Emotional Intelligence Scale" and "Organizational Commitment Scale" were used as data collection tools in addition to socio-demographic information. The data obtained were evaluated in the IBM SPSS Statistics 22 computer program and $p < 0.05$ was considered statistically meaningful. Descriptive statistical techniques were used to determine the differences between the averages that the participants achieved as a result of the scales. Mann Whitney-U Test and Kruskal Wallis Test were conducted to determine whether the scores obtained differed meaningfully from each other. Spearman relationship was applied to test the relationship between variances. As a result of the research, there was a positive relationship between levels of emotional intelligence and organizational commitment of the executives who attended in the study.

The empathic sensitivity subscale differed from the emotional intelligence subscales according to the age variance, while no meaningful difference was found between the groups according to the marital status variance. In terms of organizational commitment, there was a meaningful difference between the groups in the normative commitment sub-dimension from the organizational commitment sub-dimensions according to the marital status variance, but no meaningful difference between the groups according to the age variance. As a result, it was determined that as the levels of emotional intelligence of manager personnel working in Youth Services and Sports Provincial Directorates increase then the levels of organizational commitment also increase.

PB573

Bir Günlük Maceraya Dayalı Açık Alan Eğitiminin Yönetsel Becerilerin Gelişimi Üzerine Etkisinin İncelenmesi

¹Tayfun Gürkan Bostancı, ¹Ali Dursun Aydın, ²Nuh Osman Yıldız, ³Mehmet Hocaoglu

¹Kafkas Üniversitesi Kars

²Abant İzzet Baysal Üniversitesi Bolu

³İstanbul Üniversitesi İstanbul

Email : tayfun-92@hotmail.com, alidursunaydin@gmail.com, nuhosmanyildiz@gmail.com, mehmet.hocaoglu@istanbul.edu.tr

Giriş Son yıllarda iş sektörü sürekli öğrenmeye ve şirket içi eğitimlere daha çok önem vermektedir. Alışılmış formatın dışında, katılımcının aktif olarak öğrendiği yaşayarak öğrenme temelli eğitimler, kişisel gelişim ve değişimin temel dinamiği olarak algılanmaktadır.

Amaç Bu çalışmanın amacı beyaz yaka iş görenlerin katıldığı maceraya dayalı açık alan etkinliğinin yönetsel beceriler üzerine etkisinin tespit edilmesidir.

Method Araştırma ön test-son test kontrol gruplu deneysel desen modelin de tasarlanmıştır. Veri toplamak için Özen (2010) tarafından oluşturulan, geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılan "Macera Eğitimi Kazanımları" ölçeği kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç Yapılan istatistik analizlerine göre cinsiyet değişkeninin istatistiksel olarak anlamlı bir fark yaratmadığı ($p>0.05$), yaşantıya olumlu katkı algısı ve katılım istekliliği daha yüksek olanların hedef belirginliği, takım çalışması ve değişime esneklik alt boyutunda gelişim puanlarının istatistiksel olarak anlamlı olarak yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Toplam puanlar açısından bakıldığında; zaman yönetimi ve planlama, stratejik karar verme ve uygulama, takım çalışması ve değişime esneklik alt boyutlarında ve toplam puanlarında istatistiksel olarak anlamlı gelişim tespit edilmiştir ($p<0.05$)

Anahtar Kelimeler: Açık aklan eğitimi, macera eğitimi, yönetsel beceriler

Investigation of the Impact of One-Day Outdoor Adventure Education on the Development of Managerial Skills

Introduction In recent years, the business sector has been paying more attention to continuous learning and in-company training. Beyond the usual format, learning-through-experience trainings, where the participant learns actively, are perceived as the fundamental dynamics of personal development and change.

Objective The purpose of this study is to determine the effect of outdoor adventure activity of white collar workers on managerial skills.

Method The study was designed in the experimental pattern model with pre-test and post-test control groups. The "Adventure Training Achievements/ Macera Eğitimi Kazanımları" scale that had been developed and validation and reliability studies had been conducted by Özen (2010) was used to collect data.

Results and Conclusion According to the statistical analysis that were performed, it was found that the gender variable did not make a statistically significant difference ($p>0.05$), whereas those with a higher perception of positive contribution and with higher participation tendency were found to have statistically significant high improvement scores in goal clarity, teamwork and change flexibility subscales ($p < 0.05$). In terms of total scores, statistically significant improvement have been found in time management and planning, strategic decision making and implementation, team work and change flexibility subscales and in total scores.

Keywords: Outdoor Education, Adventure Education, Managerial Skills

Düzenli Egzersiz Yapan Bireylerin Egzersiz Bağımlılığı Düzeylerinin İncelenmesi: İzmir ili Örneği

¹Berkay Ceylan, ¹Erdinç Demiray, ¹Orçun Kececi, ¹Hüseyin Can Çelik, ¹Ayça Büyükbaş

¹Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir

Email : orcun.kececi@ege.edu.tr, erdinc.demiray@ege.edu.tr, orcun.kececi@ege.edu.tr,

Bireylerin sağlıklı yaşam merkezlerinde müşteri olma sebepleri kişiden kişiye farklılık göstermektedir. Formda kalmak, kilo vermek, sosyal etkileşimde bulunmak vb. nedenlerin yanı sıra egzersiz bağımlılığı da bu nedenlerden biridir. Literatürde aşırı egzersiz yapma halinin, bireylerde klinik olarak olumsuz sonuçlar doğurabildiği ile ilgili bilgiler yer almaktadır. Bu çalışmanın amacı, düzenli egzersiz yapan bireylerin egzersiz bağımlılığı düzeylerinin yaş, cinsiyet, mesleklerinde faal olma durumu, spor branşı, günlük egzersiz saati, haftalık egzersiz günü ve egzersiz yılı açısından incelenmesidir. Aynı zamanda, elde edilen veriler yönetsel bakış açısıyla da değerlendirilecektir. Araştırmanın evrenini İzmir ilinde bir serbest zaman etkinliği şeklinde düzenli olarak egzersiz yapan bireyler oluşturmaktadır. Örneklem ise araştırmaya gönüllü olarak katılan 75'i kadın, 189'u erkek olmak üzere toplam 264 kişiden oluşmaktadır. Verilerin toplanması aşamasında, katılımcılar bir anket formu içerisinde "Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği" ve araştırmacılar tarafından düzenlenen demografik özelliklerin yer aldığı kişisel bilgi formunu doldurmuşlardır. Verilerin analizi aşamasında demografik özelliklere göre gruplar arasında kıyaslama yapabilmek amacıyla Bağımsız Örneklem T Test ve Tek Yönlü Varyans analizi yöntemleri uygulanmıştır. Bu testler içerisinde istatistiksel anlamlılık düzeyi $p \leq 0.05$ olarak ele alınmıştır. Araştırmanın bulguları bireylerin mesleklerinde faal olup olmama durumuna göre egzersiz bağımlılığı düzeylerinde bir farklılık olmadığını göstermiştir. Ancak yaş, cinsiyet, egzersiz branşı, günlük egzersiz saati, haftalık egzersiz günü ve egzersiz yılı değişkenlerine göre gruplar arasında anlamlı fark tespit edilmiştir. **Anahtar Kelimeler:** Egzersiz Bağımlılığı

The Analysis Of Exercise Dependence Levels Of Individuals Who Do Exercise Regularly: The Case Of İzmir Province

Reasons of being a customer in fitness centers can be vary from person to person. Exercise dependence is one of them besides keeping fit, losing weight, social interaction, etc. In literature, there is some information about high exercise dependence that has clinically negative consequences. The aim of this study is to analyze exercise dependence of individuals who do exercise regularly in terms of their age, sex, being active or passive in job, sports branches, daily exercise time, weekly exercise day and exercise year(s). At the same time, the data that was obtained will be evaluted from a managerial point of view. The individuals who do exercise regularly as a recreational activity in İzmir province constitute the universe of the research. The sampling consists of a total of 264 people (75 females, 189 males) who are volunteer to participate in the research. During the data collection phase, the participants answered the questions of Exercise Dependence Questionnaire (EDQ) and the personel information was collected using a form prepared by researchers. In data analysis, Independent Samples T Test and One Way Anova methods were used to compare the groups. The statistical significance level was set as $p \leq 0.05$. The results of the analysis indicate that there is a significant difference between the groups in terms of age, sex, sports branch, daily exercise time, weekly exercise day and exercise year but not being active or passive in job. **Keywords:** Exercise dependence

Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde Voleybol: Azalan ilginin Sebepleri ve Gelişmesi için Öneriler

1Umut Nalbant

1Doğu Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Spor Bilimleri Bölümü, Mağusa, KKTC

Email : *umut.nalbant@emu.edu.tr*

Bu tezin amacı, bitme noktasına kadar azalan Kuzey Kıbrıs voleybolunun azalma sebeplerini bulmak ve yeniden nasıl canlandırılabilirliğinin yollarını aramaktır.

Bu tezde ağırlıklı olarak federasyon başkanı, eski ve yeni kulüp başkanları, voleybol antrenörleri, beden eğitimi öğretmenleri ve sporcuların ülke voleybolu hakkındaki görüşlerine yer verilmiştir.

Gerekli verilere ulaşabilmek için röportaj yöntemi kullanılmıştır. Kapsamlı ve detaylı bir şekilde yapılan röportajlar, ülke voleyboluna farklı alanlarda hizmet etmiş spor adamlarının görüşleri doğrultusunda voleybolda yaşanan gerilemenin sebeplerine dair çok önemli ve eşsiz verilere ulaşılması sağlanmıştır. Elde edilen bilgiler ışığında, ülke voleybolundaki yaşanan gerilemenin başlıca sebepleri, ekonomik, devletin voleybol federasyonuna olan ilgisizliği, voleybol federasyonunun yetersizliği, voleybol branşının öğrenme zorluğu, beden eğitimi öğretmenlerinin ilgisizliği, özel şirketlerin ve üniversitelerin kurulması, ambargolar ve teknoloji çağına geçilmesi şeklinde sıralanabilir.

Analizlerden elde edilen bilgiler ışığında, ülke voleybolunu yeniden canlandırmak için öncelikle uzun vadeli planlamalarla bölgesel altyapı okulları kurulmalı, sponsor yasaları düzenlenmeli, sporcu yetiştiren eğitimcileri, yetişmekte olan sporculara maddi manevi teşvikler sağlanmalı ve uluslararası turnuvalara katılımlar artırılmalıdır. Arzu edilen çok takımlı, seyir zevki yüksek, çekişmeli karşılaşmaların yaşandığı bir veya birden fazla liglere ulaşılma yolları analizlerin sonucunda belirlenmiştir. Anahtar Kelimeler: Kuzey Kıbrıs, spor, voleybol, düşüş sebepleri, tavsiyeler.

Volleyball in Turkish Republic of Northern Cyprus: Reasons for Decline of Interest and Recommendations for Improvement

This thesis examines the causes for the dramatic decline in North Cyprus volleyball and traces the reasons in order to find ways to revive it again.

With the intention of attaining the required data, qualitative approach was used in order to achieve an in-depth study of the research area. Comprehensive and detailed interviews were conducted with the federation president, club presidents, volleyball trainers, physical education teachers and volleyball players.

According to the data collected from the analysis, the main reasons for the setback of country's volleyball can be stated as economic, lack of interest of the government to volleyball as a sport, shifting to technology period, insufficiency of volleyball federation and embargoes.

In the light of the obtained data, country volleyball can be revived with long term planning of regional foundation schools, regulating the by- laws for sponsorship, encouraging trainers who are upbringing players and these new players both financially and morally to provide continuity of the country's volleyball. As a result of the analysis, the following were elucidated; more than one league was preferred with a high enjoyment for watching and competitiveness.

Keywords: North Cyprus, Sport, Volleyball, Decline, Reasons, Recommendations

Spor Bilimleri Alanında Yapılan Ölçek Geliştirme Tezlerinin Ölçek Geliştirme Standartlarına Uygunluğu

¹Onur Mutlu Yaşar, ²Caner Özgen, ³Hakan Sunay

¹Kastamonu Üniversitesi, Kastamonu

²Anadolu Üniversitesi, Eskişehir

³Ankara Üniversitesi, Ankara

Email : omyasar@ankara.edu.tr, ozgencaner1@gmail.com, Hakan.Sunay@ankara.edu.tr

Giriş ve Amaç: Dünya genelinde ve Ülkemizde gerek bilimsel çalışmaların gerçekleşmesi gerekse insan tutum, davranış ve ihtiyaçlarının belirlenmesi ihtiyacından dolayı birçok ölçek geliştirme çalışması yapılmaktadır (Dirlik, 2014). Spor bilimleri de bu kapsamda ölçek geliştirilmesi çalışmalarına ihtiyaç duyulan ve bu tür çalışmaların yapıldığı bir alandır. Bunun yanı sıra spor bilimleri alanında kullanılan ölçeklerin birçoğunun orijinal olarak geliştirilen ölçeklerden ziyade, başka ölçeklerin uyarlaması yapılarak kullanılan ölçekler olduğu görülmektedir. YÖK ulusal tez arama veri tabanında "Spor" ve "Ölçek Geliştirme" anahtar kelimeleri kullanılarak yapılan ve 2007-2017 yıllarını kapsayan araştırmada bu kapsamda değerlendirilecek tez sayısının 12 olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışmanın amacını 2007-2017 yılları arasında spor bilimleri alanında lisansüstü tezleri kapsamında gerçekleştirilen ölçek geliştirme çalışmalarının APA tarafından geliştirilen ölçek ve test geliştirme standartlarına uygunluğunun araştırılması amaçlanmıştır.

Yöntem: Bu araştırma, nitel araştırmalar kapsamında bulunan bir doküman inceleme çalışmasıdır. Nitel araştırmaların doğası gereğince derinlemesine incelemeler ve analizler yapılmakta ve bu nedenle nicel araştırmalarda olduğu gibi büyük örneklemle çalışmak mümkün olmamaktadır. (Yıldırım ve Şimşek, 2011). Bu çalışmada da spor bilimleri alanında yapılan doktora tezlerinden tabakalı seçkisiz yöntemle belirlenen beş ölçek geliştirme konulu lisansüstü tez, test ve ölçek geliştirme standartlarına göre incelenmiş ve söz konusu ölçek geliştirme çalışmaları derinlemesine analiz edilmiştir. Tezlerin incelenmesinde tez yazarlarının ve çalışmaların isimleri verilmemiş ve tezler 1-5 arasındaki rakamlarla kodlanmıştır.

Bulgular: Yapılan analizler sonucu değerlendirilen 5 ölçekten 2'sinin ölçek geliştirme standartlarını orta düzeyde 3'ünün ise düşük düzeyde karşıladığı tespit edilmiştir. Değerlendirilen çalışmaların hiçbirinde ölçek geliştirme sürecinde görüşlerine başvuru uzmanların nitelikleri hakkında detaylı bilgi verilmemiştir. Bunun yanı sıra ölçeklerin 3'ünde kapsam geçerliliği yeterli bir biçimde açıkça açıklanmıştır. Ayrıca incelenen 2 çalışmada geçerlik ve güvenirlik testleri yeterli düzeyde ifade edilmiştir. Sonuç: Sonuç olarak çalışma kapsamında incelenen tezlerin genel olarak APA standartlarına uygunluğu yeterli bulunmamıştır. Bu kapsamda araştırmacılar için bu standartların içeriği kapsamında farkındalığının artırılmasına yönelik çalışmaların yapılması bu konuda öneri olarak sunulabilir.

Anahtar Kelimeler: Ölçek Geliştirme, Spor, Tez

The Analysis Of Themed Of Scale Development in Sports Sciences According To The Test And Scale Development Standards

Introduction and Aim: The aim of this study is to investigate the appropriateness of scale development studies carried out within the scope of postgraduate theses in sport sciences between 2007-2017 to the scale and test development standards developed by APA.

Method: This is a document review study that is part of qualitative research. Due to the nature of qualitative research, in-depth studies and analyzes are carried out and therefore it is not possible to work with large samples as in quantitative research. (Yıldırım and Şimşek, 2011). In this study, the graduate dissertation on the development of five scales determined by layered unselected methods from the doctoral dissertations in the field of sport sciences was examined according to the standards of testing and scale development and the scale development studies in question were analyzed in depth. In the examination of the theses, the names of the thesis authors and works are not given and the theses are coded with the numbers 1-5.

Results: It was determined that 2 out of the 5 scales that were evaluated as the result of the analyzes performed, met the scale development standards at a moderate level and 3 at a low level. None of the assessed studies provided detailed information on the qualifications of the experts referred to their views during the scale development process. On the other hand, the extent of coverage at 3 of the scales is adequately explained. In addition, validity and reliability tests were expressed adequately in 2 studies. As a result, it was found that the theses examined in the scope of the study generally did not comply with the APA standards. In this context, it can be suggested as a proposal for the researchers to increase their awareness of the contents of these standards.

Keywords: Scale Development, Sport, Thesis

Futbol Seyircilerinin Risk Algıları Üzerine Bir Araştırma

¹Meral Sevinç Tırpan, ¹R. Timuçin Genç

¹Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir

Email : meralsevinc@hotmail.com, timucin.gencer@gmail.com

Giriş ve amaç: Bu çalışmanın amacı, stadyumlara giden futbol seyircilerinin risk algılarını belirlemek ve bunların cinsiyet, yaş, medeni durum ve eğitim düzeyi açısından farklılıklarını incelemektir.

Yöntem: Araştırmanın örneklemini, futbol maçlarını stadyumlarda seyreden, kolayda örneklem yöntemi ile seçilmiş toplam 286 futbol seyircisi (26 kadın, 260 erkek) oluşturmaktadır. Çalışmada Carroll ve ark. (2014) tarafından geliştirilen ve altı alt boyuttan oluşan "Seyirci Risk Algısı Ölçeği" ve seyircilerin demografik özelliklerinin yer aldığı bir anket formu kullanılmıştır. Ölçeğin, geçerlilik ve güvenirlik analizlerinin yanı sıra, verilerin analizinde t-testi ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Ölçeğin dilsel eşdeğerliğe sahip olduğu görüldükten sonra geçerlilik ve güvenirlik analizleri yapılmıştır. Madde analizinden sonra yapılan doğrulayıcı faktör analiz sonuçlarında ölçeğin sahip olduğu uyum indekslerinin yeterli olduğu görülmüştür ($X^2(2)=242.91$, $df = 118$, $X^2/df = 2.06$, $RMSEA = .061$, $SRMR = .054$, $GFI = .91$, $CFI = .92$, $IFI = .92$). Ölçeği oluşturan alt boyutların iç tutarlılık katsayıları .60 ile .83 arasında değişkenlik göstermektedir. Araştırmaya katılan futbol seyircilerinin performans, psikolojik ve fiziksel risk algılarının yaş, eğitim düzeyi ve medeni durum açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gösterdiği belirlenmiştir.

Sonuç: Seyirci Risk Algısı ölçeğinin geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğu belirlenmiştir. Seyircilerin risk algılarının azaltılmasına yönelik düzenlemeler müsabakalara katılımın artması yönünde katkı sağlayabilir.

Anahtar Kelimeler: Taraftar, Stadyum, Risk Algısı

A Study On The Risk Perceptions Of Football Spectators

Purpose: The aim of this study was to determine the risk perceptions of football spectators going to the stadiums and to examine their differences in terms of gender, age, marital status and education level.

Method: A total of 286 football spectators (26 female, 260 male) watching football games at the stadiums were selected by using a convenience sampling method. A questionnaire consisting of the Spectators Risk Perception Scale (Carroll et. al. 2014) and some demographic questions were used in this study. In the analysis of data besides reliability and validity analysis of the measurement tool, t-test and one way Anova analysis were used.

Results: Linguistic equivalence of the scale was examined, then reliability and validity analysis were conducted. Confirmatory factor analyses results demonstrated that the measurement tool employed for the study showed an acceptable degree of fit ($X^2/df = 1.77$, $RMSEA = .061$, $GFI = .92$, $CFI = .93$, $NFI = .86$, $NNFI = .91$). ,).

Internal consistency coefficients of the scale was found to be between .60 and .83. It was found out that performance, psychological and physical risk perceptions of the football spectators speed significant differences in terms of age, marital status and education level.

Conclusion According to the results, Spectators Risk Perception Scale can be used as a valid and reliable instrument in researches. Regulations towards reducing the risk perceptions of the spectators may increase the attendance rates in football games.

Keywords: Fan, Stadium, Risk Perception

Türkiye’de Uluslararası Spor Organizasyonları Düzenleyen Federasyonların Karşılaştıkları Problemler

1Tolga TEK, 1M. Settar Koçak

1Orta Doğu Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Sor Bölümü, Ankara

Email : tolgatek5@gmail.com, tolgatek5@gmail.com, settar@metu.edu.tr

Giriş ve Amaç: Araştırma, ülkemizde uluslararası spor organizasyonu düzenlemiş olan tüm federasyonların mevcut durumu ortaya konulmuş, düzenlemiş oldukları uluslararası organizasyonlarda karşılaştıkları problemlere yer verilmiş ve daha üst düzeyde organizasyonlar düzenleyebilmeleri için nelerin yapılması gerektiği ile ilgili sorulara cevap oluşturulması amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırmada 2014 yılına kadar uluslararası organizasyon düzenleyen 36 federasyonun 150 yöneticisi ile kişisel görüşme tekniği uygulanarak geliştirilen anketler sonunda veriler toplanmıştır. Bilgi toplama araçlarından elde edilen veriler hazırlanan kod yönergelerine göre bilgi formlarına işlenmiş ve bilgisayarda değerlendirilmelerinde ve bilgilerin analizinde SPSS 22.0 programı kullanılmıştır. Her soruya deneklerin verdikleri cevapların frekans ve yüzdeleri alınmıştır. Frekans ve yüzdelik dağılımlar alındıktan sonra birbirleriyle ilişkili olduğu düşünülen değişkenler arasında çapraz tablolar oluşturulmuştur. Ki-kare, T testi ve Sd’ ne göre belirlenen sonuçlardan elde edilen bulgular tablolaştırılarak $p<0.05$ değerine göre yorumlanmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Bu çalışma sonucunda elde edilen veriler ışığı altında; Uluslararası organizasyon düzenleyen federasyonların, bürokrasiden gerekli desteği yeterince görmediği, federasyonlarda görevli personelin mesleki açıdan gereken seviyede eğitilmiş olmadığı, organizasyonlar için önceden belirlenen hedeflere ulaşılmasında personelin kısmen yeterli olduğu, basın-yayın, sağlık, ulaşım gibi organizasyonun gerçekleştirilmesi için oluşturulan komitelerde yer alan personelin kısmen yeterli olduğu, birimler arasında eşgüdümleme problemleri yaşandığı, organizasyonlar için ayrılan bütçenin yetersiz kaldığı, organizasyonlar için özel kuruluşlardan yeterli desteğin sağlanamadığı, katılımcılar için konaklama, çalışma ortamı ve spor tesislerinin kısmen yeterli olduğu görülmektedir. Bu nedenle; uluslararası organizasyon düzenleyecek federasyonların karşılaştıkları bürokratik engelleri ortadan kaldırabilecek yasal düzenlemelere ihtiyaç olduğu, görevlendirilen personelin mesleki açıdan gelişimlerinin sağlanması için eğitim hizmetlerinin düzenlenmesi, özel sektöre bu tip uluslararası organizasyonlara destek sağlayabileceği yasal kolaylıkların getirilmesi, hatta tüm federasyonlarımıza bünyesinde yer veren GSGM teşkilat yapısı içerisinde bu tip uluslararası organizasyon düzenleyecek profesyonel kadroların yer aldığı bir yapının oluşturulmasının daha başarılı sonuçlara ulaşılmasını sağlayacağı düşünülmektedir.

The Problems Federations Holding International Sports Organizations in Turkey Face With

In this research, the present situation of all the federations which have held international sports organization in our country has been revealed, the problems they have faced with international organizations they have held have been included and this research has been conducted to answer questions about what needs to be done to hold organizations at a higher level. In the research, data have been gathered as a result of the questionnaires developed by applying personal interview technique with 150 managers of 36 federations holding international organizations till 2014. The data obtained from the data collection tools have been processed into the data sheets according to the prepared code guidelines and SPSS 22.0 program has been used in computer evaluations and information analysis. For each question, the frequency and percentages of the answers given by the participants have been taken.

After the frequency and percentage distributions have been taken, crosstabs have been formed between the variables thought to be related to each other. Findings obtained from chi-square, T test and Sd results have been tabulated and interpreted according to $p < 0.05$ value. According to the data ;Federations holding international organizations are not supported enough by the bureaucracy, the staff members of the federations are not trained in the professionally required level. Therefore, it is thought that there is a need for legal arrangements to remove the bureaucratic obstacles faced by the federations holding international organizations and it is expected to achieve more successful results by organizing training services to ensure the professional development of the staff in charge, providing legal facilities to the private sector that can support such international organizations, and even creating a structure in which there are professional staff to organize this type of international organizations within GSGM organizational structure which includes all the federations.

SUNULMADI

Spor Yönetiminde Liderlik Tarzları

¹Selcan Ergun, ²Selcan Ergun, ²M. Settar Koçak

¹Orta Doğu Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi ve Sor Bölümü, Ankara

²Orta Doğu Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Ankara

Email : selcanmelekergun@gmail.com, selcanmelekergun@gmail.com, settar@metu.edu.tr

Giriş ve Amaç: Spor yönetimine bakıldığında küreselleşen spor kavramı ve spor endüstrisi artık kendi dinamiklerini yürüten bir hal almıştır. Sporda yönetim anlayışının disiplin olarak ele alınışı, sporun gelişmesinde önemli rol oynamıştır. Güncel olarak "iş" tanımlaması içinde yer tutan spor kavramına bakıldığında, son yıllarda katılımcıların bu işe katılmadaki isteklerinin de arttığı ve sadece iş boyutu değil artık sporun bir endüstri olarak varlığını sürdürdüğü görülmektedir (Ekmekçi ve ark., 2012). Spor yönetiminde diğer alanlarda olduğu gibi liderlik önemli bir noktaya gelmiştir. Günümüzün toplumsal yapısı içerisinde kazanılan başarı ya da mevcut sorunların odak noktası olarak, yöneticilerin tavır, davranışları ve yönetim tarzları sorgulanmaktadır. Bu anlayış spor yönetiminde de kendisini gösteren bir anlayış haline gelmiştir. Özellikle iyi yönetim anlayışına sahip başarılı spor yöneticileri gerek takım açısından gerekse toplumsal açıdan liderlik vasıfları ile göz önüne gelmektedir. Bu araştırmada spor yönetiminde liderlik tarzlarının araştırılması amaçlanmıştır.

Yöntem: Bu araştırmada kaynak tarama yöntemi kullanılmıştır. Bulgular ve Sonuç:Yapılan araştırma sonucunda spor yöneticilerinin de liderlik davranışı göstermelerinin zorunlu bir davranış olarak ortaya çıkmaktadır. Günümüzde başarılı spor yöneticilerinde en sık gözlenen liderlik özellikleri; durumlara uyum sağlama, duyarlılık, hırs ve başarı gereksinimi, kararlılık, bağımsızlık, diğerlerini etkileme isteği, ısrarcılık, çalışkanlık, kendine güven, stresle başa çıkabilme, sorumluluk üstlenmeye gönüllülük, kavramsal düşünme, incelik, etkileyici konuşma, takım sporcuları ile ilgili bilgi, ikna edebilme gücü ve sosyal becerilerdir. Spor yöneticilerindeki bu liderlik özellikleri takımın verimli ve etkili olabilmesi için gereklidir. Spor yöneticileri, yöneticilerinin liderlik davranışları, diğer mesleklerdeki lider davranışlarıyla kısmen benzerlik göstermektedir.

Sonuç olarak spor yönetimi açısından liderlik, son yıllarda üzerinde en fazla yazılan, konuşulan ve tartışılan konulardan biri haline gelmiştir. Spor yönetiminde bir liderin üstün özelliklere, öngörüye ve yeteneklere sahip olması, ya da olmaması, yönettiği takımın geleceğini olumlu veya olumsuz şekilde etkilemektedir. Bu durum, takımın başarıya ulaşması yada başarısızlığa uğraması anlamına gelir. Bu sebeple günümüzde spor yöneticileri takımlarını daha iyi yönetilmek için etkin liderlik rollerine sahip olmalıdır.

Leadership Styles in Sport Management

Considering sport management, globalizing sport concept and the sport industry has now come to a state of conducting their own dynamics. Handling the management mentality in sport as a discipline have played an important role in the development of sport. When looking at the concept of sport which is currently included in the definition of "work", it has been seen that the participants' willingness to participate in this work has increased in recent years and it is no longer merely a business dimension but sport is now a industry as a whole (Ekmekçi et al., 2012). As in other areas, leadership in sport management has come to an important point. In this research, it is aimed to investigate leadership styles in sport management. As a result of this research conducted in line with this aim, it is a must for sports managers to show leadership behaviors.

Today the most frequently observed leadership characteristics in successful sport managers are ability to adapt to every situation, sensitivity, ambition and success need, determination, independence, desire to influence others, pushiness, diligence, self confidence, coping with stress, volunteering to take responsibility, conceptual thinking, grace, impressive speech, knowledge about team members, power to persuade and social skills. These leadership features of sports managers are necessary for the team to be efficient and effective. As a result, leadership in sports management has become one of the most written, spoken and debated topics over the last few years, because the leader in sports management is mentor of the team. Whether or not a leader in sport management has superior traits, foresight and talent affects the fate of his team positively or negatively. This means that the team will have a success or a failure. For this reason, sports managers should now have effective leadership.

Basketbolcuların Empati Eğilimlerinin Bazı Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi

¹Kamil Boğac İskender, ¹Hüseyin Öztürk

¹Gaziantep

Email : bogaciskender@gmail.com, ozturkavrasya@hotmail.com

Bu araştırma Basketbolcuların empati eğitimi ölçmek amacı ile hazırlanmıştır. Araştırmaya 652 erkek sporcu katılmıştır. Araştırmada veri toplama için daha önce Türkçe uyarlaması Sortuklu,(2011) tarafından yapılan Empati eğitimi ölçeği kullanılmıştır. İstatistiksel analizler için SPSS 22.0 paket programı kullanılmıştır. Tanıtıcı istatistik olarak ve ortalama $\pm$ Std. Sapma değerleri verilmiştir. İki bağımsız grup karşılaştırılmasında Student t-testi, İki'den fazla bağımsız grubun karşılaştırılmasında ANOVA ve Tukey çoklu karşılaştırma testleri kullanılmıştır.

Araştırmaya çoğunlukla 22-25 yaş aralığında olanlar (%32.5), 2-4 yıl aralığında spor yapanlar (%29.4), kulüp sporcusu olarak oynamayanlar 330 kişi (%50.6) ve Besyo öğrencileri 270 kişi (%41.4) katılmıştır, kulüptebasketbol oynama, Besyo öğrencisi olması ve spor yapma yılı ile empati ölçeği anlamlı bir fark olmadığı sonucuna varılmıştır. Anahtar kelimeler: empati,eğitim,spor

The Evelaction Of Empathy Tendency Of Basketballers Dueto The Demographic

This evalvation is planned to evalvate the tendency of empathy of basketballers. The # (number)of 652 sportmen was included in the study . The collect the data ,of empathy sortuklu calculation scale was used (2011) statistical analysis of spss 22 was chosen.For the definitive statiscial analysis ,standart deviation (+)indepent groups ,student t-test was performed.ANOVA and TURKEY analysis was performend for the comparison of two and more dependent group data. Sportsmen between the ege of 22-25 was chosen (%32.5),2-4 years percentage of sportsmen was playing sport for (%29.4) 330 # of people was not playing as a member of a sports club .(%50.6) and 270 of besyo students were included to the study (%41,4). As to conclude,there was no significant difference found between the groups of playing related to the sports club,playing as a Besyo student and to the # of years playing basketball. Keywords; empathy; education, sport

Gençlik ve Spor Politikası Olarak Bakanlar Kurulu Kararlarının Değerlendirilmesi

1Recep Nur Uzun

¹Ondokuz Mayıs Üniversitesi Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, Samsun

Email : recepnruzun@outlook.com

Giriş ve Amaç 21. Yüzyılda ulusal çağdaşlık ve gelişimi simgeleyen alanlardan bir tanesi spordur. Sporu sadece bu tanımlama ile kısıtlandırma yanlış olur. Toplum sağlığını, zihinsel ve bedensel yönden etkileyen spor ayrıca gençlerin kötü alışkanlıklardan uzak durmasına da büyük etkisi vardır. Bir başka açıdan bakmak gerekir ise; sportif başarıların elde edilmesi ülke onurunun yükselmesini, milliyetçilik duygusunun halk arasında pekişmesini sağlamaktadır. Spor alanında yürütülen politikanın en doğru şekilde uygulanması önem arz etmektedir. Ülke nüfusunun %50,5'i 30 yaşın altında olan Türkiye'nin Ulusal ve Uluslararası spor organizasyonlarında daha fazla başarılı olması gerektiği söylenebilir. Dolayısıyla çalışmanın amacı; Gençlik ve Spor Politikası olarak bakanlar kurulu kararlarının değerlendirilerek, spor politikasında izlenen yolun ayrıntıları ile analizinin yapılması amacı taşımaktadır.

Yöntem Araştırma literatür taramasına dayanmaktadır. Çalışma ile ilgili olarak İnternet siteleri ve basılı kaynaklardan yararlanılmıştır. Ayrıca araştırmada Gençlik ve Spor Bakanlığının mevzuat olarak benimsediği Bakanlar Kurulu kararlarından; Ulusal Gençlik ve Spor Politikası Belgesi incelenmiştir. Bu kapsamda söz konu belgenin spora katkılarının araştırılması yapılmıştır.

Bulgular ve Sonuç Ulusal Gençlik ve Spor Politikası Belgesinde; spor yönetimi, spor kültürü ve herkes için spor, elit sporcu yetiştirme, spor hukuku, engelliler ve spor, sporcu sağlığı, uluslararası spor organizasyonları ve olimpiyat olarak, 7 ana politika oluşmaktadır. Spor yönetiminde dikkat çeken hususların; spor kulüplerinin yeniden yapılanması ve spor federasyonlarının yapılanması olduğu söylenebilir. Spor yönetiminde söz sahibi olan hükümetin 2013 yılında 28541 sayılı resmî gazetede yayınladığı bildiri ile çatı örgütlenmede yeni bir oluşum içerisine girmek istediği ortadadır. Ayrıca bir başka politika olarak yayınlanan elit sporcu yetiştirilmesi esası, uzman ve nitelikli teknik eleman yetiştirilmesi konusunda ihtiyacın olduğunu gözler önüne sermektedir. Devletin uluslararası spor organizasyonları ve olimpiyat politikasında; Olimpiyatlar ve uluslararası spor organizasyonlarına katılım ve başarıda sporcuların en üst düzeyde performansa ulaşmasını sağlayacak yapının oluşturulması politikasında sporcuların uluslararası alandaki başarılarının artırılması için çeşitli oluşuma girilmesi gerektiği hissini uyandırmıştır. Türkiye'nin spor yönetiminde kurumsal bir yönetim anlayışı benimsemesi gerektiği söylenebilir.

Assessment of the Decisions of the Council of Ministers as a Youth and Sport Policy

Introduction and Aim: One of the areas that symbolize national modernity and development in the 21st century is the spodur. Restriction is wrong with just this definition of sports. The sport that affects community health, both mentally and physically, also has a great impact on youth to stay away from bad habits. In another respect it is necessary to look at; the achievement of sporting achievements will ensure that the dignity of the country will rise and that the sense of nationalism will consolidate among the people.

Method: The research is based on literature review. Internet sites and printed resources were used for the study. In addition, the decisions of the Council of Ministers, adopted by the Ministry of Youth and Sports as legislation, The National Youth and Sports Policy

Document has been examined. In this context, the investigation of the contribution of the spore of the mentioned document has been made.

Findings and Conclusion: National Youth and Sport Policy Document; sports management, sports culture and sports for all, elite athlete training, sports law, hurdles and sports, athletic health, international sports organizations and olympics. The government, which has a say in sports management, wants to enter into a new formation in the roof organization with the declaration published in the official gazette numbered 28541 in 2013. In the international sports organizations and Olympic policy of the state; Participation in the Olympics and international sports organizations and in the policy of building a structure that will enable athletes to achieve the highest level of performance in succession has stimulated a sense of the need for a variety of athletes to increase their success in the international arena. It can be said that Turkey should adopt a corporate governance approach in sport management.

SUNULMADI

REKREASYON RECREATION

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin E-Spor Hakkındaki Bilgi Düzeylerinin Araştırılması

¹Serap Çolak, ²Abdullah Örs, ¹Enis Çolak, ¹Murat Son, ²Dilşat Güzelordu, ²Tuncay Çolak, ³Mehmet Yargıcı

¹Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

²Kocaeli Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Kocaeli

³Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kocaeli

Email : srpclk@gmail.com, dr.ors@hotmail.com, enis_colak@yahoo.com, muratson1979@hotmail.com, dr_sipal@hotmail.com, tuncayc@kocaeli.edu.tr, mehmetyargici@hotmail.com

Giriş-Amaç: E-spor son yıllarda popülaritesi artan, devasa bütçelere ulaşmış bir spor dalıdır. Son yıllarda e-spor turnuvalarında 181 milyon doların üzerinde ödül dağıtılmıştır ve düzenlenen turnuvalar milyonlarca kişi tarafından takip edilmiştir. Tüm dünyada 70 milyar dolarlık bir sektör haline gelen dijital oyun sektörünün, 1 milyar oyuncusu bulunmaktadır. Dijital oyunların rekabetçi bir ortamda profesyonelleşmiş hali olan e-spor Türkiye’de yeni gelişmekte olan bir spor dalıdır. Yaptığımız çalışmada 20 milyon dijital oyun kullanıcısıyla büyük bir potansiyele sahip ülkemizde e-spor hakkındaki bilgi düzeyini ölçmeyi amaçlanmıştır.

Yöntem: 162 Erkek, 123 kadın toplam 285 (yaş:22,95±2,43) Spor Bilimleri Fakültesi öğrencisine demografik özellikleri, dijital oyun oynama sıklığı, e-spor bilgi düzeyleri ve e-spor ile ilgili bilgileri nasıl öğrendikleri ile ilgili soruların bulunduğu bir anket uygulanmıştır. **BULGULAR:** Çalışmaya katılanlardan 181 kişi (%63,5) daha önce e-spor sözcüğünü hiç duymadıklarını belirtmiştir. 30 kişi (%10,5) daha önce e-spor oyunu oynadığını, 11 kişi (%2,1) e-spor turnuvasına katıldığını, 42 kişi (%14,7) kişi e-spor turnuvası izlediğini, 6 kişi ise hem e-spor turnuvasına katılıp hem de e-spor turnuvası izlediğini belirtmiştir. Çalışmaya katılan kişilerin Spor Bilimleri Fakültesi öğrencisi ve 18-33 yaş aralığında olmalarına rağmen sonuçlarımız e-spor’un yeteri kadar bilinmediğini ve e-spor oyuncu sayısının az olduğunu göstermektedir. **SONUÇ:** E-spor her yıl katlanarak büyüyen bir sektör haline gelmiştir. Potansiyel nüfusuyla Türkiye’nin e-spor alanında dünya ile yarışabilecek düzeye gelmesi için e-spor hakkındaki bilgi düzeyi belirlenmeli ve bilgi düzeyini artırıcı çalışmalar yapılmalıdır.

Kaynaklar: 1)Wagner, M. G. (2006, June). On the Scientific Relevance of eSports. In International Conference on Internet Computing (pp. 437-442). 2) Hamari, J., Hamari, J., Sjöblom, M., & Sjöblom, M. (2017). What is eSports and why do people watch it?. Internet research, 27(2), 211-232. 3) Seo, Y., & Jung, S. U. (2016). Beyond solitary play in computer games: The social practices of eSports. Journal of Consumer Culture, 16(3), 635-655.

Research On Knowledge Level Of Faculty Of Sports Science Students About E-Sports

Introduction: In the recent years, e-sports has been mentioned more and more frequently as a branch of sports, and the amount of money being spent on it has also increased in a parallel manner. Only in the last few years, over 181 million dollars have been handed out as prize money for e-sports competitions, which were spectated by many admirers. With almost 1 billion of customers worldwide, today’s digital game sector is now worth 70 billion dollars. E-sports has just started to develop in Turkey in the recent times, as a branch of sports that is based on digital games and a competitive atmosphere. Turkey already has 20 million digital game players, and certainly the numbers will increase in the future. Thus, in our work, we aim to detect how informed Turkish students are about e-sports.

Method: We've conducted a survey with 162 male and 123 female participants (285 in total), who are all students at Faculty of Sports Sciences (ages: $22,95 \pm 2,43$). They were asked about their demographic characteristics, how often they played digital games, how much they knew about sports and how they've acquired their knowledge on the topic.

Results: 181 of the participants (63.5%) stated that they've never heard of "e-sports". 30 people (10.5%) have played e- sports before, 11 (2.1%) have participated in an e-sports tournament, 42 (14.7%) have watched a tournament, and finally, 6 people have both watched at least one tournament and participated in one.

Conclusion: E-sports is a sector that has been rapidly developing with each passing day. To realize the potential of Turkey on this subject, and to rise her to the level of her contemporaries, the public's level of knowledge on the subject should be evaluated in a more detailed manner, and efforts should be made to inform the public about the e-sports.

The Role Of Women-Only Park On Sport And Physical Activities Development Among Women Of Tehran (Case Study: Beheshte-E Madaran Park)

¹Sara Keshkar, ¹Gholam Ali Karegar

¹Allameh Tabataba'i University, Sport Sciences Faculty, Tehran

Email : sarakeshkar@gmail.com, Ali.Karegar43@gmail.com

Preparing a suitable place for women recreational sport activities was one of the most important goals for establishment of women-only parks in Tehran. In spite of increasing of such parks in Iran, but it seems its efficiency evaluation is not distinguished. The aim of this research was to investigate the efficiency of health and recreational sport activity goals in Behesht-e Madaran as the first women-only park in Tehran. This research was a case study using survey. The population was the women who used the park in 2016. And the sample size regarding to Morgan table was determined 384 persons. The sampling method was Convenience, choosing women who were physically active in the park. The research tool was a questionnaire which its content-related validity was approved by 18 experts and construct validity was approved by factor analysis. Its reliability using Cronbach alpha was 0/88. Results showed that the majority of women came to the park just once a year, considerable percent of them participated in park recreational sport activities with no regular time. A small portion of them had motivation for doing sport activities in the park. Women at 50 years' old and upper ages had Feeling of happiness and spiritual and physical health more than other women in different ages. security and happiness goal among women-only park users were obtained but the women who came to the park didn't care about sport activities and equipment. So investigating and researching about the efficiency of women-only parks in order to manage financial resources and public properties in a better way is suggested.

References: 1. Arjmand, Reza(2013). Women in Public Space: A Comparative Study of Women in Women-Only Parks and Gender-Mixed Parks in Iran. European Conference on Sociology of Urban and Regional development. Berlin, Germany.

Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde Okuyan Öğrencilerin, Rekreatif Etkinliklere Katılıp Katılmama Durumlarına Göre Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi

¹Emine BAL Turan, ¹Ertuğrul Arslan, ²Gül Yamaner

¹Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya

²Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Çorum

Email : eminebal@akdeniz.edu.tr, ertugrularslan@gmail.com, gulyagar@hitit.edu.tr

Amaç: Bu araştırma, 2016-2017 Eğitim-Öğretim yılında Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde eğitim gören öğrencilerin bazı değişkenlere göre umutsuzluk düzeylerini belirlemeyi amaçlamaktadır. Materyal ve Metot: Araştırmaya katılanların umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesi için Beck ve diğerleri (1971) tarafından geliştirilen Seber ve arkadaşları (1991) tarafından Türkçe adaptasyonu yapılan 20 maddeden oluşan Beck Umutsuzluk Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin cronbach alpha iç tutarlık katsayısı 0,85 olarak bulunmuştur. Verileri analiz edilmesinde SPSS paket programı kullanılmıştır.

Bulgular: Yapılan analizler sonucunda verilerin normal dağılmamasından dolayı Mann Whitney-U testi yapılmıştır. Elde edilen verilere göre: araştırma 187'si (%50,5) kadınlardan, 183'ü (%49,5) erkeklerden toplamda 370 katılımcıdan oluşmaktadır. Cinsiyet değişkenine göre kadın ve erkek öğrencilerin umutsuzluk düzeyi puan ortalamasında anlamlı bir farklılık bulunan bu çalışmada erkek öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri ($\bar{X}=6,47$) kadın öğrencilerin umutsuzluk düzeyinden ($\bar{X}=4,29$) daha düşük olduğu gözlenmiştir. Rekreatif etkinliklere katılıp katılmama durumlarına göre rekreatif etkinliklere katılan bireylerin umutsuzluk düzeylerinin ($\bar{X}=4,56$) daha düşük olduğu saptanmıştır.

Sonuç: Bu araştırma sonucunda kadınların umutsuzluk düzeylerinin erkeklere oranla daha düşük olduğu ve rekreatif etkinliklere katılmamanın umutsuzluk düzeyini düşürdüğü görülmüştür.

Kaynaklar: SEBER, G.(1991). Beck Umutsuzluk Ölçeğinin geçerlik ve güvenirliği üzerine bir çalışma. Yayınlanmamış doktora tezi, Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir. BECK, AT, WEISSMAN A., LESTER D., TREXLER L (1971) The measurement of pessimism. The Hopelessness Scale. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 12 (6): 861-865.

Investigation Of Hopelessness Levels Of Students Studying in The Faculty Of Sport Sciences At Akdeniz University With Regard To Their Participation in Recreational Activities

Purpose: The purpose of this study is to determine hopelessness levels of students studying in the Faculty of Sport Sciences at Akdeniz University during 2016-2017 academic year with regard to some variables. Method: The Beck Hopelessness Scale (BHS) which was developed by Beck et al. (1971) and adapted into Turkish culture by Seber et al. (1991), was used to determine hopelessness levels of participants. The scale consists of 20 items. Cronbach alpha value of the scale was found 0.85 in relation to internal consistency. SPSS was used in order to analyze data.

Results: Mann Whitney-U test was used because of non parametric data. A total of 370 participants, 187 females (50,5 %) and 183 males (49,5 %), were included in this study. Regarding sex, a significant difference was observed between males and females in the average point of hopelessness levels of students. The levels of hopelessness of male students ($\bar{X}=6,47$) were observed lower than female students' ($\bar{X}=4,29$). Regarding the participation in recreational activities, the levels of hopelessness of individuals participating in recreational activities ($\bar{X}=4,56$) were observed lower.

Conclusion: As the result of this study, the hopelessness levels of females are lower than males and participation in recreational activities reduces hopelessness levels of individuals.

References: SEBER, G.(1991). Beck Umutsuzluk Ölçeğinin geçerlik ve güvenirliği üzerine bir çalışma. Yayınlanmamış doktora tezi, Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir. BECK, AT, WEISSMAN A., LESTER D., TREXLER L (1971) The measurement of pessimism. The Hopelessness Scale. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 12 (6): 861-865.

PB177

Futranç

²*Birol Genç, ¹Egemen Ermiş, ³Necati Alp Erilli*

¹*Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitim Bölümü, Samsun*

²*Ondokuz Mayıs Üniversitesi Vakfı İlköğretim Okulu, Samsun*

³*Cumhuriyet Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Ekonometri Bölümü, İstatistik Anabilim Dalı, Sivas*

Giriş ve Amaç: Yapılan bilimsel çalışmalarda spor yapan bireylerde sporun analitik düşünmeye ve yorum yapabilme becerisine önemli oranda katkı sağladığı bilinmektedir. Futranç ile çocuklarımızın hem spor yaparak zinde bir vücut yapısına katkı sağlayabilecekleri, hem de satranç oyunu ile zekâlarını (analitik düşünme, okuma becerisi, dikkat, koordinasyon, sabır, alt beyin üst beyin ilişkisi, hayal gücü, rekabet, hızlı düşünme, etkili karar verme, zamanı iyi kullanma ve kontrol) geliştirebilecekleri yepyeni bir uygulama alanı ortaya koymak amaçlanmıştır.

Yöntem: Futranç; Futbol ve satrancın aynı spor müsabakası altında birlikte oynanması esasına dayanır. Futranç maçı yirmişer dakikadan iki devre şeklinde beş dakika devre arası verilerek oynanır. Satranç oyununda giyotin sistemi kullanılır. Her iki takımda 6 asil ve 2 yedek oyuncu bulunur. Futbol ile satrancın aynı anda oynandığı oyunda maç başladıktan sonra hakem, ilk hamleyi yapması için takımın seçtiği oyuncuyu çağırır. Bu oyuncunun sahanın kenarındaki masaya konulan satrançta hamlesini yapmasının ardından hakem, rakip takımın oyuncusunu hamlesini gerçekleştirmek üzere çağırır. Hamlesini tamamlayan oyuncu saate bastıktan sonra sahaya döner. Bu şekilde satranç maçını kazanmaya çalışan takım aynı zamanda futbol maçında da gol atmaya çalışmaktadır. Oyun sonunda futbol oyununda atılan gol hariç, satranç oyununu kazanan takım 2 (iki) gol atmış sayılmaktadır.

Bulgular: Futranç sporu tanıtıldıktan sonra 662 öğrenciye Futranç hakkında anket yapılmıştır. Buna göre öğrencilerin %84'ü satrancın kendilerine katkı sağladığını, %57'si satrancın masa başında saatlerce oynanmasından dolayı sıkılmalarına sebep olduğunu, %72'si satranç öğrenmek için Futranç oynamak istediğini, %70'i satrancın zekâ gelişimde önemli olduğunu farkında olduklarını, %81'i ise Futranç oyununun il ve ülkemiz genelinde oynatılmasının önemli olduğunu belirtmiştir.

Sonuç: Milli Eğitim Bakanlığı'nca okul sporlarında ülke genelinde Futranç oyunun yaygınlaştırılarak oynatılması için gerekli çalışmaların yapılması ve böylelikle Türkiye'nin PISA testlerinde göstermiş olduğu olumsuz tabloya gelecek nesiller için pozitif yönde bir katkı sağlanması hedeflenmektedir.

Anahtar Kelimeler: Futranç, Satranç, Futbol

Soccerchess

Introduction and Purpose: Scientific studies have shown sports contribute significantly to analytic thinking and skills of interpreting. With futranç, a brand new type of sport has been introduced in which children can both have a fit body by doing sport and also develop their intelligence with the game of chess.

Method: Futranç is based on playing football and chess within the same sports competition. It is played in two terms of twenty minutes with a five minute of half-time. There are 6 starter and 2 substitute players on both teams.

Referee calls the player chosen for the first move after the game starts. After this player makes his move in the chess board at the side of the field, the player of the opponent team is called to make his move. After the player who makes his move sets the timer, he returns to the field. The team trying to win the game of chess is also trying to score goal in the football game. Apart from the goal in the football game, the team winning the chess game is considered to have scored two goals.

Results: After the sport was introduced, a questionnaire was given to 662 students. 84% said that chess contributed to them, 57% said they were bored of playing chess at a table for hours, 72% said they wanted to play to learn chess, 70% said they were aware of significance of chess in intelligence development, 81% said it was important to have the game played in the city and the country.

Conclusion: The Ministry of National Education should make futranç game more popular in schools in the country and thus it is thought that the game will make a positive contribution to negative results Turkey has in PISA tests.

Keywords: Futranç, Chess, Football

PB227

Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Algı Düzeyleri ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki

²Mehmet Demirel, ²Duygu Harmandar Demirel, ¹Emrah Serdar, ¹Veli Ozan Çakır

¹İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

²Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kütahya

Email : mehmetdemirel78@gmail.com, duyguharmandar@gmail.com, serdar-emrah@hotmail.com, veliozancakir@gmail.com

Amaç: Bu araştırmanın amacı, üniversitede öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman algı düzeyleri ile problem çözme becerilerini belirlemek ve bu iki kavram arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır.

Gereç ve Yöntem: Araştırmanın çalışma grubunu Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulda öğrenim gören amaçlı örnekleme yöntemiyle seçilmiş olan 95 (%45,5) “Erkek” ve 114 (%54,5) “Kadın” olmak üzere toplam 209 üniversite öğrencisi çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada Esteve ve ark. (1999) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Gürbüz ve ark., (2007) tarafından yapılan “Boş Zaman Anlamı Ölçeği” ve Heppner ve Petersen (1982) tarafından geliştirilen ve Türkçe Uyarlaması Şahin ve Ark., (1993) tarafından yapılan “Problem Çözme Envanteri” kullanılmıştır.

Katılımcıların kişisel bilgilerinin dağılımlarının belirlenmesi için yüzde ve frekans yöntemleri; verilerin normal dağılıma sahip olup olmadığının belirlenmesi için Shapiro Wilks normallik testi uygulanmış ve bunun neticesinde verilerin parametrik test koşullarına uygun olduğunun anlaşılmasından sonra verilerin analizinde; katılımcıların serbest zaman algı düzeyleri ile problem çözme becerilerinin bazı demografik özelliklere göre farklılığını belirlemek için MANOVA; serbest zaman algı düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki düzeyini belirlemek için Person Korelasyon testleri uygulanmıştır.

Bulgular: MANOVA test sonuçlarında “Cinsiyet” ve “refah düzeyi” değişkenlerine göre serbest zaman algı düzeyleri ve problem çözme envanterinin toplam puanları arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilirken ($p<0.05$), “yaş”, ve “Spor branşı” değişkenlerine göre ise, serbest zaman algı düzeyleri ve problem çözme envanterinin toplam puanları arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$). Serbest zaman algı ve problem çözme puanları arasındaki ilişkiyi değerlendirmek için yapılan Pearson Korelasyon testine göre; iki ölçek arasında pozitif yönde düşük düzeyde ilişki bulunmuştur.

Sonuç: Katılımcıların serbest zaman algı düzeyleri ile problem çözme becerilerinin bazı demografik değişkenlere göre anlamlı farklılık gösterdiği ve problem çözme becerilerinin serbest zaman algı düzeylerini etkilediği tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler; Üniversite Öğrencisi, Serbest Zaman Algısı, Problem Çözme

The Relationship Between The Level of Leisure Perception and Problem Solving Skills of University Students

Purpose: This study is to determine the level of leisure perception and problem-solving skills of university students and to identify and to reveal the relationship between these two concepts.

Methods: 209 university students in total, 95 "Males" and 114 "Females" selected by purposive sampling have voluntarily attended Survey model has been used in the study. The sample of the study consists of students who are studying at Dumlupınar University. As a data collection tool in research, "The Meaning Of Leisure Scale ", which has been developed by Esteve and friends (1999) and adopted into Turkish by Gürbüz and etl (2007); and "Problem Solving Inventory" which has been developed by Heppner and Petersen (1982) and the Turkish Adaptation was developed by Sahin and friends., (1993) were used. Shapiro-Wilks normality test has been applied to identify whether data had normal distribution, in the analysis of data MANOVA was used according to some demographic characteristics in order to identify differences between leisure perception and problem solving skills. Pearson Correlation was used.

Findings: According to the variables of "gender" and "prosperity", MANOVA test results showed that there was a significant difference between the level of leisure perception and problem solving inventory in total scores ($p < 0.05$). "age" and "sport branch" there was no significantly different between the level of leisure perception and problem solving inventory in total scores ($p > 0.05$). In order to determine relations between leisure perception and problem solving skill Pearson Correlation test was used. And it showed that there was the low level of positive relation between two scales.

Results: according to some demographic variables showed that there is significant differences between the level of leisure perception and problem solving skills and problem-solving skills has been found to affect the levels of leisure perception.

Keywords; University Student, Leisure Perception, Problem Solving

Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Doyum Düzeyleri ile Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişki

¹Emrah Serdar, ²Mehmet Demirel, ²Duygu Harmandar Demirel, ¹Bilge Donuk

¹İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

²Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kütahya

Email : serdar-emrah@hotmail.com, mehmetdemirel78@gmail.com, duyguharmandar@gmail.com, bilgedonuk@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı, üniversitede öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman doyum düzeyleri ile mutluluk düzeylerini belirlemek ve bu iki kavram arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır.

Gereç ve Yöntem: Araştırmanın çalışma grubunu İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören amaçlı örnekleme yöntemiyle seçilmiş olan 275 (%64,3) “Erkek” ve 153 (%35,7) “Kadın” olmak üzere toplam 428 üniversite öğrencisi çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada Beard ve Raghead (1980) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Gökçe ve Orhan (2011) tarafından yapılan “Serbest Zaman Doyum Ölçeği” ve Hills ve Argyle (2002) tarafından geliştirilen ve Türkçe Uyarlaması Doğan ve Sapmaz (2012) tarafından yapılan “Oxford Mutluluk Ölçeği” kullanılmıştır.

Katılımcıların kişisel bilgilerinin dağılımlarının belirlenmesi için yüzde ve frekans yöntemleri; verilerin normal dağılıma sahip olup olmadığının belirlenmesi için Shapiro Wilks normallik testi uygulanmış ve bunun neticesinde verilerin parametrik test koşullarına uygun olduğunun anlaşılmasından sonra verilerin analizinde; katılımcıların serbest zaman doyum düzeyleri ile mutluluk düzeylerinin bazı demografik özelliklere göre farklılığını belirlemek için MANOVA ve ANOVA testleri; serbest zaman doyum düzeyleri ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki düzeyini belirlemek için ise Person Korelasyon testi uygulanmıştır

Bulgular: MANOVA test sonuçlarında “Cinsiyet”, ve “Haftalık Serbest Zaman Süreleri” değişkenlerine göre serbest zaman doyum toplam puanlarında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0.05$), ANOVA sonucuna göre ise, “ Refah Düzeyi” değişkenine göre Oxford mutluluk ölçeği puanlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir($p<0.05$). Serbest zaman doyum ölçeği ile Oxford mutluluk ölçek puanları arasındaki ilişkiyi tespit etmek için yapılan Pearson Korelasyon testine göre; SZDÖ ve OMÖ arasında orta düzeyde ve pozitif yönde bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Sonuç: Katılımcıların serbest zaman doyum düzeyleri ile mutluluk düzeylerinin bazı demografik değişkenlere göre anlamlı farklılık gösterdiği ve serbest zaman doyum düzeyleri arttıkça mutluluk düzeylerinin de arttığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler; Üniversite Öğrencisi, Serbest Zaman Doyumu, Oxford Mutluluk

The Relationship Between The Level of Leisure Satisfaction and The Level of Happiness of University Students

Purpose: This study is to determine the level of leisure satisfaction and happiness levels of university students and to reveal the relationship between these two concepts.

Methods: 428 university students in total, 275 "Males" and 153 "Females" selected by purposive sampling have voluntarily attended the research in line with such purpose. Survey model has been used in the study. The sample of the study consists of students who are studying at Istanbul University. As a data collection tool in research, "The Leisure Satisfaction Scale", which has been developed by Beard ve Raghed (1980)) and adopted into Turkish by Gökçe and Orhan (2011); and "Oxford Happiness Scale" which has been developed by Hills ve Argyle (2002) and the Turkish Adaptation was developed by Doğan ve Sapmaz (2012) were used. Shapiro-Wilks normality test has been applied to identify whether data had normal distribution, in the analysis of data MANOVA and ANOVA were used according to some demographic characteristics in order to identify differences between the level of leisure satisfaction and the level of happiness. Pearson Correlation was used.

Findings: According to the variables of "gender" and "weekly leisure", MANOVA test results showed that there was significant difference the level of leisure satisfaction inventory in total scores ($p < 0.05$ "prosperity", ANOVA test results showed that there was a significant difference in the "Oxford Happiness Scale" ($p < 0.05$). In order to determine relations between "Leisure Satisfaction Scale" and "Oxford Happiness Scale" Pearson Correlation test was used and it showed that there was the medium level of positive relation between two scales.

Results: according to some demographic variables showed that there is significant differences between the level of leisure satisfaction and the level of happiness and it was found that the level of happiness increased as the level of leisure satisfaction increased.

Keywords; University Student, Leisure Satisfaction, Oxford Happiness

PB340

Rekreasyon Bölümlerinin Sorunları

1Mehmet Fatih Şaşmaz

1Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Antakya

Email : fasmaz_1@hotmail.com, fasmaz_1@hotmail.com

Araştırmanın evrenini; Mustafa Kemal Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nun, Rekreasyon bölümünde öğrenim gören 17-25 yaş aralığının da, 63'ü Bayan ve 116'sı Erkek toplamda 179 öğrenci oluşturmaktadır.

Bu araştırma da; Emrah C.'NİN (2008) yüksek lisans çalışmasındaki anket soruları, uygulanmıştır. Anket 19 sorudan oluşmaktadır. Araştırma anket sonuçları SPSS programında % (yüzde) ve frekans olarak değerlendirilmiştir.

Sonuç olarak; Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulları, Beden Eğitimi ve spor Bilimleri Fakültelerinin Rekreasyon Bölümlerinde okuyan öğrencilerin; puan yeterli olmadığından sadece üniversite mezunu olabilmek için bu bölümü tercih etmeleri, seçtiği bölümün ilk tercih olmaması, fırsat verilirse başka bölümlere geçiş yapma isteklerinin olması, danışman yetersizliği, ders ve uygulama alanlarının yetersizliği gibi sorunları olduğu görülmektedir. Ayrıca; Bölümü tercih etmekle doğru yaptığını düşünenler ve bu bölümde olmaktan memnun olanlarında olduğu görülmektedir.

Evreni oluşturan öğrencilerin sayılarının ve cinsiyet sayılarının dengeli olması araştırmanın güvenilirliğini arttıracaktır.

Problems Of Recreation Sections

The universe of research consist of total 179 students, 63 female and 116 male, in department of recreation of the 17-25 years of age at Mustafa Kemal University, School of Physical Education and Sports. In this study, it was applied survey questions of Emrah C. (2008) postgraduate study. The questionnaire consist of 19 questions. The survey results were evaluated as % (percentage) and frequency in the SPSS program.

As a result; students studying in the Recreation Departments of Physical Education and Sports Schools, Physical Education and Sports Sciences Faculties; It was seen that there are problems such as inadequate counseling and inadequacy of courses and application areas, choosing this department in order to be only a university graduate due to score sufficiency, not being the first choice of the chosen department and requesting to switch to other departments if opportunity is given.

Also; It seems that being those who think that doing the right thing with choosing the department and those who are satisfied with being in this department.

Being the balance of gender numbers and numbers of the students who make up the universe will increase the reliability of the research.

Rekreasyon Bölümlerinin Sorunları

1Mehmet Fatih Şaşmaz

1Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Antakya

Email : fasmaz_1@hotmail.com, fasmaz_1@hotmail.com

Araştırmanın evrenini; Mustafa Kemal Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nun, Rekreasyon bölümünde öğrenim gören 17-25 yaş aralığının da, 63'ü Bayan ve 116'sı Erkek toplamda 179 öğrenci oluşturmaktadır.

Bu araştırma da; Emrah C.'NİN (2008) yüksek lisans çalışmasındaki anket soruları, uygulanmıştır. Anket 19 sorudan oluşmaktadır. Araştırma anket sonuçları SPSS programında % (yüzde) ve frekans olarak değerlendirilmiştir.

Sonuç olarak; Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulları, Beden Eğitimi ve spor Bilimleri Fakültelerinin Rekreasyon Bölümlerinde okuyan öğrencilerin; puan yeterli olmadığından sadece üniversite mezunu olabilmek için bu bölümü tercih etmeleri, seçtiği bölümün ilk tercih olmaması, fırsat verilirse başka bölümlere geçiş yapma isteklerinin olması, danışman yetersizliği, ders ve uygulama alanlarının yetersizliği gibi sorunları olduğu görülmektedir. Ayrıca; Bölümü tercih etmekle doğru yaptığını düşünenler ve bu bölümde olmaktan memnun olanlarında olduğu görülmektedir.

Evreni oluşturan öğrencilerin sayılarının ve cinsiyet sayılarının dengeli olması araştırmanın güvenilirliğini arttıracaktır.

Problems Of Recreation Sections

The universe of research consist of total 179 students, 63 female and 116 male, in department of recreation of the 17-25 years of age at Mustafa Kemal University, School of Physical Education and Sports. In this study, it was applied survey questions of Emrah C. (2008) postgraduate study. The questionnaire consist of 19 questions. The survey results were evaluated as % (percentage) and frequency in the SPSS program.

As a result; students studying in the Recreation Departments of Physical Education and Sports Schools, Physical Education and Sports Sciences Faculties; It was seen that there are problems such as inadequate counseling and inadequacy of courses and application areas, choosing this department in order to be only a university graduate due to score sufficiency, not being the first choice of the chosen department and requesting to switch to other departments if opportunity is given.

Also; It seems that being those who think that doing the right thing with choosing the department and those who are satisfied with being in this department.

Being the balance of gender numbers and numbers of the students who make up the universe will increase the reliability of the research.

Pedagojik Formasyonda Kayıtlı Öğretmen Adaylarının Boş Zaman Yönetimleri ve Yaşam Kaliteleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Çağrı Arı, ²Baki Yılmaz, ³Beyza Merve Akgül

¹Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara

²Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara

³Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : cagri.ari1989@gmail.com, bakiyilmaz14@hotmail.com, beyzakgulgazi@gmail.com

Giriş; Bu araştırmada, "Pedagojik Formasyon Eğitimi Sertifika Programı"na katılan öğretmen adaylarının boş zaman yönetimleri ve yaşam kaliteleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu yüzden de, bu çalışma kapsamında ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini, Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesinde açılan, "Pedagojik Formasyon Eğitimi Sertifika Programı"na kayıtlı toplam 516 mezun grubu öğrenci oluşturmaktadır.

Araştırmada veri toplama aracı olarak, Wang ve ark. (2011) tarafından geliştirilen ve Akgül ve Karaküçük (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan "Boş zaman yönetim ölçeği", Dünya Sağlık Örgütü tarafından geliştirilen ve Eser ve ark. (1999) tarafından Türkçeye uyarlanan "Yaşam kalitesi ölçeği kısa formu" ve araştırmacı tarafından hazırlanan "Kişisel bilgi formu" kullanılmıştır. Verilerin analizinde, Betimsel İstatistik Teknikleri, Mann Whitney U ve Kruskal Wallis testleri kullanılmış, boş zaman yönetimi ve yaşam kalitesi arasındaki ilişkiyi saptamak içinde Spearman Korelasyon Analizinden yararlanılmıştır.

Sonuç; Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre; boş zaman yönetim ölçeği, amaç belirleme ve yöntem ve değerlendirme alt boyutları ile yaşam kalitesi ölçeği, bedensel, ruhsal, sosyal, çevre-kültürel ve genel yaşam kalitesi alt boyutları arasında düşük düzeyde pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca boş zaman tutumu alt boyutu ile bedensel, ruhsal ve sosyal alan alt boyutları arasında da düşük düzeyde pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Programlama alt boyutu ile yaşam kalitesi ölçeği alt boyutlarının tamamında düşük düzeyde negatif yönlü bir ilişki bulunurken, boş zaman tutumu alt boyutu ile çevre-kültürel ve genel yaşam kalitesi alt boyutları ilişkili bulunmamıştır. Sonuç olarak, boş zaman yönetim ölçeği ile yaşam kalitesi ölçeği toplam puanları arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Boş Zaman Yönetimi, Pedagojik Formasyon, Yaşam Kalitesi

Study Of The Relationship Between Free Time Management And Quality Of Life Of Candidates Teachers Registered In Pedagogical Formation

Introduction; The aim of this research is to determine the relation between the free time management and quality of life of the prospective teachers participating in the "Pedagogical Formation Education Certificate Program". Therefore, relational screening model has been used in this study. 516 graduate students registered in the "Pedagogical Formation Education Certificate Program" opened at Gazi University Faculty of Education compose the sample of the research.

As a means of data collection in the study, "Free time management scale" developed by Wang and et al. (2011) and adapted to the Turkish by Akgül and Karaküçük (2015), "short form of the quality of life scale" developed by World Health Organization and adapted to Turkish by Eser and et al. (1999) and "personal information form" prepared by the researcher have been used. In the analysis of the data, Descriptive Statistical Techniques. Mann Whitney U and Kruskal Wallis tests were used, Spearman Correlation Analysis was used in determining the relation between free time management and quality of life.

Conclusion; According to findings obtained as a result of the research; There was a low positive correlation between the free time management scale, goal setting and method and evaluation sub-dimensions and the quality of life scale, physical, psychological, social, environmental-cultural and general quality of life subscales. There is also a low positive relationship between free time management subscale and physical, mental and social subscales. While there is a low negative correlation between the programming sub-dimension and the quality of life scale sub-dimensions, the free time management sub-dimension and the environmental-cultural and general quality of life sub-dimensions are not related. As a result, there was a low positive correlation between the free time scale and the quality of life scale total scores.

Keywords: Free Time Management, Pedagogical Formation, Quality of Life

Spor Turizmi Açısından Biyoiklimsel Konforun Önemi

¹Fatih Kılınç, ¹Fahriye Esra Başyigit, ¹Sinan Akın, ¹Hayrettin Tuncay

¹Süleyman Demirel Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : fatihkilinc@hotmail.com, fahriyesrabasyigit@gmail.com, sinanakin@sdu.edu.tr, ahtuncay1@gmail.com

Bu çalışmanın amacı sportif performans ve rekreatif faaliyetler açısından kamp ve dinlenme bölgelerinin belirlenmesinde biyoiklimsel konforun öneminin ortaya konmasıdır. Seder ve sporcu bireylerin spor turizmine yönelik tercih edilen yerlerin özellikle coğrafi konum kadar biyoiklimsel konfor düzeyinin yüksek olması da bir tercih konusu olmaya başlamıştır. Spor turizminde özellikle birey ve takımların antrenman yapabilmeleri veya rekreatif spor faaliyetleri yapmalarında ihtiyaç duydukları biyoiklimsel konfor parametrelerine; (rakım 1000-2000 m., Sıcaklık 18-23 OC, Nem oranı %35-60 ve Rüzgar hızı da 0-5 km/saat) sahip yerleri tercih etmektedirler. Biyoiklimsel konfor sporcunun kendini en verimli ve rahat hissettiği fiziksel ve iklimsel şartları ifade etmektedir. Bu noktada Kamp bölgesi belirlenirken tesislerin yüksekliği, bölgedeki sıcaklık, bağıl nem ve rüzgâr durumu önemli görülmektedir. Bununla birlikte belirlenen bölgelerin büyük şehir merkezlerine yakınlığı, ulaşımın kolaylığı da bu bölgelerin cazibesini artırmaktadır. Bu çerçevede biyoiklimsel konfor düzeyi yerlerin sportif tesislerin kurulması ve aktifleştirmesi spor turizmini hem yurt içi hem de yurt dışı olarak hareketlendirecektir. Bu kapsamda birçok profesyonel kulüp ve sporcu kamp planlamalarını bu temel faktörlere bağlı olarak planlayacağı ifade edilebilir. Bu nedenle biyoiklimsel konfor bölgeleri tespit edilerek oluşturulacak birçok spor tesis hem yerel kulüplerin hem de yurt dışından birçok kulübün ve sporcunun spor turizmi açısından ülkemize önemli katma değeri olacaktır.

Anahtar Kelimeler: Spor Turizmi, Biyoiklimsel Konfor

The Importance Of Biochemical Composition For Sport Tourism

The purpose of this study is to demonstrate the importance of bioclimatic comfort in defining camp and recreation areas in terms of sportive performance and recreational activities. Seder and athlete's preference for sports tourism has become a matter of preference, especially when the level of bioclimatic comfort is as high as geographical location. Especially in sports tourism, it is necessary to determine the bioclimatic comfort parameters that individuals and teams need to train or perform recreational sport activities; (altitude 1000-2000 m., temperature 18-23 OC, humidity 35-60% and wind speed 0-5 km / h). Biochemical comfort refers to physical and climatic conditions in which the athlete feels most productive and comfortable. At this point, the height of the facilities, the temperature in the region, the relative humidity and the wind conditions are considered important when the camp site is determined. However, the proximity of the designated regions to the big city centers and the ease of access increase the attractiveness of these regions. Bioclimatic comfort level in this framework Establishment and activation of sports facilities in places will mobilize sports tourism both in Turkey and abroad. In this context, it can be stated that many professional clubs and athletes plan camping plans according to these basic factors. For this reason, many sports facilities, which will be formed by determining the bioclimatic comfort zones, will be a significant added value to my country in terms of sports tourism both from local clubs and from many foreign clubs and sportsmen.

Keyword: Sport Tourism, Bioclimatic Comfort

Milli Eğitime Bağlı Görev Yapan Öğretmenlerin Rekreasyon Etkinliklerine Katılımları ve Serbest Zaman Engellerinin İncelenmesi (Antalya Örneği)

²Erkut Dorul, ¹Mustafa Haluk Çerez, ¹Tennur Yerlisu Lapa

¹Akdeniz Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya

²Antalya Emniyet Müdürlüğü, Antalya

Email : e-dorul@hotmail.com, hcerez@akdeniz.edu.tr, tennur@akdeniz.edu.tr

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, Milli Eğitim'e bağlı görev yapan Öğretmenlerin demografik özelliklerinin ve rekreasyon faaliyetleri hakkındaki bilgi düzeylerinin analiz edilerek, rekreasyon etkinliklerine katılım düzeylerinin ve katılımlarını etkileyen kısıtlayıcıların belirlenmesidir.

Yöntem: Çalışmanın örneklemini Antalya Merkez İlçelerde Milli Eğitim'e bağlı görev yapan öğretmenlerdir. Araştırma grubunu toplam 2495 katılımcı oluşturmaktadır. Çalışmamızda, 495 kişilik örneklem grubuna demografik özellikleri ölçen anket ve boş zaman engelleri ölçeği uygulanmıştır. Boş zaman faaliyetlerine katılımlarına engel olan durumların belirlenmesinde, Carroll ve Alexandris (1997) tarafından geliştirilen, Türk diline adaptasyonu Karaküçük ve Gürbüz (2006) tarafından yapılan ve daha sonra Gürbüz vd. (2012) tarafından yapı geçerliliği analiz edilen "Boş zaman engelleri ölçeği" yer almaktadır. Boş zaman engelleri alt boyutları olarak; birey Psikolojisi, Bilgi Eksikliği, Tesis, Arkadaş Eksikliği, Zaman, İlgili Eksikliği açısından incelenmiştir. Araştırmada elde edilen verilerin analizinde SPSS 18 istatistiksel paket programı kullanılmıştır. İstatistiksel analizde frekans dağılımları, tanımlayıcı istatistikler, ki kare analizi, Mann Whitney U testi ve Kruskal Wallis testlerinden yararlanılmış, Spearman Korelasyon Analizi uygulanmıştır. SPSS 18.0paket programı kullanılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların boş zaman engelleri ölçeği ve alt boyutlarından aldığı puanlar incelendiğinde; en önemli boş zaman engeli olarak zaman gösterilmektedir. Çalışmamızda, rekreatif etkinliklere katılımlarda haftada 4 saat ve altı zaman ayıranların oranı %67.5' le ilk sıradadır. Ayrıca; tesisler, bilgi eksikliği, arkadaş eksikliği, birey psikolojisi ve ilgili eksikliği gibi sorunlar da boş zaman engelleri bakımından öne çıkmaktadır. Rekreatif etkinliklere katılımda boş zaman engelleri bakımından olumsuzluk yaratan nedenlerden biri de maddi yetersizliktir.

Sonuç: Rekreasyonun sadece eğlence amaçlı etkinlikler olmadığı, sportif, kültürel, dinlenme anlamında da önemli bir yer tuttuğu göz önüne alınınca; öğretmenlerimizin mesleki durumları gereği özellikle sportif etkinliklere katılmalarının faydalı olacağı unutulmamalıdır. Ancak bulgulardan bunun yeterince olmadığı görülmektedir. Yenilenme yeniden yaratılma anlamı taşıyan rekreasyon etkinlikleri, çalışma verimi ve insanı mutlu etme özellikleri bakımından da çok önemlidir.

Participation in Recreation Activities And Investigation Of Leisure Constraints Of Teachers Working Under National Education Ministry (Antalya Sample)

Instruction and Aim: The aim of the study is to analyse demographic traits, and recreation knowledge level of teachers working under National Education Ministry and to state the level of participation in recreation activities and leisure constraints.

Method: Sample of the study was taken among teachers working in Antalya central municipalities under National Education Ministry. Population consisted of 2495 participants and a sample of 495 individuals were included in the study. For data collection a questionnaire including demographic information and leisure constraints scale was used. "Leisure Constraints" scale was used to state the situations preventing leisure participation which was developed by Carroll and Alexandris (1997) and adapted to Turkish language by Karaküçük and Gürbüz (2006) and further construct validated by Gürbüz et al. (2012). Subscales were "Individual Psychology", "Lack of Knowledge", "Facilities", "Lack of friends", "Time", "Lack of Interest". In data analysis, SPSS 18 package was used. In statistical analysis, frequency distributions, descriptive statistics, chi square analysis, Mann Whitney U test and Kruskal Wallis tests were utilized.

Findings: When findings obtained from leisure constraints scale and its subscales were considered the most important constraint was found out to be time. The group participating 4 hours and less to recreation activities had the highest percentage among all the groups with 67.5%. Facilities, lack of knowledge, individual psychology and lack of interest were other leisure constraints which were coming out. Another barrier against recreative activity participation is financial insufficiency.

Conclusion: When we consider that recreation is not only aiming enjoyment, but also sportive, cultural and relaxation, we should not forget that it would be beneficial for teachers to join sportive activities. But from the findings it is detected to be insufficient. It should be remembered that recreation activities which mean recreation, are also very important in aspects of working efficiency and happiness.

Paintball Aktivitelerine Katılan Bireylerin Heyecan Arama ve Serbest Zaman Motivasyonu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

¹Beyza Merve Akgül, ¹Şenol Göral, ¹Tebessüm Ayyıldız, ¹Çağrı Arı, ¹Suat Karaküçük

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü

Email : beyzakgulgazi@gmail.com, senolgoral@gazi.edu.tr, tebessum@gazi.edu.tr, cagriari@gazi.edu.tr, ksuat46@gazi.edu.tr

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı paintball aktivitelerine katılan bireylerin heyecan arama ve serbest zaman motivasyonu arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesidir.

Yöntem: Çalışma grubunu Ankara ilinde paintball aktivitelerine katılan 154 katılımcı oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak; Zuckerman (1994) tarafından geliştirilen ve Öngen (2007) tarafından Türkçeye uyarlanan “Heyecan Arama Ölçeği” Senseation Seeking Form-V (SSS- V) “ve Pelletier, Vallerand, Blais, Brikre ve Green-Demers (1991: 140-156) tarafından geliştirilen ve ilk kez Mutlu (2008: 1-87) tarafından ve daha sonra Güngörmüş (2012: 1209-1216) tarafından geçerlik güvenirlik çalışması yapılarak Türkçe’ye uyarlanan “Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği” (Leisure Motivation Scale, LMS) kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistikler, t-testi, ANOVA, Tukey (HSD) ve Pearson Correlation testi kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırma bulgularına göre; katılımcıların orta düzeyde heyecan arama ve yüksek düzeyde serbest zaman motivasyonu geliştirdikleri saptanmış, cinsiyet, yaş, eğitim durumu, kaç kez paintball etkinliğine katıldığı, kaç yıldır paintball aktivitelerine katıldığı ve ne sıklıkla paintball aktivitelerine katıldığına yönelik değişkenlerde anlamlı farklılıklar bulunmuş, medeni durum ve özel araca sahip olma değişkenleri ile HAÖ ve SZMÖ arasında anlamlı farklılık saptanamamıştır. Heyecan arama ölçeği ve serbest zaman motivasyon ölçeği arasında yapılan korelasyon analizine bakıldığında ise anlamlı bir ilişki ortaya çıkmamaktadır.

Sonuç: Sonuç olarak katılımcılardan erkeklerin, yaş grubu 25 ila 35 arasında olanların, lise mezunu olanların, paintball etkinliğine 4-5 kez katılmış olanların, 5 yıl ve üzeri paintball etkinliğine katılmış olanların ve ayda bir paintball yaptığını ifade eden katılımcıların heyecan arama ölçeği ve alt boyut puanlarına bakıldığında diğer gruplara oranla daha yüksek heyecan arama puanı ortaya koydukları gözlemlenmiştir. Bunun yanı sıra, serbest zaman motivasyonuna bakıldığında kadın katılımcıların SZMÖ alt boyutlarında erkeklere oranla daha fazla anlamlı ilişki ortaya koyduğu, 25 yaş altı grubun motivasyonsuzluk alt boyut puanlarının yüksek olduğu, ne sıklıkla paintball aktivitelerine katıldığını diğer olarak ifade eden katılımcıların SZMÖ puanları diğer gruplara oranla daha yüksek olarak saptanmıştır.

Examination of the Relation in between Sensation Seeking and Leisure Motivation at Individuals Participating in Paintball Activity

Introduction: The purpose of this research is to examine the relation in between sensation seeking and leisure motivation at individuals participating in paintball activity with regard to various variables.

Methods:The study group is consisting of 154 participant who is actively playing paintball. As data gathering instruments, Sensation Seeking Form (SSS-V) which was developed by Zuckerman (1994) and studied for Turkish use validity and reliability by Ongen (2007) and Leisure Motivation Scale (LMS) which was developed by Pelletier, Vallerand, Blais, Brikre ve Green-Demers (2008: 1-87) and studied for Turkish use validity and reliability by Gungormus (2012: 1209-1216) were used. While analyzing the data gathered, from among descriptive statistical calculations, T-Test, ANOVA, Tukey (HSD) and Pearson Correlation methods applied.

Findings:According to the results of the study, it has been determined that the participants retain intermediate levels of sensation seeking and high levels of leisure motivation. Also found statistically significant differences with regard to gender, age, education level, paintball participation frequency, duration of participation in paintball, and the number of participation in paintball activity; and found no statistically significant differences between marriage status or ownership of a personal car and sensation seeking or leisure motivation. No statistically significant relations found between sensation seeking and leisure motivation according to correlation analysis.

Results:According to the analysis of the sensation seeking data 25-35 aged men, high school graduates, individuals participated in paintball 4-5 times, individuals playing paintball for 5 years and more, and individuals playing paintball once a month exhibit higher points at SSS-V and SSS-V sub-dimensions levels. Moreover, women participants exhibit stronger significant relations according to LMS sub-dimensions than man participants. Participants at the age of 25 and younger display high lack-of-motivation sub-dimension levels. Individuals who remarked the frequency of participation in paintball question as "other" demonstrate higher points at LMS than any other groups.

Açıklanan-Macera Rekreasyonunda Ölüm Kaygısı: Demografik Değişkenler ve Deneyime Yönelik Bir Çalışma

¹Güney Çetinkaya, ¹Mehmet Ali Özçelik

¹Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya

Email : gcetinkaya@akdeniz.edu.tr, aliozcelik@akdeniz.edu.tr

Dünya genelinde doğa-macera rekreasyonu (OAR) aktivitelerine olan talep giderek artmakta ve bu tarz aktiviteler gittikçe daha da popüler hale gelmektedir. Bu aktivitelere katılan bireyler ciddi sakatlanma ve ölüm riskiyle yüzleşmektedir. İlgili literatürde, bu aktivitelere katılan bireylerin ölüm kaygılarını ve bu kaygıları etkileyen faktörleri belirlemeye yönelik çalışmalar sınırlıdır. Yapılan bu çalışmanın amacı, OAR aktivitelerine katılan bireylerin ölüm kaygı puanlarını, çeşitli demografik özelliklerin ve deneyimin ölüm kaygı puanlarına etkisini belirlemektir. Çalışmaya, serbest zamanlarında tırmanış (n=200), aletli dalış (n=142) ve yamaç paraşütü (n=247) aktivitelerine katılan farklı deneyim seviyelerindeki 589 (131 kadın, 458 erkek, XAge=29.79±9.64) kişi katılmıştır. Katılımcıların ölüm kaygılarının ölçümü için, Thorson ve Powell tarafından geliştirilen, Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeği kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda, OAR aktivitelerine katılan bireylerin ölüm kaygısı puanlarının düşük olduğu ve farklı OAR aktiviteleri arasında anlamlı bir fark bulunmadığı belirlenmiştir. Ayrıca, yaş, cinsiyet gibi demografik değişkenlerin ve deneyim süresinin OAR aktivitelerine katılan bireylerin ölüm kaygı (DA) puanlarını etkilediği bulgulanmıştır. Buna göre, OAR aktivitelerine katılan 18-28 yaş grubundaki bireylerin DA puanları diğer yaş grubundaki katılımcılara göre, kadınların DA puanları erkeklere göre ve orta seviye deneyim süresine (4-6 yıl) sahip katılımcıların diğer deneyim süresine sahip katılımcılara göre DA puanları daha yüksektir. İlave olarak, geçmiş olumsuz deneyimlerin DA puanlarına etkisinin olmadığı belirlenmiştir.

Death Anxiety in Outdoor-Adventure Recreation: A Study of Demographic Variables and Experience

The aim of this study is to identify death anxiety (DA) scores of those who take part in Outdoor-Adventure recreation (OAR) activities and the effects of experiencing death anxiety and various demographic features on death anxiety scores. The number of individuals who took part in our research were those with various experience levels consisting of 589 persons, (131 of who were women, 458 were men, Xage = 29.79 ± 9.64), who did climbing (n=200), scuba diving (n=142) and paragliding (n=247) in their leisure time. In order to measure the death anxiety of the participants, Thorson-Powell death anxiety scale developed by Thorson-Powell has been employed. The analysis results revealed that death anxiety scores of the participants who joined various OAR activities were low and that there were no meaningful differences between the OAR activities. Furthermore, it was found that the demographic variables like age and gender and the duration of their experience affect the death anxiety scores of those who joined OAR activities. Accordingly, the DA scores of the participants in the 18- 28 age groups, in comparison to the participants in other age groups, the DA scores of the women, in comparison to men, and the DA scores of participants with 4-6 years of middle level experience compared to participants with different durations of experience were higher. In addition, the previous negative experiences had no adverse effects on DA scores.

Özel Spor Merkezlerinde, Pilates Egzersizlerine Devam Eden Bireylerin Katılım Nedenleri ve Pilatesin Yararlarına İlişkin Görüşleri

¹Seçkin Doğaner, ¹Arzu Altun

¹Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : seckindoganer@gmail.com, arzualtunnn@gmail.com

Bu çalışma, özel spor merkezlerine devam eden kişilerin pilates derslerine katılım nedenleri ve pilatesin yararlarına ilişkin görüşlerini tespit etmek amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın yöntemi betimseldir. Çalışmaya, Ankara'da özel bir spor merkezinde pilates derslerine aktif olarak devam eden 150 kişi katılmıştır. Veriler, araştırmacılar tarafından geliştirilen 29 sorudan oluşan anket ile toplanmıştır. Ankette yer alan soru maddeleri üçlü Likert tipi derecelendirme ölçeği ile cevaplanmıştır. Anketteki soru maddelerinin 13'ü pilatese katılma, 16'sı ise pilatesin yararlarına ilişkindir. Verilerin frekans ve yüzde dağılımlarına bakılmıştır. Verilerin analizinde cinsiyet, yaş ve öğrenim durumu değişkenlerine göre görüşler "Pearson Chi Square" testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların cinsiyet değişkenine ait sonuçlara bakıldığında, kadınların "iyi bir fiziki görünüme sahip olmak", "esnekliği artırmak", "koordinasyonu geliştirmek", "fit bir vücuda sahip olmak" ve "fiziksel yaralanmalara karşı dayanıklı olmak", soru maddelerine erkeklere göre daha çok katıldıkları görülmektedir. Katılımcıların yaş değişkenine ait sonuçlara bakıldığında, "21-30" yaş grubundaki bireylerin, "boş zamanlarını değerlendirmek" ve "fiziksel yaralanmalara karşı dayanıklı olmak" soru maddelerine, 31 ve üzeri yaş grubundaki bireylere göre daha çok katıldığı görülmektedir. "31-40" yaş grubundaki bireylerin ise, "kendimi mutlu etmek", "disiplin kazanmak" ve "diğer fiziksel aktivitelerden farklı olması" soru maddelerine, 21-30 yaş grubu ile 41 ve üzeri yaş grubundaki bireylere göre daha çok katıldığı görülmektedir. Katılımcıların öğrenim durumu değişkenine ait sonuçlara bakıldığında, lisans mezunu bireylerin, "maddi kazanç sağlamak" soru maddesine lise, ön lisans ve lisansüstü mezunu bireylere göre daha az katıldığı ancak "kendimi mutlu etmek", "esnekliği artırmak" ve "koordinasyonu geliştirmek" soru maddelerine ise daha çok katıldığı görülmektedir. Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında, pilates egzersizinin esneklik sağlama, fiziksel görünümü ve koordinasyonu geliştirmesi bir katılım nedeni olarak görülürken, pilates sayesinde fit ve güçlü bir vücut yapısına sahip olunması katılımcılar tarafından bu egzersizin yararları olarak görülmektedir. Pilates egzersizinin zayıflama amacı taşıması, bağışıklık sistemini güçlendirmesi ve maddi kazanç sağlama gibi maddeler ise katılımcılar tarafından önemli bir katılım nedeni olarak görülmemiştir.

Reasons And Benefits Of Participation in Pilates Exercises On Special Sports Centers

The aim of this study is, identifying the reasons and benefits of participation in pilates exercises on special sports centers. The method of research is descriptive. There are 150 people who are active in pilates exercises and stayed in Ankara participated in this study. The data were collected by a questionnaire consisting of 29 questions developed by the researchers. Questionnaires were answered with a triple Likert type rating scale. 13 of the questionnaires in the questionnaire are related to pilates participation, and 16 are related to the benefits of pilates. Frequency and percentage distributions of data are examined. In the analysis of the data, opinions according to gender, age and educational status variables were analyzed with "Pearson Chi Square" test. According to the results with gender variables, it can be seen that women are more likely than men to have a good physical appearance, to increase flexibility, to improve coordination, to have a fit body and to be resistant to physical injuries. According to the results with age variable; it can be seen that, the individuals in the "21-30" age group participate more in the question "to evaluate their leisure time" and "to be resistant to physical injuries" than the age group 31 and above.

Individuals in the "31-40" age group are more likely to participate in the questions "to make themselves happy", "to be disciplined" and "to be different from other physical activities" than to the 41 and over age group. When we look at the results of the participants with education status, it can be seen that the undergraduate individuals are less involved than the high school, pre-graduate and graduate students in the question of "material gain". But they are but they are more satisfied with the question items "happy self", "increase flexibility" and "improve coordination".

Rekreatif Amaçlı Yüzme Sporuyla Uğraşan Bireylerin Boş Zaman Yönetimleri Üzerine Bir Değerlendirme

¹Tebessüm Ayyıldız Durhan, ¹Beyza Merve Akgül, ¹Suat Karaküçük

¹Gazi Üniversitesi ANKARA

Email : tebessumayyildiz@gmail.com, beyzakgulgazi@gmail.com, ksuat@gazi.edu.tr

Zamanı ve boş zamanı akılcıca kullanmak hayatı amaçlı ve doğru kullanmanın temel taşıdır. Bu doğrultuda, araştırmanın amacı rekreatif olarak yüzme branşıyla ilgilenen bireylerin boş zaman yönetimlerini farklı değişkenler açısından değerlendirmektir. Çalışmaya grubunu 210 katılımcı oluştururken, araştırmada Wang ve diğerlerinin (2011) yılında geliştirdikleri, Akgül ve Karaküçük'ün (2015) Türkçe'ye uyarladıkları, dört alt boyuttan oluşan "Boş Zaman Yönetimi Ölçeği" kullanılmıştır. İç tutarlılık katsayısı .85 olarak bulunmuştur. Verilerin analizinde betimsel istatistikler, t-testi, ANOVA, Tukey testi kullanılmıştır. Araştırma bulgularına göre; katılımcıların BZY düzeyleri yüksekken, cinsiyet, yaş, medeni durum, algılanan gelir gibi değişkenlere bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmamaktadır. Eğitim durumu, ne kadar süredir yüzme aktivitelerine katıldığı, günlük ve haftalık boş zamana sahip olma durumları ve verimli boş zamana sahip olup olunmaması değişkenleri ile BZY toplam puanları ve alt boyutları arasında anlamlı farklılıklar bulunmamaktadır. BZY alt boyutlarından programlama alt boyutu ile eğitim durumu arasında anlamlı farklılık bulunmuştur, eğitim düzeyi yükseldikçe programlama puanlarının yükseldiği bulgusu elde edilmiştir. Yüzme aktivitelerine katılım süresi arttıkça BZY düzeyinin amaç belirleme ve yöntem, boş zaman tutumu ve programlama alt boyutlarında artış gösterdiği, günlük 5-6 saat ve üzeri boş zamana sahip olduğunu ifade eden katılımcıların, toplam BZY amaç belirleme ve yöntem, değerlendirme alt boyutlarında diğer sürelerle oranla daha yüksek bir BZY puanı ortaya koydukları, haftalık boş zamanlarını yeterli olarak niteleyen katılımcıların amaç belirleme ve yöntem ile boş zaman tutumu alt boyutlarıyla anlamlı ilişki sergileyerek, yetersiz olarak gören katılımcılara oranla daha yüksek bir BZY puanı gösterdikleri, ayrıca verimli boş zamana sahip olduğunu ifade eden katılımcıların BZY puanları ile amaç belirleme ve yöntem, değerlendirme ve boş zaman tutumu alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki saptanarak, BZY puanlarının daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Sonuç olarak; yüzme sporuyla rekreatif amaçlı uğraşan bireylerin boş zaman yönetimlerini, sahip oldukları boş zaman sürelerinin de fazlalığı göz önüne alınarak, iyi koordine ettiği, yer aldığı aktivite programlarını planlı ve programlı değerlendirdiği sonucu elde edilmiştir.

An Evaluation on the Leisure Management of Individuals Engaged with Swimming with Recreational Purpose

Using time and leisure wisely is the cornerstone of lifelong and correct use. In this direction, the aim of this research is to evaluate the leisure time management of the individuals who are interested in swimming as a recreational point in terms of different variables. While the sample group consisted of 210 participants. The "Leisure Management Scale" consisting of four subscales, developed by Wang et al. (2011), adapted to Turkish by Akgül and Karaküçük (2015), was used in the study. The coefficient α was found to be .85. Descriptive statistics, t-test, ANOVA, Tukey test were used in the analysis of the data. According to research findings; There was no statistically significant difference in the LMS levels of the participants when looking at the variables such as gender, age, marital status, perceived income, etc. There are significant differences between total scores and sub-dimensions of LMS and educational status, duration of participation to the swimming activities, daily and weekly leisure. A significant difference was found between the scheduling sub-dimension and the educational status from the LMS sub-dimensions, and the finding that the scheduling scores increased as the education level increased was obtained.

Participants who stated that LMS level increased in goal setting and technique, leisure attitude and scheduling sub-dimensions, and that they had leisure time over 5-6 hours per day increased as the duration of participation in swimming activities increased, the total LMS goal setting and technique, participants who expressed a higher LMS score showed a higher LMS score than the participant who showed inadequate leisure, exhibiting significantly more leisure, exhibiting a meaningful relationship with the goal setting and technique

and leisure attitude sub-dimensions of participants who qualify their weekly leisure adequately. It was observed that the LMS scores were higher and the LMS scores were higher in goal setting and technique, evaluation and leisure

1935 Ankara'sında Kent Dışı Aktivite Biçimi Olarak Rekreasyonel Gezintiler ve Türevleri

¹*Mustafa Kaan Yıldırım*, ²*İbrahim Yıldırım*

¹Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor ABD. Kırıkkale

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : mustafakaan.yildiran@gazi.edu.tr,

Amaç Bu çalışmanın amacı, Başkent Ankara'da özellikle 1935 yılında yaygınlık göstermeye başlayan rekreasyonel kent dışı geziler ve türevlerini değerlendirmektir.

Yöntem Araştırma tarama modelindedir. Bu amaçla Erken Cumhuriyet Dönemi'nin en önemli ulusal gazetelerinden biri olan Ankara merkezli Ulus gazetesinin 1935 yılı sayıları taranmış ve kent halkının rekreatif-sportif gezilerine ilişkin haberler, fotoğraflar ve makaleler incelenmiştir.

Bulgular Anadolu'ya model olması beklenen Başkent Ankara'da çağdaş yaşam tarzına geçişe zemin oluşturacak sosyal, kültürel, sanatsal, sportif ve rekreasyonel etkinlik mekânlarının inşasına 1924'te başlanmıştır. Yaklaşık on yıl sonra 1935'e gelindiğinde reformların iyice olgunlaştığı ve kent yaşamının canlandığı Ulus gazetesinden anlaşılmaktadır. Buna göre, yeni Başkent'in en faal rekreatif etkinlik merkezlerinden biri olan Atlı Spor Kulübü, üyelerinin doğada keyifli boş zaman değerlendirmelerine yönelik olarak atlı spor gezintileri düzenlemektedir. Yurdu tanıma, farklı bölge sporcularıyla tanışma, yarışma ve örnek olma gibi amaçları da içinde barındıran yurt içi uzun mesafeli bisiklet gezileri yaygınlaşmaktadır. Ankara-Çankırı gezinti treniyle yapılan günü birlik ziyaretlerle kent halkı boş zamanlarını geliştirmekte olan ve yeşil alanlarıyla tanınan komşu kenti tanıyarak, zenginliklerini keşfederek değerlendirmektedir. Gezinti treni, Çankırı ve Ankaralı sporcu gençlerin dostluk karşılaşmaları için de elverişli bir araç haline gelmiştir. Havacılığı özendirmeyi ve halkın yaşadığı kenti havadan keşfetmesini amaçlayan Ankara üzerinde uçaklı rekreasyonel gezintiler de ilginç bir örnek oluşturmaktadır. Dikkate değer rekreatif etkinliklerinden biri de ülke içinde gerçekleştirilen doğa gezileridir. Bu çerçevede Toros Dağları'na yapılacak gezintiyi duyuran Ulus gazetesine göre, Ankaralı gençler Toroslar'da kamp kuracak, yürüyüşler yapacak ve en yüksek zirveye tırmanacaklardır.

Sonuç Sonuç olarak, özellikle hafta sonu rekreasyonu çerçevesinde sosyal, kültürel ve sportif amaçlı gezintilerin at, bisiklet, tren ve uçak gibi olası her türlü aracın kullanımıyla gerçekleştirildiği ve aynı zamanda bazı gezi türlerinin cumhuriyet ideolojisine ve ulaştığı teknolojik düzeye ilişkin bilinç ve farkındalığı geliştirmeye yönelik olduğu söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Erken Cumhuriyet, Ankara, Rekreasyon.

Recreational Activities And Their Derivatives As An Out-Of-City Activity Form in Ankara in 1935

The aim of this study is to examine recreational out-of-city trips and their derivatives, which began to be widespread in Ankara in 1935.

The screening model is used in the research. Accordingly, the Ankara-based Ulus newspaper, one of the most important national newspapers of the Early Republican Period, was screened in 1935 and news, photos and articles about the recreational-sporting trips of the city's people were closely examined.

The construction of social, cultural, artistic, sportive and recreational activity spaces that would form the basis for transition to contemporary lifestyle in Ankara, the capital city, expected to be a model for Anatolia, started in 1924. In 1935, it was understood from the Ulus newspaper that the reforms had matured and revived the city life. To this end, the Atlı Sports Club, one of the most active recreational centers of the capital, organized horseback trips for its members' to have enjoyable time in the nature. Domestic long-distance cycling trips with the purposes of recognition of dormitories, meeting with different regional athletes, competition and being a model also spread. People used to spend their leisure time visiting the green area known for the neighboring city and recognizing the richness of the city through daily Ankara-Çankırı tours. The sightseeing train became a convenient tool for friendship encounters between Çankırı and Ankara athletes. Plane recreational cruises in Ankara aiming to encourage aviation are an interesting example to mention. One of the remarkable recreational activities was nature trips in the country.

Thus, it can be said that social, cultural and sportive activities are carried out via all possible means such as horse, bicycle, train and airplane in the framework of weekend recreation and some trip types are aimed to develop awareness about republican ideology and technological level.

Keywords: Early Republican, Ankara, Recreation

BEDEN EĞİTİMİ

PHYSICAL EDUCATION

Beden Eğitimi ve Spor **Physical Education and Sports**

PB12

BESYO Öğrencilerinin Öznel Zindelikleri İle Mutluluk Yönelimleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

¹Serkan T. Aka, ¹İsmail Çelik, ¹Serkan T. Aka, ²Fehmi Çalık, ¹Metin Bayram

¹Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Ağrı

²Sakarya Üniversitesi

Email : stevabilaka@agri.edu.tr, icelik@agri.edu.tr, stevabilaka@agri.edu.tr, fcalik@sakarya.edu.tr, mbayram@agri.edu.tr

Giriş ve Amaç Bu çalışmanın temel amacı BESYO öğrencilerinin öznel zindelik düzeyleri ile mutluluk yönelimleri arasındaki olası ilişkileri incelemektir. Araştırmanın katılımcılarını Ağrı ilindeki 148 BESYO öğrencisi oluşturmaktadır.

Yöntem Katılımcıların 50'si kadın, 98'i erkek öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplamak amacıyla Uysal, Sarıçam ve Akın (2014) tarafından Türkçe 'ye uyarlanan Öznel Zindelik Ölçeği, Sarıçam ve Canatan (2015) tarafından Türkçe 'ye adapte edilen Mutluluk Yönelimleri Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Verileri çözümlemek için Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi ve basit doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Çalışmada güven aralığı olarak %99 p<.01 alınmıştır.

Bulgular ve Sonuç Araştırma bulgularına göre öznel zindelik ile yaşam anlamı, yaşam zevki ve hayat bağlılığı arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü ilişkiler bulunmuştur. Bir başka ifadeyle öğrencilerin öznel zindelik düzeyleri arttıkça yaşam anlamları, yaşamdan zevk alma düzeyleri ve hayat bağlılıkları artmaktadır. Ayrıca öznel zindelik, yaşamda anlamın toplam varyansının %14'ünü, yaşam zevkinin toplam varyansının %18'ini ve hayat bağlılığının toplam varyansının %16'sını açıklamaktadır. Çalışma bulguları ilgili alanyazın bağlamında tartışılmıştır. Çalışma farklı bölümler dahil edilerek genişletilebilir.

Anahtar kelimeler: BESYO, Öznel zindelik, mutluluk yönelimleri Kaynaklar

Sarıcam, H., & Canatan, A. (2015). The adaptation, validation, reliability process of the Turkish version Orientations to Happiness Scale. Üniversitepark Bülten, 4(1-2), 7-15. Doi: 10.12973/unibulletin.412.1 Uysal, R., Sarıçam, H., & Akın, A. (2014). Öznel Zindelik Ölçeği Türkçe Formunun Psikometrik Özellikleri. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 33, 136-146.

The Examination Of Relations Between Subjective Wellness And Happiness Orientations Of School Of Physical Education And Sports Students

The main purpose of this study is to examine possible relationships between subjective wellness levels of the students studying in school of physical education and sports and happiness orientations. The participants of the research are 148 students of the school of physical education and sports in Ağrı province. Participants consisted of 50 female students and 98 male students. In order to collect data in the survey, the Subjective Wellness Scale which is adapted to Turkish by Uysal, Sarıçam and Akın (2014), Scale of Happiness which adapted the Turkish by Sarıçam and Canatan (2015), and Personal Information Form were used. Pearson moment product correlation analysis and simple linear regression analysis were used to analyze the data. 99% p <.01 was taken as confidence interval in the study. According to research findings, statistically significant positive correlations were found between subjective wellness and life meaning, life taste and life loyalty. In other words, as the level of subjective well-being of students increases, life meanings, level of enjoyment from life and life loyalty increase.

In addition, subjective fitness accounts for 14% of the total variance in meaning of life, 18% of total pleasure in life variance, and 16% of total variance of life loyalty. The findings of the study are discussed in the context of the relevant literature. The work can be expanded by including different sections.

Keywords: school of physical education and sports, Subjective Wellness, Happiness Orientations

PB13

Beden Eğitimi Öğretmenliği Adaylarının Psikolojik Sağlamlık, Azim ve Motivasyon Düzeylerinin İncelenmesi

¹*İsmail Çelik*, ¹*Serkan T. Aka*, ²*Fehmi Çalık*, ¹*Gökhan Bayraktar*

¹*Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Ağrı*

²*Sakarya Üniversitesi*

Email : stevabilaka@agri.edu.tr, icelik@agri.edu.tr, stevabilaka@agri.edu.tr, fcalik@sakarya.edu.tr, gbayraktar@agri.edu.tr

Giriş ve Amaç Bu çalışmanın temel amacı beden eğitimi öğretmenliği adaylarının psikolojik sağlamlık, azim ve motivasyon arasındaki ilişkileri incelemektir. Ayrıca psikolojik sağlamlık, azim ve motivasyon düzeyleri sınıf ve cinsiyet düzeylerine göre incelenmiştir.

Yöntem Araştırmanın katılımcılarını Ağrı ilindeki 3. ve 4. sınıf, toplam 75 BESYO öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcıların 26'sı kadın, 49'u erkek öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplamak amacıyla Sarıçam ve diğerleri (2012) tarafından Türkçe 'ye uyarlanan Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Sarıçam, Çelik ve Oğuz (2016) tarafından Türkçe 'ye adapte edilen Azim Ölçeği-Kısa Formu, Sarıçam ve diğerleri (2014) tarafından Türk kültürüne uyarlanan Motivasyonel Kararlılık Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Verileri çözümlemek için Spearman korelasyon analizi ve Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Çalışmada güven aralığı olarak %99 p<.01 alınmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Araştırma bulgularına göre beden eğitimi öğretmenliği adaylarında psikolojik sağlamlık, azim ve motivasyon arasından pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler vardır. Psikolojik sağlamlık arttığında azim ve motivasyon düzeyi de artmaktadır. Cinsiyet ve sınıf düzeyine göre psikolojik sağlamlık, azim ve motivasyonel kararlılık istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır. Çalışma farklı bölüm ve sınıflar eklenerek genişletilebilir.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi, psikolojik sağlamlık, azim ve motivasyon Kaynaklar Sarıçam, H., &Canatan, A. (2015). The adaptation, validation, reliability process of the Turkish version Orientations to Happiness Scale. ÜniversiteparkBülten, 4(1-2), 7-15. Doi: 10.12973/unibulletin.412.1 Uysal, R., Sarıçam, H.,& Akın, A. (2014). Öznel Zindelik Ölçeği Türkçe Formunun Psikometrik Özellikleri. Muğla Sıtkı Koçman University, Magazine of Social Sciences Institute, 33, 136-146.

Examination of Psychological Strength, Perseverance and Motivation Levels of Physical Education Teachers Candidates

The main purpose of this study is to examine possible associations between physical education teacher candidates' psychological stability, determination and motivation. In addition, psychological stability, perseverance and motivation levels were examined according to class and gender levels. Participants of the study consist of 75 physical education sports school students in 3rd and 4th grade in Ağrı province. 26 of the participants were female and 49 were male students. Psychological Robustness Scale adapted to Turkish by Sarıçam et al. (2012), Resilience Scale-Short Form adapted to Turkish by Sarıçam, Çelik and Oğuz (2016), Sarıçam and others (2014) adapted to Turkish culture Motivational Stability Scale and Personal Information Form were used. Spearman correlation analysis and Mann-Whitney U test were used to analyze the data. 99% p <.01 was taken as confidence interval in the study.

According to the findings of the research, there are statistically significant positive relationships between psychological robustness, perseverance and motivation in the candidates of physical education teachers. When psychological robustness is increased, perseverance and motivation levels also increases. According to gender and class level, psychological stability, perseverance and motivational stability do not differ statistically. The study can be expanded by adding different sections and classes.

Keywords: Physical Education, Psychological Stability, Perseverance And Motivation

Reality Physical Activity Sports Educational in The Arab World

¹Khiri Djamel

¹Institute Science And Techniques Of Physical And Sports Activities University Of Boura

Email : khiridjamel@yahoo.fr

Awareness of the importance of physical activity: The life of many in our modern world depends on the availability of civilization to us of physical comfort and well-being movement has become a few physical activity does not exist except in a narrow range in addition to psychological pressure and life, leading to a life in which the proportion of health risks to the individual, That the proportion of heart disease increases with the increased reliance on comfort and well-being and inactivity accompanied by a diet in which there are excessive amounts of energy needed by the body increases weight, raises blood pressure and harden arteries, increasing the incidence of heart disease in general, such as angina. The possibility of achieving the physical benefits of the average person can be achieved through a program of training medium intensity and does not cause fatigue and stress and gradually increase to a certain extent can be done without injury or injury to the person. The important question is how to get community members to engage in physical exercise and to show the health benefits that will benefit them after changing their daily habits and adding movement. The way to do this is to demonstrate those benefits for all ages and both sexes to encourage them to start and continue on a consistent basis. Achieving this goal requires health and social awareness to ensure that individuals are willing to participate in physical activity programs. The role of the media in this, especially with the participation of athletes stars, will have an impact on young people and young people in highlighting the role of sport and its impact on the general appearance of the individual and away from harmful and bad habits such as smoking, and to explain to them that sport is a way to gain physical skills and physical

Muğla İli Örneğinde Beden Eğitimi Öğretmenlerinin İş Tatminlerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri İle İlişkisi

¹Esin Ölmez, ¹Ümmügülsüm Çakmak, ¹Abdurrahman Kepoğlu

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimler Fakültesi, Muğla

Email : esinoelmez@yahoo.de, cakmakgulsum@hotmail.com, abdurrahman.kepoglu@marmara.edu.tr

Bu çalışmanın amacı beden eğitimi öğretmenlerinin iş tatminlerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri ile ilişkisini belirlemektir.

Araştırmanın modeli, nedensel karşılaştırmalı ve ilişkisel tarama modelidir. Araştırma evrenini Muğla ili ve ilçelerinde görev yapan 406 beden eğitimi öğretmeni oluşturmaktadır. Örneklemi ise 76 beden eğitimi öğretmenidir. Öğretmenlerin tükenmişliğini değerlendirmek üzere, Maslach ve Jackson tarafından 1981 yılında geliştirilen ve Ergin (1992) tarafından Türkçeye uyarlanarak geçerlilik ve güvenirlik çalışması yapılan Maslach Tükenmişlik Envanteri (MTE) kullanılmıştır. MTE ölçeği üç alt (Duygusal tükenme-Duyarsızlaşma-Kişisel başarısızlık) boyuttan oluşmaktadır. Beden eğitimi öğretmenlerinin İş tatmini değerlendirmek üzere, Minnesota İş Tatmini Ölçeğinin (MİDÖ) iç ve dış tatmin faktörlerinden oluşan Weiss, Dawis ve Lofquist (1967) tarafından birleştirilen ve 20 madde halinde geliştirilen kısa formu kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması ve geçerlilik ve güvenirlik çalışması Baycan (1985) tarafından yapılmıştır. Elde edilen veriler normallik testine tabi tutulmuştur. Veriler normal dağılmadığı için non parametrik test istatistiği kullanılmıştır. Beden eğitimi öğretmenlerinin demografik özellikleri ile mesleki tükenmişlik ve iş tatmini seviyeleri arasındaki farklılığı belirleyebilmek için (0,05) önem düzeyinde Kruskal Wallis ve Mann Whitney-U testi kullanılmıştır. İş tatmini ile mesleki tükenmişlik arasındaki ilişki ise (0,01) önem düzeyinde korelasyon analizi ile test edilmiştir. İş tatminin mesleki tükenmişlik üzerindeki etkisi ise (0,01) önem düzeyinde regresyon analizi ile test edilmiştir.

Elde edilen bulgulara göre beden eğitimi öğretmenlerin iş tatminleri ile mesleki tükenmişlik düzeyleri arasında kuvvetli bir ilişki vardır. Beden eğitimi öğretmenlerinin iş tatmin seviyesi yükseldikçe mesleki tükenmişlik seviyeleri düşmektedir.

The Relationship Between Occupational Burnout Levels Of Job Satisfaction Of Physical Education Teachers in The Case Of Muğla Province

The purpose of this study is to determine the relationship of physical education teachers with occupational burnout levels of job satisfaction.

The model of the research is causal comparative and relational screening. The research population consists of 406 physical education teachers working in Muğla provinces and districts. The sample is 76 physical education teachers. The Maslach Burnout Inventory (MTE), developed by Maslach and Jackson in 1981 and adapted to Turkish by Ergin (1992), was used to assess the burnout of the teachers. The MTE scale consists of three dimensions (Emotional exhaustion - Desensitization - Personal failure). In order to evaluate the job satisfaction of the physical education teachers, a short form, which was developed by Weiss, Dawis and Lofquist (1967), which is composed of internal and external satisfaction factors of Minnesota Job Satisfaction Scale (MSDS) and developed in 20 items, was used. The adaptation of the scale to Turkish and validity and

reliability studies were carried out by Baycan (1985). The obtained data were subjected to normality test. Since the data are not normally distributed, non parametric test statistic is used. Kruskal Wallis and Mann Whitney-U test were used to determine the difference between the demographic characteristics of the physical education teachers and the levels of occupational burnout and job satisfaction (0,05). The relationship between job satisfaction and occupational burnout was tested with a correlation analysis of significance level (0,01). The effect of job satisfaction on occupational burnout was tested by regression analysis at the (0,01) significance level. According to the findings, there is a strong relationship between the job satisfaction of the physical education teachers and the levels of occupational burnout. As the level of job satisfaction of physical education teachers increases, the levels of occupational burnout decrease.

Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümünde Öğrenim Gören Öğretmen Adaylarının Mesleki Kaygılarının İncelenmesi

¹Sevinç Namılı, ²Gönül Tekkursun Demir, ²Anıl Türkeli, ³Zekihan Hazar

¹Erzurum Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

³Niğde Ömer Halis Demir Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Niğde

Email : sevincyilmaz@hotmail.com, gonultekkursun@hotmail.com, anilturkeli@hotmail.com, zekihanhazar84@gmail.com

Giriş ve Amaç: Ülkemizde sayıları iki yüze yaklaşan üniversitelerle birlikte tüm bölümlerin kontenjanları artmış dolayısıyla mezun öğrenci sayılarında da artış olmuştur. Bu artışla beraber neredeyse üniversitelerin tüm bölümlerinde mesleğe geçiş zorlaşmıştır. Kamu Personeli Seçme Sınavı'ndaki (KPSS) başarısına göre mesleğe geçen öğretmenlik alanında ki öğrencileri mezun olmaya yakın; KPSS sınavında başarılı olma, yaşadığı şehirden farklı bir yere atanma, aldığı ücretle geçinebilme gibi etmenler beklemektedir. Bu çalışmanın amacı; beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarının, mesleklerine ilişkin kaygılarının belirlenmesidir.

Yöntem: Araştırma 2016-2017 eğitim-öğretim dönemi içerisinde Adıyaman ve Gazi üniversiteleri, beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümlerinde okuyan 3. ve 4. Sınıf, 57'si kadın 120'si erkek toplamda 177 öğrenci üzerine yapılmıştır. Nicel araştırma modeline göre tasarlanan çalışmada, ilişkisel tarama yönteminden yararlanılmıştır. Kişisel bilgi formu ile Cabı ve Yalçınalp' in (2013)'de geliştirdikleri 8 alt faktörlü yapıya sahip 45 maddeden oluşan "Öğretmen Adaylarına Yönelik Mesleki Kaygı Ölçeği (MKÖ)" kullanılarak verilerin toplanması sağlanmıştır. Verilerin analizi SPSS 22. Paket programı ile yapılarak, Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro Wilk testleri ile verilerin dağılımına bakılmıştır. Normallik varsayımı sağlayan değişkenlere parametrik, sağlamayan değişkenlere ise non-parametrik testler uygulanmıştır.

Bulgular: Aday öğretmenlerin verdiği cevaplardan yola çıkarak yapılan analizlerde; anne ve baba eğitim düzeyi ile aday öğretmenlerin yaş değişkenine ilişkin sonuçlarda anlamlı bir farklılık bulunmadığı, cinsiyet, öğrenim düzeyi ve öğrenim gördükleri üniversite değişkenlerine göre ise anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür.

Sonuç: Sonuç olarak; öğretmen adaylarının cinsiyet değişkenine göre kadın adayların mesleki kaygılarının daha fazla olduğu, üçüncü sınıf öğrencilerinin ise ölçek alt faktörlerinden " Kişisel Merkezli Kaygı" düzeylerinin dördüncü sınıf öğrencilerine göre yüksek olduğu tespit edilmiştir. Anahtar Kelimeler: Mesleki Kaygı, Beden Eğitimi ve Spor, Öğretmen Adayı

Investigation Of Occupational Anxiety Of Prospective Teachers Studying At The Physical Education And Sport Teacher Department

Introduction and Aim: The quota of all departments has increased in our country with the number of universities approaching two hundred, so the number of graduates has also increased. Almost all the departments' graduates have faced a problem of entering a profession due to this increase. Various factors (i.e., doing well in the KPSS, being assigned to a different city,

managing on salary) occur on the eve of graduation for prospective teachers who are assigned according to the result of the Public Personnel Selection Examination (KPSS). In this sense, the aim of this study is to determine the anxiety of prospective teachers studying at the physical education and sport teacher department towards their profession.

Method: The sample of the study consists of a total of 177 (female, 57; male, 120) third-year and fourth-year students studying at the physical education and sport teacher departments of Adiyaman university and Gazi university during the 2016-2017 academic year. The relational screening method was used in the current study. The personal information form and "Occupational Anxiety Scale for Prospective Teachers (MKÖ)" developed by Cabı and Yalçınalp (2013), consisting of 45 items with 8 sub-factorial structures were applied for data collection. SPSS 22 package program was applied data analysis and the distribution of data was examined with Kolmogorov-Smirnov and Shapiro Wilk tests. Parametric tests were applied to the variables that provided normality assumption while nonparametric tests were applied to the variables that did not provide normality assumption.

Findings: No significant difference was found to be between the educational level of the parents and the age of the prospective teachers. However, considering gender, level of education, and the university variables, a significant difference was observed.

Conclusion: In terms of gender variable, female prospective teachers were found to have higher occupational anxiety. Also when compared to the fourth-year students, third-year students were

Prevalence Of Spine Deformities And Relationship With Body Composition in Eleven And Twelve-Year-Old Students

¹Natalija Kurtovic, ¹Nijaz Skender, ²Ekrem Colakhodzic, ³Ifet Mahmutovic

¹Pedagogical Faculty, University Of Bihac, BIHAC

²Faculty Of Education, University „Džemal Bijedic“ In Mostar, MOSTAR

³Faculty Of Sport And Physical Education University Of Sarajevo, SARAJEVO

Email : natalijkurtovic@yahoo.com, nijazs@yahoo.com, ,

Introduction: On the sample of 110 students aged 11 and 12, a study was carried out to determine the prevalence of spine deformity and relationship with the body composition.

Methods: Two methods for determining bodily deformities were applied. The method of Wolanski and the method on the CONTEMPLAS and Tanitu apparatus for body composition.

Results: In two variables Sag. Distance cervical spine sacrum results represent the distance of the cervical spine from the projection of the vertical line of sacrum, and the distance of the lumbar spine from the projection of the vertical line of the sacrum show that 85 and 99 subjects had this body posture deformity. These subjects have increased flexion in cervical spine. In one variable Sag. Distance of the cervical spine sacrum, the results in 47 subjects were negative. The result indicates an enlarged extension of the chest part of the spinal column. These results were reflected in the scoliotic posture measured by the Wolanski method. The predictive value of the variables that define the body composition measured by Tanita scale with respect to the criterion defining the variables of scoliotic posture by the Wolanski method, multiple correlation is .440.

Discussion and Conclusions: The complete predictor system has given a statistically significant contribution to the explanation of the criterion variable of scoliotics at a significance level of 0.01%. The largest single contribution was given by the fatproc variable (mass percentage and fat mass. (total weight of fat) We conclude there are results in all variables that significantly deviate from the normal body posture and are considered a poor body posture. In some variables, as many as 80-90% of students deviate from good posture. Based on the results, we can conclude that bodily deformities and bad postures are very pronounced in 11 and 12 year olds.

Keywords: Prevalence, Body Deformities, Scoliotic Posture, Body Composition

Üniversite Öğrencilerinin Zihinsel Dayanıklılıklarının Liderlik Düzeyleri Üzerine Etkisi

¹Barış Karaoğlu, ¹Mehmet Behzat Turan, ¹Yahya Polat

¹Erciyes Üniversitesi, Kayseri

Email : bariskaraoglu@erciyes.edu.tr, behzattrn@hotmail.com, ypolat@erciyes.edu.tr

Bu araştırmanın amacı, Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören adayların Zihinsel dayanıklılıkları ile liderlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmanın evrenini tesadüfî yöntemle seçilmiş 436 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak; Zihinsel dayanıklılık ölçeği, Liderlik yönelim ölçeği ve "Kişisel bilgi formu" kullanılmıştır. Kişisel Bilgi Formu, Zihinsel dayanıklılık ve Liderlik yönelim ölçeğinden elde edilen veriler SPSS 20.0 paket programı ile istatistiksel analizleri yapılmıştır. Adaylara ilişkin kişisel bilgiler ve envanter toplam puanları ve faktör puanları frekans (f) ve yüzde (%) değerleri tespit edilerek verilmiştir. Ölçeklerden elde edilen puanların arasındaki ilişkiyi ortaya koyabilmek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi (r) ve elde edilen puanlarının birbirinin yordayıcı olup olmadığını tespit edebilmek için Çoklu regresyon analizi uygulanmıştır. (β)

Özgüven ile insan kaynakları çerçevesi ve Olumsuz enerji ile yapısal çevre puanları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler bulunurken, dikkat kontrolü, görselleştirme, motivasyon seviyesi, olumlu enerji ve tutum kontrolü puanları ile yapısal çevre, insan kaynakları çerçevesi, politik çevre ve sembolik çevre puanları arasında anlamlı bir ilişkiler bulunamamıştır. Olumsuz enerji ile liderlik yönelimleri arasında model anlamlı bir ilişki sunmaktadır. Regresyon katsayısının anlamlılığına ilişkin t- testi sonuçları incelendiğinde; yapısal çevre liderlik yönelimlerini, zihinsel dayanıklılığın yordadığını ve toplam varyansın %13 ünü açıkladığı görülmüştür.

Özgüven, dikkat kontrolü, görselleştirme, motivasyon seviyesi, olumlu enerji ve tutum kontrolü ile liderlik yönelimleri arasında model anlamlı bir ilişki bulunmamakta ve liderlik yönelimlerini zihinsel dayanıklılığın yordamadığı görülmüştür. Sonuç olarak; zihinsel dayanıklılığı yüksek olan bireylerin etkili liderlik davranışları gösterdiği, liderliğin sergilediği olumlu tutum ve davranış rolleriyle de bireylerin zihinsel dayanıklılığını güçlendirdiği düşünülmektedir.

Anahtar Kelime: Zihinsel Dayanıklılık, Liderlik, Beden Eğitimi ve Spor

The Effects Of Under Graduate Students' Mental (Psychological) Toughness On The Leadership Level

The aim of this research is to determine the relationship between mental endurance and leadership levels of the candidates who are studying in Erciyes University School of Physical Education and Sports Inspection. The student's universe consists of 436 students of Physical Education and Sports.

As means of data collection in the survey; Mental (psychological) endurance scale, Leadership orientation scale and Personal information form. Statistical analyzes were performed with the SPSS 20.0 package of data obtained from Personal Information Form, Mental (Psychological) endurance and Leadership orientation scale. The personal information and inventory total scores and factor scores for the candidates were determined by determining frequency (f) and percent (%) values.

Multiple regression analysis was applied to determine whether Pearson Moments Multiplication Correlation analysis (r) and their scores were predictive in order to reveal the relationship between scores obtained from the scales. (B)

While there is a low level of positive relationship between self-confidence and human resources framework and negative environmental and structural environmental scores, there was no significant relationship between attention control, visualization, level of motivation, positive energy and attitude control scores, structural environment, human resources framework, political environment and symbolic environmental scores. The model presents a meaningful relationship between negative energy and leadership orientations. When the t-test results on the significance of the regression coefficient are examined, structural environment leadership orientation, mental stability and 13% of the total variance.

There was no significant relationship between self-confidence, attention control, visualization, motivation level, positive energy and attitude control, and leadership orientation, and mental stability was not predictive of leadership orientations. As a result; It is thought that the individuals with high mental stability show effective leadership behaviors and the positive attitudes and behavioral behaviors demonstrated by the leadership strengthen the mental endurance of the individuals.

Keyword: Mental Endurance, Leadership, Physical Education and Sports

2016 Uefa Avrupa Futbol Şampiyonasındaki Gollerin Zaman ve Oluş Biçimlerine Göre Analizi

¹Özgür Bostancı, ¹Abdurrahim Kaplan, ¹M. Hakan Mayda, ¹Arif Satıcı, ²Levent Ceylan, ³Ömer Faruk Yazıcı

¹Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi Samsun

²Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

³Gaziosmanpaşa Üniversitesi Erbaa Meslek Yüksekokulu Tokat

Email : ozgurbostanci@omu.edu.tr, selcukbesyo85@gmail.com, hakan_mayda@hotmail.com, arifsatici@gmail.com, leventceylan17@hotmail.com, o-farukyazici@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Gol atıp yememe esasına dayanan futbolda, sonuçların değerlendirilmesinde ve taktik çalışmalarındaki hataların asgariye indirilmesinde, futbolcu ve takımların performansının takibi için maç analizi programları önem taşımaktadır. Bu çalışmanın amacı, 2016 UEFA Avrupa Futbol Şampiyonasında oynanan toplam 51 maçın gruptan çıkma durumuna göre atılan ve yenilen 108 golün zaman, oluş biçimi ve nasıl oluştuğunun analizini yapmaktır.

Gereç ve Yöntem: Araştırmanın verileri, Prozone marka performans ve maç analizi programından elde edilmiştir. Araştırmada, gruptan çıkan (n:16) ve gruptan çıkamayan (n:8) takımların; attığı ve yediği gol toplamı, gollerin zamanı, oluşum biçimleri ve kullanılan vuruş tekniklerinin karşılaştırılması yapılmıştır. SPSS 20.0 programında $p<0,05$ düzeyinde gruplar arasındaki farklılığı incelemek için Independent Samples T-Testi uygulanmıştır.

Bulgular: Maç başı gol ortalamasına göre gruptan çıkan ($1,22\pm0,41$) ile çıkamayan takımlar ($0,46\pm0,27$) arasında anlamlılık gözlemlendi ($p<0,001$). Ayrıca birinci yarı ve ikinci yarıda atılan gollerde benzer sonuca ulaşılrken ($p<0,001$), yediği gol toplamı, birinci yarı ve ikinci yarı yediği gol ortalamalarında ise gruplar arasında bu farklılık görülmemiştir ($p>0,05$). Gruptan Çıkan ve çıkamayan takımların atılan ile yenilen gollerin zaman dilimlerine baktığımızda, atılan gollerin 0-15 dk, 30-45 dk ve 45-60 dk'ları arasında gruplar arasında anlamlı farklılık gözlemlenirken ($p<0,05$), diğer zaman dilimlerinde herhangi bir anlamlılık tespit edilmemiştir. Müsabakalarda en fazla 75-90 ($1,50\pm1,26$) dk arasında gollerin olduğu belirlendi. Gruplar arasında sol ve sağ taraftan atılan gol toplamlarında anlamlılık belirlenirken ($p<0,05$), ortadan gol toplamında rastlanılmamıştır ($p>0,05$).

Sonuç ve Tartışma: Hem ceza sahası içi hem de ceza sahası dışındaki gollerde, gruptan çıkan takımların daha fazla gol oranına sahip oldukları saptanmıştır. Bu sonuçlara göre ülkelerin ulusal takımları şampiyonalarda daha fazla gole ulaşabilmesi için hücum bölgesindeki taktiksel zenginliğini artırmasının yanı sıra antrenörlerin de bir önceki şampiyonayı iyi analiz ederek takımını hazırlaması gerektiği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Analiz, Gol.

Analysis according to Time and Forms of Goals in the 2016 UEFA European Football Federation Championship

Objective: The aim of this study is to analyze the time, form and how the 108 goals scored and defeated according to the outbreak of 51 games played in the 2016 UEFA European Football Championship.

Methods: The data of the study were obtained from Prozone brand performance and match analysis program. In the study, the team can not qualify of the group (n:8) and qualify of the group (n:16); the total number of goals scored, the time of goals, the formation of the goals, and the technique of the strokes used. The Independent Samples T-Test was applied to examine the difference between the groups in the SPSS 20.0 program ($p<0,05$).

Results: According to the average of goals per game meaningfulness was observed ($p<0,001$) there was a significant difference between the teams that qualified of the group ($1,22\pm0,41$) and those who did not ($0,46\pm0,27$). The time zones in the scored and conceded goals of the team qualified of the group and those who did not, significant differences were observed between groups at 0-15, 30-45, 45-60 min in scored goals ($p<0,05$), no significant difference was found other time periods. In the competition it was determined that most goals were between 75-90 min ($1,50\pm1,26$). While the significance of the goals scored from the left and the right sides among the groups was determined ($p<0,05$), it was not found goal from the middle ($p<0,05$),

Conclusion: Both in the penalty area and the penalty area outside goals, teams qualified of group were found to have more goals. According to results, in addition to increasing the tactical richness in the offensive area, the national teams and trainers must also prepare the team by analyzing the previous champions well so that the national teams can reach more goals in the championship.

Keywords: Football, Analysis, Goal.

Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Yeme Tutumları ve Beden Algılarının İncelenmesi

¹Abdurrahim Kaplan, ¹Egemen Ermiş, ²Necati Alp Erilli, ³Erkan Konca, ¹Yunus Berk

¹Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi. Samsun

²Cumhuriyet Üniversitesi, İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi, Ekonometri Bölümü. Sivas

³Sivas Yavuz Selim Ortaokulu. Sivas

Email : selcukbesyo85@gmail.com, egedeath@hotmail.com, aerilli@hotmail.com, erkankonca@yahoo.com, yunberk@gmail.com

Giriş ve Amaç: İnsanın büyüüp gelişerek yaşamını sürdürebilmesi, sağlığını koruyup sürdürülen bu yaşamın etkili ve verimli bir biçimde sağlanması beslenmeye bağlıdır. Yeterli ve dengeli beslenme ile fiziksel olarak aktif bir yaşam sürdürebilmek, insan sağlığı ve verimliliğinin en önemli unsurlarını oluşturur. Sağlıklı ve üretken olmak ise; bedenlen, aklın, ruhen ve sosyal yönden iyi gelişmiş bir vücut yapısına sahip olmak ve bu yapının bozulmadan uzun süre işlemesidir. Kadın, erkek, genç, yaşlı, herkesin bir beden algısı vardır ve beden algısı, kişinin kendisini diğer kişilerden ayırt etmeye başladığı zaman ortaya çıkan değişebilen bir kavramdır. Bu çalışmanın amacı spor yapan ile spor yapmayan üniversite öğrencilerinin yeme tutumları ve beden algılarının incelenmesidir.

Gereç ve Yöntem: Bu çalışmaya Ondokuz Mayıs Üniversitesinde öğrenim gören ve spor yapan 261 ve spor yapmayan 156 kişi olmak üzere toplam 417 öğrenci katılmıştır. Veri toplama aracı olarak üç bölümden oluşan bir soru formu kullanılmıştır. Anket bölümleri: demografik veriler formu, yeme tutum ölçeği ve beden algısı testi'tir. Sonuçlar SPSS.22 paket programı ile değerlendirilmiştir.

Bulgular: Öğrencilerin spor yapma durumları 4 farklı kategoride gruplandırılmıştır. Bu 4 grubun birbirleri ile karşılaştırılması sonuçlarına göre; haftada 1-2 gün spor yapanlar ile haftada 3-4 gün spor yapanlar arasında Yeme Tutumları arasında ($p=0,003$) ve Beden Algıları bakımında fark vardır (0,006). Haftada 1-2 gün spor yapanlar ile haftada 5-7 gün spor yapanlar arasında Yeme Tutumları arasında ($p=0,039$) ve Beden Algıları bakımında fark vardır (0,001). Haftada 3-4 gün spor yapanlar ile hiç spor yapmayanlar arasında Beden Algıları bakımından fark vardır (0,000). Haftada 5-7 gün spor yapanlar ile hiç spor yapmayanlar arasında Beden Algıları bakımından fark vardır (0,000).

Sonuç: Analizler sonucunda, özellikle öğrencilerin yaptıkları haftalık spor saatlerinin artması ile Beden Algılarının değişirken, Yeme tutumlarının fazla değişmediği görülmüştür. Spor yapmanın dış görünümüne etkisinin olumlu yönde olduğu bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Spor, Yeme Tutumu, Beden Algısı

Analysis of Eating Habits and Body Perceptions of University Students Who Do Sports and Who Do Not

Introduction and Purpose: Growing up, protecting health and having an effective and productive life all depend on nutrition. A sufficient, balanced diet and a physically active life are the most important factors of human health and efficiency.

Being healthy and productive is having a physically, mentally and socially well-developed physique functioning well for a long time. The purpose of this study is to research eating attitudes and body perceptions of university students who do sports and those who do not.

Method: 417 students studying at Ondokuz Mayıs University, 261 doing sports and 156 not doing sports, participated in the study. Demographic data form, eating attitude scale and body perception test were used to collect data. Results were assessed with SPSS.22 program.

Results: Students' states of doing sport were grouped in 4 categories. Differences were found between students who did sports 1-2 days a week and those who did sports 3-4 days a week in terms of eating attitudes ($p=0,003$) and body perceptions (0,006); between students who did sports 1-2 days a week and those who did sports 5-7 days a week in terms of eating attitudes ($p=0,039$) and body perceptions (0,001); between students who did sports 3-4 days a week and those who did not do any sports in terms of body perceptions (0,000) and also between students who did sports 5-7 days a week and those who did not do any sports in terms of body perceptions (0,000).

Conclusion: As a conclusion, while students' body perceptions changed as weekly hours of sport they did increased, their eating habits were not found to differ much. Sport was found to have a positive influence on appearance.

Keywords: Sport, Eating Habit, Body Perception

Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmeni Yetiştirmede Geleneksel Mi Yoksa Yenilikçi Bir Anlayış Mı?

¹*Ismail Polatcan*, ²*Yunus Emre Karakaya*, ²*Zeki Coşkuner*

¹*Bitlis Eren Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Bitlis*

²*Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ*

Email : *ipolatcan@hotmail.com, emrekarakaya@firat.edu.tr, coskunerzeki@gmail.com*

Günümüzde öğretmenlik, toplumun kalkınmasına, ülkenin bilimsel ve teknolojik açıdan gelişmesine katkı sağlayacak bireyler yetiştiren ve yetiştirdiği bireylere rol model olan kişiler olarak değerlendirilmektedir. Her öğretmenlik alanında olduğu gibi beden eğitimi spor öğretmenliği de kendini güncelleme çerçevesinde yoluna devam etmektedir. Bu araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden dokümantasyon metodu kullanılmıştır.

Çalışmada, genel öğretmenlik mesleği ile beden eğitimi ve spor öğretmenliği ile ilgili güncel literatür ekseninde Türkiye’de öğretmenlik mesleği ve beden eğitimi ve spor öğretmenliğinin mevcut durumu değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Türkiye’de beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümlerinin yapısal dönüşüm ihtiyacı içerisinde olduğu görülmekte, bu kapsamda müfredatla ilgili çalışmalar yapılmalıdır. Beden eğitimi ve spor öğretmenlerine, adaylarına yönelik derslerde uygulamaları amacıyla yeni yöntem ve tekniklere yönelmeleri sağlanmalı ve bu kapsamda yapısalcı bir yaklaşımla gerçekleştirileceği özümsetilmelidir. Mevcut görev yapan beden eğitimi öğretmenlerine yönelik ise beden eğitimi öğretmenlerinin özel alan bilgi, yetenek, nitelik ve sportif yeniliklere açık bireyler olarak yetiştirilmesi sağlanmalıdır. Beden eğitimi öğretmenleri yapılan bilimsel çalışmaları takip etmeli ve alan bilgisi ile ders işleyiş stratejisini sürekli güncellemelidir.

Anahtar Kelimeler: Öğretmenlik Mesleği, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, Müfredat, Yeni yaklaşımlar.

Is An Interpretation Which Physical Education And Sports Teaching Traditional Or Innovative?

Today, teaching is evaluated as the persons who raise individuals that will contribute to the community development, scientific and technological development of the country and are a role model for the people they raise. As in each teaching field, physical education and sports teaching also proceed on its way within the framework of adapting and updating itself. Today, physical education and sports teaching are no longer regarded as giving a lesson in the classroom, explaining and showing the game rules in the sports hall or sports arena, and accordingly the discussions continue to be relevant. In the study, documentation technique is used in qualitative research methods.

In the study, the current condition of the teaching profession and physical education and sports in Turkey is aimed to evaluate in line with the current literature about the general teaching profession and physical education and sports teaching.

It is seen that physical education and sports teaching departments in Turkey are in need of structural transformation; studies on curriculum should be performed in this context.

Physical education and sports teachers should be allowed to tend towards new method and techniques to apply them in the courses for the candidates and should be allowed to know that this will be done with a structuralist approach in this regard. In regard to the current physical education teachers, physical education teachers should be raised as individuals open to special interest, knowledge, talent, quality and sports innovations. Physical education teachers should follow the scientific studies and continuously update field information and course teaching strategy.

Keywords: Teaching Profession, Physical Education and Sports Teaching, Curriculum, New approaches.

Beden Eğitimi Öğretmeni Ve Beden Eğitimi Dersi Kavramlarına İlişkin Aday Öğretmenlerin Metaforik Algıları

¹Hidayet Suha Yüksel, ¹Özge Sütçü, ¹Burcu Özdemir

¹Ankara Üniversitesi, Ankara

Email : suhayuksel@gmail.com, ozgesutcu.8@gmail.com, brcozdemirr@gmail.com

Giriş ve Amaç: Bir kavramı başka bir kavram ile açıklama olarak ifade edilen metafor dilin en ayırt edici özelliklerinden biridir. Öğretmen eğitiminde metaforlar adayların öğretmen olduklarındaki düşüncelerini yansıtmaları bakımından destekleyici bir araçtır (Goldstein, 2005). Bu noktadan hareketle çalışmanın amacı beden eğitimi öğretmeni adaylarının, beden eğitimi öğretmeni ve beden eğitimi dersi kavramlarına ilişkin algılarını ürettikleri metaforlar yoluyla keşfetmektir.

Yöntem: Çalışmada nitel araştırma yaklaşımı ve fenomenoloji modeli tercih edilmiştir. Çalışmaya Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Öğretmenliği bölümünde okuyan 162 aday beden eğitimi öğretmeni katılmıştır. Aday öğretmenlerin kendi dünyalarındaki deneyimlerinden yola çıkarak “beden eğitimi öğretmeni” ve “beden eğitimi dersi” kavramlarını betimlemesi için yarı yapılandırılmış formlar kullanılmıştır. Verilerin analizinde içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Bu kapsamda öğretmen adaylarının oluşturduğu metaforlar listeye konulduktan sonra ortak özellikleri bakımından kategorilere ayrılarak frekans hesaplaması yoluna gidilmiştir.

Bulgular: Elde edilen bulgular sonucunda beden eğitimi öğretmeni kavramına dair “aile”, “pusula”, “omurilik”, “günlük”, “kahve” gibi metaforlar beden eğitimi öğretmenlerinin her zaman yakınında olan, destek veren, ihtiyaç duyulan ve yol gösteren kişiler olarak; “Barselona”, “joker”, “siri”, “ahtapot”, “matruşka” gibi metaforlar ise beden eğitimi öğretmenlerinin çok yönlü, her işi yapan ve farklı özelliklere sahip kişiler olarak algılandığını göstermektedir. Beden eğitimi dersi kavramına dair ise, “lunapark”, “serbest zaman”, “çikolata”, “müzik”, “stres topu” gibi metaforlar dersin bir rahatlama, eğlenme, keyif alma fırsatı olarak; “nefes”, “oksijen”, “su”, “yemek”, “reçete” gibi metaforlar ise dersin temel bir ihtiyaç olarak algılandığını göstermektedir.

Sonuç: Elde edilen bulgular ışığında aday beden eğitimi öğretmenleri tarafından beden eğitimi dersinin eğlenme, rahatlama ve ihtiyaç olarak algılandığı, beden eğitimi öğretmenlerinin ise yakın bir destekçi, her işi yapan ve çok yönlü çalışan bireyler olarak algılandığı görülmektedir.

Kaynak: Goldstein, L. S. (2005). Becoming a teacher as a hero's journey: Using metaphor in preservice teacher education. Teacher Education Quarterly, 32(1), 7-24.

Metaphorical Perceptions Of Preservice Teachers Concerning The Concepts Of Physical Education Teacher And Physical Education Lesson

Introduction and Purpose: Metaphors which describes as explaining one idea by referring to another idea are one of the most distinctive features of the language.

In teacher training, metaphors are a supporting device in terms of allowing candidates to reflect their thoughts as teachers (Goldstein, 2005). From this viewpoint, the purpose of this study is to explore the perceptions of preservice teachers concerning the concepts of physical education teacher and physical education lesson by means of the metaphors they come up with.

Method: The qualitative research approach and the phenomenology model have been used in this research. 162 preservice physical education teacher from Ankara University have participated in this study. Semi-structured forms have been used for data. Content analysis method has been used in the analysis of data. After listing the metaphors, these metaphors were categorized in terms of their common features.

Findings: The findings of this research demonstrate that the concept of physical education teacher is perceived as a supportive, guiding person who is needed and who is always near based on metaphors such as “family”, “compass”, “spine”, “journal”, “coffee”; while such metaphors as “Barcelona”, “joker”, “siri”, “octopus”, “matryoshka doll” reveal that physical education teachers are perceived as versatile people who are able to do everything and who have various qualities. In terms of physical education lesson, metaphors like “amusement park”, “leisure time”, “chocolate”, “music”, “stress ball” demonstrate that the lesson is perceived as an opportunity to relax, have fun and enjoy oneself; while metaphors such as “breath”, “oxygen”, “water”, “food”, “prescription” reveal that the class is perceived as a basic necessity.

Result: In consideration of such findings, it is revealed that candidates perceive the physical education lesson as a need and means of entertainment and relaxation while physical education teachers are perceived as supportive, versatile persons who are always nearby.

PB215

Özel Eğitim Dersinin Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarında Özel Gereksinimli Bireylere Yönelik Tutum ve Empatik Eğilim Düzeylerine Etkisi

¹Başak Eroğlu, ¹Arif Kaan Eroğlu, ¹İlker Özmütlu, ¹Gözde Ersöz, ¹Umut Canlı, ²Nihal Ata

¹Namık Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Tekirdağ

²Namık Kemal Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Tekirdağ

Email : beroglu@nku.edu.tr, , , ,

Giriş ve amaç: Bu araştırmanın amacı Özel Eğitim dersinin beden eğitimi öğretmen adaylarında özel gereksinimli bireylere yönelik tutum ve empatik eğilim düzeylerine etkisini belirlemektir. Yöntem: Bu amaçla 2016-2017 eğitim-öğretim bahar yarıyılında Namık Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği programında öğrenim gören 106 öğretmen adayına Yaralı (2015) tarafından geliştirilen "Özel Gereksinimli Bireylere Yönelik Tutum Ölçeği" ile Dökmen (1988) tarafından geliştirilen "Empatik Eğilim Ölçeği" uygulanmıştır. Araştırma verilerinin analizinde, tanımlayıcı istatistik, Anova, t testi, Tukey, Kruskal Wallis ve Mann Whitney U testleri kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmadan elde edilen bulgulara göre kontrol grubu olarak kullanılan birinci sınıf öğrencileri ile deney grubu olarak kullanılan ve 14 hafta boyunca özel eğitim dersi alan ikinci sınıfların ön testleri arasında farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Ancak son testlerde empatik eğilim hariç ikinci sınıflar lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Sonuç: Araştırma sonucunda özel eğitim dersinin öğretmen adaylarının özel gereksinimli bireylere yönelik tutumları üzerinde olumlu etkilerinin olduğu tespit edilmiştir. Beden eğitimi öğretmenlerinin özel gereksinimli bireylerin ihtiyaçlarını etkili bir şekilde karşılayabilmelerinde ve bu bireylere yönelik olumlu tutum geliştirebilmelerinde özel eğitim dersinin önemli etkisi olduğu düşünülmektedir. Anahtar kelimeler: Özel Eğitim, Tutum, Empati.

The Effect Of Physical Education Teacher Candidates Who Attended Special Education Course On Attitude Towards Individuals With Special Needs and Empathic Tendency Levels

Introduction and aim: The aim of this study is to determine the effect of physical education teacher candidates who attended the special education course on attitudes towards individuals with special needs and empathic tendencies levels. Method: For this purpose, "Attitude Scale Towards Individual with Special Needs" developed by Yaralı (2015) and "Empathic Tendency Scale" developed by Dökmen (1988) was applied to 106 teacher candidates who are educated in Namık Kemal University Physical Education and Sport Teaching Program during the spring semester of 2016-2017 education season. Descriptive statistics, Anova, t test, Tukey, Kruskal Wallis and Mann Whitney U tests were used in the analysis of the study data.

Findings: According to the findings, there was no difference between the pre-tests of "Attitude Scale Towards Individual with Special Needs" and "Empathic Tendency Scale" the first grade students in the control group and the second grade students in the group learning the special education course for 14 weeks ($p>0,05$). However, in the post tests, a significant difference was found in favor of second grade students except for "Empathic Tendency Scale" ($p<0,05$).

Conclusion: As a result of the study, it was determined that the special education course had positive effects on teacher candidates' attitudes towards individuals with special needs. It is thought special education course has important effect physical education teachers meet individuals with special need's need effectively, to develop positive attitudes towards these individuals.

Keywords: Special Education, Attitude, Empathy.

Lise Öğrencilerinin Sportif Etkinliklere Katılım Düzeyleri İle Zaman Yönetimlerinin Karşılaştırılması

¹Taner Atasoy, ²Nurullah Emir Ekinci, ²Betül Altınok, ²Çetin Özdişlek

¹Umlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Doktora Programı

²Dumlupınar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Kütahya.

Email : taner61atasoy@gmail.com, taner61atasoy@gmail.com,

Bu çalışmanın amacı lise öğrencilerinin sportif etkinliklere katılım düzeyleri ile zaman yönetimlerinin karşılaştırmasıdır. Çalışmanın örneklemini Kütahya da eğitim gören (145 kadın ve 226 erkek) lise öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından geliştirilen 6 maddelik demografik bilgileri elde etmeye yönelik kişisel bilgi formu ve Alay ve Koçak (2002) tarafından geliştirilen 27 soruluk Zaman Yönetimi Envanteri (ZYE) kullanılmıştır. Verilerin toplanmasında Soru Kâğıdı – Anket yöntemi kullanılarak gerçekleştirildi. Verilerin değerlendirilmesinde öncelikle verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için Kolmogorov-Smirnov testi, yüzde ve frekans yöntemlerinin yanı sıra çalışmada var olan anlamlı farklılıkların belirlenmesi için Mann Whitney U ve Kruskal Wallis testleri kullanılmıştır. Katılımcıların cinsiyet ve sportif etkinliklere katılım durumlarının değerlendirilmesi için yapılan Mann Whitney U testi sonucuna göre cinsiyet değişkeni ele alındığında “Zaman Harcaticılar” sportif etkinliklere katılım durumuna bakıldığında ise “Zaman Planlaması” alt boyutlarında sonuçlar manidar bulunmuştur. Katılımcıların sportif etkinliklere katılım şekilleri ve spor yapma sürelerinin değerlendirilmesi için yapılan Kruskal Wallis testi sonucu değerlendirildiğinde “Zaman Planlaması” alt boyutunda manidar bir sonuç bulundu ($P<0,05$). Sportif etkinliklere katılım yılına göre yapılan Kruskal Wallis testi sonucu değerlendirildiğinde ise her hangi manidar bir sonuç bulunmadı ($P>0,05$).

Compare The Participation Levels To Sportive Activities And Time Management Of The High School Students

The aim of this study is to compare the participation levels to sportive activities and time management of the high school students'. The sample of the study is a high school student (145 females and 226 males) trained in Kütahya. As a data collection tool, personal information form to obtain demographic information of 6 items developed by researchers and Time Management Inventory (TMI) composed of 27 questions developed by Alay and Koçak (2002) were used. The data were collected using the question paper - questionnaire method. In the evaluation of the data, firstly Kolmogorov-Smirnov test to determine whether the data are normally distributed, after that Mann Whitney U and Kruskal Wallis tests to determine the significant differences in the study as well as the percentage and frequency methods were used. The results of when the gender variable is considered according to the results of the Mann Whitney U test for participants' participation in sportive activities and gender, “Time Reminders” and when you look at the status of participation in sports events, “Time Planning” sub-dimensions were found to be significant. When the Kruskal Wallis test was conducted to evaluate the participants' participation in sporting activities and the duration of sports, there found a meaningful result in the sub-dimension “Time Planning” ($p<0,05$). When the results of the Kruskal Wallis test, which was made according to the year of participation in sportive events, was evaluated, no significant results were found.

Avrupa Birliği Ülkelerinde Beden Eğitimi ve Spor Dersleri Ve Türkiye’de Yeni Öğretim Programı

¹Yunus Emre Karakaya, ²Cumaali Yavuz, ¹Sebahattin Devecioğlu, ¹Zeki Coşkun

¹Firat University, Faculty Of Sport Sciences, Elazığ

²Youth Services And Sports Provincial Directorate, Elazığ

Email : emrekarakaya@firat.edu.tr, cyavuz123@gmail.com, sdevecioglu@gmail.com, coskunerzeki@gmail.com

Türkiye’de Milli Eğitim Bakanlığı tarafından 2017-2018 eğitim-öğretim yılında eğitim kurumlarında (ilkokul, ortaokul ve ortaöğretim) uygulanmak üzere Beden Eğitimi ve Spor dersleri için yeni öğretim programları hazırlanmıştır. Bu öğretim programları incelendiğinde şu genel amaçlar doğrultusunda hazırlandığı görülmektedir. İlkokullarda uygulanacak olan “İlkokul Oyun ve Fiziki Etkinlikler Dersi” öğretim programı, öğrencilerin yaş düzeyi, hazır bulunuşlukları, ilgileri, beklentileri, yöresel özellikler gibi etkenler dikkate alınarak oluşturulmuştur. Ortaokullarda uygulanacak “Ortaokul Beden Eğitimi ve Spor Dersi” öğretim programı, öğrencilerin, hayatları boyunca kullanacakları hareket becerileri, aktif ve sağlıklı hayat becerileri, öz yönetim becerileri, sosyal becerileri ve düşünme becerilerini edinerek bir sonraki öğrenim düzeyine hazırlanmaları amaçlanmıştır. Ortaöğretim kurumlarında uygulanacak “Ortaöğretim Beden Eğitimi ve Spor Dersi” öğretim programında ise öğrencilerin fiziksel aktiviteler aracılığıyla psikomotor, bilişsel, duyuşsal ve sosyal alanda gelişimine, sosyal yaşantısında sporu hayat tarzı haline getirmesine, okul dışı serbest zamanlarını kültürel ve sportif etkinliklerle değerlendirmesine katkıda bulunmak amaçlanmıştır. Şu anda Türkiye’de eğitim ve spor camiasında tartışılan yeni öğretim programı Türkiye’nin spor stratejisini kısa vadede olmasa da orta ve uzun vade de etkileyeceği düşünülmektedir. Bu doğrultuda, Avrupa Birliği’ne de aday olan Türkiye’nin Beden Eğitimi ve Spor dersi öğretim programlarının Avrupa Birliği ülkeleri ile uyum içerisinde olması da ayrı bir önem taşımaktadır. Bu kapsamda, bu yeni öğretim programı Avrupa Birliği ülkelerinin öğretim programlarıyla çeşitli boyutlar altında (ülkelerin genel stratejileri, öğretim programlarının genel yapısı, müfredat içerikleri, ölçme ve değerlendirme vb.) karşılaştırılması yapılarak tartışılmıştır. Yapılan bu çalışmada, nitel araştırma modellerinden tarama modeli kullanılmıştır. Veri analiz yöntemi olarak da doküman incelemesi yönteminden yararlanılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi ve Spor, Öğretim Programı, Avrupa Birliği, Türkiye.

Physical Education And Sports Classes in European Union Countries And New Curriculum in Turkey

In Turkey, a new curriculum has been prepared for Physical Education and Sports classes to be implemented in educational institutions (primary, secondary and high schools) during 2017-2018 educational year. Upon examining these curriculums, it is seen that there are prepared for the following purposes. The curriculum "Primary School Game and Physical Activities Class" was created considering the factors such as age level, readiness, interests, expectations of the students and local characteristics. The curriculum "Secondary School Physical Education and Sports Class" was aimed to prepare students for the next educational level by having them acquire lifelong behavioral skills, active and healthy life skills, self-management skills, social skills and thinking skills. In the curriculum "High School Physical Education and Sports Class" to be applied in High Schools, it was aimed to contribute students to make sports their life style in the development of psychomotor, cognitive, affective and social fields through physical activities and spend their out-school times with cultural and sportive activities. The new curriculum currently being discussed in educational and sports community in Turkey is thought to affect the sports strategy of Turkey in a long term if not in a short term.

Therefore, Turkey, a candidate of European Union membership, having curriculum of Physical Education and Sports class in compatible with the European Union Countries is of importance. Within this scope, this new curriculum was discussed by comparing curriculums of European Union countries under various understandings (general strategies of the countries, general structure of the curriculums, contents of curriculums, assessment and evaluation etc.). Screening model from qualitative research method was used in this conducted study. As a data analysis method, document review method was utilized.

Keywords: Physical Education and Sport, Curriculum, European Union, Turkey.

9. Sınıf Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Karşı Tutumu İle Kinestetik, Mantıksal ve İçsel Zekânın İlişkisi

¹Ahmet Turğut, ¹İlyas Okan

¹Gazi Üniversitesi, Ankara

Email : ahmet2785@hotmail.com, ilyasokan@gmail.com

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacını, 9. sınıf öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine karşı tutumları ile kinestetik, mantıksal ve içsel zekâları arasındaki ilişki durumunun ne olduğunun belirlenmesidir.

Yöntem: Araştırma grubunu, 2013-2014 eğitim-öğretim yılında, Ankara ili Mamak ilçesinde bulunan 5 lisenin 9. sınıf öğrencilerinden olmak üzere 323 öğrenciden oluşturulmuştur. Öğrenciler basit tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilmişlerdir. Araştırmada veri toplama aracı olarak; Öğrencilerin kişisel bilgi ve özelliklerini içeren 10 sorudan oluşan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları yapılmış olan 9. sınıf öğrencileri için 35 sorudan oluşan beden eğitimi dersi tutum ölçeği ve 10' ar sorudan oluşan öğrencilerin bedensel/kinestetik, mantıksal/matematiksel ve içsel/özedönük zekâlarını tespit eden çoklu zekâ gözlem formu kullanılmıştır.

Bulgular: Ailelerinin aylık gelir durumunun 700-1000 TL olanlar 97, 1001-1500 TL olanlar 95, 1501-2000 TL olanlar 59 ve 2001 TL ve üzeri olanlar ise 70 kişidir. Annelerinin eğitim durumlarının 16'sı okuryazar olmadığı, 22 'si okuryazar, 113'ü ilkokul, 72'si ortaokul, 71'i lise ve 29'u üniversite mezunudur. Babaların eğitim durumlarının 4 'ü okuryazar olmadığı, 23'ünün ise okuryazar, 70' i ilkokul, 80' i ortaokul, 82'si lise ve 63' ü üniversite mezunudur. Okul dışı boş zamanlarını değerlendirme durumunun 103' ü spor yaparak, 61' i kitap okuyarak, 33' ü alış-veriş yaparak ve 126' sı ise internete girerek değerlendirdikleri tespit edilmiştir.

Sonuçlar: Araştırmanın ana amacı olan 9. sınıf öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine karşı tutumu ile bedensel/kinestetik, mantıksal/matematiksel ve içsel/özedönük zekânın ilişkisi durumu incelendiğinde; Öğrenciler üzerinde uygulanan Zekâ ölçeklerinin beden eğitimi ve spor dersine olan tutumları arasındaki ilişkinin pozitif yönlü zayıf bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Tutum ölçeğiyle en kuvvetli ilişkiye sahip olan zekâ ölçeği bedensel/kinestetik zekâ olurken, en zayıf ilişki ise mantıksal zekâ ile olan ilişkisi olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: beden, spor, kinestetik, mantıksal, içsel, zekâ.

Attitude Of 9th Class Students For Physical And Sport Training And Determination Of Relationship Between Kinesthetic, Logical and Intrapersonal Intelligence

Introduction and Aim: Purpose of This research is attitude of 9th class students for physical and sport training and determination of relationship between kinesthetic ,logical and intrapersonal intelligence.

Methods: Research group, 2013-2014 education term, consists of 323 high school students who attend 9th class Mamak district in City of Ankara, students are chosen randomly by sampling. Data collecting instruments in research: The form which contains students personal info are used, containing 10 questions. For 9th class students trustworthiness and validity works were made 35 questions for physical sport training and attitude scales. 10 questions, multi intelligence observation form are used for made trustworthiness study students physical/kinesthetic, logical/mathematical and inner/introvert intelligence.

Results: The number of students with the parental monthly income of 700-1000 TL were 97, 1001-1055 TL were 95, 1501-2000 TL were 59 and 2001 TL and over were 70. According to the mother's level of education, 16 were not literate, 22 were literate, 113 were with primary school degree, 72 were with secondary school degree, 71 with high school degree and 29 with university degree. According to the father's level of education, 4 were not literate, 23 were literate, 70 were with primary school degree, 80 were with secondary school degree, 82 were with high school degree and 63 were with university degree. According to the type of leisure time activities, 103 of the students were playing sports, 61 were reading books, 33 were going shopping and 126 were surfing on the internet.

Conclusions: The main purpose of the research; Applied intelligence scales upon students on physical training sport lesson and attitudes are positively directional weak relation. With attitude scale owning the most strong relation intelligence scale is physical/kinesthetic intelligence. the weakest relation is logical intelligence.

Keywords: Physical, Sport, Kinesthetic, Logical, Inner, Intelligence

Polis Meslek Eğitim Merkezleri Spor Mülakatlarına Giren Adayların Zihinsel Dayanıklılıklarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi

¹Kenan Koc, ¹Barış Karaoğlu, ¹Mehmet Behzat Turan, ¹Alper Tanrıkulu

¹Erciyes Üniversitesi, Kayseri

Email : kenankoc388@gmail.com, kenankoc388@gmail.com, bariskaraoglu@erciyes.edu.tr, behzatttrn@hotmail.com, behzatttrn@hotmail.com

Bu araştırmanın amacı, Kayseri ilinde Polis Meslek Eğitim Merkezleri spor mülakatlarına hazırlanan adayların zihinsel dayanıklılık seviyelerinin incelenmesidir. Araştırmaya tesadüfî yöntemle seçilmiş 427 aday gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama araçları olarak; Loehr J.E.(1986) tarafından geliştirilen Zihinsel dayanıklılık ölçeği ve araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 20.0 paket programı ile istatistiksel analizleri yapılmıştır. Adaylara ilişkin kişisel bilgiler ve envanter toplam puanları ve faktör puanları frekans (f) ve yüzde (%) değerleri tespit edilerek verilmiştir. Cinsiyetlerine göre karşılaştırmalarda Mann-Whitney U test istatistiği kullanılır iken, yaşlarına, kpss puanlarına, mezun olunan bölümlerine, anne ve baba eğitim durumlarına ve yaşanan yer durumlarına göre karşılaştırmalarda ise Kruskal Wallis test istatistiğinden faydalanılmıştır.

Yapılan istatistiki analizler sonucunda; adayların zihinsel dayanıklılık seviyeleri incelendiğinde, cinsiyet göre istatistiksel olarak herhangi bir farklılık bulunmaz iken; yaş, kpss puanı, mezun olunan bölüm, anne ve baba eğitim durumu ve yaşanan yer durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Sonuç olarak; polis meslek eğitim merkezleri spor mülakat sınavlarına hazırlanan adayların zihinsel dayanıklılıkları göz önünde bulundurularak daha sağlıklı seçim yapmalarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Polislik mesleği fiziksel dayanıklılığın yanı sıra zihinsel dayanıklılığında ön planda olduğu bir meslek dalıdır. Bu nedenle polislik eğitim merkezleri giriş sınavlarında spor mülakatlara ek olarak zihinsel dayanıklılık ve psikolojik testlerinin uygulanması göz önünde bulundurulabilir.

Anahtar Kelimeler: Zihinsel dayanıklılık, Polis eğitim merkezi, spor mülakatı

Investigation Of Mental Toughness Of Candidates in Police Vocational Education Centers in Terms Of Some Variables

The aim of this research is to examine the mental endurance levels of candidates prepared for sports interviews in Police Vocational Training Centers in Kayseri. This research included 427 volunteers selected by the coincidental method. The Mental Endurance Scale developed by the Loehr J.E. (1986) and the Personal Information form prepared by the researcher were used to collect survey data, Which were analyzed via SPSS 20.0. The personal information and inventory total scores and factor scores for the candidates were determined by determining the frequency (f) and percentage (%) values. The Mann-Whitney U test statistic was used in comparison with gender, whereas the Kruskal Wallis test statistic was used in comparison with ages, KPSS scores, graduated parts, education levels of mother and father, and living places.

When the mental endurance levels of the candidates were examined, there was no statistically significant difference according to sex; however, there were statistically significant differences according to age, KPSS score, graduated department, education level of parents, and living places.

As a result, police vocational training centers are expected to contribute to candidates making healthier choices by considering the mental endurance of candidates prepared for sports interview exams. Policing is a profession that requires physical and mental durability. For this reason, policing training centers should consider the application of mental endurance and psychological tests in addition to sports interviews in entrance exams.

Keywords: Mental Endurance, Police Training Center, Sports Interview

Uefa Avrupa Ligi Final Maçlarında Topa Sahip Olma ve Pas Oranlarının Kazanmaya Etkisi

¹Oktay Çoban, ²İrfan Marangoz

¹Bozok Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Yozgat, Türkiye

²Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Afşin Meslek Yüksekokulu Afşin Kahramanmaraş, Türkiye.

Email : oktay.coban@bozok.edu.tr

Bu çalışmanın amacı son beş yılın Avrupa Ligi Final Maçlarında Topa Sahip Olma ve Pas Oranlarının kazanmaya etkisinin analiz edilmesidir. Avrupa Ligi'nde oynanan, (2012-2013,2013-2014,2014-2015,2015-2016, 2016-2017) son beş yılın final maçları incelenecektir. Pas oranlarında toplam yapılan pas ve başarılı pas kriterleri ele alınacak, 1.yarı ve 2. yarılarda yapılan pas oranları da karşılaştırılacaktır. Topa sahip olma oranı da ilk yarı ve ikinci yarı olarak değerlendirilecektir. Maçlar internet ortamında kayıtlı bulunmaktadır. Maçlar için milli takımlar maç ve performans analiz departmanından alınan duran top analiz çizelgesindeki uygun yerler izlenerek işaretlenecektir. Veriler ilk olarak el notasyon yöntemi ile çizelgelere aktarılacak daha sonra Araştırmada elde edilen veriler, Windows SPSS 22.0 paket programı kullanılarak analiz edilecektir. Değişkenlerin galip takımlar ile mağlup takımlar arasındaki anlamlılık düzeylerine bakılacaktır. Sonuç olarak; Galip gelen takımlarla mağlup olan takımların topa sahip olma ve pas oranlarında rakamsal olarak fark bulunmakta mı, fark varsa kazanmaya etkisi ortaya konulacaktır.

Effectiveness Of Coverage Of Top Of The Uefa European Ligger Final Matters And Winning Of Pas Rates

The aim of this study is to analyze the effect of winners of the European League Final Matches over the last five years on winning and passing ratios. The final matches of the last five years played in the European League (2012-2013,2013-2014,2014-2015,2015-2016, 2016-2017) will be reviewed. Total rust and successful rust criteria will be covered in the rust ratios and the rust ratios made in the 1st and 2nd halves will be compared. The possession rate will be considered as the first half and the second half. Matches are registered on the internet. For matches, the national teams will be marked by following the appropriate places on the standing ball analysis chart taken from the match and performance analysis department. The data will first be transferred to the charts using the handwriting method, and then the data obtained in the study will be analyzed using the Windows SPSS 22.0 package program. Variables will look at the level of signifcance between the winning teams and the defeated teams.

As a result; Are there any differences in the possession and rust ratios of the teams that are defeated by the winning teams, and if there is a difference, the effect on winning will be revealed.

PB354

Grand Slam Tenis Turnuvaları Final Maçlarının Bazı Değişkenlerin Zeminlere Göre Kazanmaya Etkisinin İncelenmesi

¹Oktay Çoban, ²İrfan Marangoz

¹Bozok Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Yozgat, Türkiye

²Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Afşin Meslek Yüksekokulu Afşin Kahramanmaraş, Türkiye.

Email : oktay.coban@bozok.edu.tr,

Bu çalışmanın amacı son beş yılda oynana Grand Slam tenis turnuvaları final maçlarının zemin farklılıklarının winner ve basit hata oranlarına etkisini ortaya koymaktır. Grand Slam tenis turnuvaları 2013, 2014, 2015, 2016, 2017 yıllarında oynanan final maçları incelendi. Maçlar internet ortamında kayıtlı bulunmaktadır. Veriler ilk olarak el notasyon yöntemi ile çizelgelere aktarılacak daha sonra Araştırmada elde edilen veriler, Windows SPSS 22.0 paket programı kullanılarak analiz edilecektir, veriler tablolar haline dönüştürülecektir. Değişkenlerin Galip oyuncular ile Mağlup oyuncular Arasındaki Anlamlılık Düzeylerine bakılacak ve saha zemininin etkileri ortaya konulacaktır. Final maçlarında saha zeminine göre winner sayısı ve basit hata değişkenleri incelenecektir. Kazanan oyuncu ve kaybeden oyuncu arasında istatistiksel fark var mı? varsa oyun ve maç kazanmaya etkileri ortaya konulacaktır.

Anahtar kelimeler: Tenis, Grand Slam, Analiz, Başarı.

Investigation On The Effects Of Grain Slam Tennis Tourism By Finance By Some Variables Of The Final Mathematics

The aim of this study is to reveal the effect of ground differences in winners and simple error rates of the final matches played Grand Slam tennis tournaments over the last five years. Grand Slam tennis tournaments 2013, 2014, 2015, 2016, 2017 played in the final matches played. Matches are registered on the internet. The data will first be transferred to the charts using the handwriting method. Then the data obtained in the research will be analyzed using the Windows SPSS 22.0 package program and the data will be converted into tabular data. We will look at the Significance Levels of the variables between the Winning players and the Defeated players and the effects of the field ground will be revealed. In the final matches, the winner number and simple error variables according to the field ground will be examined. Is there a statistical difference between the winning player and the lost player? if any, effects on game and match win will be revealed.

Anahtar Kelimeler: Tenis, Grand Slam, Analiz, Başarı

Alp Disiplininde Kadın Ve Erkek Sporcularda Goniometrik Ölçümler ve Farklılıkları

²Fethi Uludağ, ¹Yaşar Birgönül

¹Balıkkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Balıkkesir

²Süleyman Demirel Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Isparta

Email : uludagfethi@gmail.com, ybirgonul@gmail.com

Ankara da elti düzeyde spor yapan ve Ankara da yaşayan aktif sporculara yapılmıştır. 8 erkek ve 8 kadın sporcu katılmıştır. Yaş, Kilo, Boy ve beden kitle endeksi bakılmıştır. Sporcuların diz eklemlerindeki Hip Medial (internal) rotasyon ve Hip Lateral (external) rotasyon goniometrik ölçümler yapılmıştır. Bu ölçümlerde pergel goniometre kullanarak ölçümler yapılmış olup standart şartlarda yaşayan ve elit düzeyde kayak sporu yapan Çocuklara uygulanmıştır. Hip Medial (internal) rotasyon Sig. (2-tailed) 0,486 göre $P < 0.05$ anlamlı bulunmuş fakat Hip Lateral (external) rotasyonu Sig. (2-tailed) 0,822 $P > 0.05$ anlamsız olarak gözlemlenmiştir.

Gonometric Measurements and Differences in Women And Male Sports in Alp Discipline

In Ankara, active sportsmen who are active in elite sports and living in Ankara have been made. 8 male and 8 female athletes participated. Age, weight, height and body mass index were examined. Hip medial (internal) rotation and Hip lateral (external) rotation goniometric measurements were performed on the knee joints of the athletes. These measurements were made using compass goniometer and applied to children who live in standard conditions and who play elite skiing. Hip Medial (internal) rotation Sig. (2-tailed) was found to be statistically significant ($P < 0.05$) compared to 486, but Hip lateral (external) rotation Sig. (2-tailed) 0,822 $P > 0.05$ were observed to be meaningless.

Trambolin Jimnastiği Eğitiminin Genç Yetişkinlerde, Trambolin Jimnastiği Becerileri Üzerine Etkisi

¹Oğuzhan Yolcu, ¹Recep Kürkcü

¹Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Amasya

Email : oguzhan.yolcu@amasya.edu.tr, kurkcü.recep@gmail.com

Bu çalışmada, 2014-2015 akademik yılında Danimarka'daki Ollerup Beden Eğitimi Akademisinde uygulanan on aylık trambolin jimnastiği eğitiminin, daha önce jimnastik eğitimi almamış genç yetişkinlerin trambolin jimnastiği becerileri üzerine etkisi incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmaya yaşları, 18-31 arasında değişen (yaş= 20.8 ± 2.41), 6'sı kız 17'si erkek olmak üzere toplam 23 kişi katılmıştır. Çalışmada, yarı deneysel araştırma modellerinden tek grup ön-test son-test modeli kullanılmıştır. Veriler Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda görevli bir doçent, bir yardımcı doçent, bir araştırma görevlisi ve iki Danimarka Trambolin Jimnastiği Milli Takım Antrenörü tarafından geliştirilen Trambolin Jimnastiği Beceri Ölçeği ve katılımcı gözlem metodu kullanılarak toplanmıştır. Verilerin analizi için betimsel istatistikler ile parametrik olmayan testlerden bağımlı ve bağımsız iki değişkenli test (Wilcoxon Marked Rank Test) kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda; 23 trambolin jimnastiği becerisinin, ön-test ve son-test arasındaki gelişim farkı incelendiğinde; 19 beceride (Amut, öne überslak, öne salto, öne pike salto, öne düz salto, öne überslak+salto, öne ikili salto, öne ikili pike salto, çember, kartvil, flik flak, geriye salto, geriye pike salto, geriye düz salto, kartvil+flik flak, kartvil+geriye salto, öne salto+yarım burgu, öne salto+bir buçuk burgu, öne ikili salto+yarım burgu) istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu ($p<.05$), 4 beceride (kartvil+flik flak+geriye salto, kartvil+flik flak, geriye salto tam burgu, öne salto+ikili burgu, öne salto+iki buçuk burgu) ise istatistiksel olarak anlamlı bir farkın bulunmadığı görülmüştür. Çalışmada gelişimi izlenen trambolin jimnastiği becerilerinin, ön-test ve son-test sonuçları, ortalamaları açısından incelendiğinde, becerilerin tamamının son test lehine pozitif gelişim gösterdiği tespit edilmiştir. Çalışmadan elde edilen sonuçlara göre, Trambolin jimnastiği becerilerinin genç yetişkinlik döneminde (18-30 yaş), doğru bir program, nitelikli eğitmenler, yeterli tesisler ve doğru öğretim yöntemleri ile daha önce hiç jimnastik yapmamış bireylere rekreatif düzeyde kazandırılabilceği düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Trambolin Jimnastiği, Beceri Gelişimi, Genç Yetişkinler

The effects of Trampoline Gymnastics Training on Trampoline Gymnastics Skills in Young Adults

In this study, it was aimed to investigate the effects of the ten month trampoline gymnastics training in the Ollerup Physical Education Academy in Denmark during the academic year 2014-2015 on trampoline gymnastics skills of young adults who had not previously been trained in gymnastics. A total of 23 people aged 18 to 31 (age = 20.8 ± 2.41), 6 girls and 17 boys participated in the study. In the study, one group pre-test and post-test model was used from the quasi-experimental research models. The data were collected using a Trampoline Gymnastics Skill Scale developed by an associate professor, an assistant professor, a research assistant in the Department of Physical Education and Sports, and two Danish Trampoline Gymnastics National Team Coaches. Additionally, participant observation method was used. For the analysis of data, descriptive statistics and dependent and independent bivariate tests (Wilcoxon Marked Ranks Test) were used. In the result of the study, it was seen that there is statistically significant difference in 19 skills (handstand/front handspring/tuck somersault/pike somersault/straight somersault/front handspring/somersault/double front somersault/double front pike somersault/cartwheel/round off/back handspring/back tuck somersault/back pike somersault/back straight somersault/round off+back handspring/round off+back tuck somersault/front somersault+half twist/front somersault+one and half

twist/double front somersault+half twist) ($p<0.5$) but there is no statistically significant difference in 4 skills (round off with back hand spring+back somersault/round off+back hand spring+back somersault+full twist/front somersault+double twist, front somersault + double and half twist) ($p<0.5$). On the other hand averages scores of all the 23 skills showed a positive development in favor of the post-test. According to the results of the study, it is thought that trampoline gymnastics skills can be recreationally acquired in individuals in young adulthood (18-30 age) who have never done gymnastics before, with the right program, qualified trainers, adequate facilities and correct teaching methods.

Keywords: Trampoline Gymnastics, Skill Development, Young Adults

Öğretim Elemanlarının Eğitim-Öğretim Etkinliklerinin Öğrenci Görüşleri Doğrultusunda Değerlendirilmesi

²Ali Dursun Aydın, ¹Aygül Çağlayan Tunc, ²Hikmet Türkay

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

²Kafkas Üniversitesi Sarıkamış BESYO, Kars

Email : alidursunaydin@gmail.com, aygulcaglayan@hotmail.com, hikmet.turkay1@gazi.edu.tr

Bu çalışma, Kafkas Üniversitesi Sarıkamış Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören öğrencilerin görüşleri doğrultusunda öğretim elemanlarının eğitim-öğretim etkinliklerini değerlendirmek amacıyla yapılmıştır. Çalışmada tarama modeli kullanılmış ve Kafkas Üniversitesi Sarıkamış Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Beden Eğitimi Öğretmenliği, Spor Yöneticiliği ve Antrenörlük Eğitimi bölümlerinde öğrenim gören 171 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Öğrencilere dersleri tamamladıkları dönem sonunda araştırmacılar tarafından geliştirilen "Uygulama Dersi Yürüten Öğretim Elemanı Değerlendirme Anketi" uygulanmıştır. Elde edilen veriler bölüm, sınıf, cinsiyet ve yaş değişkenleri açısından karşılaştırılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde frekans (f), yüzde (%), ortalama (x), standart sapma (ss), Mann-Whitney U testi ve Kruskal-Wallis testinden yararlanılarak yorumlanmıştır. İstatistiksel analizler de anlamlılık düzeyi $\alpha=0,05$ olarak kabul edilmiştir. Öğrencilerin öğretim elemanları ile ilgili değerlendirmeleri karşılaştırıldığında cinsiyet ve yaş değişkeni açısından bir fark görülmezken; bölüm ve sınıf değişkeni açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmüştür. Araştırmada sonuç olarak, öğrencilerin öğretim elemanlarının eğitim-öğretim etkinlikleri ile ilgili yaptıkları değerlendirmelerin olumlu yönde olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Öğretim Elemanları, Eğitim Öğretim, Öğrenci Görüşleri

Assessment of Educational Activities of the Teaching Staff in the Direction of Student Opinions (Kafkas University BESYO-Example)

Abstract: This study was carried out in order to evaluate the educational activities of the instructors in the direction of the students of Kafkas University Sarıkamış Physical Education and Sports School. The screening model was used in the study. 171 students attending to Physical Education Teacher Training, Sports Management and Coaching Education departments of Kafkas University participated into the study as volunteers. At the end of the semester, 171 students completed the "Practice Instructor Evaluation Questionnaire" developed by the researchers. The data were compared in terms of department, class, gender and age. In the analysis of the data, frequency (f), percent (%), mean (x), standard deviation (SD), Mann-Whitney U and Kruskal-Wallis tests were used. The significance level of α was assumed to be 0.05 in the statistical analyzes. There was no difference between the groups ($p>0.05$) when the student evaluations were compared according to age and gender. However, there were significant differences between the groups ($p<0.05$) when comparing student evaluations in terms of department and class variables. As a result, it can be said that the evaluation of the teaching staff about the educational activities by the students can provide a positive contribution to the education. Key words: Teaching Staff, Education, Student Opinions

Spor Yapan Ve Yapmayan Kadınlarda Depresyon Düzeyi İncelenmesi

¹Sibel Sarı, ²Elif Karagun, ³Fatih Öztürk

¹Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Yı Öğrencisi/Kocaeli Büyükşehir Belediyesi

²Doç. Dr. Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Rekreasyon Bölümü

³Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Yı Öğrencisi/Spor Bilimleri Lisesi Bed Eğ. ve Spor Öğretmeni

Email : sibelsari8083@gmail.com, elif.karagun@gmail.com, ffatihozturk@hotmail.com

Giriş ve Amaç: Egzersiz yapmak, pek çok olumlu sonuçların yanında psikolojik sağlığın korunmasında önemli görülmüş. Yapılan egzersizin fizyolojik değişimlerle rahatlama sağladığı, hayata pozitif bakmayı ve özellikle depresyonla baş etmede destekleyici olduğu bildirilmiştir (Baltaş ve Baltaş, 1995; Müftüoğlu, 2005). Bu çalışmanın amacı, Kocaeli Büyükşehir Belediyesi'ne bağlı Kocaeli Büyükşehir Belediyesi Meslek Edindirme Kurslarında (KO-MEK) düzenlenen fiziksel aktivitelere katılan kadınlar ile herhangi bir fiziksel aktiviteye katılmayan kadınların depresyon düzeylerinin karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Bu amaç doğrultusunda ilgili kurum izinleri alındıktan sonra çalışmaya gönüllü katılmak isteyen; KO-MEK'in düzenlediği egzersiz programlarına katılan 50 kadın ile hiçbir yerde egzersiz yapmayan 50 kadın olmak üzere toplam 100 gönüllü kadına Beck Depresyon Ölçeği uygulanmıştır. Veriler SPSS 21.00 paket programıyla değerlendirildiğinde normal dağılım gösterdikleri için parametrik testlerden bağımsız gruplar için t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: spor yapmayan kadınların düzenli aktiviteye katılan kadınlara oranla depresyon düzeylerin anlamlı oranda yüksek olduğu görülmüştür. Fiziksel aktiviteye katılımın depresyon belirtilerinin giderilmesinde önemli bir yere sahip olduğu ve konu ile ilgili deneysel çalışmaların planlanmasının bu alanda daha detaylı bilgi sağlanmasında uygun olacağı düşünülmüştür. Ayrıca kadınların sosyalleşmesi ve problemlerle baş etmede yerel yönetimlere bağlı açılan egzersiz programlarının artırılması, bu programlara katılımının sağlanması toplumun temeli olan sağlıklı aile ve bu aile içerisinde önemli bir yere sahip kadının desteklenmesi açısından önemli görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: KO-MEK, fiziksel aktivite, depresyon, yerel yönetimler, egzersiz.

Kaynaklar Baltaş, A. ve Baltaş Z. (1995). Stres ve başa çıkma yolları. İstanbul: Remzi Kitabevi. Müftüoğlu, O. (2005). Yaşasın Hayat. İstanbul: Doğan Kitap.

A Study On The Depression Level Of Women Who Do Physical Activities And Those Who Do Not Do Physical Activities

Introduction and Aim: Doing physical activities has many positive results, in addition to its importance in maintaining the psychological health. It is stated that exercise helps people to be positive and it is especially supportive in depression since it is relaxing. (Baltaş and Baltaş, 1995; müftüoğlu,2005). The aim of this study is to compare women, who participate in the physical activities planned by KO-MEK, and those who do not join any activities.

Methodology: After taking permission from the relevant institutions for this purpose, Beck Depression Scale was conducted to 100 voluntary women – 50 of which participate in the exercise programs in KO-MEK and 50 of which do not participate in any activities.

For independent groups T test –free from parametric tests— and single direction variance analysis were used, as results are normal range when they are measured with SPSS 21.00 programme.

Findings and result: The depression level of the women who do not participate in the physical activities is higher than those who participate in the physical activities properly. It is considered appropriate to plan experimental studies in this area to provide detailed information since participating in the physical activities is important for solving depression symptoms. Also, increasing the number of exercise programs, which are led by local policies, helps socialization of women as well as coping with problems. In addition, it has been stated that enabling women to join these activities is important in terms of supporting women which in return helps families to be healthy.

Keywords: Ko-Mek, Physical Activities, Depression, Local Authorities, Exercise

Kaynaklar Baltaş, A. ve Baltaş Z. (1995). Stres ve başa çıkma yolları. İstanbul: Remzi Kitabevi. Müftüoğlu, O. (2005). Yaşasın Hayat. İstanbul: Doğan Kitap.

Ortaöğretim Kurumlarında Ders Dışı Sportif Etkinliklere Katılan Öğrencilerin Sosyo-Ekonomik Yapılarının Araştırılması (Giresun ve Trabzon İli Örneği)

¹Tamer Civil, ²Mehmet Koçak

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Trabzon

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : tamer_civil@hotmail.com, mkocak@gazi.edu.tr

Bu çalışmada Giresun ve Trabzon illerindeki ortaöğretim kurumlarında ders dışı sportif etkinliklere katılan öğrencilerin sosyo-ekonomik özelliklerinin durumları tespit edilmesi ve karşılaştırılması amaçlanmıştır.

Araştırmanın örneklemini ortaöğretim kurumunda ders dışı sportif etkinliklere katılan Giresun'dan 280 ve Trabzon'dan 320 öğrenci oluşturmaktadır. Veriler araştırmacılar tarafından oluşturulmuş anket formu kullanılarak elde edildi.

Araştırma bulgularına göre; Giresun ve Trabzon'da öğrencilerin %50'den fazlası ailelerini ekonomik olarak orta düzeyde görmektedirler. Ailelerini ekonomisini alt düzeyde görenlerin oranı Giresun'da daha yüksektir. Her iki ilde sportif etkinliklere katılanların büyük çoğunluğunu erkek öğrenciler oluşturmaktadır. Her iki ildeki öğrencilerin sportif aktivite tercihleri futbol, basketbol ve voleybol branşlarında yoğunlaşmıştır. Trabzon'da lisans mezunu anneye veya babaya sahip öğrenciler en fazla futbol, Giresun'da ise en fazla basketbolla ilgilenmektedirler. Giresun'da ailesini üst düzey gelir grubunda gören öğrencilerin %36'sı basketbol ile Trabzon'da ise ailesini üst düzey gelir grubunda gören öğrencilerin ise %39'unun futbolla ilgilendiği tespit edildi. Her iki ilde de öğrenciler sportif etkinliklere katılımlarının aileleri tarafından desteklediğini belirledi. Cinsiyet değişkenleri ile spor dalı tercihleri arasında her iki ilde de anlamlı düzeyde farklar tespit edildi.

Sonuç olarak kız öğrencilerin sportif etkinliklere katılmaları için daha fazla teşvik edilmesi ve Giresun ilinde özellikle 9. sınıf öğrencilerinin sportif etkinliklere katılımlarının daha fazla teşvik edilmesi gerekmektedir. Ortaokul öğrencilerinin futbol, basketbol ve voleybol dışındaki diğer branşlara ilginin artması için projeler üretilmelidir.

An Investigation Of Social-Economic Status in High School Students' Participating in School-Based Extracurricular Sports Activities (Giresun And Trabzon Sample)

The aim of this research was to investigate the socio-economic status of students participating in extracurricular sports activities in Giresun and Trabzon. The population of this study has been formed of high school students study in the center of Giresun and Trabzon. The illustration of this study has been constituted with students joined sportive activities in seven each high school having same properties in Trabzon and Giresun. The questionnaire form has been used in this study. The sample of this study was consist of 280 students in Giresun and 320 students in Trabzon. In order to investigate of the data, the frequencies and the percentages were determined. The connection of data with each others have been tested via chi-square scale. All analysis have been processed with the software called SPSS 13.0. According to the research results; Most of students have defined their parents income is middle in Trabzon and Giresun. The students where live in Giresun define their parents income lower ratio is bigger.

When we look students pocket money and their parents income live in Trabzon, it seems students economical situation living in Trabzon are better than students living in Giresun. In both cities, boys prefer to join those sportive activities. Prefer of students show that football, volleyball and basketball is more preferable than the other sportive branches. Football is the most preferable sportive branch in Trabzon and volleyball is the most preferable sportive branch in Giresun.

As a result, students having university degree parents prefer football in Trabzon and also students living in Giresun prefer basketball. In both cities their parents support their childs to join sportive activities.

14-18 Yaş Arası Kadın Futbolcuların Futbol Branşını Seçme Nedenleri ve Sosyal Çevre Etkisinin İncelenmesi

¹Osman Göde, ¹Halit Egesoy, ¹Melek Beştaş

¹Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli

Email : ogode@pau.edu.tr, hegesoy1@hotmail.com, melekbestas@hotmail.com

Amaç Bu çalışmanın amacı 14-18 Yaş Arası Kadın Futbolcuların Futbol Branşını Seçme Nedenleri Ve Sosyal Çevre Etkisinin İncelenmesidir.

Yöntem Çalışmaya Denizli ilinde Türkiye Futbol Federasyonu Kadınlar 3. Liginde mücadele eden bir kadın futbol takımından 10 kadın futbolcu katılmıştır. Araştırmada nitel veri toplama yöntemlerinden görüşme yöntemi kullanılmıştır. Sporcularla birebir görüşmeler yapılarak veriler ses kayıt cihazı ile kaydedilmiştir. Elde edilen nitel veriler içerik analizi yöntemi ile analiz edilmiştir.

Bulgular Araştırmaya katılan kadın futbolculardan bazıları bu branşa ailedeki erkek kardeş etkisiyle başladıklarını belirtmişlerdir. Araştırmaya katılan kadın sporcuların çoğunun futbol branşını seçme de okullarında ki beden eğitimi öğretmenlerinin etkisi olduğu görülmüştür. Araştırmaya katılan sporculardan bazıları bu branşı gelecek de milli sporcu ve Beden eğitimi öğretmeni olmak amacıyla seçtiğini belirtmiştir. Araştırmaya katılan kadın futbolculara sosyal çevrenin etkisi sorulduğunda çoğunun “arkadaş çevresinin ve okul çevresinin” bu branşı seçmelerinde etkili olduğunu belirtmişlerdir. Kadın sporculara aile desteği sorulduğunda ise “ailelerin önceden bu branşa karşı çıktıklarını” ancak “başarılı oldukça ailelerinde desteklerinin arttığını” belirtmişlerdir.

Sonuç Bu çalışmada, genç kadın futbolcuların futbol oynama konusunda ailelerinden ,erkek arkadaşlarından ve özellikle kendi cinslerinden yeterli desteği göremedikleri belirlenmiştir. Ayrıca, futbolun bir erkek oyunu olduğu konusunda kadın futbolculara bir cinsiyet ayrımcılığı yapıldığı belirlenmiştir. Bugün kadın futbolunun erkek futbolu kadar gelişmemiş olmasının en önemli nedeni bu ayrımcılıktır. Toplumdaki bu bakış açısı değişmediği sürece kadın futbolunun gelişmesi yönünde yapılan çabalar amacına ulaşamayacaktır. Anahtar Kelimeler: Kadın futbolu, algılanan sosyal destek, sosyo ekonomik durum

The Reasons Of Selection Of Football Branch in 14-18 Age Women Footballers And Investigation Of The Effect Of Social Environment

Purpose The aim of this study is to examine the causes of choosing football branch of 14-18 year old women's football and the effect of social environment.

Method 10 female soccer players Who are in a women clup who competed in the 3rd Football Federation Women's League in Denizli participated to this study. In the study, interview method was used from qualitative data collection methods. Individual interviews were made with the athletes and recorded with voice recorder.

The obtained qualitative data were analyzed by content

Results Some of the female footballers who participated in the survey stated that they started with the influence of the brothers in this branch. The majority of female athletes participating in the survey were found to be influenced by the physical education teachers in their schools in choosing the football branch. Some of the athletes participating in the research stated that they would select this branch in order to become a national athlete and body education teacher in the future. When asked about the effect of the social circle on female soccer players participating in the survey, most said that "friend's surroundings and school surroundings" were effective in choosing this branch. When women are asked about family support for women, they have indicated that "the families have opposed this branch in advance" but that "their support in their families has increased, if successful".

Result In this study, it was determined that young female soccer players do not see enough support from their parents, boyfriends and other women about playing soccer,. In addition, it has been determined that there is a gender discrimination against female soccer players that football is a male game. The most important reason why women's soccer today is not as developed as men's soccer

Güreş Sporunda Antrenörlerin Yetenek Seçiminde Kullanılan Yöntemlerin Belirlenmesi

¹Ömer Kaynar, ¹Fatih Bilici, ²Mehmet Türkmen

¹Muş Alparslan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Muş

²Determination Of The Methods Used By Coaches In Talent Selection In Wrestling Sports Introduction And Objective: It Is Known That The Success Of A Person's Is Due To Many Factors Such As A Person's Predisposition And Ability, Genetic Factors, Nutrition And Training. The Opinions On A Person's Pred

Email : omer_kaynar49@hotmail.com, f.bilici@alparslan.edu.tr, m.turkmen@alparslan.edu.tr

Giriş ve Amaç: Sporda başarılı olmanın yollarından biri yetenekli olmaktan geçer. Yetenekli olmak ise kişinin fiziksel ve fizyolojik kapasitesinin, genetik özelliklerinin uğraştığı spora uygun olması ile ilgilidir. Bireyin fiziksel yapısı uğraştığı spora uygunsa başarılı olma ihtimali yüksektir. Bu yüzden sporda yetenek seçimi başarılı olabilecek sporcu adayını belirlemede önem bir kriterdir. Fakat literatür tarandığında güreş sporunda yetenek testinin yapıldığı herhangi bir çalışmaya rastlanmamaktadır. Hâlbuki ülkemizde en fazla madalya kazanan güreş sporunda yetenek testinin yapılarak daha başarılı sporcu tespit etmek mümkündür. Bu nedenle çalışmamızın amacı güreş sporunda antrenörlerin sporcular üzerinde herhangi bir yetenek testi yapıp yapmadıklarını belirlemektir.

Yöntem: Araştırmaya Türkiye'nin 51 farklı ilindeki spor kulüplerinde aktif olarak antrenörlük yapan 110 gönüllü antrenör katıldı. Araştırmaya başlamadan önce hazırlanan ankette "Sporcularınızı ilk aldığınızda herhangi bir yetenek taraması yaptınız mı?" ve "Cevabınız evet ise sporcularınıza ne tür yetenek taramasını yaptınız?" gibi sorular antrenörlere soruldu ve her bir antrenörün cevapladığı anket formları kaydedilerek değerlendirildi. Betimsel verilerin yüzdeleri hesaplanarak değerlendirildi.

Bulgular: Çalışmamızda yer alan Türkiye'nin 51 farklı ilinde antrenörlük yapan 110 antrenörün 71 (% 64.54)'i sporculara yetenek testini yaptığı, 39 (%35.46)'unun ise yetenek testini yapmadığı tespit edilmiştir. Sporcu belirlemek için yetenek testi yapan antrenörler, sporcuların fiziksel özellikleri 40 (%56.33), dayanıklılıklarına 12 (%16.90), dışarıdan gelen uyarıları algılama düzeylerine 9 (%12.67), güreş müsabakasındaki değerlendirilmesine 5(%7.04) ve teknik kapasitesine 5(%7.04) olarak tespit edildi.

Sonuç: Güreş sporunda antrenörlerin sporcularda yetenek seçimini belirlerken sporcuların fiziksel özelliklerini daha çok dikkate aldıkları anlaşılmıştır.

Anahtar kelimeler: güreş, antrenör, yetenek seçimi

Determination of the Methods Used by Coaches in Talent Selection in Wrestling Sports

Introduction and Objective: Talent is One of the ways to succeed in the Sports. Being talented related to do with the physical and physiological capacity of the person, the fitness of the genetic traits to be suited.

The physical structure of the individual is likely to be successful if the spore they strive for is appropriate. The physical structure of the individual is likely to be successful if sports dealing with is appropriate. Therefore, the selection of sporde talent is an important criterion in determining the athlete candidate to be successful.

However, when the literature is searched, there is no study of ability test in wrestling sport. However, it is possible to determine more successful athletes by performing a skill test in the wrestling sport, which has won the most medals in our country. For this reason, the purpose of our study is to determine whether the coaches of the wrestling sport are doing any talent tests.

Method: 110 volunteer coaches actively trained in sports clubs in 51 different provinces of Turkey participated in the research. In the questionnaire prepared before the survey, questions such as "Did you perform any talent screening when you first met your sportsman?" And "What type of talent screening did you perform to your sportsmen if you answered yes?" were asked to the coaches and questionnaire forms answered by each coach were recorded. Percentages of descriptive data were evaluated by evaluated.

Findings: It was determined that 71 of 110 coaches (64.54%) who coached 51 different provinces of Turkey and participated in our study did aptitude tests for sportsmen and 39 coaches(35.46%) did not perform aptitude tests. Coaches who perform aptitude tests to identify athletes, the physical characteristics of the athletes were determined as 40 (56.33%), 12 (16.90%), 9 (12.67%) and 5(7.04%), respectively, and the technical capacity was 5 (7.04%).

Conclusion: It has been understood by taking in to account the physical characteristics of the wrestlers when choosing talent for athletes. K
eywords: wrestling, coach, talent selection

SUNULMADI

Üniversite Öğrencilerinde Sportmenlik Davranışları ve Sporcu Kimliği İlişkisinin İncelenmesi

¹Akın ÇELİK, ¹İdris Yılmaz, ²Fatih Koca

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Trabzon

²Karadeniz Teknik Üniversitesi Fatih Eğitim Fakültesi PDR Bölümü Trabzon

Email : akincelikktu@gmail.com, idrilyilmaz10@gmail.com, fkoca@ktu.edu.tr

Giriş: Sporcu kimliği bilişsel bir olgu olarak amatör ve profesyonel sporcuların karar verme süreçlerinde ve davranışlarında etkin bir rol oynamaktadır. Bu doğrultuda, sporcu kimliğinin gerek amatör gerekse profesyonel atletlerin sportmenlik davranışlarını etkileyebileceği düşünülmektedir. Bu nedenle çalışmada beden eğitimi ve spor bilimleri alanında öğrenim gören ve sporcu kimliğine sahip üniversite öğrencilerinin sporcu kimlikleri ve sportmenlik davranışları arasında ki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Yöntem

Çalışmanın örneklemini spor bilimleri alanında öğrenim gören üniversite öğrencileri oluşturmuştur (195 erkek ve 88 kız; X yaş = 22.05, SD=2.57). Çalışma korelasyon deseninde planlanmıştır. Veri analizinde ise korelasyon yöntemi kullanılarak iki değişken arasındaki ilişki test edilmiştir. Ayrıca sportmenlik davranışlarının katılımcıların cinsiyet, bireysel veya takım sporu ile uğraşmasına göre nasıl farklılık gösterdiği bağımsız t-testi kullanılarak incelenmiştir. Bulgular ve Tartışma Veri analizi sonucunda sportmenlik davranışları ve sporcu kimliği arasında istatistiksel olarak anlamlı ve olumlu bir ilişki olduğu bulgulanmıştır ($r = .38$, $p < .05$). Ayrıca erkek katılımcıların ($X = 3.11$, $SD = .46$) kadın ($X = 2.98$, $SD = .48$), akranlarından daha yüksek sportmenlik davranışı skoruna sahip olduğu istatistiksel olarak görülmüştür ($t(281) = 2.19$, $p = 0.03$). Bununla birlikte çalışma bulguları, bireysel sporlar ($X = 3.01$, $SD = .48$) ve takım sporları ($X = 3.09$, $SD = .46$) yapan katılımcıların sportmenlik skorları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Cinsiyet ile bireysel veya takım sporu yapan gruplar arasında sporcu kimliği açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Çalışmanın bulguları ve önerileri detaylı bir şekilde tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Sportmenlik davranışı, Sporcu kimliği, Spor bilimleri

Investigation of the Relationship between University Students' Sportspersonship Behaviors and Athletic Identity

Introduction: Athletic identity as a cognitive dynamic play a significant role in the athletes' decision making processes and behaviors. In this sense, athletic identity might influence the professional or amateur athletes' sportspersonship behaviors. Therefore, the goal of the study is to examine the relationship between sport science and physical education university students' Sportspersonship behaviors and athletic identity.

Method: The sample of the current research consisted of 283 students (195 male and 88 female; mean age = 22.05, SD = 2.57), who pursue a degree in Sport Science and Physical Education in large public universities in Turkey. The design of the study is correlational. Accordingly, the researchers used bivariate correlational data analysis to understand the relationship between sportspersonship behaviors and athletic identity. Furthermore, the study also tested how sportspersonship varied by gender and individual vs. team sport. Therefore, the researchers conducted independent sample-t test.

Results: The study findings indicated that there was statistically significant relationship between the participants' sportspersonship behaviors and athletic identity ($r = .38$, $p < .05$). In addition, the researchers found that male students ($X = 3.11$, $SD = .46$) had more sportspersonship behavior scores than female peers ($X = 2.98$, $SD = .48$), $t(281) = 2.19$, $p = .03$. However, the study findings could not find any statistically significant difference between individual sports ($X = 3.01$, $SD = .48$) and team sports ($X = 3.09$, $SD = .46$). Also, there was not any statistical gender and sport type group effect on athletic identity.

Discussion: Aforementioned, there was positive and moderate correlation among the sportspersonship and athletic identity. As unexpected, the researchers showed gender differences in sportspersonship behaviors in the favor male students. The study limitations and research implication were discussed

Keywords: Sportspersonship Behaviors, Athletic Identity, Sports Science

Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Mutluluk Düzeyleri

¹Hamide Cengiz, ¹Eda Özyakan, ²Leyla Saraç

¹Mersin Üniversitesi Mersin

Email : hamidecngz@gmail.com, eda.mustu@gmail.com, lylysrc@gmail.com

Giriş ve Amaç Bu çalışmanın amacı farklı sınıflarda öğrenim gören kadın ve erkek beden eğitimi öğretmeni adaylarının öznel mutluluk düzeylerinin karşılaştırılmasıdır. Yöntem Araştırmaya, toplamı 150 olan (75 kadın, 75 erkek) Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Beden Eğitimi Öğretmenliği 1., 2., 3., ve 4. sınıf öğrencileri katılmıştır. Katılımcıların öznel mutluluk düzeylerini belirlemek amacı ile Lyubomirsky ve Lepper tarafından (1999) geliştirilen, Akıncı ve Satıcı (2011) tarafından Türkçeye uyarlanan Öznel Mutluluk Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek kişilerin hissettiği genel öznel mutluluğu ölçmeyi amaçlayan 4 maddeden oluşmakta olup, 7'li likert tipi bir ölçme aracıdır. Ölçekteki olası puan aralığı 4 ile 28 arasında değişmektedir. Yüksek puan hissedilen öznel mutluluğun yüksekliğini, düşük puan ise hissedilen öznel mutluluğun düşüklüğünü ifade etmektedir. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı .76 olarak bulunmuştur. Bulgular Uygulanan t-testi analiz sonuçları kadın ve erkek adayların öznel mutluluk düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymuştur, $t(149)= 1.66$, $p>.05$. Bu bulgulara göre kadın ($M= 19.20\pm4.79$) ve erkek ($M= 17.96\pm4.34$) öğretmen adaylarının öznel mutluluk düzeyleri benzer düzeydedir. Bununla birlikte, uygulanan ANOVA sonuçları 1., 2., 3. ve 4. sınıf öğretmen adaylarının öznel mutluluk düzeyleri arasında bir fark olmadığını ortaya koymuştur. $F(150)= 2.75$, $p>.05$. Araştırmada sonuç olarak öğretmen adaylarının cinsiyet ve sınıf değişkenine göre mutluluk düzeylerinde fark bulunmamıştır. Sonuç Bu bulguların öğretmen adaylarının okudukları bölümün özelliklerinden kaynaklı olarak her sınıf düzeyinde mutluluk duymalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Kaynakça Akın, A. & Satıcı, S.A. (2011). Öznel mutluluk ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 21, 65- 77. Lyubomirsky, S., ve Lepper, H. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. Social Indicators Research, 46, 137-155.

The Happiness Levels of The Physical Education Teacher Candidates

Introduction and Aim: The purpose of this study is to compare the subjective happiness levels of female and male physical education teacher candidates who are studying in different classes. Method Participants in the first, second, third, and fourth grades of Physical Education Teacher Training in Physical Education and Sports, which has a total of 150 (75 female, 75 male), participated in the research. The Subjective Happiness Scale developed by Lyubomirsky and Lepper (1999) and adapted to Turkish by Akıncı and Verk (2011) was used to determine the subjective happiness levels of the participants. The scale consists of 4 items aimed to measure the general subjective happiness felt by the persons, and it is a 7-point likert type measurement tool. The possible range of points in the measurement range from 4 to 28. The high score indicates the height of the subjective happiness, while the low score indicates the low subjective happiness. The internal consistency coefficient of the scale was .76. Results The results of the t-test analysis revealed that there was no statistically significant difference between the subjective happiness levels of male and female candidates, $t(149)= 1.66$, $p>.05$. According to these findings, the subjective happiness levels of female ($M = 19.20\pm4.79$) and male ($M = 17.96\pm4.34$) teacher candidates are similar. However, the ANOVA results showed that there was no difference between the subjective happiness levels of 1st, 2nd, 3rd and 4th grade prospective teachers. $F(150)= 2.75$, $p>.05$. As a result, there was no difference in the happiness level of the teacher candidates according to sex and class variables.

Conclusion These findings are thought to be due to their happiness at every level of the classroom, due to the characteristics of the departments where the teacher candidates study. References Akin, A. & Satıcı, S.A. (2011).

Subjective happiness scale: Validity and reliability

Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Toplumsal Cinsiyet Algıları

¹Nalan Tan, ¹Leyla Saraç, ¹Eda Özyakan

¹Mersin Üniversitesi Mersin

Email : nltan@gmail.com, lylsrc@gmail.com, eda.mustu@gmail.com

Giriş ve Amaç Bu çalışmanın amacı Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü öğrencilerinin toplumsal cinsiyet algılarının cinsiyet ve sınıf değişkeni açısından incelenmesidir.

Yöntem Araştırmaya 2016-2017 Eğitim-Öğretim Dönemi'nde öğrenim gören 87 kadın ve 61 erkek olmak üzere toplam 148 öğrenci (%52.7 kadın, %47.3 erkek) katılmıştır. Araştırmaya katılan 148 öğrencinin %20.3'ü 1., %25'i 2., %27.7'si 3. ve %27'si 4. sınıfta öğrenim görmektedir. Katılımcıların yaş ortalaması 21.53(±2.39)'tür. Araştırmada veri toplamak amacı ile kullanılan Toplumsal Cinsiyet Algısı Ölçeği, bireylerin toplumsal cinsiyet algılarını belirlemek amacı ile Altınova ve Duyan (2013) tarafından geliştirilmiştir. Beşli Likert biçiminde hazırlanan ölçek tek boyutludur, 25 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı .87 olarak hesaplanmıştır.

Bulgular Araştırmaya katılan kadın ve erkek öğrencilerin toplumsal cinsiyet algısına yönelik puanları arasında fark olup olmadığını belirlemek amacı ile uygulanan Bağımsız Örneklem t-Testi sonuçları, öğrencilerin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğunu ortaya koymuştur, $t(146) = 5.65$, $p = .001$. Bu bulgulara göre kadın ($M = 100.45 \pm 14.87$) öğrencilerin toplumsal cinsiyet algısı puanları erkek ($M = 85.75 \pm 16.53$) öğrencilerin toplumsal cinsiyet algısı puanlarından daha yüksek, yani daha olumludur. Kadın ve erkek katılımcıların öğrenim gördükleri sınıflara göre (1., 2., 3. ve 4. sınıf) toplumsal cinsiyet algılarının farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koymak amacı ile ANOVA uygulanmış ve istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur, $F(3, 144) = 3.60$, $p = .02$ (Tablo 4). Ancak Tukey analizi sonuçları, sınıflar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymuştur, $p > .05$.

Sonuç Araştırma bulguları, literatüre paralel olarak toplumsal cinsiyet algısının erkeklerde kadınlara kıyasla daha olumsuz olduğunu ve üniversitede alınan dört yıllık eğitimin toplumsal cinsiyet algısını etkilemede etkisiz kaldığını da ortaya koymuştur (Öngen ve Aytaç, 2016).

Kaynaklar • Altınova, H. H., & Duyan, V. (2013). Toplumsal cinsiyet algısı ölçeğinin geçerlik güvenirlik çalışması. Toplum ve Sosyal Hizmet, 24(2), 9- 22. Öngen, B., & Aytaç, S. (2013). Üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları ve yaşam değerleri ilişkisi. Sosyoloji Konferansları, 48, 1-18.

Gender Perceptions of Physical Education Teacher Candidates

Introduction and Aim The aim of this study is to examine the gender perceptions of the students of Physical Education Teaching Department in terms of gender and classroom change.

Method A total of 148 students (52.7% female, 47.3% male), 87 female and 61 male students studying at the 2016-2017 Education and Training Period participated in the research. Of the 148 students who participated in the survey, 20.3% are in the 1st, 25% in the second, 27.7% in the third and 27% in the fourth grade. The average age of participants is 21.53 (± 2.39). The Gender Perception

Scale used with the purpose of collecting data in the research was developed by Altınova and Duyan (2013) with the aim of determining the gender perceptions of the individuals. The scale, which is prepared in the form of five-point Likert, is one-dimensional and consists of 25 items. The Cronbach Alpha coefficient of the scale has been calculated as .87.

Results Independent Sample t-test results which were used to determine whether there was a difference between gender-sensitive scores of male and female students participating in the study, reveals that there was a statistically significant difference between the scores of the students, $t(146) = 5.65$, $p = .001$. According to these findings, gender perception scores of female students ($M = 100.45 \pm 14.87$) were higher than gender perception scores of male students ($M = 85.75 \pm 16.53$). The ANOVA was applied with the aim of showing whether the gender perceptions differ or not according to the grades (1, 2, 3 and 4th grade) in which the male and female participants studied, and a statistically significant difference was found, $F(3, 144) = 3.60$, $p = .02$ (Tablo 4). However, the results of the Tukey analysis show that there is no statistically significant difference between the classes, $p > .05$.

Conclusion: The findings of the research also show

Lise Öğrencilerinde Beden Eğitimi Ve Spora Karşı Tutum İle Öznel İyi Oluş İlişkisinin İncelenmesi: Meslek Lisesi Örneği

²Arıkan Ektirici, ¹Rahmi İnce, ²Umut Sezer, ³Cihan Aygün, ²Serdar Kocaekşi

¹Beylikova Çok Programlı Anadolu Lisesi

²Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü

³Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü

Email : aektirici@anadolu.edu.tr, rahmiince2026@gmail.com, umutsezer11@gmail.com, cihanaygun@hotmail.com, skocaeksi@anadolu.edu.tr

Giriş ve Amaç: Öznel iyi oluş bilişsel ve duygusal bileşenlerden oluşan doyumun öznel hali, olumlu ruh sağlığı olarak adlandırılır (Diener, 2001). Beden eğitimi ve spora karşı tutum da kişinin fiziksel aktivite düzeyi üzerinde oldukça etkilidir. Literatürde, fiziksel aktivitenin bireylerin iyilik hallerini olumlu yönde etkilediğini ortaya koyan çalışmalara rastlanmaktadır (Stathi ve ark., 2002; Doğan, 2006). Bu çalışmanın amacı ise meslek lisesi öğrencilerinin öznel iyi oluş ile beden eğitimi ve spora karşı tutum ilişkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Bu çalışmaya meslek lisesinde öğrenim gören 266 erkek, 70 kadın toplam 366 lise öğrencisi katılmıştır. Demirhan ve Altay (2001) tarafından geliştirilen Beden Eğitimi ve Spor Tutum Ölçeği ile Eryılmaz (2009) tarafından geliştirilen Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği veri toplama araçları olarak kullanılmıştır. Çalışmadan elde edilen verilerin analizi SPSS 22 programı ile yapılmıştır. Bağımsız örneklem t- testi, Kruskal Wallis, Mann Whitney-U ve korelasyon analizleri kullanılmıştır. Beden Eğitimi ve Spor Tutum ölçeğine ilişkin cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı .915 olarak hesaplanırken, Öznel İyi Oluş ölçeğine ilişkin cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı .840 olarak hesaplanmıştır.

Bulgular: Araştırma verileri incelendiğinde lisanslı olarak sporla uğraşan öğrenciler ile lisanslı olarak sporla uğraşmamış öğrencilerin beden eğitimi ve spora karşı tutumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<.05$). Bireylerin fiziksel aktivite düzeylerine göre yapılan inceleme sonucunda ise aktivite düzeyi ile beden eğitimi ve spora karşı tutum skorlarındaki artışın paralellik gösterdiği görülmektedir. Beden eğitimi ve spora karşı tutum ile öznel iyi oluş skorları arasında ise orta düzeyde pozitif korelasyon saptanmıştır [$r(336)=.306$; $p<.01$].

Sonuç: Lisanslı olarak sporla uğraşmanın öznel iyi oluş düzeyine olumlu bir katkı yaptığı söylenebilir. Beden eğitimi ve spora karşı tutumu olumlu olan öğrencilerin, diğer öğrencilere göre daha iyi hissettikleri ve fiziksel olarak aktif olmanın da ruh sağlığını olumlu yönde etkilediği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi ve Spora Karşı Tutum, Öznel İyi Oluş, Meslek Lisesinde Spor

The Relationship Between Subjective Well Being And Attitude Towards Physical Education And Sports: Example Of Vocational High School

Introduction and Purpose: Subjective well-being (SWB) can be described as people's cognitive and emotional evaluations about their own lives. The term SWB includes peace, fulfillment, life satisfaction and happiness. It can also be described as positive mental health. Attitude towards physical education and sports play a decisive role in one's physical activity level. The purpose of this study was to investigate the relationship between subjective well being and attitude towards physical education and sports.

Method: 336 students (266 male, 70 female) participated in this study. Physical Education and Sports Attitude Scale developed by Demirhan and Altay (2001) and Adolescent Subjective Well Being Scale developed by Eryilmaz (2009) were used as data collection tools. Collected data was analysed by SPSS 22. Independent Samples t-test, Kruskal Wallis, Mann Whitney-U and Bivariate Correlation tests were used. The Cronbach Alpha reliability values were calculated as .840 for Physical Education and Sports Attitude Scale and .915 for SWB.

Results: According to this research, statistically significant difference was found between the licensed athlete-students and non-licensed students ($p < .05$) in Physical Education and Sports Attitude Scale. As the Physical Education and Sports Attitude scores increased, it was seen that frequency of involving physical activity also increased. Moderate positive correlation was found between Physical Education and Sports Attitude Scale and Adolescent Subjective Well Being Scale scores [$r(336) = .306$; $p < .01$].

Conclusion: It can be concluded that doing sports as licensed has a positive impact on subjective well being. And students with high levels of attitude towards physical education and sports subjectively feel better than the rest. Which means being physically active can affect your mental health positively.

Keywords: Attitude Towards Physical Education, Subjective Well-Being, Sports In Vocational High-School

Lise Öğrencilerinin Ders Dışı Sportif Faaliyetlere Katılım Düzeylerinin İncelenmesi (Kahramanmaraş Örneği)

¹Selcuk Gençay, ¹Sehriban Gül, ¹Hüseyin Eroğlu, ¹Ünal Türkçapar

¹Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kahramanmaraş

Email : sgencay@ksu.edu.tr, gulsehri46@gmail.com, eroglu@ksu.edu.tr, turkcaparunal@hotmail.com

Özet Ders dışı sportif faaliyetler eğitimin önemli bir boyutunu oluşturmaktadır. Bu faaliyetlerin akademik, pratik uygulama ve yaşamsal bir değere sahip olduğu, doğal bir çalışmaya fırsat verdiği, yaparak ve yaşayarak öğrenmeyi ön plana çıkardığı, kısa dönemde çocuk veya gencin fiziksel aktivite seviyesini artırdığı için bu tarz etkinliklere okullarda önem verilmesi gerekmektedir. Yapılan bu araştırma da lise öğrencilerinin ders dışı sportif etkinliklere katılım düzeylerinin bazı değişkenlere göre nasıl şekillendiğini belirlemek amacı ile yapılmıştır. Bu amaç doğrultusunda Kahramanmaraş'ta üç farklı lisede eğitim gören yaşları 15 ile 18 arasında değişen 97 erkek, 93 bayan olmak üzere toplam 190 lise öğrencisi araştırmanın çalışma grubu olarak ele alınmıştır. Lise öğrencilerinin ders dışı sportif faaliyetlere katılım düzeylerini ölçmek amacı ile Akgül ve ark., (2012) tarafından geliştirilen 13 maddelik ve 5'li likert şeklinde hazırlanmış olan anket kullanılmıştır. Araştırma grubundan elde edilen verilere göre cinsiyet, sınıf ve aile gelir düzeyi değişkenlerinde anket maddelerinde yer alan ifadeler katılım düzeylerinde gruplar arası farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$). Araştırma sonuçlarına göre lise öğrencilerinin anket maddelerinde yer alan ve en fazla katılım sağladıkları "Ders dışı sportif çalışmaların yararlı olduğunu düşünüyorum", "Okuluma kapalı spor salonu olması sportif çalışmalarını olumlu etkiler" ifadeleri olurken, "Diğer ders öğretmenlerinden destek görememem sportif çalışmalara katılmamda etkindir" ve "Sağlık sorunlarının olması sportif çalışmalara katılmamamda etkilidir" en az katılım sağladıkları ifadeler olmuştur. Ayrıca bayan öğrenciler ders dışı sportif etkinliklere katılmanın yararlı olduğunu erkeklere göre daha fazla ve Okulunda soyunma odalarının olmamasının sportif çalışmalara katılmamalarında önemli bir etken olarak düşünmektedirler. Anahtar Kelimeler: Spor, Ders Dışı Faaliyet, Eğitim

Examination Of Participation Levels Of High School Students' Extracurricular Activities (An Example Of Kahramanmaraş)

Extracurricular sport activities constitute an important dimension of education. Such activities should be given importance to schools because these activities have academical, practical and vital values, give opportunity to natural work, make preliminary learning by doing and living; and genuine physical capacity. This research was done in high school students' to determine how participation levels in sporting activities are shaped according to some variables. In line with this goal; students who are studying in three different high schools in Kahramanmaraş, whose ages are between fifteen and eighteen, totally 190 high school students, are dealt with as a research group. In order to measure the participation levels of high school students in sport activities out of lesson, developed by Akgül et al. 13 questions and questionnaires prepared with 5 likert scale were used. According to the data obtained from the research group, the variables between the gender, class and income levels, the difference between the groups in the level of participation in the questionnaire included in was found to be statistically significant. According to the results of the research "I think that It is beneficial for extracurricular sports activities", "When I have a closed sports hall in my school, I have a positive effect on sports activities" have the most participation when I participate in the questionnaires of the

high school students. "Not getting support from the other course teachers influences me to participate in the sport activities" and "the health problems are affective to participate in sporting activities". Have been the least participant. In addition, female students find it is beneficial to participate in extracurricular sporting activities compared to men who attend sports clubs, and the absence of locker rooms at school is considered as an important factor in the participation in the work.

Keywords: Sports, Extracurricular Activities, Education

Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulda Okuyan Antrenörlük Bölümü Öğrencilerinin Mutluluk Düzeylerinin İncelenmesi (Erciyes Üniversitesi Örneği)

²Hakkı Ulucan , ³Enes Beltekin, ¹Ihsan Kuyulu, ⁴Yunus Berk

¹Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri

²Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kayseri

³Bingöl Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Bingöl

⁴19 Mayıs Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Samsun

Email : hakkiulucan@gmail.com, ens_bltkn@hotmail.com, ihsankuyulu444@hotmail.com, yunberk@gmail.com

Çalışma amacı Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda Antrenörlük bölümünde okuyan öğrencilerin mutluluk düzeylerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırma grubunu, Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören 79 antrenörlük bölümü öğrencisi oluşturmaktadır. Mutluluk düzeyi verilerini elde etmek için Hills Ve Argyle tarafından 2002 yılında geliştirilmiş olan "Oxford Mutluluk Ölçeği" kullanılmıştır. Çalışmaya katılan öğrencilerin mutluluk düzeyleri değerlendirmelerinde cinsiyet ve yaş değişkenlerine göre guruplar arasında anlamlı farklılık bulunmuşken, spor yapma durumu değişkenine göre ise guruplar arasında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Sonuç olarak bakıldığında Erciyes Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda farklı bölümlerde okuyan öğrencilerin mutluluk düzeylerinin erkek öğrenciler lehine, yaş değişkenine göre ise 24-29 yaş arasındaki öğrenciler lehine anlamlı derece yüksek bulunmuştur. Öğrencilerin spor yapıp yapmama durumlarının mutluluk düzeylerini herhangi bir şekilde etkilemediği tespit edilmiştir.

Examination of Happiness Levels of the Training Department Students that Study at Physical Education and Sports Academy (Erciyes University Sample)

The aim of the study is to examine the happiness levels of the students studying in the department of Coaching in Erciyes University School of Physical Education and Sports in terms of various variances. The research group is composed of 79 students in the department of education in Erciyes University School of Physical Education and Sports. In order to obtain happiness level data, the "Oxford Happiness Scale" developed by Hills and Argylet in 2002 was used. There was a meaningful difference between the groups according to gender and age variances in the happiness level of the students participating in the study, but no meaningful difference between the groups according to the sporting state variance. In conclusion, Erciyes University School of Physical Education and Sports has found meaningfully higher levels of enjoyment of students studying in different departments in favor of male students, and age of 24-29 years. It was determined that situation that students do sports or not has no effect on the happiness levels of them.

PB611

Türkiye Profesyonel Futbol Liglerinde Bağlı Yaş Etkisi

¹Mert Kayhan, ²Adem Yapıcı, ¹Alparslan Ünveren

¹Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya

²Mustafa Kemal Üniversitesi, Hatay

Email : mert.kayhan@dpu.edu.tr, ademyapici@mku.edu.tr, alparslan.unveren@dpu.edu.tr

Giriş ve Amaç: Farklı kıtalardan birçok spor dalı incelendiğinde yılın ilk aylarında doğan sporcuların sayısının son aylarında doğan sporculara göre daha fazla olduğu tespit edilmiştir (Gil SM, 2014). Bu çalışmanın amacı 2014-15 sezonunda Türkiye profesyonel futbol liglerine kayıtlı futbolcularda bağlı yaş etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: 2014 – 15 sezonunda Türkiye profesyonel futbol liglerine kayıtlı (Süper lig, TFF 1. Lig, TFF 2. Lig ve TFF 3. lig) yerli ve yabancı toplam 3817 futbolcu çalışmamızda yer almaktadır. Futbolculara ait bilgiler erişime açık olan, Türkiye Futbol Federasyonu'na (TFF) ait internet sayfasından alınmıştır. Değerlendirmelerde birinci ay ocak, sonuncu ay ise aralık olarak ele alınmıştır. Yılın 12 ayı çeyrek dilimler şeklinde ocak ayından başlanarak on iki ay dört dilime olarak ayrılmıştır. Frekans ve ki-kare analizleri uygulanmıştır.

Bulgular: Araştırmamıza katılan 3817 futbolcunun çeyrek dilimlere göre dağılımları incelendiğinde ilk dilimde doğanların sayısı 1372, ikinci dilimde doğanların sayısı 928, üçüncü dilimde doğanların sayısı 905 ve son dilimde doğanların sayısı 612 olarak tespit edilmiştir. Ayrıca ki-kare testi ile tüm futbolcuların doğdukları aylara göre beklenen ve gözlenen dağılımları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($\chi^2=486,284$, d.f.=11; $p<0,01$).

Sonuç: Türkiye profesyonel futbol ligleri incelendiğinde bağlı yaş etkisinden söz etmek mümkündür. Bu bağlamda alt yapıdan başlayan bu etki ile yılın ilk aylarında doğan sporcuların fiziksel üstünlükleri sayesinde a takım seviyesinde daha fazla yer aldıkları öne sürülebilir.

Kaynaklar: Gil SM. (2014). The Relative Age Effect in Sport. 13th International Sport Sciences Congress, 54-55.

Relative Age Effect in Turkish Professional Football Leagues

Introduction and Aim: When a number of football players from different continents were examined, it was found that more football players were born in the last months of the year than the number of football players born in the first month of the year (Gil SM, 2014). The aim of this study is to see the relative age effect of football players registered to professional football leagues in Turkey in 2014-15 season. Method: In 2014 - 15 season, 3817 football players were registered in Turkish professional football leagues about who we collected data in our study. The information on the footballers is taken from the official web page of the Turkish Football Federation which is accessible by public. We determined the first month of the year as January and the last month of the year as December in our study. We divided a year in to the four quarters beginning from January to December. Frequency and chi-square analyzes were applied.

Results: When the distribution of the 3817 football players participating in our research is analyzed, we found that the number of the births in the first quarter is 1372, the number in the second quarter is 928, the number in the third quarter is 905 and the number in the last quarter is 612. In addition, the chi-square test showed that there was a significant difference between the expected and observed distributions of all footballers according to the months they were born.

Conclusion: When examining Turkish professional football leagues, it is possible to talk about the relative age effect. This effect, which can be defined as players who born in first months of the year have physical superiority compared to the others, begins from the youth football leagues and continues to the professional football leagues.

References: Gil SM.(2014).The Relative Age Effect in Sport. 13thInternationalSportSciences Congress,54-55.

PB618

Takım Sporlu Yapan Genç Sporcuların Değer Türleri ile Ahlakdan Uzaklaşma Arasındaki İlişki ve Onların Değer Sistemleri

¹Oğuzhan Küçükali, ¹Nadir Aydemir, ¹Bahri Gürpınar

¹Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya

Email : oguzhansurmeneli@gmail.com, nadiraydemir@outlook.com, bahrigurpinar@yahoo.com

Amaç Bu araştırmanın amacı özel ve devlet okullarında takım sporu yapan sporcuların değer sistemlerini ortaya koymak ve değer türleri ile ahlaktan uzaklaşma mekanizmaları arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır

Yöntem Bu çalışmanın evrenini Antalya'da 2016-2017 yılı içerisinde özel ve devlet okullarında eğitim gören 11-18 yaş arası takım sporu yapan sporcular oluşturmuştur. Örneklemi ise 3 farklı branşta (Futbol, Basketbol, Voleybol) yapan 157 kız 148 erkek olmak üzere ulaşılabilen 305 sporcu oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak Gürpınar (2017) tarafından Türkçeye uyarlanan 3 farklı ölçek kullanılmıştır: Alt Yapı Sporlarında Değerler Ölçekleri (YSVQ ve YSVQ-2) ve Sporda Ahlakdan Uzaklaşma Ölçeği Kısa Formu (MDSS-S). YSVQ ve YSVQ-2 ölçeği 7'li likert tipindedir ve "Tam Tersi" "Hiç Önemli Değil" "Biraz Önemli" "Oldukça Önemli" "Önemli" "Çok Önemli" "Son Derece Önemli" şeklinde puanlanmaktadır. MDSS-S ise 7'li likert tipindedir ve "Hiç Katılmıyorum" "Katılmıyorum" "Biraz Katılmıyorum" "Tarafsızım" "Biraz Katılıyorum" "Katılıyorum" "Tamamen Katılıyorum" şeklinde puanlanmaktadır. YSVQ ölçeği 18 maddeli bir ölçektir ve sporcuların değer sistemlerini ölçmemektir. YSVQ-2 değer türlerini ölçmeye yönelik bir ölçektir. Ölçek 13 maddeli ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Ahlakdan uzaklaşma ölçeği kısa formu ise 8 maddeli ve tek faktörlü bir ölçektir. Verilerin analizinde frekans, yüzde dağılımları gibi tanımlayıcı istatistikler ve t-test kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç Yapılan analiz sonucunda sporcu öğrencilerin en çok önem verdikleri 3 değerın merhamet, kişisel başarı ve takım uyumu olduğu en az önem verdikleri 3 değerin ise itaat, hoşgörü ve kazanma olduğu ortaya konmuştur. Ayrıca statü değeri ile ve ahlaktan uzaklaşma arasında ilişki olduğu ($r_s=262^{**}$) bulunmuştur. Ayrıca bazı ahlaktan uzaklaşma mekanizmalarında cinsiyet açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Branşlara göre de bazı parametrelerde farklılıklar gözlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Değer sistemi, Değer Türleri, Takım Sporları, Ahlakdan Uzaklaşma Mekanizmaları

The Relationship Between Value Types and Moral Disengagement of Youth Team Sport Athletes and Their Value Systems

Purpose The aim of this research is to reveal the value systems of the athletes playing team sports in private and public schools and to reveal the relationship between the values types and the moral disengagement mechanisms.

Method The population of this work was the team sport athletes studying in private and public schools of Antalya 2016-2017. The sample consisted of 157 girls and 148 boys who made 3 different sports (football, basketball, volleyball).

Three different scales adapted to Turkish by Gürpınar (2017) were used as data collection tools in the survey: The Youth Sport Values Questionnaires (YSVQ and YSVQ-2) and Moral Disengagement in Sport Scale Short (MDSS-S). YSVQ and YSVQ-2 are 7 point Likert Type Scales and has been scored between "The Opposite" to "Extra Important". MDSS-S is also a 7 point Likert type scale and scored as "Strongly Disagree", to "Strongly Agree". YSVQ is an 18 item scale and measure the value systems of youth athletes. YSVQ-2 is a 13 item 3-factor scale and measueres the value types of youth athletes. The MDSS-S is 8 item one factor scale and measures the moral disengagement mechanisms in sport. Descriptive statistics and t-test were used in the analysis of the data.

Findings and Conclusion It is revealed that the 3-most important values of the athletes are compassion, personal achievement and team cohesion and 3-least important values are obedience, tolerance and winning. It is also found that there is a relationship between status values and moral disengagement ($r=0.262^{**}$). There are also statistically significant gender differences in some of the moral disengagement mechanisms. According to the sport branches, there are differences in some parameters.

Keywords: Value system, Value types, Team sports, Moral Disengagement Mechanisms

6.Sınıf Öğrencilerinin Beden Eğitimi Yetkinlik Düzeyleri, Matematik Performansları ve Motorik Özelliklerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

¹Umut Canlı, ¹İlker Özmutlu, ¹Başak Eroğlu, ¹Arif Kaan Eroğlu

¹Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ

Email : ucanli@nku.edu.tr, iozmutlu@nku.edu.tr, beroglu@nku.edu.tr, akaaneroglu@nku.edu.tr

Giriş ve Amaç: Birçok farklı değişkenin akademik başarı, beden eğitimi ve spora olan tutum ve motorik özellikler üzerinde etkisi olduğu bilinmektedir. Cinsiyet değişkeninin de bu performanslar üzerindeki etkisi araştırmacılar tarafından merak edilen konular arasındadır. Çalışmada ortaokul 6.sınıfta öğrenim gören öğrencilerin beden eğitimi yetkinlik, matematik performansları ve motorik özelliklerinin cinsiyet değişkeni düzeyinde karşılaştırılması amaçlanmıştır. Yöntem: Çalışmanın yapılması ile ilgili gerekli izinler Milli Eğitim Müdürlüğünden alınmıştır. Çalışmaya başlamadan önce öğrencilere çalışma detayları ile ilgili bilgiler verilmiş ve velilerine bilgilendirilmiş olur formu dağıtılmıştır. 47 erkek ve 34 kız öğrenci olmak üzere toplam 81 öğrenci çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların matematik performanslarının belirlenmesinde matematik beceri testi, beden eğitimi yetkinliklerinin belirlenmesinde ise beden eğitimi yetkinlik ölçeği kullanılmıştır. Motorik özelliklerinin değerlendirilmesinde ise t çeviklik testi, flamingo denge testi ve diske dokunma testi kullanılmıştır. Verilerin normal dağılıp dağılmadığını belirlemek için Kolmogorov smirnov testi kullanılmıştır. Katılımcıların cinsiyete göre karşılaştırmasını yapmak için ise bağımsız grup t testi kullanılmıştır. Bulgular: Katılımcıların matematik becerileri, beden eğitimi yetkinlikleri ve diske dokunma testi puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılmasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0.05$). Denge testi ve çeviklik testi puanlarının karşılaştırılmasında erkek öğrencilerin lehine anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). Sonuç: Katılımcılar ergenlik dönemine tam olarak girmedikleri için ilgi, ihtiyaç ve gereksinimlerinin farklılaşmadığı dolayısıyla matematik performanslarının ve beden eğitimi yetkinlik düzeylerinin de değişmediği düşünülmektedir. El-göz koordinasyon puanlarının tespitinde çok fazla fiziksel eforun gösterilmemesi kız ve erkek öğrenciler arasında anlamlı bir fark oluşmamasında etkili olabilir. Çeviklik ve statik denge düzeyindeki farklılığın erkek öğrencilerin lehine olmasının nedeni erkek öğrencilerin kaba motor becerilere daha fazla vakit ayırması ile açıklanabilir. Anahtar Kelimeler: Matematik, Beden eğitimi yetkinlik, Motorik beceri.

Comparison Of Physical Education Predisposition Levels, Mathematical Performances And Motor Characteristics Of 6th Grade Students According To The Gender

Introduction and purpose: Many different variables are known to have an effect on academic achievement, attitude towards physical education and motor skills. The effects of the gender variable on these performances are among the subjects of interest to researchers. The aim of the study was to compare the physical education predisposition, mathematical performances and motoric characteristics of the students who were in the 6th grade at gender level. **Method:** The required permissions for the study were taken from the Directorate of National Education. Before beginning the study, students were given information about the study details and an informed consent form was distributed to their parents. A total of 81 students (47 male and 34 female students) participated in the study voluntarily. Mathematical skill test was used to determine the mathematical performances of the participants and physical education predisposition scale was used to determine physical education predispositions. To determine of the motoric characteristics, t agility test, flamingo balance test and touching to the discs test were used. Kolmogorov smirnov test was used to determine whether the data were normally distributed. Independent sample t test was used to compare participants according to the gender.

Findings: No statistically significant difference was found between participants' mathematical performance, physical education predispositions, and touching disc test scores according the gender ($p>0.05$). A significant difference was found in favor of male students in the comparison of balance test and agility test scores ($p<0.05$).

Conclusion: It is thought as the participants did not fully enter the adolescence period, their interests, needs and needs did not differ so that the mathematical performances and physical education predisposition levels did not differ. The fact that not much physical effort is shown in determining hand-eye coordination scores can be effective if there is no significant difference between male and female students. The reason for the

SUNULMADI

Spor Bilimleri Alanında Görev Yapan Akademik Personelin Facebook Kıskançlığının İncelenmesi

¹Çağdaş Caz, ²Ali Gürel Göksel

¹Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

²Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla

Giriş ve Amaç; Teknolojinin de gelişmesiyle beraber kullanılmaya başlayan elektronik araç ve gereçlerin yaratmış olduğu iletişim süreci farklı bir boyut kazanmış ve sosyal ağların kullanımı artmaya başlamıştır. Sosyal ağ içerisinde yer alan Facebook, mevcut zaman dilimi içerisinde diğer insanlar ile iletişim kurma noktasında uygun bir ortam yaratmış ve içgüdüsel duygulardan olan “kıskançlık” kavramını canlı tutmuştur. Bu düşünceden hareketle araştırmanın amacı; Spor Bilimleri alanında görev yapan akademik personelin kullandığı Facebook kıskançlığının incelenmesidir.

Yöntem; Spor Bilimleri alanında görev yapan 132’si erkek, 84’ü kadın olmak üzere toplam 216 akademisyen çalışmanın araştırma grubunu oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak; Muise ve ark., (2009) tarafından geliştirilen, Demirtaş- Madran (2016) tarafından Türkçe geçerlik-güvenirliliği yapılan “Facebook Kıskançlık Ölçeği” ile araştırmacılar tarafından oluşturulan “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Veriler; betimsel istatistiki yöntemler, bağımsız gruplar için t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular, ölçekte verilerin normal dağılıma sahip olmasının yanı sıra, iç tutarlılık katsayısı 0,757 olarak bulunmuştur. Elde edilen verilerin puan ortalamasına bakıldığında akademisyenlerin Facebook ile ilgili kıskançlıkları genel olarak yüksek olduğu belirlenmiştir.

Araştırma sonucunda, cinsiyet değişkeni açısından erkek akademisyenler lehine farklılık tespit edilmiştir. Medeni duruma bakıldığında, bu farklılık sözlü/nişanlı olan akademisyenler lehine çıkmıştır. Akademik unvan değişkeni irdelendiğinde ise, Araş.Gör./Araş.Gör.Dr. olan akademisyenler lehine manidar farklılık söz konusudur.

Anahtar Kelimeler: Facebook Kıskançlığı, Spor Bilimleri, Akademik Personel

The Examination Of Facebook Jealousy Of Academic Staff in The Field Of Physical Education And Sport

Introduction and Purpose: Communication process created by electronic devices and tools, which is started to use with technological development, has gained a new dimension and social network usage has increased. A social network, Facebook, has created a proper environment for communication with others in time and keeps the feeling of “jealousy,” which is one of the instinctive emotions, alive. From this viewpoint, the aim of this study was to examine Facebook jealousy of academic staff in the field of physical education and sport.

Method: Of the 216 academic staff, there were 132 male and 84 female academicians participated in the study. Facebook Jealousy Scale, developed by Musie et al. (2009) and adapted to Turkish by Demirtas-Madran (2016) and Personal Information Form, designed by the researchers, were used to collect data. Data was analyzed by using descriptive analysis, independent t- test and one-way ANOVA.

Results: Data showed normal distribution and internal consistency coefficient was found to be 0,757. When the average point was examined, it was observed that academicians reported higher jealousy scores related to Facebook.

Consequently, significant difference was found between genders in the favor of male academicians. In the results of marital status, it was found that married/engaged academicians reported higher scores. Research assistants/research assistants (Dr.) reported higher scores than other academicians having various titles.

Keywords: Facebook Jealousy, Sport Sciences, Academic Staff

SUNULMADI

Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Görüşlerin Değerlendirilmesi

¹Atila Pulur, ¹İsmail Aktas

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : pulur@gazi.edu.tr, ismailaktas0025@gmail.com

Bu çalışmanın amacı farklı statülerde eğitim veren ve eğitilen bireylerin görüşleri doğrultusunda beden eğitimi ve spor dersinin Türk Eğitim Sistemi'ndeki yeri ve önemini incelemektir. Durum çalışması olarak desenlenen çalışmanın verileri yarı yapılandırılmış görüşme formu ile toplanarak betimsel ve içerik analizlerine tabi tutulmuştur. Amaçlı örnekleme yöntemi ile belirlenen araştırma grubunu, Ankara ilinde görev yapmakta olan 7 beden eğitimi ve spor öğretmeni Spor Bilimleri Fakülteleri'nde görevli 5 öğretim elemanı ve bu fakültelerde öğrenim gören 4 beden eğitimi ve spor öğretmeni aday oluşturmaktadır. Derse ilişkin görüşlerden "Ders Saatleri", "Kazanımlar ve Çıktılar", "Kaliteli Eleman", "Tesis ve Malzeme" ve "Fiziksel Etkinlik Dersi" olmak üzere 5 alt kategori elde edilmiştir. Katılımcılar dersin önemini; toplumun sağlığı, spor kültürünün oluşması ve sportif başarıya yönelik gereklilik olarak vurgularken, derse verilen değer konusunda; tesis yetersizliği, dersin boş zaman aktivitesi olarak görülmesi ve karar mercisindeki yöneticilerin beden eğitimi ve spor bütünlüğüne gösterdikleri ilgisizlik olarak görüş belirtmişlerdir. Sonuç olarak katılımcı bireyler, beden eğitimi ve spor dersinin spor kültürünü aşlamak için gerekliliğini ve bu kültür sayesinde toplumun gelişimi aynı zamanda sağlıklı bir hayat için spor kavramı çerçevesinde dersin önemini vurgulamış ancak sınav odaklı bir eğitim sisteminin bu dersi itibarsızlaştırdığı ve eğitim veren bireylerin de süregelen bu anlayıştan dolayı çaresizliğini belirtmişlerdir. Beden eğitimi ve spor dersinin gerekliliği göz önüne alınarak sistemsel imkanlarla spor eğitiminin her aşamaya yayılması önerilebilir.

Evaluation of Views towards Physical Education and Sport Course

The aim of this study is to examine the place and importance of physical education and sports lecture in the Turkish Education System in the direction of the opinions of the individuals who are educated and trained in different statutes. The data of the study designed as the case study was collected with semi-structured interview form and subjected to descriptive and content analyzes. The research group, which was determined by the purposeful sampling method, constitutes 7 physical education and sports teachers working in Ankara and 5 physical education and sports teacher candidates who are studying in these faculties. Five subcategories were obtained from the views of the course: "Course Hours", "Achievements and Outputs", "Quality Staff", "Facilities and Materials" and "Physical Activity Course". Participants emphasized the importance of the course because of its contribution to the health of the community, the formation of sports cultures and the achievement of sporting success. At the same time, participants reported the inadequacy of the facilities, the leisure activity of the course, and the lack of interest of the administrators' physical education and sport as a reason of invalidity. As a result, participants have emphasized the importance of physical education and sports lectures to overcome sports cultures, and the development of society through this culture also emphasized the importance of the lecture in the framework of sport concept for a healthy life, but they pointed out that an examination-oriented education system dislikes this course and that the individuals who provide education are desperate for this continuing understanding. Considering the necessity of physical education and sports course, it is suggested to spread sport education to every stage with systematic possibilities.

Sağlıkla İlgili Fiziksel Aktivite Eğitimi Sonunda Öğrenmeyi Yaşama Aktarmayı İçeren Aktif Hafta Uygulamasında Üniversite Öğrencilerinin Deneyimleri

¹Serap Sarıkaya, ¹Nehir Kavi Şimşek, ¹M.Levent İnce

¹Orta Doğu Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Ankara

Email : serapusta5306@gmail.com, nehirkavisimsek@gmail.com , mince@metu.edu.tr

Sağlık için fiziksel aktivite eğitimi sağlık, zindelik ve fiziksel uygunluk kavramlarının temellerini öğretmeyi amaçlamaktadır. Bu çalışmanın amacı “Sağlık için fiziksel aktivite ve spor” dersine katılan üniversite öğrencilerinin ders yılı sonunda günlük 10.000 adım hedefini içeren “Aktif Hafta Uygulaması” sırasındaki deneyimlerini incelemektir. Araştırma; 1) aktif hafta uygulaması boyunca öğrencilerin ne kadarı günlük 10.000 adım hedefine ulaşmıştır? 2) öğrencilerin günlük 10.000 adım hedefine ulaşmasını kolaylaştıran ve zorlaştıran unsurlar nelerdir? 3) aktif hafta süresince kullandıkları teknolojik aletler ve uygulamalar nelerdir? sorularına cevap aramaktadır. Çalışma, 2016-2017 eğitim- öğretim yılı güz döneminde lisans programında her bölümden öğrencinin alabildiği seçmeli sağlık için fiziksel aktivite ve spor dersine katılan 45 öğrenci (15 kadın, 30 erkek) ile yapılmıştır. Öğrencilerden “Aktif Hafta Uygulaması” süresince yaptıkları etkinlikler ve adım sayıları ile ilgili günlük tutmaları istenmiştir. Ayrıca, öğrenci deneyimleri ile ilgili veriler açık uçlu sorular içeren bir anket yoluyla öğrenme yönetim sistemi üzerinden toplanmıştır. Öğrencilerin %53.33’ü “aktif” (bilgiyi yaşama etkili bir şekilde transfer edebilen), %28.88’i “orta düzeyde aktif” (bilgiyi yaşama transfer edebilen), %17.77’si “Düşük seviyede aktif” (bilgiyi yaşama transfer edemeyen) olarak saptanmıştır. Öğrenci deneyimlerinin içerik analizi yöntemi ile analizi sonucunda katılımcıların bilgiyi yaşama transfer etmelerini kolaylaştıran ve zorlaştıran unsurların (1) bireysel (2) sosyal çevre (3) fiziksel çevre (4) okul sağlık/spor politikaları ve (5) diğer temalarına ayrıştığı görülmüştür. Öğrencilerin aktif hafta boyunca adımsayar, akıllı saat ve çeşitli telefon uygulamalarını kullandıkları anlaşılmıştır. Sonuç olarak, sağlık için fiziksel aktivite bilgisinin yaşama aktarıldığı aktif hafta uygulaması benzer dersler/eğitim müdahaleleri için anlamlı bir çalışmadır. Bu dersler/eğitim müdahaleleri tasarlanırken öğrencilerin amaca ulaşmasını kolaylaştıran, engelleyen unsurlar ve süreçte kullandıkları teknolojilerin dikkate alınması önerilir.

Anahtar Kelimeler: Sağlık İçin Fiziksel Aktivite, Öğrenmeyi Yaşama Aktarma, Aktif Hafta Uygulaması

Experiences of University Students during an Active Week Practice for Transferring Knowledge into Life after a Health-Related Physical Activity Intervention

Health-related physical activity intervention aims to teach the fundamentals of health, wellness and fitness concepts. The purpose of the study is to examine the experiences of university students during an active week practice aiming to reach daily 10.000 steps goal after an “Health-related physical activity and sports” course for transferring knowledge into life. This study seeks; 1) how many of the students reached the daily 10.000 steps goal during the active week practice? 2) what are the challenges and facilitators to reach the daily 10.000 steps goal? 3) what are the used technological tools and applications? The study was conducted with 45 students (15 female, 30 male) participating in an elective health-related physical activity and sports course that can be taken by undergraduate students from all departments in the fall semester of the 2016-2017 academic year. Students are asked to keep a diary of their activities and number of steps during “Active Week Practice”. In addition, data related to student experiences were collected with an open-ended questionnaire through learning management system. Of the students, 53.33% were “active” (able to transfer knowledge

into life effectively), 28.90% were “moderately active” (able to transfer knowledge into life), 17.77% were “inactive” (not able to transfer knowledge into life). The results of the content analysis revealed that challenges and facilitators for students are divided to (1) individual (2) social environment (3) physical environment (4) school health/sports policy and (5) other themes. Moreover, it is understood that students used pedometer, smart watch, and various phone applications during the active week.

As a result, active week practice is a meaningful study for similar courses/educational interventions. It is suggested that challenges-facilitators and used technologies should be taken into account while these courses/educational interventions are designed.

Keywords: Physical Activity for Health, Transferring Knowledge into Life, Active Week Practice

Özel Ve Devlet İlköğretim Okullarında Görev Yapan Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenlerinin Ders Verimliliğini Düşüren Etkenlerin Belirlenmesi

²Kadir Pepe, ¹Yıldız Begüm Kanat

¹MAKÜ-Eğit. Bil. Enst. Bed. Eğit. Ve Spor ABD Yük. Lisans Öğrencisi

²MAKÜ- Doç. Dr

Email : kpepe@mehmetakif.edu.tr, yldzbgm8@hotmail.com

Araştırma survey tarama modelinde bir araştırma olup, amacı devlet ve özel ilköğretim okullarında görev yapan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin derslerinde karşılaştıkları güçlüklerin ve ders verimliliğini düşüren etkenlerin belirlenmesidir.

Araştırmanın evreni Antalya ili il merkezi özel ve devlet ilköğretim okullarında görev yapan beden eğitimi ve spor öğretmenleridir. Örneklem grubu ise bu okullarda görev yapan 106 erkek 103 kadın olmak üzere toplam 209 beden eğitimi ve spor öğretmeninden oluşmaktadır. Araştırmada veriler anket yöntemiyle elde edilmiştir. Anketin anlaşılabilirliği, kapsam geçerliği ve güvenilirliği sağlanmıştır. Anketin Cronbach's Alpha güvenirlik katsayısı 0,85 bulunmuştur. Anketler örneklem grubuna tesadüfi yöntemle birebir görüşülerek doldurulmuştur. Elde edilen verilere istatistiksel işlem olarak f(%) ve Chi-Square(X²) teknikleri uygulanmıştır. Farklılıkların tespitinde 0,05 güven aralığı kabul edilerek yorumlanmıştır.

Araştırmada elde edilen verilerin değerlendirmesinde, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin ders uygulamalarında dersin verimliliğini düşüren nedenlerin, sınıf mevcudundan, okulların salon ve ders materyalleri yetersizliğinden, öğrenciden ve öğrenci velisinden, okul idaresi ve diğer öğretmenlerden, ders müfredatından kaynaklandığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak araştırma kapsamında, ilköğretim okullarında çalışan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin ders verimliliklerini düşüren nedenlerin olduğunu ve bu nedenlerin devlet ilköğretim okullarında, özel okullara göre oldukça fazla ve etkili olduğunu söyleyebiliriz. Yapılan karşılaştırmalı istatistik analizde devlet ilköğretim okullarında çalışan öğretmenler ile özel okullarda çalışan öğretmenlerin görüşleri arasında oldukça anlamlı bir görüş ayrılığı bulunmaktadır(p<0,05).

Determination Of The Factors That Decrease The Efficiency Of The Physical Education And Sports Teachers Working In Private And State Primary Schools

Research is a survey in the surveillance screening model, with the aim of state and private primary education the physical education and sports teachers in their schools the difficulties and the factors that reduce the efficiency of the lesson. The universe of the study is the physical education and sports teachers who work in private and public elementary schools in the province of Antalya.

The sample group is the A total of 209 physical education and sports teachers, 106 male and 103 female it consists. Survey data were obtained by questionnaire method. The clarity, coverage and reliability of the questionnaire are provided. Surveys Cronbach's Alpha reliability coefficient is 0.85. Questionnaires to sample group it was filled by interviewing one by one by random method. Statistical processing of the obtained data f (%) and Chi-Square (X²) techniques were applied. 0.05 confidence in finding differences Interval is interpreted as acceptance.

As a Result of the research, physical education and sports the reasons for the decrease in the productivity of the teachers in the course the lack of schools and hall materials, and the lack of course materials, the school curriculum of school administrators and other teachers It was.

As a result, within the scope of the research, physical education and the reasons for lowering the efficiency of the lessons of sport teachers and state is more and more effective in primary schools than private schools I can say. In the comparative statistical analysis conducted in state primary schools there is a very significant difference between the views of teachers and teachers working in private schools There is an opinion reserve.

Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi Öğretmenlerine İlişkin Dönüşümcü Öğretim Algıları

²Sinan Yıldırım, ²Yılmaz Yüksel, ¹Alper Yıldız, ²Emre Bilgin, ²Ziya Koruç

¹Orta Doğu Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Ankara

²Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : snysbf@gmail.com, yilmazyuksel@gmail.com, alperyildiz54@gmail.com, bilginemre2005@gmail.com ,
zkoruc@hacettepe.edu.tr

Bu çalışmanın amacı; ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi öğretmenlerinin dönüşümcü öğretim davranışlarını cinsiyet değişkenine göre değerlendirmektir.

Araştırmaya 288 kız, 241 erkek, toplam 529 (Yaş=15.54) ortaöğretim öğrencisi katılmıştır. Veri toplama aracı olarak Beauchamp ve diğerleri (2010) tarafından geliştirilen ve Yıldırım ve diğerleri (yayın aşamasında) tarafından Türk örnekleme adaptasyonu yapılan "Dönüşümcü Öğretim Ölçeği" (Transformational Teaching Questionnaire) kullanılmıştır. Ölçek öğrencilerin algılamalarıyla öğretmen davranışlarını değerlendirmekte kullanılmaktadır.

Veri analizinde tanımlayıcı istatistikler ve iki yönlü ANOVA kullanılmıştır.

Yapılan 2x2 ANOVA analizi sonuçlarına göre öğrencilerin cinsiyetleri $F(1,523)=6.82$; $p<.05$, $\eta^2=.01$ ve öğretmenlerin cinsiyetlerine $F(1,523)=37.34$; $p<.05$, $\eta^2=.07$ göre anlamlı farklılıklar bulunurken, öğrencilerin cinsiyetleri ile öğretmenlerin cinsiyetleri arasında anlamlı bir etkileşim olmadığı görülmüştür $F(1,523)=1.54$; $p>.05$. Bulgular erkek öğrencilerin ($M=3.74$; $SD=.93$) kız öğrencilere ($M=3.57$; $SD=.94$) göre daha yüksek oranda öğretmenin dönüşümcü davranışını algıladığını ortaya koymuştur. Bunun yanında, öğrenciler kadın öğretmenleri ($M=3.92$; $SD=.78$) erkek ($M=3.44$; $SD=1.00$) meslektaşlarından daha yüksek oranda dönüşümcü öğretmenler olarak algılamışlardır.

Sonuç olarak, cinsiyet değişkeninin dönüşümcü öğretim davranışı üzerinde etkisi olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Dönüşümcü öğretim, beden eğitimi öğretmeni, cinsiyet

Transformational Teaching Perceptions of the High School Students Towards Physical Education Teachers

Purpose of this study was to investigate the transformational teaching perceptions of high school students towards their physical education teachers in terms of gender.

288 female, 241 male and in total 529 high students (Mage = 15.54) participated to the study. Transformational Teaching Questionnaire (TTQ) which was developed by Beauchamp et. al. (2010) and adapted to Turkish by Yıldırım et. al. (in press) was used as the data collection scale.

Two-way ANOVA and descriptives were employed for data analysis.

According to 2x2 ANOVA analysis findings, there are significant differences in regard to students' gender $F(1,523) = 6.82, p < .05, \eta^2 = .01$ and teachers' gender $F(1,523) = 37.34, p < .05, \eta^2 = .07$ whereas; no significant difference was found in terms of students' gender and teachers' gender interaction $F(1,523) = 1.54, p > .05$. Findings revealed that male students ($M = 3.74, SD = .93$) perceived more transformational teaching than female students ($M = 3.57, SD = .94$). Moreover, students perceived female teachers ($M = 3.92, SD = .78$) more transformative teachers than their male ($M = 3.44, SD = 1.00$) colleagues.

Consequently, it can be said that gender has an impact on transformational teaching behavior.

Keywords: Transformational teaching, physical education teacher, gender

Yenilenen Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Programlarının Uluslararası Politikalar Kapsamında Analizi

²Canan Koca Arıtan, ¹Mine Müftüler

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Muğla

²Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Ankara

Email : canankoca2002@yahoo.com, minemuftuler@mu.edu.tr

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı, yenilenen beden eğitimi ve spor öğretimi programlarının uluslararası beden eğitimi ve spor politika belgeleri kapsamında analiz edilmesidir. Uluslararası spor politika belgelerinin öncelikli amacı, UNESCO Uluslararası Beden Eğitimi ve Spor Şartı (1978)'nda ifade edilen temel bir hak olan beden eğitime erişimin taraf devletlerin kendi yetki alanlarında güvence altına alınması için gerekli düzenlemelere rehberlik sunmaktır. Beden eğitime erişim hakkı standartlarına uygun olarak hayata geçirilmesi için politika belgelerinde ortak bir anlayış bulunmakta ve bu anlayış, küresel düzeyde norm (prensipl) olarak kabul edilmiştir. **Yöntem:** Araştırmada doküman analizi yöntemi kullanılmıştır ve iki basamaktan oluşmaktadır. Yöntemin ilk basamağında beden eğitimi ve spor alanıyla ilgili uluslararası politika belgelerindeki normlar belirlenmiştir. İncelenen politika belgeleri, UNESCO Uluslararası Beden Eğitimi, Fiziksel Aktivite ve Spor Şartı, UNESCO MİNEPS Berlin Deklarasyonu, Avrupa Spor Şartı, Avrupa Spor Etiği Kuralları, Avrupa Birliği Sporda Beyaz Kitap ve Uluslararası Olimpiyat Komitesi Olimpik Antlaşma'dır. İkinci basamakta uluslararası politika belgelerinde bulunan normların, İlkokul Oyun ve Fiziki Etkinlikler Dersi Öğretim Programı, İlköğretim ve Ortaöğretim Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programlarında hangi kapsamlarda ve nasıl bir bağlamda ele alındığı incelenmiştir. **Bulgular ve Sonuç:** Analiz sonucunda, uluslararası politika belgelerinde ifade edilen normlar arasında insan onuruna saygı, eşitlik, ayrımcılık yasağı, çocuk koruma, adil oyun, dayanışma, barış, dostluk, dürüstlük yer aldığı bulunmuştur. Bu normların bazılarının, her üç beden eğitimi ve spor öğretimi programlarında bazı farklılıklar olmakla birlikte programların temel felsefesi, yeterlilikler, kazanımlar, değerler, değerlerle ilişkili tutum ve davranışlar ve öğrenme alanları kapsamlarına dahil edildiği bulunmuştur. Sonuç olarak, ülkemiz öğretim programlarında yer almayan ama uluslararası politika belgelerinde yer alan diğer önemli normların beden eğitimi ve spor alanına uyarlanabileceği ve bunun da programın niteliğini arttıracacağı öngörülmektedir. **Anahtar Kelimeler:** Beden eğitimi ve spor öğretimi programı, uluslararası spor politika belgeleri, doküman analizi

The Analysis of Reformed Physical Education and Sport Curriculum Under International Policies

Introduction and Purpose: The purpose of this study was to analyze the reformed physical education and sport curriculum under the international physical education and sport policy documents. The underlying purpose of sport policy documents is to guide the contracting countries about essential regulations of fundamental right of physical education and sport which is denoted under UNESCO's International Charter of Physical Education and Sport (1978). There is common understanding in the policy documents about fundamental right of physical education and sport which is globally accepted as norm (principle). **Method:** Document analysis method was used in this study and conducted in two steps. In the first step, norms in the international policy documents related with physical education and sport were identified. The policy documents were UNESCO's International Charter of Physical Education, Physical Activity and Sport, UNESCO MINEPS Declaration of Berlin, European Sport Charter, Code of Sport Ethics, European Union's White Paper on Sport, and International Olympic Committee's Olympic Agreement.

In the second step, the norms found in the international policy documents were examined in Primary School Play and Physical Activity Curriculum, Primary and Secondary School Physical Education and Sport Curriculum. Results and Conclusion: Document analysis showed that respect for human dignity, equity, prohibition of discrimination, child welfare, fair play, solidarity, peace, friendship, and honesty were amongst the norms found in the international policy documents. Some of these norms, even if they have some differences, were included in the curriculum's foundational philosophy, qualifications, learning outcomes, values, value related attitude and behaviors, and learning domains. As a result, some of the important norms which were not found in our curriculum but exists in the international policy documents, could be adapted in our physical education and sport curriculum and this would increase the quality of curriculum. Keywords: Physical education and sport curriculum, international sport policy documents, document analysis

Beden Eğitimi Dersi Sınıf Değerlendirme Atmosferi Ölçeği (BEDSDAÖ): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

¹Aynur Yılmaz, ²Oğuz Kaan Esentürk, ²Ekrem Levent İlhan

¹Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : aynuryilmaz@kku.edu.tr, oguz_kaan61@hotmail.com, levent-besyo@hotmail.com

Amaç: Bu araştırmada, öğrencilerin beden eğitimi dersi sınıfındaki değerlendirme uygulamaları hakkında sahip oldukları algıları ölçebilecek bir ölçeğin geliştirilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmada karma (mixed) model yaklaşımlarından “Keşfedici Sıralı Desen” kullanılmıştır. 2017-2018 Eğitim-Öğretim yılında Trabzon’da yapılan bu araştırma, amaçlı örnekleme yöntemlerinden ulaşılabilirlik ilkesi ve gönüllü katılım esas alınarak toplam 350 katılımcı üzerinde gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin psikometrik özelliklerine kanıt sağlamak amacıyla öncelikle yapı geçerliğine ilişkin analizler yapılmıştır. Yapı geçerliği kapsamında ilk olarak, açıklayıcı faktör analizi (AFA) uygulanmış; AFA sonucunda ortaya çıkan yapının toplanan verilerle uyumunu değerlendirmek amacıyla doğrulayıcı faktör analizinden yararlanılmıştır.

Bulgular: AFA sonucunda toplam varyansın %54’ünü açıklayan ve iki alt boyuttan oluşan bir yapı elde edilmiştir. Ortaya çıkan bu yapının doğrulanması amacıyla gerçekleştirilen DFA sonucunda, yeterli uyum indekslerine ulaşılmıştır. Madde analizleri kapsamında, maddelerin ayırt ediciliğini tespit etmek amacıyla düzeltilmiş madde toplam test korelasyonu incelenmiş ve toplam puan üzerinden %27’lik alt-üst yöntemi ile madde puan ortalamaları arasında fark olup olmadığı karşılaştırılmıştır. Ölçeğin güvenilirliği ise, Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı ve test-tekrar test teknikleri ile incelenmiştir. Cronbach Alpha ve test-tekrar test analizleri, ölçeğin yüksek düzeyde güvenilir olduğuna dair kanıt sağlamıştır.

Sonuç: Bu bulgular ışığında, BEDSDAÖ’nün geçerli ve güvenilir ölçümler yapabilen bir veri toplama aracı olduğu ve öğrencilerin beden eğitimi öğretmenlerinin sınıf değerlendirmelerine yönelik algılarını ölçebilir nitelik taşıdığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi Dersi, Sınıf Değerlendirme Atmosferi, Geçerlik, Güvenirlik, Ölçek geliştirme

Classroom Evaluation Atmosphere Scale of Physical Education Course: Validity and Reliability Study

Purpose: The purpose of this study is to develop a measuring instrument that measures the preceptions of students about evaluation practices in the physical education course classroom.

Method: "Exploratory Sequential Design", one of the mixed model approaches, was used. This research, which was conducted in Trabzon in 2017, was carried out on a total of 350 participants based on the principle of accessibility and voluntary participation. In order to provide evidence for the psychometric features of the measurement tool, analyzes were first made on the validity of the structure. First of all, EFA was applied within the scope of construction validity; CFA was used to assess the relevance of the resulting work of EFA.

Findings: As a result of EFA, a structure consisting of two sub-dimensions explaining 54 % of the total variance was obtained. Sufficient compliance indices were achieved as a result of the EFA performed to verify this resulting structure. Within the scope of item analysis, the corrected total item test correlation was examined in order to determine the distinction of the items, and the difference between the upside- down method of 27% out of the total score and the item point average was compared. The reliability of the measurement tool was examined by Cronbach's Alpha internal consistency coefficient and test-retest techniques. Cronbach Alpha and test-retest analysis provide evidence that the measurement tool is highly reliable.

Conclusion: In these findings, it can be said that BEDSDAÖ is a data collection tool that can make valid and reliable measurements and that it can be said that the measurement instrument has a measurable quality of perceptions of the students of the physical education teachers about the classroom evaluation.

Keywords: Physical education course, Classroom evaluation atmosphere, Validity, Reliability, Scale development

Okul Yöneticilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Karşı Tutumlarının İncelenmesi (Siirt Örneği)

¹Varol Tatal, ¹Mehmet Efe

¹Siirt Üniversitesi BESYO, Siirt

Email : v.tatal@hotmail.com, mehmetefe18@hotmail.com

Giriş ve Amaç Bu araştırmanın amacı Milli Eğitim Bakanlığına bağlı resmi okullarda görev yapan okul yöneticilerinin beden eğitimi ve spor dersine karşı tutumlarını incelemek ve elde edilen verilere dayanarak okul yöneticilerinin tutumlarını tespit etmek, ortaya çıkan sonuçlar ışığında olası çözüm önerileri getirmektir. **Yöntem** Araştırma yöntemi olarak nitel araştırma yöntemlerinden durum çalışması deseni benimsenmiştir. Bu çalışmada Siirt ili merkezde bulunan okul yöneticilerinden maksimum çeşitlilik yöntemine göre 27 okul yöneticisine araştırmacı tarafından geliştirilen ve 8 sorudan oluşan yarı yapılandırılmış görüşme formu ile görüşme yapılmıştır. Görüşmelerde 8 okul yöneticisi, ses kayıt cihazı ile kayıt yapılmasına izin vermiş diğer 19 okul yöneticisi ise izin vermemiştir. İzin vermeyen okul yöneticilerinin röportajları yazılı kayıt altına alınmıştır. Ses kayıt cihazı ile alınan kayıtlar daha sonra yazılı hale getirilmiş ve Nvivo 9.00 paket programa yüklenmiştir. Veri analizi için betimsel ve içerik analizi yapılmıştır. Bulgular Paket programda yöneticilerin kişisel bilgilerini saklı tutmak için her bir yöneticiye “OY1”, “OY2” şeklinde kodlar verilmiştir. İçerik analizi sonucunda okul yöneticilerinin beden eğitimi ve spor dersine karşı tutumları ile ilgili görüşleri 2 ana tema altında toplanmıştır. **Sonuç** Sonuç olarak Siirt’te bulunan ve Milli eğitim bakanlığına bağlı okullarda görev yapan okul yöneticilerinin beden eğitim ve spor dersine karşı tutumlarının olumlu olduğu tespit edilmiştir. **Anahtar Kelimeler:**Okul Yöneticileri, Beden Eğitimi ve Spor Dersi

Analyzing the Attitudes of School Administrators towards Physical Education and Sports Lesson(Siirt Example)

Abstract Aim: The aim of this study is to analyze the attitudes of school administrators towards Physical Education and Sports Lesson. **Method:** Case study design of qualitative research methods was used as the research method. In this study, according to maximum variation method, meetings with twenty seven school administrator working in the city center of Siirt province were carried out with a semi-structured interview form, which had 8 questions and was developed by the researcher. During these meetings, eight school administrators gave permission to use a recording device, but the other nineteen school administrator didn't allow doing so. The interviews of school administrators who didn't allow recordings were recorded in writing. Recordings made with a voice recorder then put in writing and loaded into Nvivo 9.00 packaged software. For data analysis, descriptive and content analysis were performed. **Findings:** Codes, such as “OY1”, “OY2”, were given to each and every administrator in order to keep the personal information of administrators safe in the packaged software. As a result of content analysis, the attitudes of school administrators towards PES Lesson were categorized into two main themes. **Conclusion:** As a result, it has been confirmed that the attitudes of school administrators towards physical education and Sports lesson are positive. **Keywords:**School Administrators, Physical Education and sports Lesson

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Öğrencilerinin Tükenmişlik Düzeylerinin Değerlendirilmesi

¹Ayşe Feray Özbal, ¹Tolga Eski, ²Arkan Ektirici

¹Kastamonu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kastamonu

²Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

Email : fozbal@kastamonu.edu.tr, teski@kastamonu.edu.tr, aektirici@anadolu.edu.tr

Giriş: Tükenmişlik kavramını ilk olarak Freudenberger kullanmıştır. Freudenberger tükenmişliği, “enerji, güç ve kaynaklar üzerindeki aşırı istekler ve talepler nedeniyle tükenmeye başlamak” olarak tanımlamıştır (Welskopf, 1980’den akt. Aksu ve Baysal, 2005). Sonrasında Maslach tarafından tükenmişliğin tanımı yapılmış ve günümüze kadar da bu tanım kabul görmüştür. Maslach (1981) tükenmişliği 3 grupta toplamıştır: duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı eksikliği.

Amaç: Araştırmanın amacı Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda ve Spor Bilimleri Fakültelerinde Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümlerinde okuyan öğrencilerin tükenmişlik düzeylerinin farklı değişkenler açısından değerlendirmesidir.

Yöntem: Araştırmaya 6 farklı üniversiteden 208 kadın 307 erkek olmak üzere toplam 515 öğrenci katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak (Çapri ve ark. 2011) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan Maslach Tükenmişlik Envanteri-Öğrenci Formu (MTE-ÖF) kullanılmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, bağımsız gruplar t-testi, tek faktörlü varyans analizi (ANOVA) ve Cronbach Alpha iç tutarlılık analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Yapılan analiz sonucu, tükenmişlik ölçeği alt boyutlarından duyarsızlaşma alt boyutunda yaş grupları arasında anlamlı farklılık vardır ($p<.05$). Üniversite değişkenine göre ise tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir ($p<.05$). Tükenme ve Duyarsızlaşma alt boyutlarında sınıf değişkenine göre yalnız tükenme alt boyutunda ise anne-baba eğitim durumu değişkenine göre anlamlı farklılık saptanmıştır ($p<.05$). Cinsiyet değişkenine göre yapılan ilişkisiz örneklem t-testi ve aile gelir düzeyi değişkenine göre yapılan ANOVA sonuçlarına göre ise gruplar arasında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır ($p>.05$).

Sonuç: Sonuç olarak Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği öğrencilerinin tükenmişlik düzeyleri yaşa, üniversiteye, sınıf düzeyine, anne-baba eğitim durumuna göre değişebilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Tükenmişlik Düzeyi, Beden Eğitimi, Spor

The Evaluation of Burnout Levels of Physical Education and Sport Teacher Students

Introduction: The burnout notion was firstly mentioned by Freudenberger. He describes this Notion as “beginning to exhaust due to excessive requests and demands on energy, power and sources”(Welskopf, 1980 cited in Aksu and Baysal, 2005). After then, Maslach defined the burnout notion and this definition has been approved until today. Maslach (1981) categorized under three groups: emotional burnout, depersonalization and individual’s lack of success.

Purpose: The purpose of the research is to evaluate the burnout levels of the students who study in the Physical Education and Sports School and the Sports Sciences Faculties in the Physical Education and Sports Teaching departments in terms of different variables.

Methodology: 208 female and 307 male in total of 515 students from 6 different universities participated in the research. Maslach Burnout Inventory- Student Form (MBI-SF) was used as data collection tool in the study (Çapri et al., 2011). Descriptive statistics, independent groups t- test, one-factor variance analysis (ANOVA) and Cronbach Alpha internal consistency analysis were used in the analysis of the data.

Findings: There is a significant difference between the burnout scale subscales and the depersonalization subscale between the age groups ($p<.05$). According to university variable, it is seen that there is a significant difference in exhaustion and desensitization sub-dimensions ($p<.05$). A significant difference was found in the Burnout and Desensitization subscales according to the class variable and only in the extinction subscale according to the parental education status variable ($p<.05$). There was no significant difference between the groups according to the ANOVA results which were made by the unrelated samples according to the gender variable and the t-test and family income level variables ($p>.05$).

Result: As a result, burnout levels of Physical Education and Sport Teacher students may change according to age, university, class level, parental education status.

Keywords: Burnout Level, Physical Education, Sport

Ortaokullarda Kaynaştırma Öğrencilerinin Egzersiz ve Spora Katılım Durumlarının İncelenmesi

¹Deniz Tuğçe Urfa, ²Osman Urfa

¹Milli Eğitim Bakanlığı, İstanbul

²Marmara Üniversitesi, İstanbul

Email : deniztugceyilmaz@gmail.com, osmanurfa@marun.edu.tr

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı ortaokullarda kaynaştırma öğrencisi olarak eğitime devam eden öğrencilerin egzersiz ve spora katılımını incelemektir.

Yöntem: Araştırma kapsamında 5 farklı ortaokula giden 3724 öğrenci incelenmiştir. Bu öğrencilerin 113'ü (%3.03) kaynaştırma öğrencisi olarak eğitime devam etmektedir. Öğrenciler hakkında bilgiler alınırken her bir öğrencinin velisiyle bire bir görüşme yapılmıştır. Kaynaştırma öğrencilerinin tanısına ve cinsiyetine göre egzersiz ve spora katılımında farklılık olup olmadığı Kay-Kare Testi ile incelenmiştir.

Bulgular: Araştırma sonucunda kaynaştırma öğrencilerinin %29.20'si egzersiz ve spora katılım gösterirken, %70.80'i egzersiz ve spor yapmamaktadır. Gözlenen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur, χ^2 (sd=1, n=113)= 19.549, $p<.01$. Öğrencilerin tanılarına göre egzersiz ve spora katılımları incelendiği zaman egzersiz ve spora katılım en fazla %50 ile Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu olan öğrencilerde, en az katılım ise %8.3 ile Hafif Düzey Zihinsel Yetersizliği olan öğrencilerde görülmüştür. Bunun yanında Dil ve Konuşma Güçlüğü olan öğrencilerin %37.5'i, Özel Öğrenme Güçlüğü olan öğrencilerin %35.4' ü, Özel Yetenekli öğrencilerin %35'i ve Bedensel Yetersizliği olan öğrencilerin %14.3'ü egzersiz ve spora katılım sağlamaktadır. Öğrencilerin tanılarına göre egzersiz ve spora katılımlarında gözlenen bu farklılığın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür, χ^2 (sd=5, n=113)= 8.552, $p>.05$. Öğrencilerin cinsiyetlerine göre egzersiz ve spora katılımları incelendiği zaman, erkeklerin %33.8'i, kızların ise %22.2'si egzersiz ve spora katılım göstermektedir. Cinsiyetlere göre gözlenen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır, χ^2 (sd=1, n=113)= 1.763, $p>.05$.

Sonuç: Sonuç olarak kaynaştırma öğrencilerinin büyük çoğunluğunun egzersiz ve spora katılım göstermediği görülmektedir. Okul ortamında yapılacak olan aktiviteler ve yönlendirme çalışmaları ile kaynaştırma öğrencilerinin egzersiz ve spora katılımının artırılması önerilmektedir.

Examination Of Exercise and Sport Participation Of Mainstreaming Students in Middle Schools

Purpose: The purpose of this study was to examine the exercise and sport participation of mainstreaming students in middle-school.

Method: A total of 3724 students attending five different middle-school participated in the research. One hundred thirteen (3.03%) of these students are continuing education as a mainstream student. When information was provided about the students, one-by-one interview were done with the parent. Chi-Square Test was used to analyze data.

Results: As a result of the analysis, it was seen that 29.20% of the mainstream students have attended the exercise and sport and 70.80% of the mainstream students do not attend exercise and sport. This difference was statistically significant, χ^2 (sd=1, n=113)= 19.549, $p<.01$. When exercise and sport participation of students are examined according to the diagnosis, most participation was 50% Attention-Deficit/ Hyperactivity Disorder and least participation was 8.3% Mild Mentally Retarded student. In addition, 37.5% of Speech and Language Difficulty students, 35.4% of students with Specific Learning Disabilities, 35% of Gifted and Talented Students and 14.3% of students with Physical Disability have provided exercise and sport participation. There was no significant difference exercise and sport participation according to diagnosis of students, χ^2 (sd=5, n=113)= 8.552, $p>.05$. On the other hand, 33.8% of male and 22.2% female have provided exercise and sport participation. There was no significant difference exercise and sport participation according to sex, χ^2 (sd=1, n=113)= 1.763, $p>.05$.

Conclusion: As a result, it was seen that most of the mainstreaming students have not participated in exercise and sport. That's why, it is suggested that mainstreaming students should increase their participation in the exercise and sport with referral studies and activities in the school environment.

Ortaöğretimde Öğrenim Gören Kız Öğrencilerin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Tutumları

¹Aysenur Ayyılmaz

¹Milli Eğitim Bakanlığı, Yozgat

Email : aysenur.altiner@hotmail.com

Bu çalışmanın amacı çeşitli ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören kız öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının belirlenmesidir. Araştırmaya 2014 - 2015 öğretim yılları arasında, Yozgat ilinde çeşitli liselerde öğrenim gören lise 1.- 4. sınıf 226 kız öğrenci katılmıştır. Öğrenci tutumlarının ölçülmesi için "Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Alt problemlerin analizinde bağımsız gruplarda t-testi ve anova testi kullanılmıştır.

Öğrencilerin beden eğitimi dersi tutum ölçeği puanları; sınıf düzeyi, lisanslı sporculuk , beden eğitimi dersi dışında spor yapma, okul dışı faaliyetlere katılma ve görsel medya, gazete ve dergiden spor ile ilgili haberleri takip etme değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık olduğunu, ailede spor yapan birey ve yaşadıkları yere göre ise anlamlı bir farklılık olmadığını göstermektedir. Ayrıca bu öğrencilerin öğrenim görmüş oldukları sınıf düzeylerine göre beden eğitimi dersine ilişkin tutumlarında sınıf düzeyi yükseldikçe tutum puanlarının azaldığı görülmüştür. Araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin genel tutum puanlarının yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmanın güvenirlik katsayısı (Cronbach Alpha) 0,82'dir.

Anahtar Sözcükler: Beden Eğitimi Dersi, Tutum.

Having Education in Secondary School, Female Students' Attitude About Physical Education Lesson

The purpose of this study is informed the attitudes about female students' physical education who educate in various secondary school. This research was held on 2014-2015 academic year in Yozgat. 226 girl students who are at the grade 1-4 and have taken their education in different high schools joined this research. To measure students' attitudes "Physical Education Lesson Attitude Scale" is used. T-test and anova test is used in independent group for analyzing the bottom problems.

Students' physical education lesson attitude scale points show that according to variables the class level, licensed sportsmanship, doing sports plus for physical education lesson, joining the activity except for school, following the news about sports in visual media, newspaper and magazine make a meaningful differences, in the event that there is none meaningful difference between people who do sport in family and the living place. Besides, about students' physical education lesson attitudes for being educated about class levels it has been seen that when class level rises, attitude points fall. About the conclusion of the research is that students general attitude points are high. The research confidence level is (Cronbach Alpha) 0,82.

Keywords: Physical Education Leeson, Attitude.

Okul Öncesi Öğretmenlerinin Spor Etkinliklerine İlişkin Görüşleri: İstanbul Örneği

¹Tuğçe Güzelyurt, ²Hasan Osmanoğlu

¹İstanbul Aydın Üniversitesi Anadolu Bil Meslek Yüksekokulu, İstanbul

²Şirnak Üniversitesi Silopi Meslek Yüksekokulu, Şirnak

Email : tugce.guzelyurt@hotmail.com, tugce.guzelyurt@hotmail.com, osmanoglu1980@gmail.com

Giriş ve Amaç: Günümüzde teknolojik değişimler ve hareket alanlarının daralması gibi nedenlerle hareketsiz yaşam biçimi etki alanını arttırmaktadır. Hareketsiz yaşam biçimi en çok çocukları etkilemektedir. Hareket, çocuğun sağlıklı gelişim göstermesi, kilo alması, uzaması, dirençli olması gibi fiziksel gelişimine yönelik alanları desteklemektedir. Spor etkinlikleri fiziksel gelişimle birlikte çocuğun bilişsel gelişimini ve sosyal gelişimini de desteklemektedir. Bu nedenle, okul öncesi dönemde spor etkinliklerine yer verilmesi önemlidir. Sonuç olarak bu araştırma da okul öncesi öğretmenlerinin spor etkinliklerine ilişkin görüşleri ve uygulamadaki yeterliliklerinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışmada İstanbul ilinde 2017-2018 eğitim öğretim yılında görev yapmakta olan 20 okul öncesi öğretmeni görüş belirtmiştir. Veriler nitel araştırma yöntemlerinden yarı yapılandırılmış görüşme tekniğiyle toplanmıştır. Toplanan veriler içerik analizi yöntemiyle analiz edilmiştir. Sonrasında yüzde ve frekanslar belirlenmiştir.

Bulgular: Spor etkinliklerini, katılımcıların %65'i fiziksel aktivite olarak tanımlamaktadırlar. Katılımcıların %100'ü okul öncesi dönemde spor etkinliklerinin önemli olduğunu belirtmektedirler. Katılımcılar, okul öncesi dönemde uygulanan spor etkinleri kapsamında %40 takım oyunlarına ve %5 oyun temelli faaliyetlere yer verdiklerini belirtmektedirler. Katılımcıların %45'i tüm gelişim alanlarını ve %5'i iletişim becerilerini spor etkinliklerinin desteklediğini belirtmektedirler. Spor eğitimi sürecinde katılımcıların %45'i gelişimsel uygunluğa ve %5'i sistematik olması gerektiğine dikkat edilmesinin önemli olduğunu belirtmektedirler.

Sonuç: Bu çalışmada elde edilen veriler doğrultusunda okul öncesi öğretmenlerinin spor eğitimi önemli buldukları tespit edilmiştir. Spor etkinliklerinin önemli olduğu hususunda farkındalık oluşmasına rağmen, spor eğitiminin içeriği konusunda okul öncesi öğretmenlerinin derinlemesine bilgiye sahip olmadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışmanın okul öncesi dönemde spor etkinliklere yönelik araştırmalara rehber olacağı ve okul öncesi öğretmenlerine spor eğitimi konusunda derinlemesine eğitim verilmesi gerektiği düşünülmektedir.

Preschool Teachers' Views On Sport Activities: Istanbul Example

Introduction And Purpose: Nowadays, due to technological changes and narrowing of motion fields, motionless lifestyle is increasing the area of influence. The immobile lifestyle most affects children. The movement supports physical development areas such as healthy development of the child, weight gain, prolongation, resistance. Sports activities support the cognitive and social development of the child with physical development. For this reason, it is important to include sports activities in preschool period. In conclusion, this study aimed to determine the pre-school teachers' opinions about the sport activities and their qualifications in practice.

Method: In the study, 20 pre-school teachers who were working in Istanbul in the academic year of 2017-2018 stated their views. The data were collected from qualitative research methods using a semi-structured interview technique. The collected data were analyzed by content analysis method. Percent and frequency were determined after the analysis.

Results: Sports activities describe %65 of participants as physical activity. %100 of the participants state that sport activities are important in preschool period. Participants stated that they included 40% team games and %5 game-based activities within the scope of pre-school sports activities. %45 of participants indicate that all development areas and %5 of the participants support communication skills with sporting events. In the sport training process, %45 of participants state that developmental appropriateness and %5 of participants must be systematic.

Conclusion: According to the results obtained in this research, it was determined that pre-school teachers found sport education as important. Although awareness of the importance of sporting events has been established, it has been determined that pre-school teachers have inadequate knowledge of the content of sporting education. It is thought that this study will be a guide for research on sports activities in pre-school period and that in-depth training on preschool teachers should be given to sports education.

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmen Adaylarının Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutumlarının Belirlenmesi

¹Tuba Hazal Aydın

¹MAKÜ-Eğitim Bil.Enst. Beden Eğitimi Ve Spor ABD Yüksek Lisans Öğrencisi, Burdur

Email : tubahazal02@gmail.com

Giriş ve Amaç Öğretmenlerin tutum ve davranışları öğrencilerin öğrenmeleri üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğundan, öğretmen adaylarının da öğretmenlik mesleğine yönelik olumlu tutum geliştirmeleri gerekmektedir. Çalışmanın amacını, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumlarını belirlemek ve bu tutumlar arasında nasıl bir ilişkinin olduğunu ortaya koymak oluşturmaktadır.

Yöntem Araştırmada, betimsel yöntem kapsamında alan taraması metodu kullanılmıştır. Bu araştırmanın evrenini, Beden Eğitimi ve Spor öğretmen adayları oluşturmaktadır. Örneklemi ise, Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğretmen adayları oluşturmuştur. Bu araştırmanın verileri; "Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutum Ölçeği" aracılığıyla toplanmıştır. Bu Ölçek, Üstüner (2006) tarafından geliştirilen, geçerliliği ve güvenilirliği sağlanmış olan 5'li Likert tipi bir anketten oluşturulmuştur. 52 maddelik tutum ifadesinden oluşan bu ölçeğin Cronbach α -güvenirlik katsayısı $\alpha = 0.93$ olarak bulunmuştur. Ölçekte bulunan 52 maddenin 39'u olumlu, 13'ü olumsuz ifadede oluşmaktadır. Ölçeğin güvenilirlik analizinde güvenilirlikle ilgili olarak Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı $\alpha = .94$ olarak bulunmuştur. Araştırmada, toplanan verilerin istatistiksel çözümleri SPSS 17.0 paket programından yararlanılarak yapılmıştır. Betimsel istatistik yöntemlerinden (f) frekans , (%) yüzde ve () aritmetik ortalama analizi, bağımsız değişkenler arasındaki farklılıkların tespiti için ise t-Testi yapılmıştır. Bağımsız değişkenler arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı $\alpha = .05$ düzeyinde test edilmiştir.

Bulgular ve Sonuç Bu araştırmaya katılan öğrencilerin öğretmenlik mesleğine ilişkin tutum puanlarının aritmetik ortalamasının $X=3,48$ oldukları görülmüştür. Adayların, cinsiyetlerine göre tutum puanlarının arasındaki farka bakıldığında cinsiyet değişkenine anlamlı farklılık göstermektedir ($t(88)=3,515$, $p>.05$). Kadın öğretmen adayları ($X=3,69$), erkek öğretmen adaylarına ($X=3,31$) göre, daha olumlu tutuma sahip görülmüştür. Öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları sınıf düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir $F(,000)=0,00$, $p>.05$. Öğretmenlik mesleğini seçme nedenleri değişkenine göre de anlamlı farklılık bulunmamıştır $F(,824)=1,866$, $p>.05$. Katılımcıların, öğretmen olmaya verdikleri karar değişkenine göre anlamlı farklılık göstermektedir. $F(1,097)=2,585$, $p<.05$. Adayların "aktif spor yapma durumları"na göre, anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür ($t(88)=,142$, $p>.05$).
Anahtar Kelimeler: Öğretmenlik mesleği, Tutum

Determining Physical Education And Sports Teacher Candidates' Attitudes Toward Teaching Profession

Introduction and Purpose The attitudes of the teachers and their behaviors have significant effect on students' learning so that teacher candidates should improve their positive attitudes toward teaching profession. The purpose of this study is to determine Physical Education and Sports teacher candidates' attitudes toward teaching profession and to reveal what relation is among these attitudes.

Method In this study, it was used the scanning method as a part of the descriptive methods. The population of the study was Physical Education and Sports teacher candidates. The sample was Physical Education and Sports teacher candidates studying at the Department of Physical Education and Sports at the Faculty of Sport Sciences at Hacettepe University. The data of this study was collected by using "the scale of attitudes toward teaching profession". The scale was developed, ensured its validity and reliability by Üstüner (2006) consists of 5 point likert scale questionnaire. The Cronbach α - reliability co-efficient of the scale which has 52 point attitude statement was found out as $\alpha = 0.93$. 39 of 52 point were positive and 13 of 52 point were negative statement in this scale. In the reliability analysis of the scale, it was found out The Cronbach Alpha reliability co-efficient as $\alpha = .94$ in terms of reliability. In this study, statistical analyses of the collected data were done by using SPSS 17.0 pocket programme. **Findings and Results** It was seen that arithmetic mean of the score of the students' attitudes toward teaching profession who participated in this study was $X = 3.48$. According to candidates' gender, when considering the differences between attitude scores there is a significant mean in variability of gender ($t(88) = 3.515$, $p > .05$). It was clearly seen that female teacher candidates ($X = 3.69$) have more positive attitudes in comparison with male teacher candidates ($X = 3.31$). There are no significant mean on teacher candidates' attitudes toward teaching profession

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Öğretimsel Liderlik Davranışlarının İncelenmesi: Muğla İli Örneği

¹Tonuç Osman Mutlu, ¹Halil Evren Şentürk, ¹Esin Ölmez, ¹Barış Çakmak

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla

Email : omutlu1907@hotmail.com, halilevrensenturk@gmail.com, ,

Bu çalışmada Muğla Menteşe ilçesinde görev yapan Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Öğretimsel Liderlik Davranışlarının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma evrenini, 2016 eğitim-öğretim yılında Muğla İl ve İlçelerinde faaliyet gösteren 318 okullardan görev yapan 406 Beden Eğitimi ve Spor Öğretmen oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Muğla İl Menteşe faaliyet gösteren 42 okulda görev yapan 44 Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenleri gönüllü olarak katılmıştır. Veri toplama aracı olarak Gün (2012) tarafından geliştirilen ve 31 maddeden oluşan “Öğretimsel Liderlik” ölçeği kullanılmıştır. Öğretimsel liderlik ölçeğindeki maddelere katılım düzeyleri ise “1=Çok Az”, “2=Az”, “3=Ara Sıra”, “4=Çoğunlukla” ve “5=Her Zaman” şeklindeki ifadelerle derecelendirilmiştir. Elde edilen veriler SPSS 18 paket programında değerlendirilmiştir. Ölçeğin güvenirliğini ortaya koymak amacıyla yapılan güvenirlik testi sonucunda Öğretimsel Liderlik Ölçeği’nin Cronbach Alpha değeri ,899 olarak bulunmuştur. Buna göre ölçeğin yüksek düzeyde güvenilir olduğu söylenebilir. Çalışmaya katılan öğretmenlerin cinsiyet ve yaş değişkenleri frekans ve yüzde analizi ile değerlendirilmiştir. Grupların homojen olup olmadığının tespit etmek için normallik analizi yapılmıştır. Normallik analizi sonucunda homojen çıkan grupların karşılaştırılması parametrik testlerden bağımsız örneklem t testi ve tek yönlü varyans analizleri ile yapılmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgular incelendiğinde, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin “Öğretimsel Liderlik” düzeyleri yaş ve meslek yılı değişkenlerine göre farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Yaşı 41 ve üzeri olan öğretmenlerin, yaşı 40 ve altı olan öğretmenlere oranla “Öğretimsel Liderlik” becerilerinin daha yüksek seviyede olduğu belirlenmiştir. Ayrıca meslek yılı 11 ve üzeri olan öğretmenlerin de meslek yılı 10 ve altı olan öğretmenlere oranla “Öğretimsel Liderlik” becerilerinin daha yüksek seviyede olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak; beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yaş ve meslek yıllarının, dolayısıyla da tecrübelerinin “Öğretimsel Liderlik” beceri düzeylerini olumlu yönde etkilediği belirlenmiştir. Bu doğrultuda genç öğretmenlerin de mesleklerinin ilk yıllarında “Öğretimsel Liderlik” becerilerini kazanmaları ya da arttırmaları adına eğitimler alması gerekliliği doğmuştur. Bu eğitimlerin, genç öğretmenlerin meslek hayatlarını daha verimli hale getirebileceği hakkında da ayrıca akademik araştırmalar yapılmalıdır.

Examination of Educational Leadership Behaviours of Physical Education and Sports Teachers: Sample of Muğla

The aim of this study is Examination of Educational Leadership behaviours of Physical Education and Sports Teachers who work in city centre of Muğla. The population of this study is formed 406 physical education and sports teachers who work at 318 schools in Muğla, Turkey and samples of it is formed 44 physical education and sports teachers who work at 42 schools in city centre of Muğla. “Educational Leadership Scale” (Gün, 2012) is used in this study. Obtained data is analysed in SPSS 18; besides reliability degree of the scale is $\alpha=.899$ and it is so reliable. Demographics of samples and data are analysed by t-test, ANOVA and frequency analyses. Findings of this study are examined and differences between age groups and work experiences are determined according to educational leadership skills of teachers. It’s shown that educational leadership skills

of teachers who are 41 and over years old are higher than other teachers. Besides it's shown that educational leadership skills of teachers who have 11 and over years' work experiences are higher than other teachers. As a result; ages and work experiences of physical education and sports teachers positively affect their educational leadership skills.

Keywords: Leadership, educational leadership skills, physical education and sports teachers

Beden Eğitimi ve Spora İlişkin Tutum Ölçeği: Açımlayıcı ve Doğrulayıcı Faktör Analizi

¹Sinan Yıldırım, ¹Yılmaz Yüksel, ¹Emre Bilgin, ¹Figen Altay, ¹Gıyasettin Demirhan

¹Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : snysbf@gmail.com, yilmazyuksel@gmail.com, bilginemre2005@gmail.com, faltay@hacettepe.edu.tr, demirhang@hacettepe.edu.tr

Amaç: Bu çalışmanın amacı, ortaöğretim öğrencilerine yönelik geliştirilen beden eğitimi ve spora ilişkin tutum ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik değerlerinin tekrar incelenmesidir.

Yöntem Araştırma grubunu 2016-2017 eğitim-öğretim yılında ortaokulda öğrenim gören 260 kız, 217 erkek, toplam 477 öğrenci (yaş=15.62±.87yıl) oluşturmaktadır. Katılımcıların % 60.8'i 9'ncü sınıf, %21.8'si 10'ncü sınıf, %15.7'si 11'nci sınıf ve %1.7'si ise 12'nci sınıf öğrencisidir. Veri toplama aracı olarak, kişisel bilgi formu ve Demirhan ve Altay (2001)'in geliştirdiği beden eğitimi ve spora ilişkin tutum ölçeği kullanılmıştır. Beden eğitimi ve spora ilişkin tutum ölçeği deneme formu 49 katılımcıya 15 gün arayla uygulanmış ve uygulama sonucunda ortaya çıkan korelasyon ölçeğin tümü için 0.83; olumsuz tutum için 0.76 ve olumlu tutum için 0.73 olduğu görülmektedir. Veri analizinde betimleyici istatistikler, pearson korelasyon analizi, açımlayıcı faktör analizi ve doğrulayıcı faktör analizi kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: 24 madde için hesaplanan Cronbach alfa güvenirlik katsayıları ölçeğin tümü için $\alpha = 0.92$; olumsuz boyut için 0.87 ve olumlu boyut için 0.91 olarak hesaplanmıştır. Açımlayıcı faktör analizinde Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) test değerinin 0.93 bulunmuştur. Barlett testi sonuçları anlamlı sonuç ($\chi^2=5257.07$, $df=276$, $p<.001$) göstermektedir. Bu sonuçlar örneklem büyüklüğünün faktör analizi için uygunluğu göstermektedir. Ölçeğin öz değerinin 2 faktörlü yapıyı desteklediği görülmüştür. Birinci bileşene ait öz değer 8.95, ikinci bileşene ait öz değer 2.09 olarak bulunmuştur. İki faktörde toplam değişkenliğin %41.18'ini açıklanmaktadır. Faktör yükleri 0.34 ile 0.72 arasında değişmektedir. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre, χ^2/sd ($981.55/248$)= 3.95, $p<.01$ ve RMSEA=0.079 değerleri modelin veri uyumunun kabul edilebilir sınırlar içinde olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte, model veri uyumuyla ilişkili olan CFI=0.96, NFI=0.95, NNFI=0.95, GFI=0.85 değerleri de model veri uyumunu göstermektedir. Sonuç olarak, Beden Eğitimi ve Spora İlişkin Tutum Ölçeğine yeniden yapılan açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri sonucu iki alt boyutlu ("olumlu tutum"ve"olumsuz tutum") yeni bir yapı ortaya çıkmış buna ek olarak yeni ölçeğin geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olarak kullanılabileceği belirlenmiştir.

The Attitudes Towards Physical Education And Sport Scale: The Exploratory And Confirmatory Factor Analysis

Purpose The aim of this study is to re-examine the validity and reliability values of the Attitudes Towards Physical Education and Sport Scale .The study group consisted of a total of 477 secondary school students (age=15.62 ±.87), 260 female and 217 male students. Personal information form and the scale of attitudes towards physical education and sport developed by Demirhan and Altay (2001) were used as data collection tools. The descriptive statistics, Pearson correlation coefficient, exploratory factor analysis and confirmatory factor analysis were used for statistical analysis.

Method: When attitude scale was applied to 49 participants 15 days apart the correlation for overall scale was 0.83, for negative attitude subscale was 0.76 and for positive attitude subscale was 0.73. The Cronbach Alpha coefficient calculated for overall scale was $\alpha=0.92$, for negative subscale was 0.87 and for positive subscale was 0.91. The Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) test value was calculated 0.93 in exploratory factor analysis. Barlett test results ($\chi^2=5257.07$, $df=276$, $p<.001$) was found significant.

Findings: These results indicate that the sample size of the study was suitable for factor analysis. It has been seen that the scale's eigenvalue support two-factor structure. The eigen value of the first component was 8.95 and second component 2.09. Also, 41.18% of total variance is explained in two factors and Factor loads range from 0.34 to 0.72. Based on confirmatory factor analysis results, the values χ^2/sd ($981.55/248$)= 3.95 , $p<.01$ ve $RMSEA=0.079$ indicate that the model's data fit was within acceptable limits. In addition to this, the values of $CFI=0.96$, $NFI=0.95$, $NNFI=0.95$, and $GFI=.85$, which are related to model data compliance,

Conclusion: It can be said that The second version (with two subscales) of the scale of attitudes towards physical education and sports can be used as a valid and reliable data gathering tool for research.

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin Öğretim Teknolojilerine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi: Karabük Üniversitesi Örneği

¹Yılmaz Yüksel, ¹Gıyasettin Demirhan, ²S. Sadi Seferoğlu

¹Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

²Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Ankara

Email : yilmazmidi@yahoo.com, demirhang@gmail.com, sadi@hacettepe.edu.tr

Teknolojik gelişmelerin eğitim ortamına entegre edilmeleri her geçen gün hız kazanırken öğretim teknolojileri de eğitim programlarındaki yerini almaktadır. Öğretim teknolojileri eğitim ortamına birçok yenilik getirmiştir. Eğitim programına öğretim teknolojilerini entegre etmeden önce öğrencilerin öğretim teknolojilerine yönelik tutumlarının belirlenerek olumsuz tutuma sahip olan öğrencilerin neden olumsuz tutuma sahip olduğunun belirlenmesi gereklidir. Bu çalışmanın amacı, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin öğretim teknolojilerine yönelik tutumlarını farklı değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırma 2014-2015 öğretim yılı bahar dönemi Karabük Üniversitesi Hasan Doğan Beden Eğitimi ve Spor yüksekokulunda öğrenim gören 234 erkek 116 kadın olmak üzere toplam 350 öğrenci ile yürütülmüştür. Araştırmada veri toplama aracı olarak Metin vd. (2012) tarafından geliştirilen ve beş alt boyuttan oluşan beşli likert yapıdaki Öğretim Teknolojilerine Yönelik Tutum Ölçeği kullanılmıştır. Veriler betimsel istatistikler, t-testi, tek yönlü varyans analizi, Tukey çoklu karşılaştırma testi kullanılarak analiz edilmiştir. Çalışmanın verilerine göre öğretim teknolojilerine yönelik tutum alt boyut puanları cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermezken ($p>0.05$), öğrenim görülen program ve sınıf değişkenleri açısından farklılık göstermektedir. Sonuç olarak beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin öğretim teknolojilerine yönelik olumlu tutum gösterdikleri söylenebilir. **Anahtar Kelimeler:** Öğretim Teknolojileri, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Tutum

Analysis of Attitudes of Physical Education and Sports Students towards Instructional Technologies: Karabük University Sample

While the integration of technological developments into the educational environment is gaining momentum, instructional technologies are also taking place in educational programs. Before integrating instructional technologies into the curriculum, it is necessary to determine the attitudes of the students towards instructional technologies and to determine why students with negative attitudes have negative attitudes. The purpose of this paper is to examine the attitudes of the Physical Education and Sports School students' towards the instructional technologies in terms of different variables. Research was conducted with 350 students, 234 male and 116 female students, studying at Hasan Doğan School of Physical Education and Sports, Karabük University, during spring semester of 2014-2015 academic year. Attitude Scale towards Using Instructional Technologies, a five point likert type scale, was used as data collection tool that was developed by Metin et al. (2012). To analyze data descriptive statistics, t-test, one-way analysis of variance, Tukey multiple comparison test was used. Results indicated that there was no statistical difference ($p>0.05$) in terms of gender variable, but there was statistical significant differences according to the grade and department. As a result, it can be said that physical education and sports college students have a positive attitude toward instructional technologies. **Keywords:** Instructional Technologies, Physical Education and Sports School, Attitudes

Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Proaktif Kişilik Özellikleri İle Pozitif Psikolojik Sermayelerinin İncelenmesi

¹Tuğçe Karasahinoğlu, ¹Nuri Berk Güngör, ¹Fatih Yenel, ¹İbrahim Yıldırım

¹Gazi Üniversitesi, Ankara

Email : tugce.karasahinoglu@gmail.com, berkgungor90@hotmail.com, fyenel@gazi.edu.tr, yildiran@gazi.edu.tr

Bu araştırmanın amacı, beden eğitimi öğretmen adaylarının proaktif kişilik özellikleri ile pozitif psikolojik sermayelerini bazı değişkenlere göre incelemek ve aralarındaki ilişkiyi belirlemektir. Araştırma grubunu, spor bilimleri eğitimi veren bir yükseköğretim kurumunun, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bölümü'nün farklı sınıf düzeylerinde öğrenim görmekte olan 40 kadın ve 64 erkek olmak üzere, toplam 104 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, Bateman ve Crant (1993) tarafından geliştirilen ve Tosun (2012) tarafından Türkçeye uyarlanan 17 madde ve 4 boyuttan oluşan "Proaktif Kişilik Özellikleri Ölçeği" ile Tösten ve Özgan (2014) tarafından geliştirilen, 26 madde ve 6 boyuttan oluşan "Pozitif Psikolojik Sermaye Ölçeği" kullanılmıştır. Veriler betimsel istatistik yöntemleri, t-testi, tek faktörlü varyans analizi (One-Way ANOVA) ve Pearson Korelasyon testleri kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma bulgularına göre katılımcıların düşük düzeyde ($\bar{x}=1.90$) pozitif psikolojik sermayeye (öz-yeterlilik, iyimserlik, güven, dışa dönüklük, psikolojik dayanıklılık, umut) sahip oldukları ve yüksek düzeyde ($\bar{x}=3.68$) proaktif kişilik özellikleri (ısrarcılık, değişimi başlatma, değişim arayışı, inisiyatif-mücadelecilik) sergiledikleri görülmüştür. Buna göre Katılımcıların her iki ölçekten aldıkları puanların cinsiyet, yaş ve sınıf değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği ($p>.05$) gözlemlenmiştir. Bununla beraber, kadınların ($\bar{x}=3.83$) erkeklerden ($\bar{x}=3.59$) daha yüksek düzeyde proaktif kişilik özellikleri sergilerken, daha düşük seviyede pozitif psikolojik sermayeye sahip oldukları ($\bar{x}=1.88$, $\bar{x}=1.92$) saptanmıştır. Ayrıca, katılımcıların pozitif psikolojik sermayeleri ile proaktif kişilik özellikleri arasında negatif yönlü düşük düzeyde bir korelasyon olduğu belirlenmiştir ($r= -0.24$, $p<.05$). Sonuç olarak, katılımcıların öz-yeterlilik eksikliği yaşadıkları, mesleki açıdan kendilerini güvensiz hissettikleri ve düşük seviyede dışa dönük davranışlar sergiledikleri; mesleki güven ve öz-yeterlilik eksikliğinin mezuniyet sonrası iş bulma ve gelecek kaygısıyla bağlantılı olduğu düşünülebilir.

Anahtar kelimeler: Proaktif Kişilik, Pozitif Psikolojik Sermaye, Beden Eğitimi, Öğretmen Adayı, Spor

An Investigation into The Relationship Between Proactive Personality Traits and Positive Psychological Capital of Physical Education Teacher Candidates

The aim of this study is to examine the relationship between proactive personality traits and positive psychological capital of physical education teacher candidates according to some variables. The research group consists of 104 (40 females and 64 males) graduate students studying at different grade levels from the Department of Physical Education and Sport Education of a higher education institution that provides sports science education. A 17-item (4 sub-factors) "Proactive Personality Scale" developed by Bateman and Crant (1993) and adapted to Turkish by Tosun (2012) and a 20-item (6 sub-factors) "Positive Psychological Capital Scale" developed by Tösten and Özgan (2014) were used in the research. The data were analyzed using descriptive statistical methods, t-test, one-way ANOVA and Pearson correlation coefficient test. The results show, participants had positive psychological capital (self-efficacy, optimism, confidence, outward turnover, psychological endurance, hope) at low level ($\bar{x}=1.90$) and proactive personality (insistence, initiating change, seeking change, initiative - agility) at high level ($\bar{x}=3.68$).

There was not any significant difference between gender, age and class ($p > .05$). In addition, the results indicated that while females ($M=3.83$) showed higher levels of proactive personality than males ($M=3.59$), they had positive psychological capital at lower levels ($M=1.88$, $M=1.92$). There was a negative correlation between the positive psychological capital and proactive personality of the participants ($r = -0.24$, $p < .05$). As a result, it can be said that, the participants had lack of self-sufficiency and professionally insecurity, and behaving outwardly at low level. The lack of professional confidence and self-efficacy in the participants may be related to post-graduation anxiety about future.

Keywords: Proactive Personality, Positive Psychological Capital, Physical Education, Teacher Candidate, Sport

Beden Eğitimi ve Spor 'un Yaygınlaştırılması Açısından İlköğretim Okullarının Kampüsleşme Projesi

²Çağrı Erzurumlu, ³Mehmet Türkmen, ¹Uğur Koç

¹Amasya Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Amasya

²MEB, Merzifon Anadolu Sağlık Meslek Lisesi, Amasya

³19 Mayıs Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun

Email : , mturkmen@omu.edu.tr, kocugur05@gmail.com

Beden Eğitimi ve Spor 'un Yaygınlaştırılması Açısından İlköğretim Okullarının Kampüsleşme Projesi Giriş ve Amaç Bu araştırmanın amacı, Beden Eğitimi ve Sporun İlköğretim Okullarında yeterince uygulanabilme kapasitesini artırmak, tüm okullarda amacına uygun eşit uygulama olabilmesi için İlköğretimlerde kampüs projesi olarak ve pilot bölge Amasya ili Merzifon ilçesi örneği olarak incelenmiştir. Kampus okullar olarak Merzifon'da 21 adet ilköğretim okulunu 5 adet ilköğretim kampüsü haline dönüştürürken asıl hedef; okulları sosyal ve sportif yönden imkânlarla kavuştururken, boşa çıkan okulların satılması veya kiralanması yöntemiyle kaynak ihtiyacı karşılanması devlete sağlayacağı ekonomik katkı, Eğitim-Öğretim açısından, öğretmen açısından, öğrenci açısından, veli açısından ve şehir trafiği açısından sağladığı kolaylıklar ele alınarak, böyle bir projenin gerekliliği ortaya koyulmaya çalışılmıştır. Projeye göre ilköğretim kampüsü fiziki yapıdan sorumlu Okul müdürü ve eğitim öğretimden sorumlu Başöğretmen olmak üzere iki müdürle yönetilmesi düşünülmekte bu yöntem Türkiye'de uygulanan hastanelerde uygulanan yöntemle benzerlik göstermektedir ve 4 müdür yardımcısı, 4 memur ile 2000 öğrenciden oluşan bir okul olarak eğitimde yaşanan birçok aksaklıkların da önüne geçmiş olacağız. Yöntem Bu projede Merzifon'da İlköğretim okullarında çalışan öğretmenlere uygulanan 188 ankete 98'i erkek, 90'ı bayan öğretmen olmak üzere; 104'ü sınıf öğretmeni 76'sı branş öğretmeni katılmıştır. Bulgular ve Sonuç Yapılan ankette sorulara verilen yanıtlar tezi destekler nitelikte olmuştur; özellikle ankette en son yapılan yorumların %94'ü böyle bir projenin gerçekleşmesi halinde eğitime sağlayacağı faydalardan dolayı memnuniyetlerini dile getirmişlerdir.

Physical Education Dissemination and Sport Terms Elementary Schools Project Campus

Introduction The purpose of this research, enough to increase the capacity of applicability of Physical Education in Primary Schools for the purposes of the application to be equal in all schools in primary education as a project for the campus and the pilot region were examined as an example of the town of Amasya province Merzifon. 5 pieces of 21 primary school as a school campus Merzifon the ultimate goal, converting schools into elementary campus social and sporting opportunities It returns when the direction, the method of sale or lease to meet the resource needs of schools to ample economic contribution is provided by the state, in terms of Education, for the teacher, in terms of student, parents and city traffic in terms of facilities provided by terms of tried to put forward the necessity of such a project taken up. According to the project structure, responsible for the physical campus elementary school principal and headmaster in charge of education, including education, this method is considered to manage the two principal methods applied in Turkey is similar to the hospitals and 4 deputy director, 4 as a school of civil servants in education and 2000 students in front of many failures to We will be history. Method In primary schools, 188 teachers who applied in this project, the survey Merzifon 98 men, 90 women participated as a teacher of teachers, 104 primary school teachers and 76 branches. Results The answers to survey questions in support of the thesis has been particularly the most recent survey 94% of the comments in the realization of such a Project because of the benefits to education have expressed their satisfaction.

Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Akran Desteği Düzeylerinin İncelenmesi

²Cenk Temel, ³Arif Kaan Eroğlu, ¹Numan Bahadır Kayışoğlu

¹Karabük Üniversitesi Hasan Doğan Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Karabük

²İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Malatya

³Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ

Email : cenktemel@hotmail.com, akaaneroglu@nku.edu.tr, bahadirkayisoglu@karabuk.edu.tr

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin akran desteği düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeli benimsenmiştir. Araştırma verileri 2016–2017 eğitim-öğretim yılında İnönü, Karabük ve Namık Kemal Üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören 532'si erkek ve 244'ü kız olmak üzere toplamda 776 öğrenciden elde edilmiştir. Öğrencilerin akran desteklerini belirlemek için Kuo ve ark. (2007) tarafından geliştirilen, Çalışkan ve Çınar (2012) tarafından Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışması yapılmış, üç alt boyut (fiziksel, akademik, duygusal yardım) ve 17 maddeden oluşan "Akran Desteği Ölçeği"nden yararlanılmıştır. Araştırma kapsamında elde edilmiş olan veriler incelendiğinde verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiş olup t testi ve tek yönlü varyans (anova) testi ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Elde edilen bulgulara göre, beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin akran desteği düzeyleri; aktif olarak spor yapma, öğrenim görülen bölüm, sınıf ve yaş grupları değişkenlerinde anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0.05$). Buna göre, aktif olarak spor yapan öğrencilerin sınıf arkadaşlarının problemlerini fark ederek yardım edebilme (fiziksel yardım), akademik bilgilerini paylaşma (akademik yardım), birbirlerini dinleme ve destek olma düzeyleri (duygusal yardım) spor yapmayanlardan daha yüksek bulunmuştur. "Beden Eğitimi ve Spor Bölümü" öğrencilerinin hem akademik yardım alt boyutundan aldıkları puan ortalamaları hem de akran desteği ölçeğinin toplamındaki puan ortalamaları "Engellilerde Spor ve Egzersiz Bölümü" öğrencilerinden daha yüksektir. Ayrıca birinci sınıf öğrencilerinin akran desteği alma düzeyleri ikinci sınıf öğrencilerine göre anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

Sonuç: Öğrenciler arasında en fazla yardımlaşmanın ise 26 ve üzeri yaşlarda gerçekleştiği tespit edilmiştir. Anahtar kelimeler: Akran Desteği, Beden Eğitimi ve Spor

Investigation Of Physical Education Schools Students Peer Support Levels

Introduction and aim: The aim of this research is to examine the level of peer support of the Physical Education and Sports School Students in terms of different variables.

Methods: In the research, a screening model of quantitative research methods was adopted. Research data were obtained from total of 776 students, including 532 male and 244 female, who study physical education at İnönü, Karabük and Namık Kemal University in the academic year of 2016-2017. "Peer Support Scale" developed by Kuo et al. (2007) was used to determine peer support of the students and its validity and reliability study was carried out by Çalışkan and Çınar (2012) in Turkish. The scale consists of 3 sub-dimensions (physical, academic and emotional support) and 17 items.

When the obtained data were examined, it was determined that the data were distributed normally and analyzed by t test and one way variance (ANOVA) test. Findings: According to the findings, peer support levels of physical education and sports college students vary across active participation in sports, education, class and age groups ($p < 0.05$). According to this, students who actively participate in sport are found to be able to help their classmates by recognizing their problems (physical help), sharing their academic knowledge (academic help), listening and supporting each other (emotional support). In addition, the average scores of the "Physical Education and Sports Department" students in both the academic aid sub-dimension and the peer support scale are higher than the students who study at "Sports and Exercise Department in Disability". Also, the level of receiving peer support of first grade students was significantly higher than second grade students.

Result: It was found that the most assistance level among students is the age of 26 and older.

Keywords: Peer Support, Physical Education And Sports

Özel Lisede Okuyan Öğrenci Velilerinin Çocuklarının Beden Eğitimi Dersi Katılımına Yönelik Beklentilerinin İncelenmesi

²Hayri Aydoğan, ³Şöhret Köse, ⁴Ali Oğuz Gürsel, ¹Yahya Konas

¹Gençlik Hizmetleri Spor İl Müdürlüğü, Rize

²Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Rize

³Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Sağlık Kültür Spor Daire Başkanlığı, Rize

⁴Gençlik Hizmetleri Ve Spor İl Müdürlüğü, Rize

Email : hayriaydogan@hotmail.com, sohret.kose@erdogan.edu.tr, yahyakonas52@gmail.com, yahyakonas52@gmail.com

Giriş ve Amaç Bu araştırmanın amacı; özel liselerde okuyan öğrencilerin velilerinin, çocuklarının “Beden Eğitimi Dersi” katılımına yönelik beklentilerinin demografik bazı değişkenler açısından incelenmesidir. Velilere, Öncü(2007) tarafından hazırlanan; ana-babaların, çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik beklentilerinin ölçüldüğü, 5’li Likert tipi 18 maddelik “Beklenti Anketi” ve 4 maddeden oluşan “Demografik Bilgi Formu” uygulanmıştır. Araştırmanın örneklemini, Rize ve Trabzon il merkezlerindeki özel liselerde öğrenim gören öğrencilerin, basit tesadüfi yolla belirlenen 311 velisi oluşturmaktadır.

Yöntem Öncelikle Kolmogorov - Smirnov normallik testi ve çarpıklık basıklık katsayıları göz önüne alınarak ortalama beklenti puanlarının normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Bu doğrultuda verilerin istatistik analizinde, üç ya da daha fazla grubun karşılaştırıldığı tek yönlü varyans analizi “ANOVA” ve iki grubun karşılaştırıldığı bağımsız gruplar için “t Testi” kullanılmıştır. Söz konusu istatistiksel yöntemlerin uygulanmasında IBM SPSS 22 lisans paket programından yararlanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç Yapılan parametrik istatistiksel analizler sonucunda; varyansların homojenliğini test etmek için uygulanan “Levene” testi sonuçlarına göre; “Cinsiyet ($F=1,601$; $p=0,207>0,05$)” ve “Daha Önce Sporculuk Yapıp Yapmama ($F=0,131$; $p=0,717>0,05$)” değişkenlerinin gruplarına ait varyansların homojen olduğu, yapılan bağımsız gruplar için “t testi” sonuçlarına göre ise velilerin beden eğitimi dersine yönelik beklenti puanlarının “Cinsiyet ($t= -1,227$; $p>0,05$)” ve “Daha Önce Sporculuk Yapıp Yapmama ($t=0,997$; $p>0,05$)” değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Ayrıca; “Yaş ($F=2,261$; $p=0,081>0,05$)” ve “Eğitim Durumu ($F=0,690$; $p=0,599>0,05$)” değişkenlerine ait varyansların homojen olduğu, yapılan “tek yönlü varyans analizi (ANOVA)” sonuçlarında ise velilerinin çocuklarının beden eğitimi dersine katılımlarına yönelik beklenti puanlarının “Yaş ($F=0,938$; $p>0,05$)” ve “Eğitim Durumu ($F=0,920$; $p>0,05$)” değişkenlerine göre de anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Anahtar Kelimeler: Veli, Beden Eğitimi, Beklenti.

Examining The Expectations Of The Parents Of Private High School Students Towards Their Children’s Participation in Physical Education Classes

Introduction and Aim The aim of this research is to examine the expectations of the parents of private high school students towards their children’s participation in "Physical Education Classes" in terms of some demographic variables. A demographic information form consisting of 4 items and "Expectation Survey" which is a 5 point likert scale including 18 items were used as data collection tools.

Validity and reliability studies of the scale developed to measure the parents' expectations towards their children's participation in physical education classes were conducted by Öncü (2007). The sample of the study, determined by simple random sampling, consists of 311 parents of the students who are trained in private high schools in Rize and Trabzon. Method First of all, it was determined that the average expectation scores showed a normal distribution considering Kolmogorov - Smirnov normality test and the coefficients of skewness and kurtosis. In the statistical analysis of the data, "t test" for independent groups comparing two groups and one-way analysis of variance "ANOVA" comparing three or more groups were used. IBM SPSS 22 license package program was utilized to apply these statistical methods. Findings and Result In the parametric statistical analyses, t-test and one-way analysis of variance (ANOVA) for the independent groups indicating that the variances belonging to the variables of "Gender, Previous Sports Activities, Age and Educational Status" are homogeneous according to the results of Levene test applied to test the homogeneity of variances. According to the results, it was determined that the expectation scores for the participation to the physical education course did not show any significant difference according to the variables of "Gender, Previous Sports Activities, Age and Educational Status".

Keywords: Parent, Physical Education, Expectation.

Spor Bilimleri Araştırmalarındaki Eğilimler: Bir İçerik Analizi Çalışması

¹Yılmaz Yüksel, ¹Sinan Yıldırım, ¹Emre Bilgin, ¹Gıyasettin Demirhan

¹Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : yyuksel@hacettepe.edu.tr, sinanyildirim@hacettepe.edu.tr, bilgin.emre@hacettepe.edu.tr, demirhan@hacettepe.edu.tr

Bu çalışmanın amacı, Ulakbim Sosyal Bilimler veri tabanında dizinlenen, 2012-2016 yılları arasında Spor Bilimleri alanında yayımlanmış makalelerin incelenerek alandaki araştırma eğilimlerinin belirlenmesidir. Bu amaçla 6 dergide yayımlanmış 668 makale yayımlanma yılı, yöntemi, veri toplama araçları, örneklem özellikleri, veri analiz teknikleri, konu alanı, yazar sayısı ve yazarın kurumu açısından içerik analizi yöntemiyle incelenmiştir. Ozan ve Köse (2014) tarafından geliştirilen makale sınıflama formu bu araştırmanın alt problemleri doğrultusunda yeniden düzenlenerek kullanılmıştır. Elde edilen veriler betimsel istatistiki yöntemlerle analiz edilmiştir. 6 dergide 668 makalenin incelenmesi sonucunda; 2012 yılında 114 makale, 2013 yılında 153, 2014 yılında 138, 2015 yılında 113, 2016 yılında ise 150 makalenin yayımlandığı görülmüştür. Konu alanlarına göre en çok makalenin %17.81 ile antrenman ve hareket ve alanında, en az makalenin ise %0.15 ile Olimpizm alanında yayımlandığı görülmektedir. Araştırmaların % 88'inde nicel, %6'sında nitel yöntemlere yer verilmiştir, araştırma deseni olarak da betimsel taramalara daha çok yer verilmiştir. Veri toplama aracı olarak anket ve likert tipi ölçekler kullanılırken, örneklem seçim yöntemlerinin açık bir şekilde belirtilmediği tespit edilmiştir. Örneklem grupları incelendiğinde araştırmaların çoğunlukla sporcularla yürütüldüğü, en fazla da futbol branşı sporcularının tercih edildiği görülmüştür. Makalelerin örneklem sayıları %25.93'ü 101-300 arasında, %20.88'i 11-30 arasında örneklem sahiptir. Veri analiz yöntemi olarak da betimsel analizler daha çok tercih edilirken, kestirimsel analizlerde çoğunlukla t testi ve anova kullanılmıştır. Yazar sayısına göre değerlendirdiğimizde en fazla araştırmanın %30.84 ile iki yazarlı makalelerden oluştuğu görülmektedir. En fazla makalenin sırasıyla Anadolu Üniversitesi, Selçuk Üniversitesi ve Gazi Üniversitesi adresli olduğu görülmektedir. Elde edilen sonuçların ilerde yapılması planlanan çalışmalara yol göstereceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor Bilimleri, Araştırma Eğilimleri, İçerik Analizi

Research Trends in Sports Sciences: A Content Analysis Study

The purpose of this study is to determine the research trends in the field of Sports Sciences by examining the articles published between 2012-2016 in Ulakbim Social Sciences database. For this purpose, 668 papers published in 6 journals were analyzed by content analysis method according to publishing year, method, data collection tools, sample characteristics, data analysis techniques, subject areas, number of authors and author's institution . The article classification form developed by Ozan and Köse (2014) was used. Data were analyzed with descriptive statistics methods. As a result; 114 articles in 2012, 153 in 2013, 138 in 2014, 113 in 2015 and 150 in 2016 have been published. According to the subject areas, it is seen that the most articles are published in the field of training and movement (17.81%) and the least article is in the field of Olympism (0.15%). Qualitative methods were included in 88% of the studies and quantitative in 6%, and descriptive survey method was used more frequently in the research design. While survey and likert type scales were used as data collection tools, it was determined that sample selection methods are not explicitly stated. When the sampling groups were examined, it was seen that the researches were mostly carried out by sportsmen, and the sportsmen of soccer branches were mostly preferred.

The sample numbers of the samples are 25.33% between 101-300 and 20.88% between 11-30 samples. While descriptive analyzes are more preferred as data analysis methods, t test and anova are mostly used in predictive analyzes. According to the number of authors, it is seen that the most research is written by two authors and articles are mostly from Anadolu University, Selçuk University and Gazi University. It is thought that the results obtained will lead to future studies.

Locus Of Control And Its Relation With Academic Achievement For The Student Of Education College For Girls

¹Nibras Al-Morad

¹Iraq

The Study aims to: 1 – Measure the level of the control center of female students Department of Physical Education and Sports Sciences College of Education for Girls University of Mosul. 2 - The relationship between the level of the control center and the level of academic achievement in general for students of the Department of Physical Education and Sports Sciences College of Education for Girls University of Mosul. 3 - The relationship between the level of the control center and the level of academic achievement in the applied courses and theoretical courses for students of the Department of Physical Education and Sports Sciences Faculty of Education for Girls University of Mosul. The researcher used the descriptive approach in a manner of survey method. The research included the students of the academic year ended in the Department of Physical Education and Sports Sciences, College of Education for Girls, University of Mosul, number (34) students. The researcher used a questionnaire to adjust the preparation by Roter et al. (1954) and prepared by Shehab (2010). The questionnaire consisted of (21) pairs of paragraphs The scale of the scale is theoretically from 0 (internally) to 21 (external control). The data were statistically calculated using the mean percentage, standard deviation, mean mean, stability coefficient, and sample T test One is Pearson's simple correlation coefficient using statistical software (SPSS) in data analysis.

SCIENTIUMULMADI



www.sbk2017.org